



Die Kraft der Innenbilder

Franz Sedlak

Als Sigmund Freud seine Lehre von den unbewussten, vorbewussten und bewussten Seelenschichten entwarf, konnte er eine Metapher verwenden, die zu dieser Zeit besonders wirksam war – wurde doch damals der Lohn der aufwendigen Tiefen-Grabungen endlich entgegengenommen: Die Entdeckung der sagenumwobenen Stadt Troja.

Auch Freuds Lehre von Triebkräften, die sich ausbreiten, die Druck entgegennehmen und weitergeben, wurde damals besonders gut verstanden: Es war die Zeit, in der die Dampfmaschine entwickelt wurde.

Aber nicht nur das Verständnis erleichternde Wirkungen zeigt der Einsatz von inneren Bildern. Innere Bilder haben eine große Macht, unser Handeln zu lenken. Ein Beispiel: Herr F. hat sehr viele Bücher, seine nicht sehr große Wohnung quillt über von Büchern. In den Regalen häufen sich die doppelten Ablagen (zu jeder Buchreihe noch eine weitere dahinter). Überall, wo das Auge hinschaut: Bücher, Bücher, Bücher. Überall, wo sich eine waagrechte Fläche anbietet (z.B. bei einer Kommode), parken Bücher, die selbst wieder in kleineren oder größeren Türmen geschichtet sind. Kein Zweifel, Herr F. muss seine Bücher durchsehen und sich von etlichen trennen, sonst haben Neuzugänge keinen Platz.

Das Problem: Für Herrn F. sind seine Bücher seine Freunde, die man nicht einfach wegwirft, wenn man sie nicht mehr braucht. Daran ändern noch so viele sachliche Erwägungen nichts.

Eines Morgens, kurz nach dem Aufstehen, kommt Herr F. eine Idee: Bücher sind wie Nahrungsmittel, wenn sie verzehrt sind, werden sie einem Verarbeitungsprozess unterworfen. Speisen, die man „aufhebt“ werden hart, verlieren Geschmack. Mit diesem inneren Bild fällt es Herrn F. leicht, sich von etlichen Büchern zu trennen. Was sie zu sagen hatten, hat er „verzehrt“, eine weitere Speicherung der Reste ist nicht sinnvoll. Was noch hilfreich ist, ist der Gedanke, die Bücher weiterwirken zu lassen, die geistige Nahrung auch anderen zukommen zu lassen, anstatt sie nutzlos in den eigenen vier Wänden zu speichern.

Selbstverständlich gibt es Bücher, die man immer wieder braucht: Nachschlagewerke, Lexika, Grundlagen. Sie ähneln dann eher Fitnessgeräten, die man immer wieder hervorholt.