

Die innere Bibliothek

Adelheid Widmann

Was befindet sich in Ihrer „inneren Bibliothek“?

Meine, ich gestehe es, ist ziemlich leer. Neben der ersten Strophe des Kästner-Gedichts „Die Sache mit den Klößen“ kann ich noch die ersten vier Zeilen von „Von drauß‘ vom Walde komm ich her“ vorweisen und das war’s dann schon!

Der Hirnforscher Ernst Pöppel wirbt dafür, sich eine umfangreiche innere Bibliothek zuzulegen. Er selbst hat mit viel Freude nach und nach Gedichte aus unterschiedlichen Epochen und Kulturen auswendig gelernt. Für ihn sind diese Texte ein besonderer Schatz: in ihnen blitzen Lebensfragen auf, sie erfreuen Geist und Seele durch ihre Schönheit und manchmal durch ihre Heiterkeit. Oft enthalten Gedichte auch tröstliche und ermutigende Botschaften.

Sicher mussten einige von Ihnen in der Schulzeit Gedichte auswendig lernen. Vielleicht können Sie diese noch, oder es geht Ihnen wie mir und es sind nur noch Bruchstücke vorhanden. Ich stelle mir vor, wie fein es wäre, ich hätte eine gut bestückte innere Bibliothek. Dann könnte ich beim nächsten U-Bahn-Stau zur Ablenkung meine Lieblingsgedichte vor mich hin murmeln, oder ich würde beim Familienkaffee im Frühling alle mit dem wunderbaren Maigedicht von Erich Kästner entzücken ...

Doch davor steht der lange Weg des Lernens. Auch dafür hat Ernst Pöppel Motivierendes parat: Wir können unabhängig vom Alter das Gehirn nicht nur trainieren, wir müssen es sogar. Unsere grauen Zellen brauchen kontinuierliche Inanspruchnahme und Herausforderungen, sonst lässt ihre Elastizität nach. Mit zunehmendem Alter nimmt zwar die Lerngeschwindigkeit ab, aber Ausdauer und Konzentrationsvermögen wachsen bzw. bleiben lange stabil. Dies ist für das Auswendiglernen förderlich und macht Hoffnung, dass es auch im Alter noch gelingt, sich eine innere Bibliothek zuzulegen. Allerdings strengt sich unser Gehirn nur dann an, wenn es einen Sinn hinter der Sache sieht. Wenn Sie also aus Überzeugung und mit Begeisterung lernen. Es funktioniert also nur mit den Gedichten und Texten gut, die Sie wirklich lernen wollen.

Das Befüllen der inneren Bibliothek bringt noch einen weiteren wunderbaren Nutzen: Wir trainieren nicht nur unser Gedächtnis, wir erwerben uns auch einen inneren Schatz, der uns beschäftigen, trösten, aufbauen und inspirieren kann. Auch dann, wenn der Strom ausfällt, auch dann, wenn wir alleine sind...

Für die kommenden Wintermonate habe ich mir fest vorgenommen, Schillers „Kraniche des Ibykus“ zu lernen – aus sentimentaler Familientradition. Die „Klöße“ werden unvollständig bleiben, denn das Gedicht ist nett, interessiert mich aber nicht wirklich. Außerdem werde ich im „Gotteslob“ stöbern. Dort finden sich wunderbare Gebete und Liedtexte, die mir von Kindesbeinen an ans Herz gewachsen sind. Ein solch geistlicher Schatz soll in meiner inneren Bibliothek auch seinen Platz bekommen.

b.w.



Impulse zur inneren Bibliothek

Vielleicht haben Sie Lust, Ihre innere Bibliothek neu einzurichten?

- **Entdeckungsreise in der Bücherei**

Möglicherweise ist in Ihrer Nähe eine Pfarrbücherei oder eine kommunale Bücherei. Gehen Sie dort auf Entdeckungsreise und schmökern Sie in Gedichtbänden mit zeitgenössischen Gedichten oder Gedichten aus anderen Kulturen. Manch feine Gedichte finden sich auch in Kinderbüchern. Sicher werden Sie in Ihrer Bücherei gut beraten.

- **Was wohl in den Nachbarbibliotheken enthalten ist?**

Sprechen Sie andere an und fragen Sie sie, was sie auswendig können?

*Bekannte aus dem Seniorenclub, Freund*innen, Nachbarskinder und Enkel können dafür Gesprächspartner sein. Erzählen Sie sich davon, ob und wie Sie auswendig lernen.*

Vielleicht starten Sie auch einen kleinen Wettbewerb und tragen sich irgendwann gegenseitig etwas aus Ihrer inneren Bibliothek vor?

- **Welchen geistlichen Schatz möchten Sie darin verwahren?**

Sie finden nicht nur im Gotteslob eine reiche Auswahl, vielleicht gibt es auch Psalmen oder andere Bibeltex te, die für Sie ermutigend und tröstlich sind?

Impulse zum Lernen

Sie finden das Auswendiglernen doch ein wenig mühsam? Auch dafür hat Ernst Pöppel ein paar Tricks auf Lager:

- Beschäftigen Sie sich mit dem Dichter, der Dichterin. Lesen Sie etwas über die Epoche und die Lebensumstände.
- Lesen Sie das Gedicht zunächst mehrmals leise, um sich mit dem Inhalt vertraut zu machen.
- Lesen Sie das Gedicht laut. Finden Sie den Sprechrhythmus des Gedichts und probieren Sie ruhig mehrere Betonungen aus.
- Lernen Sie täglich eine kleine Portion – also wenig Zeilen, die Sie täglich wiederholen, bis Sie sich den nächsten Zeilen widmen können.
- Vielleicht finden Sie zu jedem Abschnitt ein inneres Bild des Verses oder der Szene? Dies erleichtert das Lernen sehr.

Impuls zur Alltagsgestaltung

Denken Sie daran: Das Lernen soll Freude machen! Wenn das Auswendiglernen so gar nicht Ihre Sache ist, könnte das eine Anregung sein: Sie sammeln in einem Kästchen oder einem Briefumschlag Gedichte, Gebete und Texte, die Ihnen ans Herz gewachsen sind. So können Sie immer wieder in diesem Schatz blättern.

