

Meine vier Selbstlügen

Zu Kapitel 10

Auf diesem Blatt sammeln Sie Ihre eigenen entlastenden Sätze. Nicht, um sich dafür zu schämen: Diese Sätze sind Schutzreflexe, keine Charakterschwäche. Ihr Kopf hat sie gebaut. Diese Sätze haben Sie weiter zur Arbeit gebracht, als innerlich schon einiges nicht mehr stimmte. Um Erlaubnis gefragt hat er Sie dabei nicht. Der Reflex hat seine Aufgabe damals erledigt. Heute hält er Sie an der Stelle fest, an der Sie stehen.

Schreiben Sie jeden Satz so auf, wie Sie ihn wirklich denken, und stellen Sie ihm zwei Dinge gegenüber: was er weglässt und was an seiner Stelle stimmt. Geglättete Sätze bringen auf diesem Blatt nichts. Und noch etwas: Bettinas Sätze sind Bettinas. Ihre eigene rechte Spalte trägt nur, wenn Ihre Zahlen, Ihre Wege, Ihre Abende darin vorkommen.

Und jetzt Sie:

[illegible]

- An welcher Zeile in der rechten Spalte sind Sie beim Schreiben ins Stocken geraten? Was war daran unangenehm?

Merken Sie sich

Ein Gedanke, den Sie erkennen, während er auftaucht, wirkt anders als einer, den Sie für die Wahrheit halten. Die rechte Spalte nimmt Ihnen nichts weg. Diese Spalte gibt Ihnen zurück, was der Satz Ihnen verschwiegen hat.