



Schreibeinladung „Stille Stimmen“

Es gibt in dieser Zeit viele „stille Stimmen“ – Menschen, die zurzeit wenig Kontakt haben dürfen und die wir nicht hören können. Vielleicht gehörst du auch dazu? Wir möchten dich herzlich einladen, deine Gedanken und Gefühle mitzuteilen und auszutauschen. Vielleicht gibt es viele andere Menschen, die ähnliche Gedanken haben wie du?

Nimm dir 10 Minuten Zeit, ein Blatt Papier, einen Stift (der nicht gleich seinen Geist aufgibt): schreibe einfach auf, was dir gerade durch den Kopf geht. All die Gedanken, die dich gerade beschäftigen.

Dieser Prozess nennt sich „Automatisches Schreiben“ und wird genutzt, um mit sich selbst ins Gespräch zu kommen und tiefer liegende Schichten in dir zu erreichen. So kann dir bewusst werden, was gerade so in dir vorgeht.

Alles ist dabei erlaubt, auch „Ich weiß absolut nicht, was ich hier jetzt schreiben soll“ oder „Diese Übung ist völlig sinnlos“. Wenn du trotzdem dran bleibst, kommt in diesen 10 Minuten meist doch etwas Interessantes zum Vorschein. Quälende Gedankenschleifen können zur Ruhe kommen, wenn sie einmal aufgeschrieben sind. Du wirst überrascht sein, wieviel Poesie und Sprache in dir steckt, ohne dass du es planst oder dich unter Druck setzt.

Um in den Fluss des Schreibens zu kommen, geben wir dir hier einen Anfangssatz als Inspirationsstütze. Schreibe diesen Satz oben auf das leere Blatt. Und dann geht es los! Der Anfangssatz lautet: Was mich heute besonders beschäftigt, ist ...

Magst du zum Autor werden?

Vielleicht hast du Lust, uns deinen Text zu schicken. Wir publizieren ihn dann auf unserer Website!

Eine unserer Schauspieler*innen wird deinen Text sprechen und er wird als Audio-Datei auf unserer Website publiziert - für dich und für andere! Hierfür sprechen wir dich aber nochmal persönlich an!

Deinen Text kannst du uns per Mail unter Betreff: „Stille Stimmen“ zusenden. Wenn du uns per Post kontaktierst, schreibt doch bitte deine Telefonnummer oder Email-Adresse dazu, damit wir uns bei dir melden können! Und nun:

Viel Vergnügen, liebe Grüße und bleibt gesund!

Deine Camila von Hein und das Team von Forumtheater inszene

Einsendungen an:

E-Mail:

vonhein@forumtheater-inszene.de

oder per Post an:

Forumtheater Inszene

Am Hofgarten 3

53809 Ruppichteroth

