

Liebe Schreibende,

hier gleich mehrere Vorschläge, die sich sowohl für Aufwärmübungen eignen wie für längere Texte, ihr könnt aussuchen, was euch anspricht.

1. Drei Minuten lang und ohne nachzudenken den eigenen Gedankensalat aufschreiben, bzw. alles, was euch durch den Kopf geht.
2. Zwei Minuten lang die Hände in den Schoß legen und auf die Geräusche drum herum und in einem selbst lauschen, dann ein paar Zeilen schreiben
3. Eine Minute lang die Innenseite eurer linken Hand betrachten, was fällt euch dazu ein?
4. Wer mag, kann diese Übung nach Lust und Laune weiterführen, mein Vorschlag dazu ist: Die Augen schließen, die eigene Hand liebkosen und diese Berührung genießen, so lange man es möchte. Vielleicht erinnert ihr euch dabei an schöne Augenblicke, davon kann man erzählen oder sie für sich behalten.
5. Königlich Wohnen - Es war einmal ein Junge (ein Mädchen, ein Tier, irgendein Lebewesen), der sehr gern königlich wohnen wollte... Schreibt mal ein Märchen!