

Der Dezember und die Stille

Inhalt:

Stiller Advent?.....	1
Stille - für dich!.....	1
Stille - für mich.....	2

Stille, die wie jede Stille auch jetzt wieder prallvoll mit Wörtern ist.

(Margriet de Moor)

Stiller Advent?

Wenn man am Nachmittag in Kaufhäuser akustisch nicht verwöhnt wird...

Wenn man bei einer Weihnachtsfeier die Ohren spitzt...

Wenn man Wünsche auf Weihnachtskarten austauscht...

...dann fällt mir auf: So viele Worte in dieser angeblich so stillen Zeit!

Die Weihnachtszeit ist keine stille Zeit. Aus irgendeinem Grund denken viele, sie müssten alle unausgesprochenen Worte noch 2017 veräußern - in Karten, Reden, Berichten, E-Mails und anderen wortreichen Ergüssen.

Wie viele Worte sind ernst gemeint und drücken aus, was kommuniziert werden soll?

Wie viele Worte werden unbedacht geäußert, schnell in die Runde geworfen?

Wie viele Worte werden schriftlich vorbereitet, bevor sie bei Reden in abgewandelter Form den Mund verlassen?

Wie viele Worte berühren, betreffen andere?

Wie viele Worte sind nett gemeint?

Wie viele Worte werden von anderen verstanden?

Und: Wo bleibt die Zeit für die eigenen Worte?

Stille - für dich!

In dieser nicht-stillen Zeit, ist es manchmal gut, sich zurückzuziehen und eine kleine **Schreibmeditation** zu machen.

Eine Schreibmeditation ist eine **Form der philosophischen Meditation**, die von René Descartes (1596 - 1650) überliefert ist und in seinem Hauptwerk „Meditationen“ so beschrieben wird: „Ich will jetzt meine Augen schließen, meine Ohren verstopfen und alle meine Sinne ablenken, auch die Bilder der körperlichen Dinge sämtlich aus meinem Bewusstsein tilgen oder doch, da sich dies kaum tun lässt, sie als eitel und falsch gleich nichts erachten. Ich will mich nur mit mir selber unterreden, tiefer in mich hineinblicken, versuchen, mir mich selbst nach und nach bekannter und vertrauter zu machen.“ (René Descartes: Meditationen. 1965, S. 27)

Die **Anleitung zur Schreibmeditation** lautet also:

Schließen Sie die Augen.

Beachten Sie Ihre spontanen Gedankeneinfälle nicht.

Spalten Sie Ihr Ich in zwei Personen, die sich über Ihr Thema unterhalten.

Reden Sie also als Ich 1 und Ich 2.

Öffnen Sie dann die Augen und schreiben Sie das Resultat Ihres Selbstgesprächs über Ihr Thema in ein paar Sätzen nieder.

(Anleitung aus Lutz von Werder: Creative Thinking. Die Ideenfabrik. Die effektivsten Denkmethode großer Philosophen für Schule, Studium und Beruf. 2003, S. 148)

Stille – für mich.

Stille ist die Magie von fröhlichen Weihnachten.

In den nächsten Tagen wird es für mich still: Ich werde mich ins Private zurückziehen und lese keine E-Mails bzw. beantworte keine Telefonate.

Ab 08.01.2018 bin ich wieder da, um wortgewandt wissenschaftlich, professionell, mit Lust – und mit dir zu schreiben.

Ich verrate dir nun auch meinen Weihnachtswunsch: Mir öfter Zeit für eine Schreibmeditation zu nehmen...

Ich wünsche dir stille Momente und fröhliches Lachen!

Christina

Mag. Christina Boiger, BA

Schreiben mit Chribs

Literacy Management, Schreib-Training & -Kraft

Kontakt:

Tel.: +43 650 / 55 11 422

E-Mail: christina.boiger@schreibenmitchribs.at

Adressen:

Post: Babenbergerstra 42/17, 8020 Graz

Web: <http://www.schreibenmitchribs.at>

Twitter: www.twitter.com/Chribs4

Youtube: <http://bit.do/chribs-at-youtube>

Empfehlungen: <http://bit.do/gutgemacht-chribs>

Zum Abschluss wie immer: PS: Du erkennst mich am Hut!

PPS: Schreiben 2018

Das Jahresprogramm für 2018 findest du hier: [Jahresprogramm](#)

PPPS: Abmeldung vom Newsletter/Zirkular:

Wenn du keine Schreib-Informationen mehr von mir erhalten möchtest, schick mir bitte ein E-Mail mit dem Betreff: KEINE SCHREIBINFOS MEHR