



Schreibimpuls



Vorab

Begib Dich in Deine Icke-Ecke und bereite Dir andächtig eine angenehme Atmosphäre (Duft, Tee, frische Blumen,..)



Impuls

Schreibe mit der Methode Deiner Wahl zu der Frage:

Wie kann ich selbstbestimmt leben?

- >Schreibe ganz frei.
- >Schreibe 3 Seiten ohne abzusetzen.
- >Schreibe 3 Minuten in Deinem Tempo.
- >Schreibe, indem Du auf die Frage mit jedem Satz neu antwortest.
- >Schreibe jeden Abend/ Morgen vor dem/nach dem Schlaf.



Im Anschluss

Lass den Stift fallen, wenn Du fertig bist. Zu einem anderen Zeitpunkt geht es weiter, es ist ein Prozess. Lies nicht, was Du schreibst. Schreib weiter. Und so fort.



Weiterführende Anmerkung

Erzähl Niemandem von Deiner Schreib-Frage, sie ist eine heilige kleine Pflanze.