

MORGENSEITEN

Dein kreatives Journal



Fotocredit: © Canva

IN DIESER AUSGABE

Drei Seiten für Deine Klarheit

Dein Inspirationszitat

28 leere Blätter mit Schreibimpulsen für Deine persönlichen Morgenseiten

Drei Seiten für Deine Klarheit

VON KLAUDIA ZOTZMANN-KOCH

Morgenseiten sind - neben Freischreiben - die Geheimwaffe für Autor*innen. Gerade die Kreativen, die viel im Kopf haben und ganze Welten aus den Fingerspitzen fließen lassen, sind oft von ihren eigenen Gedanken abgelenkt. Wenn die Deadline naht sind sie zu Zeiten unkonzentriert und fahrig und jetzt höre ich schon auf, von mir selbst zu schreiben. Hast Du dich auch gerade in dem ein oder anderen Punkt wiedererkannt? Keine Angst, Du bist nicht allein. Autor*innen sind prädestiniert für das "Verrückte-Professor-Leben". Wie man die Gedankensprünge und Geistesabwesenheit in den Griff kriegt und in den Schreibfluss kommt, ist mit etwas Übung gar nicht so schwer.

Alles was man braucht sind ein Stift, ein paar Blätter Papier oder am besten ein Heft wie dieses hier und etwa 20 Minuten Zeit pro Tag. Der Wille, eine Routine einzüben kann auch nicht schaden. Und dann kann es schon losgehen. Viele stehen morgens eine halbe Stunde eher auf, um ihre Morgenseiten zu schreiben. Falls das bei Dir z.B. wegen Deines Dayjobs nicht möglich ist, macht das aber auch nichts. Versuch es mit "Abendseiten" oder "Mittagsseiten", falls Du Deine Mittagspause als planbare Zeit hernehmen kannst.

Setz Dich mit Deinem Stift und dem Heft hin und fang einfach an zu schreiben. Alles, was Dir einfällt. Und wenn Dir nichts einfällt, schreib "Mir fällt nichts ein. Mir fällt nichts ein. Mir fällt nichts ein...". Das wird Deinem Hirn bald zu blöd und es fängt wieder an, sich mit anderen Gedanken zu beschäftigen, die Du dann weiter mitschreiben kannst. Nimm nur nie den Stift vom Papier und halte die Hand in Bewegung.

Ich hatte mir immer drei A5 Seiten als Ziel gesetzt, das hat sich als mein passendes Maß erwiesen. Probiere es mit zwei A4-Seiten, dann mit drei und schau, was sich für Dich gut anfühlt. Du kannst Dir auch ein Zeitlimit setzen und einen Wecker auf 15 oder 20 Minuten stellen.

Halte drei Wochen durch und Du wirst zwei Dinge sehen - zumindest bei mir war das so. Erstens wurden meine Gedanken insgesamt geordneter und ich konnte bald jederzeit in den Schreibfluss kommen, egal für welches Projekt. Und zweitens gab es ein paar Dinge, die beinahe täglich in meinen Morgenseiten auftauchten, Themen, die tagtäglich wiederkamen. Es hat sich als unendlich sinnvoll erwiesen, diese Themen gezielt zu bearbeiten. Dinge, die mit "ich würde gerne ..." immer wieder kamen, habe ich nach ein paar Wochen einfach mal gemacht oder zumindest probiert. Oder Menschen, die immer wieder in meinen Morgenseiten herumspukten, habe ich dann angerufen und gefragt, wie es ihnen geht. Du wirst sehen, was es bei Dir sein wird. Wunder Dich nicht, wenn nach einigen Wochen Dinge in Deinem Leben (wieder) in Bewegung kommen. Das gehört zu der "Magic" der Morgenseiten einfach dazu.

Dein Inspirationszitat

VON STEPHEN KING, "ON WRITING"

Ich habe in meinem Leben ja bereits eine Menge Bücher über das Schreiben gelesen und zwischendrin sind immer wieder einige Krumen hängen geblieben. Eines meiner Lieblingszitate ist das folgende von Stephen King aus seinem Buch "On Writing":

“

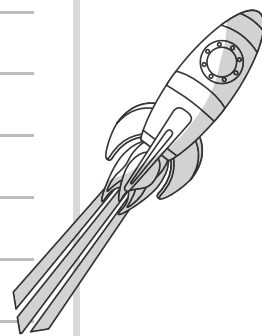
It is the dab of grit that seeps into an oyster's shell that makes the pearl, not pearl-making seminars with other oysters.

"Schreiben ist Denken am Papier", sagte mein Professor an der Uni Wien immer. Und er hatte ja so Recht damit!



Fotocredit: © Klaudia

Was wäre, wenn ich
damals nicht ...

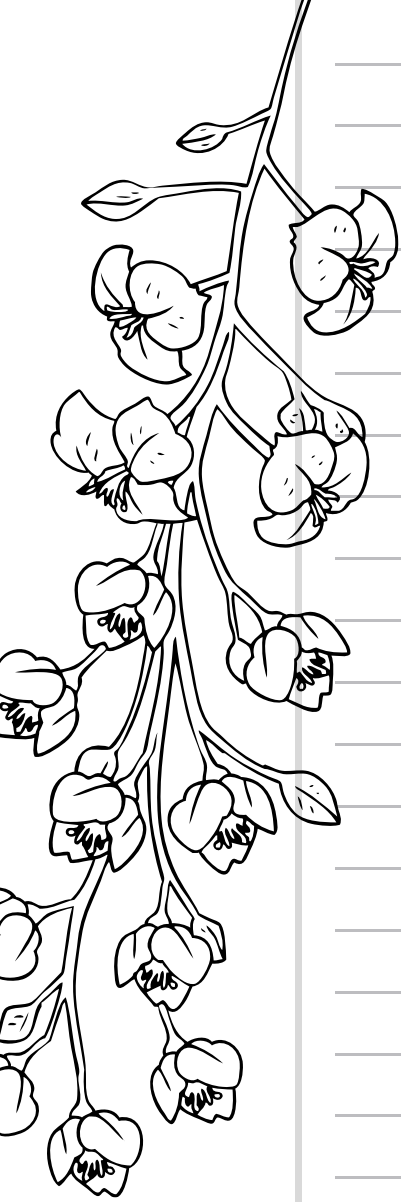


Ich strecke mein
Gesicht zum Himmel
und fühle ...

Denk an jemanden
ganz Besonderen in
Deinem Leben und
schreib dieser Person
einen Brief.

Nachts ...

Es klingelt
unerwartet an der
Tür und davor ...



Ich gehe eine
dunkle Straße
entlang ...

Als ich acht Jahre
alt war ...

Handwriting practice lines consisting of 28 horizontal lines.



A rectangular box for writing the date.

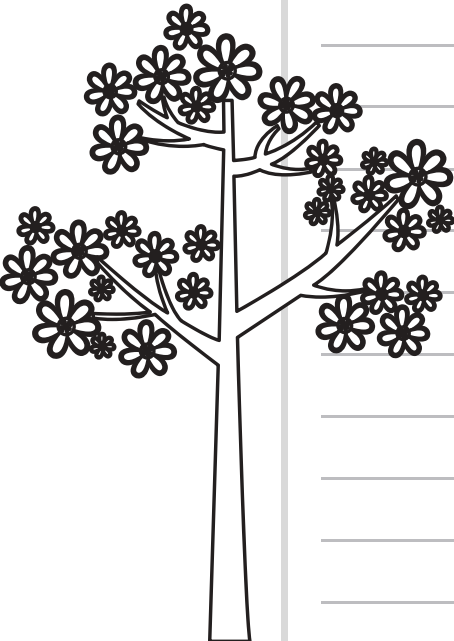
Wonach roch der
Sommer damals?

In der Badewanne
bis die Haut
schrumpelt

Dieses eine Buch ...

Wenn ich in einer
anderen Zeit leben
könnte, ich würde ...

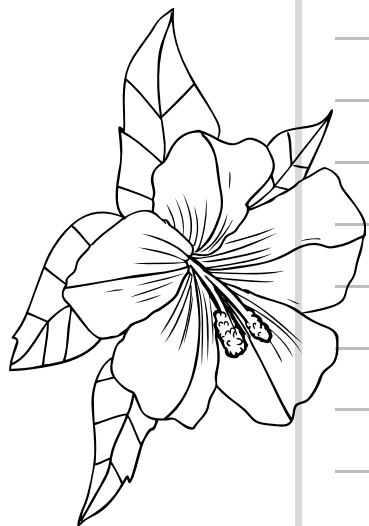
Handwriting practice lines consisting of 20 horizontal lines.





Woher kommt
eigentlich diese
Telefonnummer in
meiner Tasche?

Aber ich wollte doch
nur helfen!



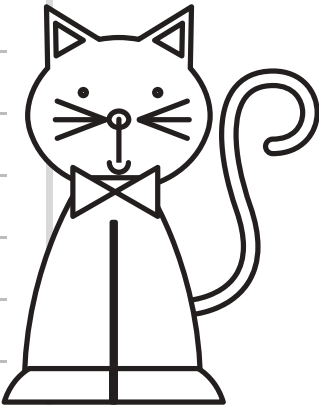
Ich erinnere mich ...

Datum

Als ich klein war,
haben wir immer ...

Mein schönster Versprecher

Lined writing area with horizontal lines.



Datum

Date input field.