

# eXperimenta sepTember 2007

## Das Jubiläumsjahr 2007

### „WordArt“

Das Textstudio für „Kreatives Schreiben“ bei Radio Rheinwelle

Sendetermin: 25. September von 15:00 bis 17:00 Uhr. Thema der Sendung:  
„Moderne Lyrik. Studiogast: Sabine Heimes

### „Worte aus der Stille“

**Intensivseminar: Flow - Das Glück beim Schreiben**

Abtei Himmerod 11. bis 14. Oktober 2007

### „Autoren für den Frieden“

**In Bingen am 14. September**

### Seminarreflexionen

„Abenteuer Schreiben in der Schweiz“

**INKAS INstitut für KreAtives Schreiben Gegründet 1997**

In 55545 Bad Kreuznach Magister Faust Gasse 37 und im Bildungszentrum St. Hildegard in der  
Bahnstr. 26. In 55411 Bingen im Stift St. Martin in der Mainzer Straße.

eMail: [info@inkas-id.de](mailto:info@inkas-id.de)

[www.eXperimenta.de](http://www.eXperimenta.de)

**Die neuen Seminartermine des Instituts finden Sie unter  
[www.inkas-id.de](http://www.inkas-id.de)**

Bingen, im September 2007

Liebe Leserinnen und Leser!



Die eXperimenta meldet sich wieder zurück! Wir hatten eine lange Sommerpause – und mehr als das! Da ich einen Unfall mit meinem Fahrrad hatte, war ich gesundheitlich eingeschränkt und konnte mich so nicht mehr um die Herausgabe der eXperimenta kümmern.

Hinzu kommt, dass Anke Lanatowitz, ebenfalls aus gesundheitlichen Gründen, die Hörspielredaktion der eXperimenta nicht mehr übernehmen kann. An dieser Stelle möchte ich Dir für die gute Zusammenarbeit danken und wünsche Dir alles Gute für die Zukunft!

Auch Katrin Schumacher ist nicht mehr bei der eXperimenta dabei. Sie wird sich nun auf ihr literaturwissenschaftliches Studium konzentrieren. Danke Katrin!!

One Man Show. Ich weiß jetzt auch nicht so genau, wie das alles so weitergehen wird. Aber irgendwie schon ...

Herzliche Grüße  
Rüdiger Heins

## Seminartermine

### „Worte aus der Stille“

Intensivseminar: Flow - Das Glück beim Schreiben  
Abtei Himmerod 11. bis 14. Oktober 2007

Sprache als Ausdruck von Gefühlen, Gedanken, Ängsten, aber auch der Freude, der Liebe und des Glücks. Kreative Menschen geraten immer wieder an einen Punkt, sich mit unbewältigten Mustern zu beschäftigen. Dieses innere Chaos ruft nach Ordnung durch Kreativität.

In der Abgeschlossenheit des Klosters beschäftigen sich die Seminarteilnehmer schreibend mit den Möglichkeiten ihres Sprachfundus. Schreiben als ein Ausdruck sich selbst wahr zu nehmen, um unbekannte Kontinente zu entdecken, die tief im Innern verborgen sind. Die individuelle Textgestaltung wird begleitet mit anregenden Ruhe- und Meditationsübungen, die den Schreibprozess aktivieren sollen.

Durch die individuelle Schreibarbeit werden kreative Prozesse ausgelöst, die bisherige Wahrnehmungen verändern können. Im Seminar nähern sich die Teilnehmer schreibend ihrer eigenen Identität.

Die Schreibübungen sind so angelegt, dass die Teilnehmer den Erinnerungsfundus ihrer eigenen Erfahrung nutzen können, um Gedichte oder Geschichten zu schreiben.

Ein Seminar mit Rüdiger Heins. [www.ruedigerheins.de](http://www.ruedigerheins.de)

**Anmeldung:** [info@inkas-id.de](mailto:info@inkas-id.de) oder 06721- 921060

**Seminargebühr:** 180€

**Vollpension:** 3 Übernachtungen im Kloster und Vollpension: 120 € .  
Die Kosten für die Vollpension werden im Kloster in bar eingesammelt.

Bitte überweisen Sie die Seminargebühr von 180€ bis zum **20. September 2007** auf das Konto bei der Mainzer Volksbank.  
Empfänger: ID Netzwerk für alternative Medien- und Kulturarbeit e.V.  
Konto: 2954 60018 BLZ: 55190000

## Seminarreflexionen

### **„Abenteuer Schreiben in der Schweiz“ vom 01. bis 03. Juni 2007 in Meiringen im Berner Oberland**

*Seminarreflexion von Katrin Schumacher*

Am 1. Juni begann das Abenteuer mit einer mehrstündigen Autofahrt von Deutschland aus. Je mehr sich die Landschaft veränderte, desto näher kam ich dem Zielort: Meiringen – ein im Tal gelegener Ort des Berner Oberlandes. Der Seminarort und unsere Unterkunft war das Sherlock Holmes Hotel. Überall war irgendetwas von Sherlock Holmes zu sehen und während des Seminars bekam ich auch Legenden über ihn erzählt.

Zu Beginn des Seminars machten wir eine Warming-Up Übung aus dem Kreativen Schreiben: Den Zwei-Minuten-Text. Alle Teilnehmerinnen schrieben zwei Minuten lang auf, was ihnen gerade einfiel. Wichtig war genau nach Ablauf der Zeit aufzuhören. Dies leitete bei jedem einen individuellen Schreibprozess ein, den wir mit der nächsten Übung „Wer bin ich?“ vertieften.

Der zweite Seminartag startete mit Tai Chi. Die Übungen machten Spass und bereiteten uns auf die Kreativität vor. Im Anschluss daran stellte Rüdiger Heins, der Seminarleiter, die Haiku-Dichtung vor. Sie ist die kleinste Wortkulisse in lyrischer Form und folgt einfachen Regeln: 3-zeiliges Gedicht nach japanischem Vorbild mit einem Jahreszeitenwort (Kigo) und 17 Silben, mit der Aufteilung 5 / 7 / 5. Die Umsetzung der Regeln gestaltete sich allerdings erstmal etwas schwierig. Denn heutzutage schreibt, redet und formuliert man so viel und im Übermaß, so dass es einem schon schwer fällt sich kurz zu fassen und die Worte bewusst zu wählen. Zunächst dichteten wir gemeinsam ein Haiku:

*Wasserfall stürzt sich  
unter Getöse talwärts  
Regenbogentraum*

Danach fiel es jedem leichter ein eigenes Haiku zu dichten.

Um dann in eine prosaische Kulisse einzutauchen, schrieben wir unsere erste Kindheitserinnerung auf. Anhand der vorgetragenen Texte beschäftigten wir uns dann mit den grundlegenden Bausteinen einer Kurzgeschichte.

Rüdiger Heins gab auch einige Tipps zur Organisation des Schreiballtags und wir stellten fest: „Jeder hat jeden Tag mindestens zwei Minuten Zeit, um zu schreiben!“ Eine gute Erkenntnis, denn in zehn Tagen sind das schon 20 Minuten, die man geschrieben hat.

Als geeignete Methode für die Umsetzung von Ideen und die Konkretisierung eines Schreibthemas wurde uns das „Cluster“ vorgestellt. Es bietet nicht nur eine Sammlung von Stichpunkten und –wörtern um einen Kernbegriff herum, sondern verknüpft die Aktivität beider Hemisphären, die Kreativität begünstigt, die wir zum Schreiben brauchen. Am Abend des zweiten Tages las Rüdiger Heins aus seinen Werken, was mich sehr beeindruckte, nachdenklich stimmte, aber auch vor allem inspirierte. Uns allen hat die Lesung sehr gut gefallen.

Am letzten Seminartag beschäftigten wir uns mit „3 Höhepunkten aus unserem Leben“. Mir war neu, dass „Höhepunkte“ nicht nur positive Ereignisse darstellen, sondern damit auch Schicksalsschläge gemeint sein können. Wir suchten uns einen Punkt raus und schrieben darüber. Danach komprimierten wir unsere Worte nochmal in einem Zwei-Minuten-Text. Mit diesem Text wiederum erlernten die Seminarteilnehmerinnen den Zeilenbruch, eine Technik der modernen Lyrik. Es geht um Worte, Wortspiele, Zeilenbrüche, Bilder, Wiederholungen, Gestaltung und Visualisierung. Wenn man es insgesamt von dem Höhepunkt aus betrachtet, stellt er den Rohzustand dar und der Zeilenbruch den geschliffenen Diamanten.

Bei einem gemeinsamen Spaziergang durch Meiringen ließen wir uns inspirieren von der Landschaft, den Geräuschen, der reinen Luft und dem schönen Wetter. Jeder vertiefte sein Thema und versuchte sich in der modernen Lyrik.

Doch jedes Seminar geht einmal zu Ende und das Schreiben geht hoffentlich weiter. Besonders gut hat mir die Atmosphäre in der Gruppe gefallen, die reflektierenden Gesprächsrunden, die Schreibübungen sowie das Tai Chi.

### **Projekttag 2007 in der Niedermühle bei Odernheim**

*Monika Landau*

Wenn Rüdiger Heins zum Seminar einlädt, gehe ich schon automatisch davon aus, dass mich seine Einladung in eine unbekannte Region Deutschlands führt. So auch diesmal.

Odernheim am Glan, nie gehört. Ich wusste bisher nicht, dass es einen Fluss namens Glan gibt und rätsle bis heute, ob es „der“ oder „die“ Glan heißt.

Die Niedermühle liegt am Fuße des Disibodenberges. Namensgeber ist der irische Mönch Disibodus, der das Kloster cirka im Jahr 600 dort gründete.

Die heilige Hildegard lebte und lehrte dort bis ins Jahr 1147, um sich dann in einem für diese Zeiten unglaublichen emanzipatorischen Schritt, von den patriarchalen Klosterstrukturen loszusagen und mit ihren Mitschwestern auf dem Rupertsberg ihr eigenes Kloster aufzubauen. Der Versuch, diese weise und mutige Frau auch nach ihrem Tod ins männliche Denksystem einzuordnen, ist heute noch im Titel „Hildegard **von Bingen**“ erkennbar. Sie selbst nannte sich nie so. Eben diese heilige Hildegard vom Rupertsberg, wie es eigentlich heißen müsste, wenn überhaupt, führte uns zum Schreiben an diesen besonderen Ort.

Das Seminar begann am Freitagabend mit einem wunderbaren Vortrag von Hans Tönjes Redenius über das Wesen des Wortes.

Hans Tönjes Redenius, Jahrgang 1939, in Hamburg geboren studierte später Theologie und lebt heute als freier Autor in Bingen. Glück für uns, dass er Zeit hatte, um uns auf seine leise und bescheidene Art an seinem großen Wissen teilhaben ließ.

Johannes 1,1-2 „Im Anfang war das Wort, und das Wort war bei Gott, und Gott war das Wort“

Auch wenn es mir nicht möglich ist, seinen Vortrag wiederzugeben, so möchte ich doch zwei Aussagen nennen, die für mich von besonderer Stärke waren.

Zum Einen berührte mich seine Aussage, dass das Wesen der Dinge für uns Menschen nur empfangend möglich ist und weder mittels Einsatzes unsere Verstandes oder Willens sondern nur durch Liebe erfahrbar wird.

Zum Anderen empfand ich seine Schilderung als sehr befreiend, dass der Mensch, „geschaffen nach dem Bilde Gottes“, alle Freiheiten wie Gott selbst hat und sich somit entscheiden muss, ob er Böses oder Gutes denkt und danach handelt.

Wird das Wort gesprochen, dann hat diese Wort Wirkung, ist somit schon Ereignis.

Die Ehrfurcht vor dem Wort, das Bewusstsein des Menschen ob seiner Schöpferkraft, dem Klang, also dem Wort, welches schon vor dem Anfang war, all das und Vieles mehr, habe ich mitnehmen dürfen.

Der nächste Tag begann mit einem Themen-Morgen, - auf sehr unterhaltsame Weise von Anne Mai und Carla Capellmann gestaltet und vorbereitet. Sie brachten uns Ulla Hahn als Mensch und Autorin so nahe, dass ich fast das Gefühl hatte, eine alte liebe Bekannte wieder zu treffen.

Dem Themen-Morgen folgte ein Ausflug in den Weinberg, der steil hinter der Mühle in den Himmel ragt.

Mit neuer Demut dem Wort gegenüber, schrieben wir dann am Tag darauf unsere Haiku. Jeder suchte sich seinen Platz und lies sich mit voller Aufmerksamkeit treiben, was für mich kein Widerspruch ist.

Leider kamen wir im Lauf des Seminars zu keinem „Sammel“-punkt, um all diese wunderbaren Haiku auszutauschen.

Dafür ließen wir unserer Fantasie freien Lauf, und setzten unsere Haiku mittels Natur-Materialien um.

Drei Kreise, fünf, sieben, fünf. Steine, Baumrinde, Zapfen, Früchte, Gräser, Stöckchen, Blätter und und und.

Wir schafften unsere Natur-Haiku direkt neben den Gleisen, die rege von gut gelaunten Draisinen-Radlern befahren wurden, beantworteten freundlich die Fragen der vorbei Gleisenden, die daraufhin lächelnd aber genauso schlau wie vorher weiter radelten.

Kurzum: Eine wunderbares Eckchen Deutschland, köstliche Verpflegung, freundliche Menschen und die Wetterfee hatte uns auch ins Herz geschlossen.

Der letzte Tag begann bereits um 6.00 Uhr auf dem Disibodenberg. Auch wenn es schwer war, sich aus dem kuscheligen Bett loszureißen, es hat sich gelohnt. Diese morgendliche Stimmung, die Stille auf dem Berg inmitten versteinerner Geschichten

beflügelte uns Frühaufsteher und belohnte uns mit neuen Räumen, in denen wunderbare Texte entstanden sind.

Fazit: Ein wunderbarer Ort, eine Oase zum Auftanken und viel Kraft für Neues.

## **„WordArt“**

Das Textstudio für „Kreatives Schreiben“ bei Radio Rheinwelle

Sendetermin: 25. September von 15:00 bis 17:00 Uhr. Thema der Sendung: „Moderne Lyrik“

**Hörer und Hörerinnen können live in der Sendung anrufen, um ihre Haiku Gedichte vorzutragen!**

Studiogast ist die Autorin **Silke Heimes**

**Internet Live Stream:**

[www.radio-rheinwelle.de](http://www.radio-rheinwelle.de)

**Sendefrequenzen:**

WI 92,5 Mhz UKW

WI 99,85 Mhz (Kabel)

MZ 192,7 Mhz (Kabel)

**Studiotelefon:** 0611 – 60 99 333

**eMail: Kontakt:** [info@inkas-id.de](mailto:info@inkas-id.de)

**Sendeleitung:** Rüdiger Heins [www.ruedigerheins.de](http://www.ruedigerheins.de)

## **Die Lesung**

**„Autoren für den Frieden“**

**mit HansTönjes Redenius und Rüdiger Heins**

**In Bingen im Hildegardforum der Kreuzschwestern auf dem Rochusberg**

**14. September um 19:30 Uhr**

Die beiden befreundeten Schriftsteller H. T. Redenius und Rüdiger Heins werden im Hildegardforum der Kreuzschwestern auf dem Rochusberg gemeinsam eine Autorenlesung veranstalten. Sie wollen damit auf den 11. September aufmerksam machen, den sie als Wendemarke für den Frieden in der Welt verstehen.

Die Themenschwerpunkte der beiden bewegen sich im Bereich sozialkritischer Kulissen. Während Redenius sich den Problemen der Rassenpolitik im Dritten Reich und Diskriminierung von Menschen im Apartheidstaat Südafrikas widmet, beschäftigt sich Heins mit Menschen am



Rande des bundesrepublikanischen Alltags (Obdachlose und Straßenkinder).

Außerdem wird er Kurzgeschichten und „moderne Lyriken“ vorstellen.

Die beiden Schriftsteller werden von Elke Friedrich musikalisch begleitet.

## **IMPRESSUM**

### **eXperimenta**

#### **INKAS INSTITUT FÜR KREATIVES SCHREIBEN**

IM NETZWERK FÜR ALTERNATIVE MEDIEN UND KULTURARBEIT E.V.

MAGISTER FAUST GASSE 37

55545 BAD KREUZNACH

Fon: 06721 -921060

Fax: 06721 -921060

email: [info@inkas-id.de](mailto:info@inkas-id.de)

#### **Herausgeber:**

Rüdiger Heins

#### **Redaktion:**

Rüdiger Heins

#### **Technik, Webdesign der Institutswebsite [www.inkas-id.de](http://www.inkas-id.de):**

INWEDA(INternet WEb Design Agentur)

<mailto:info@inweda.de>email: [info@inweda.de](mailto:info@inweda.de)

#### **Datenschutz**

##### **Umgang mit Daten**

Das Institut verpflichtet sich mit persönlichen Daten sehr sorgfältig umzugehen. Es werden keine Interessentendaten verkauft, in irgendeiner Form gehandelt oder Dritten zugänglich gemacht.

##### **Zustimmung**

Mit der Eingabe und dem Absenden Ihrer persönlichen Daten gestatten Sie uns diese, im Sinne des Bundesdatenschutzgesetzes, zu speichern und zu nutzen. Ihre persönlichen Daten werden vertraulich verwendet. Ein Widerspruch und damit die Löschung Ihrer persönlichen Daten bei uns ist zu jedem Zeitpunkt möglich.

##### **Links**

INKAS INSTITUT FÜR KREATIVES SCHREIBEN erklärt, dass wir keinerlei Verantwortung für den Inhalt der von uns gelinkten Seiten übernehmen, da wir weder auf deren Erstellung, Gestaltung noch Inhalt Einfluss haben.

Sollte eine von uns gelinkte Seite gegen geltendes Recht verstoßen, bitten wir um schnellstmögliche Benachrichtigung.

Sollte gegen geltendes Urheberrecht verstoßen worden sein, bitten wir um umgehende Benachrichtigung.

Alle Rechte der Inhalte liegen bei ID Netzwerk für alternative Medien- und Kulturarbeit e.V. und dem INKAS Institut für Kreatives Schreiben Bad Kreuznach

© ID Netzwerk für alternative Medien- und Kulturarbeit e.V.

**Im Oktober 2007 erscheint die nächste eXperimenta.**