

**Mit der Erinnerung ist das so eine Sache. Schreiben hilft dabei und das kann man nun in Neugraben erlernen.**

Das Kulturhaus Süderelbe bietet ab dem 26. März 2019 einen neuen Kursus „kreatives Lebenswegschreiben“ an.

Mit der Erinnerung ist das so eine Sache. „Manche Menschen können auch aus der frühen Kindheit Details abrufen, andere haben nur vereinzelte Blitzlichter in ihrer aktiven Erinnerung“ meint die Seminarleiterin Ulrike Hinrichs. Stephen King *Stephen King (2000, S. 19/20. Das Leben und das Schreiben, Verlag Heyne)* schreibt in seiner Autobiografie: „Meine Jugend ähnelt eher einer vernebelten Landschaft, in der gelegentlich Erinnerungen wie vereinzelte Bäume auftauchen, diese Art von Bäumen, die aussehen, als wollten sie einen packen und fressen.“

„Oft haben wir Erinnerungsfetzen im Kopf, die sich eher wie Puzzlestücke zusammenfügen, geschmückt mit Anekdoten und Geschichten aus der Familie oder von Freunden“, ergänzt Hinrichs. „Unser Erinnern ist daher kein Abbild der Realität, es gleicht eher einer Geschichte, die wir immer neu erzählen. Das ist doch aber auch eine gute Nachricht, denn das bedeutet, wir können uns unsere Geschichte schreibend neu gestalten.“ Erinnern sei nichts Statisches, sondern ein aktiver Prozess, so erklärt es die Hirnforscherin Daniela Schiller, es erfolge jedes Mal ein erneuter Speicherprozess. (siehe auch [www.heise.de](http://www.heise.de)).

Wir erinnern also nicht an das Ereignis selbst, sondern das letzte Mal, da wir es erinnert haben. Es erfolge eine permanenten Aktualisierung der Perspektive, so auch der Literaturwissenschaftler Walter Hinck (*Walter Hinck, Selbstannäherungen. Autobiographien im 20. Jahrhundert von Elias Canetti bis Marcel Reich-Ranicki. Artemis & Winkler*), mit einer Überformung der ursprünglichen Perspektive durch all die weiteren Erfahrungen, die der Beobachter seit der Ersterfahrung des Erinnerns gemacht hat, so Hinrichs.

„In unserer Schreibgruppe wollen wir nun intuitiv-spielerisch wichtige Erinnerungen ausfindig und durch autobiografischer Skizzen, Texte und Poesie sichtbar machen“, erklärt Hinrichs ihren Ansatz, der nun in ihren Schreibkursen in Neugraben verfolgt wird. Sie selbst hat einen Roman mit autobiografischen Elementen und autobiografische Kurztexte verfasst. Dabei hat sie sich etwa auch mit ihren Ahnen schreibend auseinandergesetzt. In Gedenken an ihre 1865 verschollene Ururgroßmutter schrieb sie eine fiktive Biografie als Hommage („**Unterm Eis**“).

Intuitive Schreibprozesse wecken die Erinnerung und fördern oft überraschende Erkenntnisse

zutage. Die Biografiearbeit macht Spaß und hilft, sich besser zu verstehen und die Gegenwart und Zukunft bewusster zu gestalten. Zur Unterstützung des kreativen Schreibens wird auch mit Pinsel und Farbe, Fotos, Collagen oder auch Musik gearbeitet.

Ulrike Hinrichs ist u.a. intermediale Kunsttherapeutin (Master of Arts), Autorin und Seminarleiterin für biografisches Schreiben. In Kürze erscheint ihr Fachbuch „Kunst als Sprache der Intuition“ im Synergia Verlag.

**Termine:** Ab 26. März 2019 immer Dienstags 15.00 bis 17.00 Uhr im Kulturhaus Süderelbe, Am Johannisland2, 21149 Hamburg, [www.kulturhaus-suederelbe.de](http://www.kulturhaus-suederelbe.de)

**Weiterführende Infos** [www.lebenswegschreiben.de](http://www.lebenswegschreiben.de)

### Related Post



Das Weltfest der Götter

„Heirate und steh hinterm Herd!“

Eigenlob als Booster für deine Psyche

Kunst als evolutionärer Jackpot

