

»Ich hab'  
noch eine  
Geschichte...«

LESE-PROBE



Texte  
aus der  
Schreibwerkstatt

Ka  
de  
Ra  
VERLAG

Herausgeberin: ADELHEID LIEPELT

Impressum

Adelheid Liepelt (Hrsg.)  
Texte aus der Schreibwerkstatt  
»Ich hab‘ noch eine Geschichte...«

© 2018

Kadera-Verlag, Norderstedt

[www.kadera-verlag.de](http://www.kadera-verlag.de) / [verlag@kadera.de](mailto:verlag@kadera.de)

Alle Rechte vorbehalten / Für Einzelveröffentlichungen liegen  
die Rechte bei den Autorinnen.

Leiterin der Schreibwerkstatt: Adelheid Liepelt

Kontakt: [www.adelheid-liepelt.de](http://www.adelheid-liepelt.de) / [schreiben@adelheid-liepelt.de](mailto:schreiben@adelheid-liepelt.de)

Veranstalterinnen der Schreibwerkstätten:

Sabine Schaefer-Maniezki,

Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Kaltenkirchen

Michaela Zöllner, Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Neumünster

Titelgestaltung und Verlagslektorat: Günther Döscher

Verwendete Fotos im Innenteil: Kirsten Dinger (6), Kornelia Tödt (4),

Gudrun Ehlers (1), Holzschnitt »Warten«: Christin Karbaum,

Grafik- und Bild-Ergänzungen/Vignetten/Buchumschlag:

Depositphotos, Fotolia, Adobe-Stock

ISBN 978-3-944459-53-0

# Inhalt

- 2 Wie es begann
- 6 Grußwort aus Kaltenkirchen
- 7 Grußwort aus Neumünster

## Texte aus der Schreibwerkstatt:

### Verzeichnis der Geschichten am Anfang der Kapitel

- 8 Reisen
- 37 Es kam anders als erwartet
- 49 Ein wiedergefundenes Kleidungsstück
- 57 Großeltern
- 75 Bücher
- 85 Augenblicke
- 93 Warten
- 105 Geduld
- 114 Aus dem Leben gegriffen
- 139 Ich habe noch eine Geschichte ...
- 159 Abenteuer Alltag
- 177 Gedichte

## So wirkt die Schreibwerkstatt:

- 189 Über das Schreiben
- 203 Die Leitung der Schreibwerkstatt
- 205 Die Autorinnen

## Moment mal ...

Die folgenden Texte  
zeigen eine Auswahl der Themen,  
wie sie in der Schreibwerkstatt gestellt wurden  
– und die Vielfalt der Reflektionen,  
die sie bei den Schreibenden auslösten.  
Darin liegt der Sinn der Schreibwerkstatt.  
Denn Schreiben in diesem Sinne  
ist nicht allein den Lesern gewidmet.  
Es ist ein Weg zu sich selbst.

Wenn Sie darüber mehr wissen möchten,  
Lesen Sie die

## Gedanken zum Schreiben

ab Seite 189  
– vorher  
oder nachher.



Foto: Kirsten Dinger

Reisen

# Reisen

11

**Reisen – und dann  
die Welt im Herzen tragen**

ELKE VOSS

13

**Erinnerungen an Jerusalem**

GISELA FRIESE

15

**Abendstimmung am Meer**

RENATE RUBACH

16

**Das Mädchen am Zugfenster**

HILDIS SCHLEIFER

18

**Auf den Spuren der Kindheit**

LORE PENZ †

22

**Italien**

RENATE JACOBS

24

**Camping in Lissabon**

HILDIS SCHLEIFER

27

**Eine ungeliebte Reise**

WILMA SCHÖNING

29

**Unglaublich – aber wahr**

RENATE SCHÖNING

34

**Mister Suzuki**

ANJA OSTERHOF-TONZEL

## *Das Mädchen am Zugfenster*

Sie hatte das Zugfenster geöffnet und blickte hinaus. Ihre langen Haare wehten im Fahrtwind.

Auf kleinen weißen Warnschildern am unteren Fenster-  
rand stand:

»Nicht hinauslehnen«

»Do not lean out«

»Ne pencher pas aux dehors«

»E pericoloso sporgersi«

Sie sprach die fremd klingenden Silben leise aus. Immer wieder. Kahle Bäume flogen am Fenster vorüber. Sie blickte zurück. Vor einer Stunde hatten Mama und Papa sie zum Bahnhof gebracht und jetzt war sie allein. Sie war nicht wirklich allein, nur ohne ihre Familie. Das erste Mal in ihrem Leben sollte sie sechs Wochen getrennt sein von allen, die ihr vertraut waren. Sechs Wochen ist eine unendliche Zeit, wenn man zehn Jahre alt ist. Sie unterdrückte die Tränen.

»Kannst du nicht lesen?«, wurde sie von einer Stimme hinter ihr angefahren.

Sie wurde zurückgezerrt und das Fenster abrupt geschlossen.

»Du hättest zu Tode kommen können, und ich bin für dich verantwortlich. Eine Unverschämtheit«, schimpfte die Frau mit der barschen Stimme.

Jetzt konnte sie die Tränen nicht mehr zurückhalten.

»Ach, und dann auch noch die Heulsuse spielen«, zeterte die Stimme.

Mit dieser Frau und den anderen Kindern im Zug musste sie nach Kaufbeuren ins Kinderheim fahren. Sie weinte jetzt nicht. Bloß keine Schwäche zeigen. Nur mit Starksein konnte sie das durchstehen. Wenn die kommenden sechs

Wochen so sein sollten wie eben... Sie stellte sich lieber nichts vor.

Sie blickte aus dem geschlossenen Fenster und dachte an Mama, Papa und ihre Puppe Anne.

Der Zug ratterte. Sie machte die Augen zu. Auf keinen Fall durfte sie jetzt weinen. Keine einzige Träne. Den Triumph gönnte sie der Frau nicht.

Irgendwann schreckte sie hoch. »Frankfurt Hauptbahnhof!«, verkündete die Blechstimme aus dem Lautsprecher. Sie holte eine Schnitte mit Rührei aus der Brottüte, die Mama liebevoll gepackt hatte, und kaute. Es schmeckte nach Zuhause. Die anderen Kinder im Abteil schnatterten und lutschten Himbeerbonbons. Sie packte noch eine Schnitte aus. Es tat gut zu essen, es tröstete sie. Sie guckte wieder aus dem Fenster. Immer weiter weg von Zuhause ratterte der Zug.

Wie gern würde sie das Fenster öffnen und ihr Gesicht im Fahrtwind kühlen, aber die Zeterfrau saß mit im Abteil und guckte böse zu ihr herüber.

Sie las noch einmal die Warnungen auf den weißen Schildern und murmelte vor sich hin: »E pericoloso sporgersi, e pericoloso sporgersi, e pericoloso sporgersi...«

## *Mister Suzuki*

Vor Jahren verbrachten mein Mann und ich unseren Urlaub auf Mauritius. Um nicht nur den wunderschönen Sandstrand zu genießen, sondern auch etwas von der Insel zu sehen, mieteten wir uns in der zweiten Woche unseres Aufenthaltes für mehrere Tage ein Auto.

An einem der Nachmittage wollten wir mit unserem kleinen süßen Auto, einem blauen Suzuki Swift, zu den Tamarind-Wasserfällen fahren. Ich hatte gelesen, dass sie sehr schön und auch ein wenig versteckt und abgeschieden gelegen sein sollten. Laut Reiseführer sollte dort eine zehn Kilometer lange Straße als eine Art Rundweg vorbeiführen. Es dauerte eine Weile, bis wir den Abzweiger von der Teerstraße fanden. Die Straße stellte sich als ein einspuriger, sandiger und nicht befestigter Feldweg heraus. Es kam uns etwas merkwürdig vor, da wir laut Beschreibung eine bessere Strecke erwartet hatten.

Nach ein oder zwei Kilometern kam uns ein Jeep mit Einheimischen entgegen, die freundlich winkten. Wir grüßten zurück und unsere Zweifel legten sich. Mit der Zeit allerdings wurde der Fahrweg immer schlechter und ähnelte eher einem, dem Urwald trotzen den holprigen Pfad, der nur noch zwei Spuren für die Reifen übrigließ. Wir wurden ordentlich in unserem Auto durchgeschüttelt.

Plötzlich standen wir vor einem Cattle Grid – einem Viehgitter im Boden. Es war eine aus Beton gegossene Zementplatte, in die über mehrere Meter hinweg Gitterstäbe eingelassen waren, damit die Tiere nicht darüberlaufen können und auf ihrer Seite der Weide bleiben.

Uns stockte der Atem. Hier konnte unmöglich jemand vor kurzer Zeit entlangefahren sein. Die Zementkante des Viehgitters ragte gut 30 Zentimeter über unserem Weg in

die Höhe. Mein Mann, der den Wagen fuhr, gab ordentlich Gas – mit jaulendem Motor. Aber unser Auto schaffte es trotz mehrerer Anläufe nicht, auf das Gitter zu fahren.

Wir schauten uns ratlos an. Wir hatten gut die Hälfte des Weges geschafft, das Wenden im Dickicht wäre jedoch bei einem Wagen ohne Allradgetriebe schwierig bis unmöglich gewesen, und die Wasserfälle warteten.

Mein Mann stieg aus dem Auto und ich übernahm das Steuer. Er fand im Umkreis ein paar Steine und Äste, die er als Rampe vor die Zementplatte legte. Anschließend quälte ich nicht nur das Gaspedal, sondern mein Mann schob auch von hinten unseren Wagen über die selbstgebaute Auffahrt an. Mit vereinten Kräften und heulendem Motor schafften wir es, dass die Vorderräder das Gitter erklommen und unser Suzuki es auf das Viehgitter schaffte. Mein Mann übernahm wieder das Lenkrad, und wir freuten uns, diese Hürde geschafft zu haben. Ich war heilfroh, dass der Motor sich nicht überhitzt hatte und wir weiterfahren konnten.

Doch die Freude währte nicht lange. Der Weg ging auf einmal steil bergab und wirkte wie eine von dauerndem Regen ausgewaschene Kraterlandschaft, so dass mein Mann aufpassen musste, dass das kleine Auto nicht irgendwo aufsetzte. Zusätzlich tauchten überall kleinere und größere Felsbrocken auf dem Weg auf, die leider so verteilt waren, dass man mit dem Auto nicht drumherum fahren konnte, aber auch zu hoch waren, um darüber zu fahren. Außerdem waren sie zumeist sehr spitzkantig, so dass, selbst wenn das Auto nicht aufsetzen würde, der Unterboden beschädigt worden wäre.

An dieser Stelle bedauerte ich es, dass wir keinen Jeep gemietet hatten. Uns blieb nichts anderes übrig, als unserem Suzuki den Weg frei zu räumen. Ich stieg aus und ging vorweg. Dabei hob ich einen Gesteinsbrocken nach dem anderen aus dem Weg, so dass mein Mann mit dem Auto langsam folgen konnte. Trotz der weggeräumten Steine

blieb es eine Zitterpartie und unser Auto kämpfte sich tapfer seinen Weg. Teilweise hatte es solch eine Schiefelage, dass ich fürchtete, das Auto mitsamt meinem Mann würde zur Seite kippen. Nach gefühlt endloser Zeit war auch dieses Wegstück geschafft, und wir kamen wieder auf eine gut gepflegte Sandstraße.

Doch wo waren die Wasserfälle? Wir hielten an und stiegen aus. Durch das Dickicht konnten wir in der Ferne die Wasserfälle hören, aber nicht sehen.

Auf dem ganzen Weg, den wir zurückgelegt hatten, gab es keine Abzweigung, die wir hätten nehmen können, um zu den Wasserfällen zu gelangen. Auch jetzt erschloss sich uns nicht, wie wir zu ihnen gelangen könnten – weder mit dem Auto noch zu Fuß.

Nachdem wir bereits mehr Stunden als geplant auf dieser Straße zugebracht hatten und die Dunkelheit des Abends näherrückte, entschieden wir uns, zum Hotel zurückzufahren.

Enttäuscht, dass wir unser Ziel nach diesen Strapazen nicht erreicht hatten, machten wir uns müde und erschöpft auf den Rückweg.

Allerdings waren wir Mister Suzuki sehr dankbar, dass er so stabile Autos baut und uns unser tapferer kleiner motorisierter Gefährte nicht im Stich gelassen hat.

# Aus dem Leben gegriffen

- 115  
**Die Frau auf dem Stuhl**  
HILDIS SCHLEIFER
- 116  
**Muße – sinnvoll nutzen**  
INGE KOZUBEK-SCHMIDT
- 118  
**Die Freiheit etwas Neues zu beginnen**  
GISELA FRIESE
- 119  
**Erwachsen geworden**  
WILMA SCHÖNING
- 120  
**Was wäre, wenn ...**  
CHRISTIN KARBAUM
- 121  
**Glück und Leid**  
GABRIELE LIEBIG-REUMANN
- 123  
**Geschichte einer wunderbaren Freundschaft**  
ANNGRET REDECKE
- 124  
**Es muss nicht immer ein Hund sein – oder: Der Rollator als Kontaktmittel**  
LORE PENZ †
- 126  
**Ich erinnere mich noch, wie es damals war**  
CHRISTIN KARBAUM
- 127  
**Jetzt? – und immer**  
GISELA FRIESE
- 129  
**Das 7x7 des Lebens**  
GUDRUN EHLERS
- 131  
**Mein Lebenshaus**  
RENATE SCHÖNING
- 132  
**Lebens-Stufen-Leiter**  
KIRSTEN DINGER
- 133  
**Der liebe Gott sieht alles**  
RENATE RUBACH
- 135  
**Muße, Müßiggang und aller Laster Anfang**  
GISELA FRIESE
- 136  
**Der Tag beginnt, frei, auf**  
CHRISTINE KARBAUM
- 137  
**Wenn Walking-Stöcke reden könnten**  
WILMA SCHÖNING

## *Glück und Leid*

**E**s war Sommer und mein Mann und ich waren auf Fehmarn in Urlaub. Ich liebe die Insel mit ihren riesigen Getreidefeldern, wenn sich die schweren Kornähren im Wind biegen. Unten rauscht das blaue Meer, steinige Naturstrände unter Kieferhainen, feine Sandstrände mit Strandkörben. Als ich in unserem Strandkorb saß und die Fähren nach Dänemark beobachtete, überflutete mich ein unbeschreibliches Glücksgefühl.

Auf dieser Insel könnte ich leben und arbeiten. Sie gibt mir Ruhe und Frieden. Wir fuhren mit dem Fahrrad durch die kleinen Dörfer und fanden die gute alte Zeit wieder, in der alles noch beschaulich zuging.

Das Handy war abgeschaltet. Man brauchte kein Navi. Hier konnte man sich nicht verfahren. Kleine Bauernhof-Cafés luden zum Rasten ein. Hektik und Alltag waren vergessen. Die Zeit blieb stehen. Wieder Zuhause angekommen, holte mich der Alltag schnell ein.

Meine demenzkranke Mutter konnte schlecht atmen. Sie hatte Wasser in der Lunge und musste ins Krankenhaus. Der Arzt informierte meine Schwester und mich, dass ihr Zustand sehr ernst sei und sie vielleicht sterben würde. Wir waren geschockt und gingen jeden Tag zu unserer Mutter, um ihr das Gefühl zu geben, nicht allein zu sein.

Ich schenkte ihr eine rote Rose als Zeichen meiner Liebe. Die Krankenschwester zeigte ihr die Blume jeden Tag. Meine Mutter schlief viel, kämpfte sich noch einmal ins Leben zurück und kam wieder ins Pflegeheim. Sie regenerierte sich merklich und hatte noch einige klare Momente, in denen ich mich mit ihr unterhalten konnte.

Eines Nachts hörte ich im Traum die Stimme meiner Mutter, die mich rief. Sie wollte sich von mir verabschie-

den. Sie sagte, dass sie am 11. August, am Geburtstag meines Vaters, sterben würde. Ich erwachte voller Panik und musste weinen.

Zwei Tage vor dem Geburtstag meines Vaters, am 9. August, besuchte ich meine Mutter. Sie ergriff meine Hand und ließ sie nicht mehr los. Sie sagte: »Ich muss nun gehen, Papa ruft mich.«

Ich erschrak und war sehr traurig. Seit dem Tod meines Vaters im Jahre 1988 war sie nie wieder glücklich, in Gedanken war sie immer bei ihm. In den folgenden Wochen erlitt meine Mutter mehrere kleinere Schlaganfälle.

Sie war noch zweimal im Krankenhaus. Aber man konnte ihr nicht mehr helfen; ihr Gehirn war irreparabel geschädigt. Sie lag nur noch im Bett, sah mit starrem Blick zur Decke, war kaum ansprechbar, sagte nur noch ja und nein.

Ich hatte das Gefühl, dass sie mich nicht mehr erkannte. Wenn ich sie fragte, wer ich bin, kam keine Reaktion. Meine Schwester und ich lasen ihr Geschichten vor, das mochte sie. Oder ich sang für sie alte Volkslieder. An unserem letzten Abend sang ich alle Strophen der Vogelhochzeit, da schlief sie zufrieden ein.

Meine Schwester und ich litten sehr darunter, unsere Mutter hilflos im Bett liegen zu sehen und nicht helfen zu können. Wir wollten nicht mehr, dass sie leidet. Schweren Herzens lehnten wir vorsorglich eine eventuelle weitere Krankenhausbehandlung ab. Sie sollte in Ruhe und Frieden sterben, ohne Schmerzen zu empfinden, in gewohnter Umgebung. Wir gaben ihr Schicksal in Gottes Hand.

Als ich diesen Satz zu Ende geschrieben hatte, klingelte mein Telefon. Es war das Seniorenheim, ich möge sofort kommen, meine Mutter läge im Sterben.

Als ich ankam, war sie bereits tot. Ich war glücklich, dass sie friedlich eingeschlafen war und zugleich traurig, dass ich mich nicht verabschieden konnte.

## *Geschichte einer wunderbaren Freundschaft*

**I**m Jahre 1968 begann meine Zeit als Gemeindeschwester in Kisdorf. Bei meinen Besuchen in der Gemeinde lernte ich eine wunderbare Frau kennen. Sie war Bäuerin und hatte einen sehr intensiven Arbeitstag, Haus und Hof und fünf Kinder und Mann wollten versorgt werden.

Das Wunderbare war, dass sie trotz all' ihrer Arbeit immer Zeit hatte, wenn ich dort einkehrte. Manche Stunde habe ich dort verbracht und durfte ihr bei einer Tasse Tee meine Sorgen erzählen. Sie war eine gute ZuhörerIn.

Man sagt immer »Tee weckt die guten Lebensgeister« – das konnte ich nur bestätigen. Tante Carla – so hieß meine Freundin – zelebrierte den Tee nach Ostfriesenart, das hatte sie von ihrem aus Ostfriesland stammenden Mann übernommen.

In dieser Atmosphäre war es für mich ein erholsames Auftanken für die Seele. Ich habe mich dort immer willkommen gefühlt, sie hat mich mit ihrer herzlichen Art verwöhnt.

Dabei habe ich erfahren dürfen, was Freundschaft bedeutet. Gestärkt und aufgebaut konnte ich mich wieder meinen Patienten widmen.

Das ist nun lange her, meine mütterliche Freundin lebt nicht mehr, aber die Freundschaft mit ihrer Familie ist geblieben. Die Teestunde ist zu einer lieb gewordenen Tradition geworden. Noch heute kehre ich gern auf dem Bauernhof ein.

Wir erinnern uns dann an vergangene Zeiten und erzählen von den vielen kleinen Geschichten, die wir gemeinsam mit Tante Carla erlebt haben.

## *Lebens-Stufen-Leiter*

**E**s ist wahr, ich muss es mir eingestehen. Ich bin meine Lebens-Stufen-Leiter in den letzten Jahren atemlos hinaufgejagt. Verpflichtungen, kräftezehrende Arbeit und der Versuch ein wenig Privatleben zu leben, haben mich immer weitergetrieben.

Dreimal wurde ich beim Hinaufsteigen ausgebremst: Der Unfalltod eines Freundes als ich 20 Jahre alt war; die Insolvenz meines Arbeitgebers nach 18 Jahren harter Arbeit und der Tod meines Vaters im Jahr 2005.

Diese Einschlüge ließen mich mein Leben überdenken. Aber die guten Vorsätze mein Leben intensiver zu genießen und mehr im Heute zu leben, hielten nicht lange an. Der Alltagstrott und das Bangen um Morgen hetzten mich wieder weiter.

Kein Blick zurück.

Heute stehe ich auf einer Stufe meiner Lebensleiter und schaue in Ruhe zurück.

Meine Krankheit zwingt mich, ein anderes Leben zu leben und ich kann wieder mehr im Heute sein. Mein Hasten und Streben, die Sorgen um Morgen treiben mich nicht mehr so stark an.

Dennoch werde ich immer ängstlicher in die Zukunft schauen als andere Menschen, so bin ich nun einmal und akzeptiere mich heute mehr als damals.

Wer weiß, vielleicht schaffe ich es noch, meine Lebensleiter um eine Aussichtsplattform zu erweitern, von der ich entspannt meinen Lebens-Herbst bestaunen kann.

Ich hab' noch  
eine Geschichte ...



... fast vergessen

## *Weihnachten 1968 im Sauerland*

Die Advents- und Vorweihnachtszeit war immer besonders schön auf Oberkorbecke. So hieß der Ort, in dem ich als Kind gewohnt habe. Hier gab es drei Häuser. Abends war es stockfinster. Im Dorf gab es keine Laternen. Wenn Schnee lag und der Mond schien, sah die Landschaft mystisch und geheimnisvoll aus.

Bei Vollmond warfen die kahlen Bäume und Sträucher lange Schatten auf die weißen Wiesen. In den Fenstern leuchteten Kerzen und warfen bizarre Figuren an Scheiben, an denen Eisblumen blühten.

Im Jahr 1968 aber lag Weihnachten kein Schnee, es war schwarz und geheimnisvoll. Da meine Mutter auch am Heiligabend bis 16 Uhr arbeiten musste, wurde der Kartoffelsalat am Tag zuvor zubereitet, dazu gab es Fleischwurst – für uns ein richtiges Festessen.

Gegessen wurde in der Küche. Der Tisch war festlich und mit einem weihnachtlichen Tischtuch gedeckt. Im Radio spielten weihnachtliche Lieder. Das Wohnzimmer war verschlossen, weil das Christkind Vorbereitungen für die Bescherung treffen musste.

Hin und wieder hörte ich ein Rascheln und leises Klirren. Ich war sehr aufgeregt. Nach dem Essen ließ meine Mutter uns allein, um sich für die Bescherung umzuziehen, wie sie sagte. Meine Schwester und ich konnten es nicht erwarten und wagten kaum zu sprechen, um das Läuten nicht zu verpassen.

Wie durch Zauberhand öffnete sich die Stubentür und eine Glocke rief zum Gabentisch. Der Baum war mit silbernen Kugeln und echten Kerzen geschmückt. Glitzernes Lametta hing in den Zweigen. Schokoladenkringel

warteten darauf von uns genascht zu werden. Es roch nach Bienenwachs und Tannengrün. Von einer Schallplatte erklang leise Weihnachtsmusik von Heintje. Auf dem Tisch lagen die Geschenke, liebevoll verpackt und mit Schleifen verziert.

Jetzt mussten wir ein Gedicht aufsagen, um uns die Geschenke zu verdienen. Rechts lagen die Gaben für meine Schwester Doris, links meine Päckchen. In der Mitte standen bunte Teller.

Meine Freude bekam einen leisen Dämpfer: Auf meiner Seite lagen mehrere kleine Päckchen. Ich rätselte: Bücher? Gesellschaftsspiele? Vielleicht ein warmer Pullover oder eine Mütze? Bei meiner Schwester prangten zusätzlich zwei große Pakete.

Ich packte meine kleinen Päckchen aus: Bücher! Wie schon von mir vermutet – zwei neue Bände von Hanni und Nanni. Ich freute mich schon darauf zu erfahren, was die Zwillinge wieder für neue Abenteuer im Internat erleben würden.

Doris wickelte zwei Bücher von Pucky aus. Ich bekam Unterwäsche und einen Pullover. Ich musste mich zusammenreißen, um mir meine Enttäuschung nicht anmerken zu lassen. Unauffällig schaute ich unter den Tisch, ob dort vielleicht noch etwas versteckt war.

Meine Schwester packte eine Trockenhaube für ihre Haare aus. Naja, darauf war ich nicht neidisch. Meine Haare waren raspelkurz und glatt. Die brauchten keine Haube. Als nächstes wickelte sie ein Silberbesteck für zwölf Personen aus. Vorsichtig hielt sie einen Löffel hoch und erfreute sich an dem edlen Glanz, darin spiegelten sich die Kerzen des Baums.

Die Tränen brannten hinter meinen Augenlidern. Vorsichtig legte meine Mutter einen Arm um meine Schulter. Sie drückte mich sacht an sich und sagte leise: »Du musst nicht traurig sein. Es ist nicht einfach für mich, eure

Wünsche zu erfüllen. Doris geht nächstes Jahr aus dem Haus, und ich möchte ihr wenigsten eine kleine Aussteuer mitgeben.«

Ich wand mich aus ihrer Umarmung und setzte mich aufs Sofa. Lustlos wickelte ich ein Stück Schokolade aus dem glänzenden Stanniolpapier und steckte es in den Mund. Sichtbar gelangweilt blätterte ich in meinen Büchern und schielte durch meinen Pony, ob meine Mutter meinen Frust auch sah. Weihnachten war doof und für mich dieses Jahr höchst ungerecht.

Als meine Mutter mich dann aufforderte, die leeren Schachteln ins Badezimmer zu bringen, wo sie am nächsten Tag im Badeofen verbrannt werden sollten, brachte es das Fass zum Überlaufen. Sauer und mit vor der Brust verschränkten Armen stand ich da. »Doris kriegt die dicken Geschenke, und ich soll den Müll rausbringen? Phhh. Mach ich nicht.« Wütend stampfte ich mit dem Fuß.

Meine Mutter warf mir die Kartons vor die Füße und sagte: »Die bringst du jetzt raus! Und ich will keine Widerworte hören.«

Ich nahm den Kram und ging Richtung Badezimmer, öffnete die Tür, machte das Licht an und hob die Arme, um alles in die Badewanne zu werfen. In der Bewegung hielt ich inne. Ich traute meinen Augen nicht.

Mitten im Raum stand ein nagelneues grün- und silberglänzendes Fahrrad. Ich ließ alles fallen, um mir das Prachtstück genauer anzusehen. Ein schicker schwarzer Sattel, eine Klingel, eine Luftpumpe. Alles vorhanden. Mit zitternden Knien setzte ich mich auf die Toilette und heulte Rotz und Wasser. Ich konnte mich gar nicht wieder beruhigen.

Nach einiger Zeit guckten meine Mutter und Doris vorsichtig um die Ecke und fragten, ob alles in Ordnung sei.

Lachend und weinend fiel ich meiner Mutter um den Hals und konnte vor Freude kaum sprechen. Immer wieder

ging ich ins Bad, um mich zu überzeugen, dass ich nicht geträumt hatte. Am liebsten hätte ich den grünen Flitzer mit ins Schlafzimmer genommen.

Ich betete, dass am nächsten Tag kein Schnee liegen möge, damit ich eine Probefahrt machen könne, denn die klare Ansage meiner Mutter war: »Bei Schnee bleibt das Rad im Schuppen.«

Der liebe Gott hatte ein Einsehen mit mir, und so konnte ich losfahren. Voller Stolz zeigte ich meinen Freundinnen mein neues Rad. Es war das schönste Geschenk, das ich in meinem Leben bekommen habe. Es hat mich bis zu meinem Umzug nach Neumünster begleitet.

Und auch heute, neunundvierzig Jahre später, klingt die Freude dieses Weihnachtsfest noch in mir nach, wenn ich daran denke.

Die Geschichte wurde oft in der Familie erzählt und jedes Mal hatte meine Mutter Tränen in den Augen, wenn sie davon erzählte.

Danke Mutti.

RENATE RUBACH

## ***Die 50er Jahre – »Haar-sträubend«***

**D**ie braven Zöpfe hatte ich mir abschneiden lassen als ich 15 war. Jetzt hatte ich einen schrägen Pony und einen flotten Kurzhaarschnitt – fand ich. »Nur ein bisschen die Zöpfe kürzen lassen«, hatte meine Mutter gesagt, als ich mich auf den Weg zum Friseur verabschiedete.

Jetzt kam ich zurück. Vorsichtig öffnete ich die Tür und reckte erwartungsvoll meinen Kopf in die Höhe – und schon ging das Donnerwetter los: »Wie siehst du denn aus?

Was hast du mit den Zöpfen machen lassen? So ein frecher Herrschnitt! Das ist ja unerhört.«

Ich duckte mich; fürchtete, eine Ohrfeige zu bekommen und knurrte leise: »Alle in meiner Klasse haben kurze Haare, nur ich hatte noch Zöpfe. Ich bin doch kein kleines Kind mehr. Oma sagt doch auch immer: ›Lange Haare, kurzer Sinn.« Gilt das nur für Jungs?«

Auch mein Vater war entsetzt über den frechen »Bubikopf«.

Nun war es allerdings geschehen! Die Anordnung lautete: Ich sollte die Haare wieder wachsen lassen, bis ein Samtband die Haare aus der Stirn halten konnte. Möglich, dass meine Haare es deshalb nie wieder auf Schulterlänge geschafft haben.

Die Überraschung kam 50 Jahre später: In der Fotosammlung meiner Mutter fand ich Bilder, die meine Mutter in jungen Jahren mit genau diesem so genannten »Herrenschnitt« zeigten.

# Gedanken über das Schreiben



Zwischen Themenfindung  
und Besprechung:  
Stilles Schaffen  
in der Schreibwerkstatt.

# Gedanken über das Schreiben in der Schreibwerkstatt

ADELHEID LIEPELT

191

***Kreatives Schreiben***

192

***Warum schreiben***

194

***Schreiben über das eigene Leben***

197

***Über das Schreiben  
in der Schreibwerkstatt***

202

***Literatur-Hinweise***

203

***Die Leiterin der Schreibwerkstatt***

***Ein Dankeschön***

# *Kreatives Schreiben*

**K**reatives Schreiben hat in den USA eine mehr als 100jährige Tradition und hat sich seit Anfang der 1970er Jahre auch in Deutschland mehr und mehr in verschiedenen pädagogischen, psychosozialen und künstlerischen Bereichen verbreitet.

Eine einheitliche Beschreibung, was Kreatives Schreiben beinhaltet, ist nicht möglich, weil die Ansätze in ihren Zielen, Ausrichtungen und Methoden zu unterschiedlich sind. Aber generell lässt sich sagen, dass Kreatives Schreiben eine Methode zur Förderung **kreativ**-sprachlicher Prozesse ist. Im Kreativen Schreiben geht es darum, einen lustvollen Zugang zum sprachlichen Ausdruck und zur eigenen Sprache zu finden. Es berührt die ganze Person, in dem es kognitive, emotionale und imaginäre Prozesse verbindet. Und es ist implizit therapeutisch, wenn Erinnerungen, Erlebnisse, Wünsche oder Gedanken schreibend gestaltet werden. Lutz von Werder nennt drei Arten des Kreativen Schreibens:

- > literarisches Schreiben
- > Schreibspiel
- > Selbsterfahrung

Der integrative Ansatz des Kreativen Schreibens verbindet sowohl spielerische, literarische als auch therapeutische Aspekte.<sup>1</sup> Nach diesem Ansatz wird in den Schreibwerkstätten Kaltenkirchen und Neumünster geschrieben.

*Das Lehrbuch des Kreativen Schreibens* von Lutz von Werder gibt eine umfassende Einführung in Grundlagen, Technik und Praxis.

---

1) Werder, von Lutz, 2007, 19ff.

## Warum schreiben?

Es gibt vielfältige Gründe, warum Menschen eine Schreibwerkstatt besuchen. Manche möchten z. B. mehr über das Handwerk des Schreibens erfahren oder ihre Lebensgeschichten aufschreiben, andere möchten ihre Erinnerungen und Erlebnisse für die nächste Generation festhalten. Meist vermischen sich die Gründe oder ändern sich im Laufe der Zeit.

Ilse Krause wollte schon immer ihre Lebensgeschichten aufschreiben und besucht seit Jahren die Schreibwerkstatt. »Ich war überrascht, wie gut mir das tut.« Das Schreiben hat ihr auch einen neuen Blick auf das Leben gegeben und viele Erinnerungen zutage gefördert, die jahrelang verschüttet waren.

Andere schreiben aus dem Bedürfnis heraus, ihre Seele zu befreien. So erging es einer Teilnehmerin, die nach dem Tod ihres Mannes in die Schreibwerkstatt kam. »Schreiben«, sagte sie, »hat mich aus dem tiefen Loch gerettet.« Nicht nur das Schreiben ist für sie eine Quelle der Lebenskraft, sie schätzt auch den Austausch mit anderen Menschen in der Schreibwerkstatt. »Das gemeinsame Schreiben in der Gruppe greift auf alte Strukturen zurück, als das Erfinden von Geschichten, das Erzählen und Zuhören in eins fielen.«<sup>2</sup> Es eröffnet Räume für Ko-Kreativität, denn Potenziale können sich am besten entfalten, wenn es frei und ohne Druck geschieht

Diese literarische Geselligkeit hat viel mit dem Spiel gemeinsam.

Ich meine das freie, spielerische Schreiben an einem großen Tisch gemeinsam mit anderen, wenn es frei ist von Bewertungen, und wo es nicht heißt: »Thema verfehlt.« "f"Ł

---

2) Marschik, Matthias, 1993, 87

# Leiterin der Schreibwerkstatt

## Adelheid Liepelt,

Dipl. soz. oek., Sozialwissenschaftlerin Zertifizierte Kursleiterin für Poesie- und Bibliothherapie (EAG/FPI),  
Zertifizierte Anleiterin in poetischer Selbstanalyse und poetischer Selbsthilfegruppenarbeit (IKS Berlin),  
Leiterin von persönlichkeitsbildenden Schreibwerkstätten (DGPB®),  
2008 bis 2011 Mit-Begründerin und Dozentin des SchreibArt-Instituts für Kreatives Schreiben und Poesietherapie, Hamburg.  
Ab 2012 Mit-Begründerin und Dozentin von *Schlüsselworte*, Weiterbildungseinrichtung für Kreatives Schreiben und Poesietherapie, Hamburg.

Weitere Information:  
[www.adelheid-liepelt.de](http://www.adelheid-liepelt.de)

Beiträge im Buch:	Seite
Kreatives Schreiben	191
Warum schreiben?	192
Schreiben über das eigene Leben	194
Über das Schreiben in der Schreibwerkstatt	197



## Ein Dankeschön

Es ist nicht selbstverständlich, die Schreibwerkstatt im Bereich der Gleichstellung anzusiedeln, doch es zeigte sich, dass sie dort gut aufgehoben ist. Dafür ein herzliches Dankeschön aller Teilnehmerinnen an die engagierten Gleichstellungsbeauftragten:

### **Sabine Schaefer-Maniezki**

Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Kaltenkirchen

### **Michaela Zöllner**

Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Neumünster

»Mir schwirrt  
etwas im Kopf  
herum...«

Erinnerungen  
und Träume –  
Erlebnisse und  
Sehnsüchte – wirre  
Gedanken – plötzliche  
Erkenntnisse – Sinnfragen  
und große Pläne...

Lass sie fliegen – erzähle sie den  
anderen und dir selbst.

Seit vielen Jahren leitet Adelheid Liepelt  
»Schreibwerkstätten«, ein Treffpunkt für Frauen,  
die Freude daran haben, den eigenen sprachlichen  
Ausdruck zu entdecken – und mehr über sich  
zu erfahren.

22 Kursteilnehmerinnen zeigen in ihren vielfältigen  
Beiträgen, wie das auf unterhaltsame Weise gelingt.  
Im Fachteil erläutert Adelheid Liepelt Sinn und  
Praxis des gemeinsamen Kreativen Schreibens.

*Nicht, was wir erlebt haben,  
ist das Leben, sondern das,  
was wir erinnern  
und wie wir es erinnern,  
um davon zu erzählen.*

*García Márquez*



VERLAG  
**kadEra**

www.kadEra-verlag.de  
ISBN 978-3-944459-53-0



9 783944 459530