



gemeinsam lesen

Anhaltspunkte

HEIKE POURIAN

WENN WIR WIEDER WAHRNEHMEN

Im ersten Kapitel des Buches »Wenn wir wieder wahrnehmen« schlägt Heike vor, zu prüfen, ob wir dieses Buch wirklich wie gewohnt allein lesen wollen. Es kann hilfreich und unterstützend sein, sich zusammensetzen – zum Beispiel, um nicht die alte Einsamkeitserfahrung zu wiederholen, wenn ich von Einsamkeit lese, aber niemand da ist, der den Schmerz darüber mit mir fühlen kann. Wir, das Buchteam, sind freudig überrascht, wie viele Leser*innen diese Anregung ernst nehmen: Überall finden sich Menschen zusammen. Das ist wunderbar. Wir haben bereits Online-Vernetzungstreffen dazu organisiert, damit Menschen sich finden und über ihre Erfahrungen austauschen können. Dort zeigte sich, wie bunt Lesekreise sind und sein können. Das finden

wir wundervoll – und wir haben auch viele Fragen gehört: Wie kann es gelingen, in Lesekreisen den Raum zu öffnen für das ganze pralle Leben, und dabei nicht den Boden unter den Füßen zu verlieren? Wie können wir liebevoll miteinander herausfinden, was es für unseren Lesekreis braucht und wie sich das verändern und entfalten darf? Wie viel Struktur möchten wir uns geben, ohne dass wir uns eingengt fühlen? Welche für uns wichtigen Verantwortlichkeiten gibt es in unserem Lesekreis und wer möchte diese übernehmen oder hüten? Wo unterstützt uns eine vereinbarte Struktur und schafft einen sicheren Raum? Und wo erzeugt sie Enge oder lässt uns starr werden? Vielleicht hilft es euch, vorab oder immer mal wieder diese Fragen miteinander zu bewegen:

persönlich – digital/online?

Möchten wir uns persönlich treffen? Wenn ja, soll es ein privater oder ein neutraler Ort sein? Vielleicht bedenken: Ist der Raum barrierefrei? Ist es immer der gleiche oder besuchen wir uns reihum? Oder wollen/müssen wir online zusammenkommen? Welche Vor- und Nachteile überwiegen jeweils für uns und warum?

regelmäßig – unregelmäßig?

Verabreden wir einen wöchentlichen/monatlichen Termin, oder finden wir andere Vereinbarungen miteinander (z.B. bei jedem Treffen das nächste vereinbaren oder erst zum nächsten Treffen einladen, wenn sich Menschen gefunden haben, die dafür inhaltlich etwas vorbereiten)?

geschlossen – offen?

Ist es ein fester Kreis von Menschen, die sich immer wieder begegnen, oder können jedes Mal neue Menschen dazukommen? Gibt es einen Kern von Menschen, die öfter dabei sind, und einige, die seltener dabei sind? Wie stimmen wir das miteinander ab? Wie können Zu- und Absagen so vereinbart werden, dass es für alle Beteiligten stimmig und wertschätzend ist? Wen und wie laden wir ein?

vorbereitet – frei?

Gibt es Menschen, die die Treffen (komplett) inhaltlich vorbereiten oder einen Impuls zum Start hineingeben? Oder treffen wir uns einfach ganz frei und schauen,

was heute Raum bekommen möchte? Gibt es einen oder zwei Menschen, die hosten/führen, oder führt sich die Gruppe selbst? Wer ist für was verantwortlich? Und sind das immer dieselben Menschen? Macht es für euch Sinn, inhaltliche und organisatorische Verantwortung zu trennen?

Gruppengröße?

Möchten wir zu zweit oder zu dritt sein? Fühlen wir uns eher mit einer mittelgroßen Gruppe von ein, zwei Handvoll Menschen wohl? Kann es eine größere Gruppe sein? Wie viele Anwesende können von Einladenden, Organisierenden, Host(s), dem Raum und dem Gruppenkörper gut getragen werden? Ab wann ist es »zu viel«?

Ausrichtung und Wünsche?

Was wünscht ihr euch vom Lesekreis? Möchtet ihr einfach nicht allein sein beim Lesen? Wollt ihr still im gleichen Raum gleichzeitig lesen oder lest ihr (abwechselnd) laut vor? Wollt ihr eine Passage vereinbaren, die alle vorab lesen und über die ihr euch austauscht? Möchtet ihr im Buch Beschriebenes ausprobieren (somatische Praxis, Wahrnehmungsübungen, Dialogformate)? Geht es euch einfach darum, euch mit Ähnlichgesinnten zu treffen, oder erhofft ihr euch eine tatkräftige Initiative aus dieser Zusammenkunft? Vielleicht kommt der eine zum Kuscheln und die andere möchte eine SoLaWi gründen – gut, das voneinander zu erfahren.

Gruppenzusammensetzung?

Dieses Thema kann knifflig erscheinen. Wir möchten es gern benennen, weil es unbewusst ohnehin wirkt: Laden wir breit und offen ein oder gibt es vielleicht Aspekte, die (Einzelnen von) uns wichtig sind, um uns miteinander sicher zu fühlen? Viele von uns wünschen sich eine Kultur, in der wir niemanden ausschließen – und manchmal ist es hilfreich, bewusst zu wählen bzw. Grenzen zu benennen, damit sich alle sicher genug fühlen können. (Eines der Muster des Commoning spricht von »halbdurchlässigen Membranen«, mit denen wir Gruppen umgeben können.) Beispiele für Vereinbarungen: Ist uns als gemeinsamer Startpunkt wichtig, dass z.B. alle Beteiligten das Buch schon ganz

gelesen haben – oder genau eben nicht? Vielleicht möchten wir uns unter Frauen*, FLINTA*, Männern* ... treffen? Vielleicht gibt es eine andere (inhaltliche oder formale) Klammer, die uns zusammenführt? Wo sind bei diesen Entscheidungen Bequemlichkeit und Erzählungen des alten Narrativs ausschlaggebend und wo geht es um ein wahrhaftiges und wichtiges Bedürfnis nach Sicherheit und Stimmigkeit? Es kann hilfreich sein, in einer eher kleinen Gruppe zu beginnen und sich auch an diese Themen miteinander »heranzutasten«.

Meldet euch bei Fragen gerne bei uns:
lesekreise@wahrnehmen.org

→ **Wie anfangen?** Ihr müsst nicht von vornherein die Welt neu erfinden. Vielleicht hilft ein ganz vertrautes Format für den Start: Ihr trefft euch regelmäßig, eine Person bereitet etwas vor, alle anderen lassen sich drauf ein – prima! Wenn ihr euch miteinander eingeschwungen habt, könnt ihr dann immer noch schauen, ob und an welchen Stellen ihr neue Wege probieren möchtet, die unvertrauter sind, aber vielleicht noch besser zu euch und zum Thema passen.

→ **Regelmäßig innehalten:** Unsere Einladung ist, euer Setting – auch miteinander – regelmäßig zu überprüfen und nicht in Automatismen zu rutschen: Erlaubt euch, immer wieder hinzuspüren, wie diese Treffen gestaltet werden möchten und welche Bedürfnisse Raum brauchen. Hat sich etwas verändert? Ist der Rahmen noch stimmig?

→ **Der Freude folgen:** Etwas Neues in die Welt zu bringen ist für manche von uns herausfordernd und aufregend. Aufregung kann ja auch ein Zeichen dafür sein, dass wir an unseren Aufgaben wachsen. Wir möchten dich erinnern, dass es leicht und freudig sein kann. Wenn es sich verkrampft und anstrengend anfühlt, lasst es los und schaut neu auf die Herangehensweise, das Setting oder die Verteilung der Aufgaben. Hol dir Unterstützung, bleib nicht allein damit und mit dem Anspruch, es können zu müssen. Ein schöner Übungsraum, um auf die Gruppenweisheit und die Fähigkeiten aller zu vertrauen: Wenn dir etwas nicht entspricht oder es sich stressig anfühlt, ist diese Aufgabe vielleicht überflüssig oder jemand anders hat Lust, sie zu übernehmen?

→ **Unterstützung erbitten:** Wenn ihr an bestimmten Punkten das Gefühl habt, nicht weiterzukommen oder festzustecken, dann meldet euch jederzeit gerne bei uns. Wir stehen euch gerne zur Seite und finden gemeinsam heraus, was es braucht, damit es wieder fließen kann: lesekreise@wahrnehmen.org

Finanzierung unseres Tuns

Und auch wir erbitten Unterstützung: Es ist uns wichtig, euch die Begleitung und Vernetzung der Lesekreise bedingungslos zur Verfügung zu stellen. Das gehört unserem Empfinden nach zur Kultur des Buches dazu. Andererseits können wir unser Tun nicht einfach verschenken, weil auch wir – wie die allermeisten Menschen – Geld zum Leben brauchen. Wenn ihr beitragen wollt, um diese besondere Arbeit des erweiterten Buchteams (Janne und Sabine) auch in Zukunft zu ermöglichen, bitte gerne – die Kontodaten findet ihr hier:

www.wahrnehmen.org/konto

Betreff: »Beitrag Vernetzung und Lesekreise«

Danke!

Von Herzen, viel Freude beim Forschen,
Sabine und Janne

www.wahrnehmen.org/lesekreise
lesekreise@wahrnehmen.org

Weiterführendes

→ Für Neugierige, die mehr Anregungen brauchen, verweisen wir sehr gerne auf die folgende, schöne **Übersicht zum Thema Dialogkultur** der Pioneers of Change: <https://t1p.de/aoh>

→ Außerdem empfehlen wir, das **Kapitel 8 »Eine Sprache finden«** besonders aufmerksam (erneut) zu lesen. Dort finden sich sehr viele Hinweise, die beim Gestalten eines Lesekreises hilfreich sein können!

→ Wenn du dich mit anderen Lesenden/Lesekreis-Aktiven vernetzen möchtest, für gegenseitige Unterstützung und um Fragen loszuwerden, laden wir dich in die **Lesekreise-Signal-Gruppe** ein: <https://t1p.de/w4signal>

→ Und es gibt einen **Lesekreis-Mailverteiler**, wenn du hinein möchtest, schreibe uns einfach!