

Ghislaine Praet

Selbsterfahrung durch Lesen und Schreiben

Das Lesen eines Buches ist wie das Hineintauchen, das Sich-Hineinfühlen in eine andere Welt. Wenn ich ein Buch lese, dann begegne ich anderen Schicksalen, Personen und Situationen. Durch das Lesen von anderen Dingen, die erst einmal nichts mit einem momentanen Leben zu tun haben, gewinne ich persönliche Distanz zu mir selbst und meinen Situationen, meinen Problemen. Durch die Beschäftigung mit "der Welt des Buches", das Verstehen anderer Lebenserfahrungen(en), bin ich in der Lage, meine eigene Situation neu zu überdenken. Das Sich-Hineinfühlen in andere

Charaktere schafft eine innere Distanz zu dem Selbstverständnis meines eigenen Charakters, meiner eigenen inneren und äußeren Person.

Eine Beschäftigung mit Tagebuchnotizen und Gedichten ist eine zusätzliche Erfahrung. Im Nachhinein lassen sich durch Tagebuchnotizen und Gedichte Begegnungen mit Bekannten und Freunden(innen), wichtige Situationen, das Selbstverständnis meiner Person neu erleben. Durch diesen gewonnenen Abstand bin ich in der Lage, mein Leben neu zu erfahren, eine Distanz zu erleben, die mir hilft, schwierige Situationen und mein Dasein in dieser Welt neu zu überdenken. So ist Schreiben für mich eine nicht wegzudenkende Hilfe und Unterstützung. So ist Lesen für mich nicht bloß eine Beschäftigung gegen Langeweile, sondern ein wichtiger Teil meiner Selbsterfahrung.