



Mit Stift und Papier in den Wald

„IN DER NATUR ZU SCHREIBEN UND SIE ZU
BESCHREIBEN IST ERFÜLLEND UND HEILSAM“

Beim Schreiben im Wald kann der Journalist und Autor Roland Rödermund (43) neue Kraft schöpfen. Als Schreibcoach (rolandroedermund.de) teilt er diese Erfahrungen regelmäßig mit anderen.

Wie unterscheidet sich das Schreiben am Schreibtisch von dem in der Natur?

Anders als mein Schreibtisch, an dem ich ja meinem täglichen Broterwerb nachgehe, ist der Wald für mich eine Art Schutzraum, in dem ich meine ganze Aufmerksamkeit gezielt nach innen richten kann. Es geht mir dann nicht darum, einen möglichst druckreifen Text zu verfassen, sondern einfach nur den Moment einzufangen, indem ich das notiere, was ich gerade fühle oder sehe.

Warum gerade der Wald?

Das Meer ist mir zu weit. Mein Blick kann sich dort kaum an etwas festhalten. Im Wald ist das anders. Mit jedem Aufenthalt entdecke ich dort neue Details wie die unterschiedlichen Strukturen einer Baumrinde oder die verschiedenen Farbstufen eines Blattes vom frischen Grün eines neuen Triebes bis hin zum erdigen Braun,

wenn es auf dem Boden liegt. Je öfter ich im Wald bin, desto schneller finde ich diese Ruhe, die ich in meinem Alltag in der Großstadt sonst nicht so leicht finden kann.

Wie findest du den perfekten Platz?

Ich gehe fast immer in denselben Wald, etwa ein- bis zweimal pro Woche, zu einer Anhöhe, die ich schon kenne. Oft laufe ich auch ein bisschen umher – gut sind immer Lichtungen, um sich geschützt zu fühlen und trotzdem einen Überblick zu behalten.

Was empfindest du beim Schreiben in der Natur?

Das ist unterschiedlich. Meist werden die Gefühle verstärkt, die ich schon mit in den Wald hineingenommen habe – Traurigkeit oder Wut, aber auch Freude oder Optimismus. In der Natur kann ich sie alle zu- und über das Schreiben wieder loslassen. Manchmal sitze ich auch nur da, ohne dass mir Wörter in den Sinn kommen. Ich glaube, genau darum geht es: ohne Druck den Moment anzunehmen und auch mal eine gewisse Leere auszuhalten. Und nach einer gewissen Zeit der Übung ist das ein sehr, sehr schönes Gefühl.