

1. Kapitel: Geistesblitze

Checkliste – Geistesblitze

Ein Geistesblitz enthält:

- Prickelnde Energie, als wärest du in den Gedanken verliebt.
- Etwas, das dir neu ist.
- Etwas, das dich begeistert. Auch wenn du es noch nicht genau fassen kannst.
- Eine Figur. Ein Jemand, der etwas tut oder dem etwas widerfährt.

Umgang mit einem Geistesblitz:

- Trainiere wertfreies Beobachten und Belauschen. Sowohl deiner Umwelt, als auch deiner eigenen Gedanken.
- Lerne auf dem Papier zu denken. Ja, auf dem Papier! Für Notizen gibt es nichts Besseres. Denn dort materialisieren sich deine Gedanken zu etwas Festem, Greifbarem. Außerdem ist es von Vorteil ein Notizheft zu nutzen, das man immer mit sich herumtragen kann (braucht auch keinen Akku).

Falls es dir an Geistesblitzen mangelt:

- Provoziere sie, indem du angenehm Außergewöhnliches tust.
- Nutze die Langeweile eines Sonntags.
- Verknüpfe bisher Unverknüpftes.