

Glarner lehrt in Basel das Schreiben

Der 38-jährige Glarner Marc Oberer ist Schreibcoach und macht eine Ausbildung zum Achtsamkeitstrainer. Bei Kursteilnehmern aktiviert er den kreativen Fluss und das Handwerk. Sein Raum im Basler Rheinhafen ist dafür ideal.

Von Irène Hunold Straub

Basel. – Im Basler Rheinhafen hört man Vogelgezwitscher. Die Möwen kreischen. Man sieht lange, hochseetaugliche Kähne, die an der Fensterfront vorbeiziehen und ist in einer anderen Welt.



Hier, in seinem grossen Raum mitten im Basler Rheinhafen, hilft Marc Oberer seinen Kursteilnehmern auf die Sprünge, indem er beispielsweise eine Schreibwerkstatt mit dem Titel anbietet «Was macht manche Bücher so spannend, dass man sie nicht mehr weglegen kann?» Der Schreibcoach erklärt anhand von aktuellen Krimis und Thrillern Tricks des Spannungsaufbaus und lässt die Teilnehmerinnen und Teilnehmer schliesslich selber das Schreiben ausprobieren.

Oder er bringt den Schreibinteressierten das sogenannte Clustering näher. Das ist eine Methode des kreativen Schreibens mit Hilfe von Assoziationsketten, die von einem Zentralwort ausgehen. «Indem Clustering mit der Funktionsweise unserer beider Hirnhälften arbeitet, wird auch das Schreiben von komplexen Texten zum beschwingten Genuss», sagt Oberer, der es wissen muss.

«Schreibblockaden gehören der Vergangenheit an», ist er überzeugt. Und er zeigt einen grossen Bogen voller Wörter, welche die Teilnehmerin-



Viele Interessen zusammengeführt: Der Glarner Marc Oberer setzt mitten im Basler Rheinhafen auf Kreativität – für sich und für andere. Bild Irène Hunold

nen seines letzten Kurses zu Papier gebracht haben.

Das Stresslevel im Alltag senken

Marc Oberer möchte mehr anbieten als eine herkömmliche Schreibwerkstatt. «Ich arbeite ressourcenorientiert und möchte den Leuten die Möglichkeit geben, selber etwas zu entwickeln.» Kreativität wird gross geschrieben. Das heisst, zuerst kommt

alles in einen kreativen Fluss, und dann erst folgt das Handwerk. Dazu gehört auch, dass jene, die zu ihm kommen, lernen können, ein selbstbestimmtes, mutiges Leben zu leben. Oder wie es eine Kursteilnehmerin formuliert hat: «Das Innere nach aussen kehren.»

Da ist für den Schreibcoach seine neue Ausbildung zum Achtsamkeitstrainer besonders hilfreich. Demnächst bietet er an der Volkshochschule der Region Olten-Gösgen-Gäu einen achtwöchigen Kurs «Stressbewältigung durch Achtsamkeit» an. Dabei lernen die Teilnehmer, wie sie

ihr Stresslevel im Alltag senken können. «Der Schlüssel dazu ist mehr Achtsamkeit», weiss Oberer. Man lernt Methoden, mit denen man wacher und bewusster werden kann. Verschiedene Meditationsübungen sowie Yoga gehören dazu.

Viele Interessen, viel gemacht

Heute kommt dem in Glarus Aufgewachsenen zugute, dass er eine breite

Ausbildung genoss. Er hat einen Studienabschluss in Spanisch und in deutscher Sprach- und Literaturwissenschaft. Auch ein Theologiestudium trieb er weit voran – bis es ihm zu dogmatisch und kopflastig wurde. «Im Nachhinein sehe ich das Theologiestudium auch als Ressource. Es hat mich geprägt, ist jetzt aber mehr ins Produktive verlagert worden.» Später hat er auch noch als Gymnasiallehrer abgeschlossen und von 2007 bis 2012 unterrichtet.

Während eines Studienunterbruchs wird Oberer journalistisch tätig. Bei den «Schaffhauser Nachrichten» lernt er das Handwerk. Als freier Journalist schreibt er etliche Hintergrundberichte. Damals gab es noch mehr kleinere Zeitungen, heute sei es schwieriger, etwas unterzubringen. Eine gute Zeit erlebt er als freier Mitarbeiter der «Basler Zeitung».

In Basel lernt er auch Isabelle kennen, die Mutter seiner im Februar geborenen Tochter Jeanne. Hier gefällt es dem Glarner, hier könnte er stundenlang den breiten Rhein betrachten. Auch wenn er die Landschaft seiner Heimat einmalig findet und immer wieder überwältigt davon ist. Dann etwa, wenn er seine Schwester Sonja Plüss besucht, die musikalisch clowneskes Theater macht und in Mitlödi lebt. Oder wenn er mit einem Freund von Muotathal ins Glarnerland wandert.

Er stehe noch ganz am Anfang mit seinem Angebot, sagt Oberer. Noch sei seine Selbstständigkeit nicht existenzsichernd. Er gibt sich Zeit und bewahrt seine Begeisterung für alles, das mit Kreativitäts- und Neuroforschung, Meditation und Psychologie zusammenhängt. Später will er nicht nur anderen Menschen zum Schreiben verhelfen, sondern sich auch selbst als Autor äussern. Privat hat er es schon getan. «Ich bin stets am Wachsen und werde dann bestimmt einmal kundtun, was ich zu sagen habe.»