



Erschienen am 24.04.2020  
128 Seiten,  
Format: x  
ISBN: 978-3-7495-0098-7

Rosemarie Meier-Dell'Olivo

## Die Leichtigkeit des Schreibens

### Anregungen und Methoden für Tagebuch und freies Schreiben

Schreiben ist ein Trainingsgelände für die Seele  
Aufschreiben, was im Leben passiert, Erlebtes festhalten,  
Tagebuch schreiben: Es geht nicht so sehr darum, täglich zu schreiben, sagt Rosemarie Meier-Dell'Olivo, sondern über einen längeren Zeitraum hinweg – und das durchaus regelmäßig. Die meisten Menschen schreiben in emotional turbulenten Lebensphasen und hören auf, sobald sich alles beruhigt. Später haben sie kaum Lust, das Geschriebene erneut zu lesen. Was aber passiert, wenn man im ruhigen Zustand schreibt? Dann kommt vielleicht die Lust auf, mit der Sprache zu spielen, neue Formen auszuprobieren, neue Worte zu erfinden. Diese Freude und Lust gilt es zu wecken. Das Buch begleitet Sie, wenn Sie ...

- schon lange Tagebuch schreiben und neugierig sind auf neue Schreibideen und -methoden.
- schreiben möchten, aber nicht wissen, wie und worüber.
- sich gedanklich immer wieder im Kreis drehen und nicht wissen, wie Sie diesem Strudel entkommen können.
- das eigene Bewusstsein weiter entwickeln möchten.
- festhalten möchten, was Sie denken und fühlen, wie Sie handeln und was Ihnen im Leben wichtig ist.

## Autorenprofil

### Rosemarie Meier-Dell'Olivo

Rosemarie Meier-Dell'Olivo hat viele Jahre Kurse im kreativen und freien Schreiben gegeben. Sie lebt in der Schweiz.