

Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser,
dieses Buch präsentiert Ihnen eine Fülle an praktischen Ideen und Erkenntnissen, die mir beim Schreiben immer wieder geholfen haben. Sie möchten auch Ihnen dabei helfen, zum eigenen Schreiben zu finden und vor allem regelmäßig zu schreiben. Die folgenden Inspirationen können Sie dabei unterstützen, Stolperfallen, Irrwege und Blockaden zu erkennen und zu überwinden. Das Buch möchte Sie dazu ermutigen, sich immer wieder mit sich selbst zu verbinden, die eigene Lebendigkeit zu spüren und den Zugang zur eigenen Kreativität zu wahren und zu erweitern.

Ich verwende häufig den Ausdruck „mit sich selbst verbinden“ oder „zu sich selbst kommen“. Was meine ich damit? Die Bedeutung des Selbst in diesem Buch verändert sich je nach Kontext, so wie wir unser Selbst abhängig von den Rahmenbedingungen unserer jeweiligen Kultur und Zeit, in die wir hineingeboren werden, interpretieren. Die größte Ausdehnung unseres Selbst erfahren wir in den Anfängen unserer Kindheit: Da ist die All-Verbundenheit, die Grenzenlosigkeit, die höchste Lebendigkeit, das Verschmelzen mit dem Augenblick. Mit der Sozialisierung, mit der Sprache, den Begriffen und den Ideologien unserer Kultur wächst eine Art Teilstruktur in unserem Innern, die sich aus dem Selbst herauslöst und die Illusion eines eigenständigen Lebens erweckt. Die Krisen, die wir im Leben erleiden, teilen uns mit, dass wir aus unseren Illusionen vom „Selbst“ erwachen sollen, um tatsächlich zu leben. Unsere Sehnsucht nach Kreativität, Authentizität und echter Lebendigkeit ist die Stimme unseres wahren Wesens, das uns daran erinnert, uns selbst wieder nahe zu sein. Jede echte schöpferische Tätigkeit, die aus einem inneren Verlan-

gen des Herzens erwächst – so auch das Schreiben – hat die Macht, uns wieder „ganz“ zu machen. Jede echte Kreativität verlangt Aufrichtigkeit und Aufmerksamkeit gegenüber dem, was sich durch uns ausdrücken will.