

## *Wer schreibt heutzutage eigentlich seine Biographie?*

**D**ies ist mit Abstand die häufigste Frage, die mir als Biographin gestellt wird: „Wer macht so was eigentlich, wer lässt seine eigene Biographie schreiben?“ Die Frage hat etwas mit Verunsicherung zu tun, in ihr schwingt oft mit: „Ich bin ja weder prominent noch Narzisst, ich brauche das nicht zu tun. Und eigentlich darf ich es auch gar nicht.“ Ja, ich stimme zu. Es ist nach wie vor etwas sehr Besonderes, wenn wir „ganz normalen Menschen“ unsere Biographie hinterlassen. Oft wissen wir nicht genau, wen würde unsere Lebensgeschichte überhaupt interessieren? Wir wollen uns niemandem aufdrängen und wollen auf keinen Fall prahlerisch wirken. Aber eigentlich ist es doch wundervoll, wenn wir unsere Geschichte festhalten und weitergeben.

### *Was bringt es „uns Normalen“, unsere Biographie zu schreiben?*

Mein Sohn fragte mich neulich nach meinen beiden Großmüttern. Er hat sie nicht kennengelernt, doch sieht er sich gerne Fotos an, auf denen sie ihn als Baby im Arm halten. Ich überlegte: Was weiß ich eigentlich über das Leben meiner beiden Großmütter? Ich erinnere mich gut an sie, doch von ihrem Lebensweg habe ich bloß eine vage Ahnung. Sie waren wohl zwei „ganz normale Frauen“. Und doch kann man nicht sagen, sie hätten ein Leben gehabt, wie alle anderen auch. Denn eigentlich gibt es diese „normalen Leben“ gar nicht. Genau wie wir Höhen und Tiefen durchleben und uns entwickeln, so hatten auch unsere Vorfahren ihren Weg. Die Angst im Krieg zum Beispiel, die Anstrengungen des Neuanfangs und jede/r hat auch ganz individuelle Herausforderungen. Für mich sind diese beiden Großmütter zweifellos einzigartig. Nur zu gerne wüsste ich, welchen Blick sie eigentlich auf ihr Leben und auf sich selbst hatten. Und welchen Blick auf andere Menschen, die ich auch kenne, zum Beispiel auf meine Eltern ...

Es gilt, ein Stück Geschichte zu bewahren, denn mit jeder persönlichen Geschichte verbindet sich auch ein Stück Weltgeschichte. Wenn eine Generation verschwunden ist, gibt es keine Zeitzeugen mehr, die wir fragen könnten.

Es ist mein hauptsächliches Anliegen, das Bewusstsein dafür zu stärken, dass es in einer Biographie eben nicht darum geht, sich mit einer Erfolgsgeschichte

zu brüsten. Es geht auch nicht in erster Linie um die unglaublichen Anekdoten, die wir sicherlich auch ab und zu erlebt haben.

### *Was könnte das sein, unser „ideelles Erbe“?*

Es ist gerade unser tagtägliches Leben, das so bedeutsam ist. Doch wie oft vergessen wir unseren Alltag? Er kommt uns unspektakulär vor, wir sind ja so nahe dran. In hundert oder zweihundert Jahren sieht dies ganz anders aus (und meist wird schon viel früher nach unserer Geschichte gefragt). Unsere ureigene Perspektive auf die Welt, unser Hoffen, Bangen und Sehnen, unsere Zweifel, Erfahrungen und Erkenntnisse, all dies umfasst unser „ideelles Erbe“. Können wir ahnen, wie wertvoll unsere Lebensgeschichte für unsere Kinder sein wird?

Nicht zuletzt geht es beim Schreiben unserer Biographie um die Wertschätzung unseres tagtäglichen Daseins. Wir lernen, unser „ganz normales Leben“ als etwas sehr Besonderes zu lieben. Wir orientieren uns neu und beginnen, uns wohlzufühlen in unseren Erinnerungen. Und wir sehen mit ganz neuen Augen auf die Strecke Leben, die noch vor uns liegt, die uns plötzlich viel weniger vorbestimmt, viel freier erscheint, als wir immer dachten.

### *Wie geht man die eigene Biographie an?*

Dieser Prozess ist so individuell wie die Menschen selbst. Drei Möglichkeiten, haben sich aber besonders bewährt:

- Die Biographie **selber schreiben** (in Seminaren & alleine)
- Die Biographie **in Begleitung schreiben** (Coaching)
- Die Biographie **schreiben lassen** (Interviews als Basis)

Ich habe Kunden in all diesen Bereichen, oftmals wechseln Kunden auch von einem Bereich in anderen. In jedem Fall gilt: Wenn es uns darum geht, unsere Werte, unsere Erfahrungen weiterzugeben, dann ist es eine passende und wundervolle Idee, uns auf den Weg zu unserer eigenen Biographie zu begeben. Buchdruck ist heutzutage sehr erschwinglich geworden. Nie war es so realistisch wie in unserer Zeit, dass man sein eigenes, fertiges Buch in Händen halten kann. Und es bleibt immer ein schönes, nachhaltig beglückendes Ziel.

*Dieser Artikel entstand als Newsletter. Falls Sie gerne mehr zum Thema lesen möchten, können Sie sich auf der Seite [claudia-loeschner.com](http://claudia-loeschner.com) weiterlesen und sich in die Newsletter-Liste eintragen. Oder schreiben Sie mir auch gerne unter: [info@claudia-loeschner.com](mailto:info@claudia-loeschner.com)*