

Annelie Keil

Auf brüchigem Boden Land gewinnen

Annelie Keil

Auf brüchigem Boden Land gewinnen

*Biografische Antworten
auf Krankheit und Krise*

Kösel



Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100
Das für dieses Buch verwendete FSC®-zertifizierte Papier
Munken Premium Cream liefert Arctic Paper Munkedals AB, Schweden.

Copyright © 2011 Kösel-Verlag, München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH
Umschlag: Monika Neuser, München
Umschlagmotiv: © zoonar/fractalia
Satz: EDV-Fotosatz Huber/Verlagsservice G. Pfeifer, Germering
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck
Printed in Germany
ISBN 978-3-466-30907-8

Weitere Informationen zu diesem Buch und unserem
gesamten lieferbaren Programm finden Sie unter
www.koesel.de

Inhalt

Einleitung

Lebensreise: Auf brüchigem Boden Land gewinnen,
und die Horizonte wandern mit 9

I Die biografische Erfindung des Lebens: Hürdenläufe, Zickzackkurse und Salto Mortale 25

Leben schreibt Geschichten 25

Durch Zumutungen Mut fassen 28

Neue Herausforderungen machen jung 34

Es war einmal ein Esel, ein Hahn und eine
Hasenfamilie 36

Ohne Hut geht gar nichts 40

Hoffnung gibt man nicht auf 45

Biografie als Speicher von Lust und Frust 46

Die unglückliche Katze 50

Verschlossen 53

Der biografische Wert der Jahre 57

Lebensorte als biografische Schulen und Werkstätten
der Zukunft 64

Familien sind Abenteuer und Wundertüten des Lebens 69

Der heimliche Lehrplan der Familienbande 75

Beheimatung in der Welt und in uns selbst 79

II Krankheit und Krise als biografischer Aufruhr:	
Der erkrankte Mensch ist mehr als sein Befund	87
Unterwegs: Ein persönlicher Reisebericht	87
Das Glück warm und weich wie Wolle	88
Neue Bruchstellen: Eine Krise kommt selten allein	92
Die Fragilität des Normalen und der Terror der Gewissheit	95
Auf der Suche nach Gesundheit	104
Biografischer Aufruhr als Krankengeschichte und Kampf um Sinn	113
Krankheit hat ein Subjekt und andere Mitgestalter	119
Leben auf dem Seil als unendlicher Balanceakt	126
Die Sprache der Krankheit und die Turbulenzen in den Dialogen	132
Hautnah und unter der Haut lebt der biografische Aufruhr	148
Die biografische Arbeitsstelle des erkrankten Menschen	154
Was tun?	161
Wissen und Wundern	169
III Biografische Arbeit mit der Fackel der Leidenschaft: Was wir müssen, sollen, wollen, können und dürfen	179
Geh neu auf dich zu und verlasse dein Land: eine Geschichte	179
Leidenschaft als Fackel und Zündstoff	184
Der Biografie liebstes Kind: Vom Futtern, Füttern und der Liebe, die durch den Magen geht	200

Biografische Arbeit zwischen Erleiden und Entscheiden, Pathos und Pathologie	210
Selbst-Gespräche im Dialog mit dem Leben: zur Anamnese von Gefühls-, Denk- und Beziehungs- landschaften	216
Aufbruch: Wegweiser für die Wanderung durch das eigene Leben	218
Vom Müssen, Sollen, Wollen, Können, Dürfen	229
Ende gut, alles gut? Der nächste Anfang wartet, und die Horizonte wandern mit	237
Anmerkungen	245
Literatur	249

Einleitung

Lebensreise: Auf brüchigem Boden Land gewinnen, und die Horizonte wandern mit

»Unser Baby kann noch nicht laufen, aber Füße hat es schon«, schreibt ein kleines Mädchen staunend in sein Schulheft und trifft ins Schwarze. Wir bekommen die Voraussetzungen zum Laufen, bevor es so weit ist. Erst wenn wir die Füße einsetzen und laufen lernen, wissen wir, wozu wir sie haben. Wohin und wie lange uns unsere Füße tragen, ob wir auf die Welt zugehen oder eher weglaufen wollen, müssen wir allerdings erst herausfinden. Kleine Menschen werden als Neuankömmlinge geboren. Ungefragt sind sie in der Gegenwart gelandet und betreten mit blindem Vertrauen die Weltbühne. Sie erblicken das Licht der Welt, spüren Schatten wie Hindernisse und treten nackt und hilflos die Reise an, die Leben heißt. Schritt für Schritt geht es dabei darum, festen Boden unter die Füße zu bekommen und auf der Suche nach Gleichgewicht das Schwanzen zu üben.

Leben ist das Abenteuer, das nie endet, aber jeden Morgen neu beginnt und überrascht. Ausgestattet mit Füßen und Händen, Herz und Verstand, mit mindestens fünf Sinnen hoffen Menschen auf den sechsten und siebten Sinn, um herauszufinden, wie sie atmen, liegen, sitzen, stehen und gehen, greifen und begreifen, essen, hören, riechen, sehen, berühren, denken, fühlen, handeln und verstehen lernen, was ihr Leben braucht und von ihnen erwartet. Über uns tanzen die Sterne in die Unendlichkeit hinaus, und unter unseren Füßen bietet »Mutter Erde« mit ihrer Anziehungskraft und Schwerkraft sicheren Halt, um unberechenbar wie das Leben selbst im nächsten Augenblick zu beben und die Wasser über die Ufer treten zu lassen. Aufgerichtet zwischen Himmel und Erde übt der Mensch

den aufrechten Gang. Der kleinste Kieselstein ist Millionen von Jahren älter als wir, und eine universale Ordnung hofft auf Wiederhall in uns und wir in ihr.

Des Menschen Lebensreise ist ein fortwährender Prozess der Wandlung im Wechsel von Chaos und Ordnung. Zwischen Anpassung und Widerstand ist sie vor allem ein Weg durch die Fremde ohne Landkarte und Navigator, über Berg und Tal, mit Gipfelstürmen und Abstürzen, auf Autobahnen mit rasendem Tempo und Umwegen im Schneckentempo, auf Trampelpfaden, Seitenwegen und durch Einbahnstraßen und Sackgassen. Bewegung, Aufbruch, Einbruch, Zusammenbruch, Wartezeiten und pausenloses Unterwegssein verlangt dieser Weg. Niemand kann sich dieser Aufgabe entziehen, und jeder Mensch ist herausgefordert, schon im Augenblick seiner Zeugung mit der Arbeit an jener Aufgabe zu beginnen, aus der unsichtbaren Ordnung, die in ihm steckt, eine einzigartige biografische Welt zu gestalten, die unter seinem Namen zu seinem Lebenswerk heranwächst. »Das Glück besteht darin, zu leben wie alle Welt und doch wie kein anderer zu sein«, mahnt Simone de Beauvoir.

Zwischen Geburt und Tod wandern wir an der Hand unserer Bedürfnisse und Lebenswünsche von Horizont zu Horizont, die sich vor unseren Augen auftun. Wir bewegen uns dabei zielorientiert auf etwas zu, das nicht starr ist, sondern sich gleichzeitig mit uns bewegt, unsere Ankunft verzögert, Ziele verändert oder gar unmöglich macht. Wir kennen diese Erfahrung seit Kindertagen. Hinter jedem Horizont taucht bei einer Wanderung ein anderer auf, hinter jeder Wegkrümmung und nach jedem Berggipfel geht es mit einer anderen Aussicht weiter. Je länger wir wandern, je müder wir werden und je mehr Krisen uns aufhalten, desto ungeduldiger hoffen wir, dass hinter der nächsten Linie am Horizont das Ziel erreicht wird. »Wie weit ist es denn noch?«, fragen wir als Kinder mit gequält hoffender Stimme.

Die Linie, die wir Horizont nennen, ist wie eine Verheißung, die man immer wieder neu aushandeln muss, wenn man im Leben unterwegs ist. Da, wo sich Himmel und Erde, Licht und Dunkelheit berühren und zu einer Linie vereinen, muss das Ende der gegenwärtigen Welt sein und das Universum mit seiner Ewigkeit und einem anderen Licht beginnen. Und so hoffen wir entsprechend in schwierigen Lebenssituationen und in Krisen, dass sich die Linie jenes Horizonts zeigt, hinter der ein langer Streit, ein Liebeskummer, die belastende Pubertät, die Wechseljahre, eine Trennung, Arbeitslosigkeit, Krankheit oder andere Lebensschmerzen zu Ende sind und etwas anderes in Aussicht gestellt wird. Menschen sprechen vom Licht am Ende des Tunnels, auf das sie sehnsüchtig warten.

Wer sich daran erinnert, wie wir als Kinder auf Schienen, Mauern oder Schwebebalken zu balancieren versuchten, hat die entsprechende Erfahrung dazu. Beim Balancieren muss man den Blick auf einen Punkt am fernen Horizont richten, um nicht zu stolpern. Wer in Sorge vor dem nächsten Schritt ängstlich nach unten auf die Füße schaut, kommt leichter aus dem Gleichgewicht. Eine Lebensübung im besten Sinne.

Wo ein Anfang ist, wird irgendwann ein Ende kommen. Wo ein Ende ist, erscheint der nächste Anfang. Aber was jeweils anfangen oder enden wird, bleibt das Geheimnis unserer Lebensreise und ihrer wechselnden Horizonte, die zusammen mit uns durch die Lebensphasen hindurch auf Wanderschaft sind. Wege gabeln sich, weisen in verschiedene Richtungen, die zu wählen sind, und an diesen Gabelungen und Scheidepunkten treffen Vergangenheit und Zukunft in der Gegenwart aufeinander. »Der gesamte Kosmos, das ganze Universum ist im Hier und Jetzt vereint: das unendlich lang Vergangene ebenso wie das unendlich weit in der Zukunft Liegende. Die Ewigkeit findet man im Hier und Jetzt.«¹

Um das Licht der Welt zu erblicken, wurden wir aus dem Uterus ausgestoßen, durch einen beängstigend engen Kanal ge-

presst und dem Unbegreifbaren und Unbegreiflichen des Lebens ausgesetzt. Losgelöst von seinem Ursprung, herausgerissen aus allem, was vertraut war, ohne die Sicherheit, dass Nahrung und Sauerstoff durch die Nabelschnur gewährleistet sind, soll der kleine Mensch plötzlich aus sich selbst heraus existieren. Unabänderlich, es gibt kein Zurück! Leben ist irreversibel, lernen wir später in der Physik. Die Zeit des bedingungslosen Asyls in Mutters Schoß ist vorbei. Dem ungeborenen Kind muss die Geburt wie das Ende des Lebens erscheinen, weil dessen erneuter Anfang noch unbekannt ist und nichts von der bevorstehenden Zukunft verrät. Im Prozess der Geburt bleibt unklar, wie es weitergeht, bei aller Freude bleibt ein Risiko. Ohne es zu wissen, begegnet der kleine Mensch schon am Anfang seines Lebens zwischen Zeugung und Geburt neben vielen anderen Gefahren auch dem möglichen Ende seines Lebens. Der Tod wird zum unsichtbaren Gefährten, der ihn von nun an mit unterschiedlichen Gesichtern auf seinem Lebensweg begleiten und herausfordern wird. Verlust, Abschied, Schwäche, Krankheit, Schmerz sind die Botschaften dieses Gefährten, die den Menschen zwar an seine Grenzen, Verletzlichkeit und Endlichkeit führen, aber vor allem auch an seine Lebenslust, Widerstandsfähigkeit, schöpferische Kraft und seinen Lebenswillen erinnern, zur Entwicklung antreiben und wachsen lassen.

Mit diesem Ur-Gefährten des Lebens, dem Tod, gilt es Freundschaft zu schließen, denn als Wurzel aller Angst, dass wir verlieren und verfehlen könnten, was wir sind, schenkt er uns gleich zu Beginn eine der wichtigsten Lebenserfahrungen: Leben ist nur eine Möglichkeit, die einzige, wunderbare und gleichzeitig immer auch eine Art letzte Gelegenheit. Unsere Geburt ist die erste große biografische Krise, in der wir auf brüchigem Boden Land gewinnen müssen. Sie lehrt uns bereits am Anfang des Lebens, dass die menschliche Existenz eine Krisenexistenz ist, eine, die der Mensch grundsätzlich meistern kann, wenn er sich

dem Reichtum der Möglichkeiten zuwendet, die in ihm stecken, und nach Unterstützung sucht, wenn er sie braucht.

»Der Menschen Gegenwart ist ein schöpferisches, stürmisches Sakrament, ein sichtbares Zeichen unsichtbarer Gnade. Nirgends sonst wird ein solch inniger und erschreckender Zugang zum Mysterium gewährt. Freundschaft ist jene schöne Gnade, die uns die Freiheit schenkt, dieses Abenteuer anzugehen, anzuerkennen und anzunehmen«, schreibt John O'Donohue.²

Um diese Freundschaft zum Leben und zu uns selbst geht es in diesem Buch. Wir sind frei, den unbekanntem Auftrag zum Leben anzunehmen und unsere Biografie zu erfinden. Leben enthält zwar immer ein konkretes Angebot, aber wird als entwerfende, auf Zukunft gerichtete Geste immer erst dann real, wenn wir aus der Möglichkeit zu leben unser konkret reales Leben machen. »Ohne mich« geht nicht, wenn es um das eigene Leben geht. Die alte Weisheit der Sufis, dass Hoffnung »Honig des Lebens« sei oder, wie der Philosoph Ernst Bloch schreibt, »ins Gelingen verliebt« ist, haben die meisten Menschen mit der Muttermilch eingesogen, auch wenn sie es später manchmal vergessen Leben will leben, nicht mehr und nicht weniger. Der Satz »Die Hoffnung stirbt zuletzt« hängt wie eine wehende Gebetsfahne über dem Leben vieler Menschen, die durch Krisen, Krankheit und Verzweiflung wandern müssen, und wird zu oft zum dahergesagten Trostspruch bei denen, die gerade nichts zu befürchten haben. Hoffnung ist nichts, was man einfach hat oder nicht hat, sondern ist wie die Liebe eine Kraft, die der Mensch im Zusammenleben mit anderen Menschen entwickeln und erfahren muss.

Mit großer Energie und Zuversicht haben wir einst als kleine Menschen hoffnungsvoll das unbekanntes Leben gewagt. In uns wirkt die universale Welt mit ihrer naturgesetzlichen wie spirituellen Ordnung, die auf nachhaltige Entwicklung und unsere individuelle Mitarbeit setzt. Nur wenn wir neugierig bleiben

und weiter fragen lernen, wie Leben lebt und welche Bündnisse und Netzwerke die Innenwelten von Körper, Geist und Seele mit der Außen- und Umwelt unter unserem Einfluss eingehen, sind wir in der Lage, unser Leben biografisch zu erfinden und zu gestalten. Mit jedem Atemzug, jeder Nahrungsaufnahme, mit dem Erlernen des aufrechten Gangs und der Sprache und vielem mehr sind wir über uns hinausgewachsen, haben Hand angelegt und Entwicklungsarbeit geleistet. Das Unsichtbare will sichtbar werden und treibt uns zum Leben an. Mit dem ersten Schrei bezeugt der kleine Mensch lautstark, wie anstrengend es war, sich ins Leben zu kämpfen, und wie groß die Angst ist, ob das auch weiterhin klappen wird. Auf der Tagesordnung steht bis zum Lebensende die Frage: Werde ich das, was ich zum Leben brauche und bisher im Mutterleib kostenlos zur Verfügung hatte, auch weiterhin bekommen oder mir beschaffen können? Essen und Trinken, ein Dach über dem Kopf, Schutz und liebende Zuwendung, Respekt vor eigenen Lebensbewegungen? Und werde ich unter dem Schutz der Menschenrechte die Voraussetzungen für ein sinnstiftendes und ein Leben in Würde finden?

Leben lebt von der biografischen Erfindung und ist als kreativer Ausdruck biografischer Arbeit Lebenskunst. Zwischen Gesundheit und Krankheit, Traum und Wirklichkeit, Hoffnung und Zweifel ist der Mensch auf seiner Lebensreise mit Stolpersteinen, wechselnden Horizonten und immer wieder neuen Fragestellungen unterwegs. Manchmal findet er wie die kleine Caroline eine pragmatische Lösung, wenn der Schuh drückt. »Wenn ich zu Oma gehe, mache ich mich immer fein. Und dann laufe ich ganz schnell, bevor meine Lackschuhe anfangen zu drücken.«³ Mehr Zeit braucht es für das Lebensproblem, das die Grundschülerin Sabrina prognostisch in den Blick nimmt. »Bei der Liebe wird man erst von einem Pfeil getroffen. Was danach kommt, soll dann aber nicht mehr weh tun.«⁴ Wie sehr

nach der Begegnung mit dem Pfeil die Gestaltung einer Liebesbeziehung oder das Ende einer Liebe schmerzen kann, gehört zu den wichtigen Lebenserfahrungen, die Sabrina noch machen muss. Wie die Hoffnung ist auch die Liebe ins Gelingen verliebt, und würde die Angst vor dem Weh und Ach der Liebe ihren Anfang überflügeln, so hätte sie im Leben der Menschen schlechte Karten.

Wer sein Leben wagen will, muss sich mit sich selbst und dem Leben um sich herum verabreden. Viele Selbstgespräche und unzählige Dialoge sind erforderlich, um herauszufinden, worum es in einem spezifischen Leben gehen kann. Leben braucht motivierende Anstiftung und lebt in jedem Augenblick von der Entscheidung des Menschen, leben zu wollen. So wie der Himmel blau oder bewölkt, heiter oder grau ist, so wechselt auch die Lebensstimmung. Krisen und Lebensalltag fordern immer wieder zum Stimmungswechsel heraus. Körper, Geist und Seele sind »Handwerkszeuge« im betrieblichen Netzwerk Mensch, die nur als Team und im ständigen Austausch miteinander erarbeiten können, was ihnen als herausfordernde Lebenserwartung gegenübertritt. Wird ein Teammitglied nicht unterstützt, wenig beachtet oder gar auf ein Abstellgleis geschoben, meldet es sich über kurz oder lang. Wenn Körper, Geist und Seele streiken, ruft unser Leben als Ganzes um Hilfe und will verhandeln. Wir sind dann zugleich als Arbeitgeber und Gewerkschafter am runden Tisch unseres Lebens und mit seinen Ecken und Kanten konfrontiert. Nicht nur ein Organ, ein Gefühl, ein Gedankengebäude gerät in die Krise, sondern der ganze Mensch kommt mitten in seinem Leben in eine kritische Lage. Kranken- und Krisengeschichten erzählen deshalb mehr als die Geschichte einer Krankheit oder Krise. Sie richten den Blick auf die komplexe Biografie eines Menschen, in die die äußeren, objektiv beschreibbaren Ereignisse – beispielsweise ein Herzinfarkt oder eine Trennung –, eingebettet in das sub-

jektive Erlebnis eingearbeitet werden und als biografisches Geheimnis zurückkehren.

Nicht das Gehirn denkt, sondern der ganze Mensch denkt. Manchmal denkt er sich in seine Krise ein, manchmal denkt er sich eine Sackgasse aus, ein anderes Mal denkt er um. Der Mensch spielt mit dem, was ihm zu Kopfe steigt, seine Seele verdunkelt oder ihm auf den Magen schlägt. Was er schließlich gelernt, vergessen, verdrängt oder genutzt hat, um eine Krise zu bewältigen und Neuland zu betreten, steht auf den nächsten Seiten der jeweiligen Biografie, seinem Lebensbuch, das immer eine Lernbiografie ist. »Schulverweigerer« wollen zwar nicht unter den Bedingungen der Schule lernen, aber sie wollen trotzdem irgendetwas lernen. Menschen, die sich dem Leben verweigern, entziehen sich bestimmten Anforderungen, aber die meisten wollen eigentlich leben und brauchen vielleicht Hilfe.

Als Menschen, die leben und auf brüchigem Boden Land gewinnen wollen, müssen wir praktisch werden. In überwältigenden Krisen muss man manchmal den Kopf einziehen und abwarten. In der Regel aber müssen wir auf uns selbst, auf andere Menschen, die hilfreich sein können, und auf die Welt mit ihren Ressourcen zugehen. Wir müssen uns informieren und unabhängig vom Alter fragen lernen, nach vorläufigen und endgültigen Antworten suchen, unter widrigen Umständen lernen und Alltagswissen sammeln. Leben kann man nicht auswendig lernen, und manches lernt man vielleicht nie, auch das ist eine Weisheit.

Leben ist mit der Bereitschaft verbunden, in jedem Augenblick geboren, das heißt neu zu werden, aber auch zu sterben. Die Kunst zu leben ist der Kunst zu sterben sehr ähnlich. Eine Liebe wird geboren und sie kann sterben. Eine Idee kommt zur Welt, aber muss manchmal auch beerdigt werden. Ohne dass der Mensch seine erste Heimat im Mutterleib nicht unter gro-

ßen Schmerzen verlässt, kann er keinen eigenen Platz finden und sich im Leben ansiedeln. Fliegen zu lernen und auch landen zu können, Grenzen zu bestimmen, einzuhalten und andere zu überschreiten, gehören zur Klugheit des Lebens, die wachsen muss. Leben ist zum Weinen und zum Lachen, beides tut not. Freude, Angst, Wut, Fleiß und Faulheit brauchen ihren Ort bei der Landgewinnung. Woher auch immer die Pfeile kommen, die unser Herz treffen, lieben und arbeiten, wundern und wissen, sich einlassen und loslassen, sich täuschen und Täuschungen auflösen gehören zum Lebensprogramm. Die eigenwillige Gestaltung und Pflege von Gefühls-, Denk- und vor allem Beziehungslandschaften geben unserer Biografie Farbe und Form. Sie versetzen uns in Stimmungen und Haltungen, ohne die wir nicht wahrnehmen könnten, ob wir uns selbst oder andere Menschen sich mit uns wohl oder schlecht fühlen.

Nur mit dem festen und gleichzeitig brüchigen Boden unter uns, der uns anzieht, trägt und auch verunsichert, kann der Mensch sich im aufrechten Gang dem Himmel entgegenstrecken und mit jedem Schritt vorwärts auch den Fall wagen. Der Mensch ist kein logisches, sondern ein lebendiges Beispiel des Lebens, schreibt der Arzt Viktor v. Weizsäcker⁵ und verweist damit auf die herausfordernden Grundprinzipien menschlicher Entwicklung, nämlich Überraschung und relative Unvorhersagbarkeit. Mit der Stunde der Geburt beginnt die Übung, gegen die Unsicherheit und den Zweifel im Leben die eigene biografische Melodie zu setzen. Durch Eroberungen, Erschütterungen, Laufbahnen, Fehltritte und Krisen hindurch drehen wir Lebensjahr für Lebensjahr den Film unseres Lebens. Wir selbst sind die Drehbuchautoren, führen Regie, spielen verschiedene Rollen, wechseln im Laufe des Lebens Titel und Themen, verantworten die Produktion und sitzen als Zuschauer in allen Reihen.

Der Mensch ist ein Künstler (Beuys) und sein Leben ein Kunstwerk, ein Film, ein Musikstück oder wie ein »Gemälde«,

eine Federzeichnung, eine Grafik, ein Aquarell, eine Collage, an denen er lebenslang weiter arbeiten muss. Szenen werden übermalt und überklebt, Zwischenbilder gehen verloren, manche Skizze war schon alles. Leinwände, Papier, Farben und Werkzeuge stehen zur Verfügung. Ein Gehirn, mit dem man denken und fühlen lernen kann, aber das man mit Fragen und Aufgaben beschäftigen muss, damit es seine Arbeit tut. Die fünf Sinne und einige, die wir noch nicht kennen, stehen dem Künstler zur Verfügung. Hände zum Tasten und Gestalten, ein Leib, den zu bewohnen man bis ins hohe Alter lernen muss. Eine Welt ist erforderlich, in der wir zusammen mit anderen Menschen leben und arbeiten können, und die nur da ist, wo wir sie möglich machen. Und eine gute Portion »Glaube, Liebe und Hoffnung« ist nötig, mit der wir uns ernähren, beflügeln und die Welt be-seelen, in der wir leben. »You must be the change you want to see in the world«, rief Mahatma Gandhi, als er sich auf den langen Marsch zum Salz des Lebens machte. Du selbst musst der Wandel sein, den du von der Welt erwartest. Kein anderer kann dein Leben leben!

In allen Dimensionen menschlicher Existenz geht es bei der Erfindung und Gestaltung der Biografie um einen Menschen, der nichts dafür kann, dass er auf der Welt ist, aber mit dem Geschenk der nackten Geburt die Möglichkeit zum Leben ergreift und Verantwortung für seine leibhaftige, seelische, geistige, soziale und spirituelle Entwicklung übernimmt. »Auf die Welt kommen« ist eine Art Einladung, beim Leben und Zusammenleben der Gattung Mensch mitzumachen, denn mit der Geburt erwirbt der neue Erdenbürger ein Anrecht auf Dasein, Entwicklung und Älterwerden und auch darauf, mit Würde respektiert zu werden. Als Erbe einer alten und als Mitgestalter einer neuen Generation wird jeder Mensch gebraucht, um später den Stab weiterzugeben. Auch in seiner Begrenztheit und seinem Scheitern geht es um einen Menschen, der das Sinnbild von

Fülle und Erfüllung, Chaos und Ordnung, Freiheit und Eingebundenheit als Einheit des lebendigen Seins in sich trägt.

In der erfindungsreichen biografischen Arbeit des Einzelnen geht es mit Unterstützung durch Erziehung, Bildung und Gesellschaft um die Selbstentfaltung und Begleitung von Menschen, die die Gestaltung und Vollendung dessen, was der Mensch potenziell sein könnte, durch alle Lebensphasen und Krisen hindurch immer wieder neu als Aufgabe vor sich haben. Nicht nur leistungsfähig, gesellschaftlich anerkannt und voller Kraft soll dieser Mensch sein, sondern auch von innen heraus stark, strahlend, stolz und überzeugend darauf aufmerksam machen können, was ihm im Kleinen selbst gelungen ist. Menschsein besteht immer in der Vermittlung von Innenwelten mit den Außenwelten, braucht ausgleichende Balance zwischen Selbstwirksamkeit und Offenheit für Einwirkungen von außen, die den Austausch fördern. Es geht bei der Entwicklung und Strukturierung von Lern- und Lebensprozessen also um einen Menschen, der nicht nur in der Lage ist, Wissen anzuhäufen, zu leisten, sich durchzusetzen und zu funktionieren, sondern um einen, der vor allem fähig wird, unter den jeweiligen Umständen und Lebensbedingungen seine spezifische Biografie selbstbestimmt und im Kontakt mit anderen Menschen zu gestalten und zu genießen.

Wer den Beispielen in diesem Buch folgt und Freude verspürt, die eigene Biografie etwas genauer unter die Lupe zu nehmen, wird schnell merken, worum es bei der Erfindung des eigenen Lebens und seiner Biografie geht, nämlich:

- ▶ Wissen zu erlangen, es umzusetzen, widersprüchliche Informationen zu verarbeiten und der Intuition viel Raum zu lassen;
- ▶ in Freiheit und Mitverantwortung schöpferisch zu leben, andere mit ins Boot zu holen und sinkende Boote rechtzeitig zu verlassen;

- ▶ Hindernisse zu überwinden, sich im richtigen Moment zu verweigern und am Widerstand zu wachsen;
- ▶ sich in der Fremde zu verorten, sich binden und entbinden, Heimat gründen, sich ihrer Bedeutung bewusst zu werden und sie wieder zu verlassen, wenn es nötig wird;
- ▶ zu lieben, zu genießen, zu arbeiten, zu streiken, zu denken, zu fühlen und der Mensch zu werden, zu dem man sich bekennen möchte;
- ▶ in umfassender Weise immer wieder Welten zu bilden, die dem Menschen Sinn und Bedeutung verleihen.

Es geht für jeden von uns darum, nicht nur ein Mensch zu werden, der lebt, schuftet und um Zertifikate oder Abschlüsse kämpft, um sich zu beweisen, zu überleben und sein Recht auf Anwesenheit einzuklagen. Sondern um einen, der kraft seiner Einstellung zur Welt, zu sich selbst, zu anderen Menschen und zu den überweltlichen Mächten nicht müde wird, an seiner eigenen Entwicklung und Vollendung mit einem lachenden und einem weinenden Auge zu arbeiten. Nur das ist ein vernünftiges Motiv für lebenslanges Lernen, aber auch der Grund dafür, älter werden zu wollen.

Es geht bei der Suche nach biografischen Antworten auf das widersprüchliche Erleben von Glück und Unglück, Gesundheit und Krankheit, Eheleben oder Singledasein nicht um schlichte Anhäufung von Informationen und Wissen aus dem Füllhorn der Ratgeberliteratur, schon gar nicht um Besserwisserei, nicht um ein lebenslanges Abitur in Selbstfindung und Erleuchtung oder um die wiederholte Testierung, ob man als Durchschnitts-existenz mit Normalgewicht auf der Höhe der Zeit und der gesellschaftlichen Erwartung liegt. Vielmehr geht es um die eigene Lebensfähigkeit und die Kompetenz, zwischen dem, was uns zugemutet wird, und dem, worüber wir entscheiden können, zu unterscheiden, die Aufforderung zur Selbstgestaltung

zu erkennen und die eigene Biografie zu erfinden. Als Biografen unseres Lebens werden wir nie arbeitslos, sondern unser Leben braucht uns vor allem in Krisenzeiten als:

- ▶ Forscher und Abenteurer, die auf Umwegen nach neuem Wissen und anderen Wegen suchen;
- ▶ Jäger und Sammler von Erkenntnissen und Erfahrungen, die Menschen in ähnlichen Krisensituationen gemacht haben, und von denen andere Menschen lernen und Hilfe erwarten können;
- ▶ Arbeiter und selbstständige Handwerker, die Hand anlegen, auf Eigenbeteiligung setzen und Verantwortung übernehmen;
- ▶ Lehrende, die gleichzeitig lernen, und Lernende, die gleichzeitig lehren;
- ▶ Unternehmer, Anstifter und Erfinder;
- ▶ Buchhalter, Anwälte und Wächter des Lebens, die tatsächlich Buch führen, anklagen und verteidigen, aufpassen und kontrollieren;
- ▶ öffentliche, symbolische Mütter, Väter, Großeltern und Geschwister, die sich auskennen und wissen, was das Leben in Krisen braucht.

Diese und andere Funktionen müssen wir selbst konkret im eigenen Leben übernehmen, um jene einzigartige Lern-, Familien-, Arbeits- oder Autobiografie zu erstellen, die dann uns selbst und anderen erzählen kann, was aus uns geworden ist.

Dieses Buch ist eine Reise durch biografische Landschaften. Es will zum Erzählen von Geschichten anregen, neugierig auf das eigene Leben nicht nur dann machen, wenn es Erfolg versprochen hat, sondern auch dann, wenn es aus dem Ruder zu laufen scheint. Erinnerungsarbeit, Spurensuche und Spurensicherung sind erforderlich, wenn der Boden trägt oder brüchig wird und wir wie Sherlock Holmes mehr darauf achten sollten,

was nebensächlich und unverdächtig erscheint oder nur an den Bruchstellen des Lebens sichtbar wird. Dem eigenen Leben nachgehen und die Führung nicht hergeben, nicht gleich auf die Gesundheitsmärkte und an die Therapiebörse rennen, um sich sagen zu lassen, was das Beste für uns sei, das ist gefordert.

Leben und Gesundheit kann man nicht kaufen, auch wenn die eine oder andere Medizin gut tut. Wir sind keine Unfallopfer des Lebens! Es reicht nicht, in Familienstammbüchern, auf Geburts- und Sterbeurkunden, in Schul- und Behördenakten, in Krankheitsdokumentationen nachzulesen, wie unser Leben gelaufen ist und welche Urteile über uns gefällt wurden. Wo finden wir etwas über unsere Stillstände, die Widersprüche, die kleinen und großen Wunder, die uns am Leben erhalten haben? Mit welchen Gefühlen begegnen wir den Wirrnissen oder den Glanzleistungen unseres Lebens? Wie lernen wir unsere Beziehungsnetze zu durchschauen, Lebensängste an die Hand zu nehmen, Ressourcen zu erkennen und einzusetzen?

Wie lernen wir einzuteilen und zu teilen, was Körper, Geist und Seele an Nahrung brauchen, wie wir wohnen wollen, was wir lernen können? Und wie begreifen wir vor allem, dass Krisen und menschliche Krankheiten nicht Fehler im System der universalen oder göttlichen Schöpfungs- und Evolutionsgeschichte sind, auch keine Strafen oder die Schuld derjenigen, die sie treffen, sondern die beste, wenngleich schwierige Gelegenheit, sich selbst, das Leben und die eigene Gesundheit kennen zu lernen!

»Komm, ich erzähl dir eine Geschichte«, heißt ein wunderbares Buch von Jorge Bucay. Es fängt mit der Geschichte vom angeketteten Elefant an und sucht in ihr nach einer Antwort auf die Frage, warum Menschen manchmal im Leben ganz sicher sind, etwas absolut nicht zu können, zum Beispiel ein Gefühl ausdrücken, aus einer Situation herausgehen, eine Krise

oder Krankheit bewältigen! Der Erzähler der Geschichte erinnert sich an die Zeit, als er ein kleiner Junge war und nach einem Besuch im Zirkus an seine dringende Frage: Warum haut der Zirkuselefant, der an einen kleinen Pflöck angekettet ist, nicht einfach ab?⁶

Ein Tier, das die Kraft hätte, einen Baum mitsamt der Wurzel auszureißen, macht sich nicht auf und davon.

»Komm, erzähl mir deine Geschichte und ich dir meine«, dazu möchte ich Sie ermutigen. Denn auf die eine oder andere Weise geht es uns allen manchmal wie dem Zirkuselefanten. Wir bewegen uns durch die Herausforderungen des Lebens, als wären wir an Hunderte von Pflöcken gekettet. Wir glauben so viele Dinge nicht zu können und wundern uns später, was wir vor allem dann konnten, wenn das Leben uns keine Wahl ließ, wenn uns eine Krankheit traf, ein Freund starb, eine Trennung unvermeidbar war. Liegt es daran, dass wir dressiert wurden? Aber wenn das so war, warum blieben wir dann nach der Dressur immer noch an der Kette? Wie weit müssen die Dressurakte in der Kindheit zurückliegen, wie oft erneuert werden, um bis ins hohe Alter zu halten? Wer lange sozial überbewertet selbstständiges Essen mit Messer und Gabel trainiert hat und dies emotional für den Kern von Würde und Selbstständigkeit hält, wird sich im Pflegefall schwerer damit abfinden, wieder gefüttert zu werden. Wann im späteren Leben kappen wir unnötige Nabelschnüre und zerren an den Pflöcken, die uns davon abhalten, das Leben jenseits der Ketten zu erkunden? Welche Pflöcke mit welchen Beschriftungen haben wir gegen unsere Lebensinteressen als Hindernisse selbst in den Mutterboden unseres Lebens gehauen, der uns eigentlich ernähren, befriedigen und wachsen lassen soll?

Das vorliegende Buch versteht sich als Lesebuch und biografische Schreibwerkstatt! Es erzählt von den schwierigen, gelungenen und gescheiterten Versuchen, inmitten der konkreten



Annelie Keil

Auf brüchigem Boden Land gewinnen

Biografische Antworten auf Krankheit und Krisen

Gebundenes Buch, Pappband, 256 Seiten, 13,5 x 21,5 cm

ISBN: 978-3-466-30907-8

Kösel

Erscheinungstermin: Oktober 2011

Leben ist ein fortwährender Prozess der Wandlung, unvorhersagbar und voller Überraschungen. Zwischen Chaos und Ordnung, Anpassung und Widerstand, Freiheit und Abhängigkeit sind wir ohne Navigator in der Fremde unterwegs und herausgefordert, eine einzigartige biografische Welt zu gestalten, die unseren Namen trägt.

Lust, Glück, Angst, Hoffnung, Abschied, Verzweiflung, Gelingen und Scheitern stehen wie Gesundheit und Krankheit auf der Tagesordnung. Wer leben will, muss älter werden, Erfahrungen sammeln und Land gewinnen!

Das Buch hilft, biografische Fragen zu stellen und die eigenen Antworten und Lebensmuster zu erkennen.

- Von der Lust, der Neugier und der Begeisterung, leben zu wollen
- Vom biografischen Umgang mit Lebenskrisen und Krankheit
- Von der Abenteuerreise durch Gefühls- und Denklandschaften



[Der Titel im Katalog](#)