# Wer bin ich?

# Zum Inhalt

Immer wieder sagen mir die Leute: „Ach, mein Leben … Das ist doch nichts Besonderes.“

„Warum nicht?“, möchte ich dann wissen, „nur weil Sie nicht Barack Obama sind oder Christiano Ronaldo?“

Meiner Meinung nach ist jedes Leben voll von Schätzen. Teilen Sie einmal auf einem Zeitstrahl Ihr Leben in Jahrzehnte ein. Oder auch in kürzere Phasen, je nachdem, was Ihnen angenehm erscheint. Dann notieren Sie zu jedem Abschnitt wichtige Orte, an denen Sie gewesen sind, wichtige Menschen, die Sie begleitet haben. Und Ereignisse, die Ihnen viel bedeuten. Was stellen Sie dann fest?

Lesen Sie sich Briefe oder Tagebucheinträge durch. Schauen Sie sich alte Fotos an. Gehen Sie an Orte zurück, wo Sie schon lange nicht mehr waren oder treffen Sie Personen von früher.

Es gibt jede Menge Möglichkeiten, um verschüttet geglaubte Erinnerungen wieder zu wecken. Positive Eindrücke können Sie genießen und sich auf der anderen Seite mit negativen Erfahrungen, wenn Sie dazu bereit sind, noch einmal auseinandersetzen.

In meinem Seminar zeige ich Ihnen Mittel und Wege, wie Sie mit Ihrer Vergangenheit umgehen können. Auch die Bereiche „Schreiben“ und „Veröffentlichen“ werden thematisiert. Und ansonsten bin ich jederzeit offen für Ihre persönlichen Fragen und Anregungen.

Falls Sie schon damit angefangen haben, an Ihrer oder einer anderen Biographie zu schreiben, bringen Sie das Manuskript doch einfach mit. Wir können uns dann beispielsweise in einer Übung zum Lektorat damit beschäftigen.

## Literaturempfehlung

Stefan Schwidder: Ich schreibe, also bin ich. Schritt für Schritt zur eigenen Biographie. Hamburg 2004.