



Buchbesprechung

Theres Spirig-Huber, Karl Graf:

Ich werde, also bin ich. Biografiearbeit – spirituell. Hinführung und Übungen.

Echter 2016 (Ignatianische Impulse, 71) 96 Seiten, 8,90 EUR

Biografiearbeit ist in sozialen, pflegerischen und therapeutischen Handlungsfeldern in vieler Munde und scheinbar ein neuer Trend. Dabei hat die biografische Selbstreflexion starke Wurzeln in der jüdisch-christlichen Tradition. Spirig-Huber und Graf verstehen ihr Bändchen ausdrücklich nicht als inhaltliche Ergänzung einer allgemeinen Biografiearbeit durch Spiritualität. Für sie trägt Biografiearbeit vielmehr an sich zur spirituellen Selbstwerdung bei (S. 13).

Die Bibel steckt voller biografischer Zeugnisse: vom Credo Dtn 26,5 über die Propheten (S. 24ff) bis hin zu Jesus und Paulus. Die christliche Tradition kennt Meister und Meisterinnen der Biografiearbeit: Augustinus mit seinem „bekenndenden Erzählen“ (S. 22, ähnlich 27ff), Teresa von Avila und natürlich Ignatius von Loyola (S. 27-36), dessen Exerzitienprozess nichts anderes ist als eine Anleitung zur Biografiearbeit (S. 36-42, ähnlich S. 11), auch Dietrich Bonhoeffer (S. 18).

Dass Ignatius breiten Raum einnimmt, ist im Rahmen der „Ignatianischen Impulse“ mehr als verständlich – trotzdem schade, dass nicht noch weitere Schätze aus der Tradition christlicher Spiritualität aufscheinen, etwa das patristische und mittelalterliche Bemühen um den dritten Schriftsinn mit der Aufforderung, eine Bibelstelle biografisch-innerpsychisch zu lesen. Dieser Tradition verdankt nicht nur Ignatius' Exerzitienkonzept, das eigene Leben im Dialog mit der Bibel zu lesen, wichtige Impulse. Nach einer knappen spiritualitätsgeschichtlichen Hinführung bieten Spirig-Huber und Graf konkrete Anregungen für persönliche Reflexion, Beratung und Gruppenarbeit (S. 47). Ziel der Biografiearbeit ist nicht das Kreisen um sich selbst im Sinne einer „Egologie“, sondern das Freisetzen von Kräften, die erfülltes Leben fördern (S. 48f), bzw. das Erkennen meines Gewordenseins (S. 57) und das Ordnen meines Lebens (S. 63) vor Gott.

In diesem Sinne finden sich im zweiten Teil konkrete Übungsvorschläge: von der Baummeditation (S. 55f) über ein von biblischen Familiengeschichten inspiriertes Familiensoziogramm (S. 59) bis zur Auseinandersetzung mit inneren Antreibern (S. 61ff), der eigenen Leiblichkeit (S. 68f) und eigenen Gottesbildern (S. 70ff). Da gibt es die Ermutigung zu eigenen Klage-, Dank- und Bittpsalmen (S. 53) und zum eigenen Pilgerbericht nach dem Vorbild des Ignatius (S. 73).

Mutig und wohltuend realistisch: Dabei gerät auch das ungeliebte Thema Schuld in den Blick, deren Erfahrung zum Geschenk der Freiheit gehört (S. 77). Schade und eigentlich typisch für unsere Tradition ist, dass beim Thema Versöhnung vorrangig die Perspektive als Täter/in eine Rolle spielt. Viele Menschen machen die Erfahrung, dass zu ihren biografischen Aufgaben nicht nur die Wunden gehören, die sie verursacht haben, sondern auch die Wunden, die sie durch andere tragen.

Konkrete Anregungen für bestimmte Lebensphasen bilden den Abschluss des Bändchens: von der Lebensmitte (S. 81-84) über den Eintritt ins dritte Lebensalter („When I'm sixty-four“, S. 87-91) bis zum Älterwerden („Je ne regrette rien“ S. 87-91). Wiederum mutig und wohltuend realistisch: das Einüben ins Sterben mit ganz konkreten Phantasiereisen und Übungsvorschlägen (S. 92-95). Am Ende (S. 95) steht die Zusage: „Du sollst ein Segen sein!“ (Gen 12,2b).

Die 95 Seiten bieten eine Fundgrube an Ideen und Anregungen, die sich für die persönliche spirituelle Übungszeit ebenso eignen wie für Prozesse in der Gruppe, ebenso als Inspirationsquelle für Predigtvorbereitung und seelsorgliches Gespräch. Allen, die „das Wort“ nicht abstrakt hören und lieben, sondern konkret und „im Fleisch“, sei es zum Weiterdenken und (nicht nur: biografischen) Arbeiten empfohlen.