

# Infobrief Biografiearbeit

Liebe Leserin, lieber Leser!

Pippi Langstrumpf hatte immer ihre eigene Sichtweise: „Ich mach' mir die Welt, wie sie mir gefällt“, sang sie. Aber kann man sich heute wirklich die Welt mit ihren schlechten Nachrichten nett reden?

Aber ja, sagt Pippi Langstrumpf, mittlerweile um die 75 Jahre alt, mit hennarot gefärbten Zöpfen. Vielleicht hat sie ihr graues Haar aber auch raspelkurz geschnitten und trägt jetzt Stützstrümpfe, links gelb und rechts blau.

In jedem Fall lohnt es sich, sie nach ihren Utopien zu fragen und diese mit den unseren abzugleichen. Lebensbejahende Visionen für unsere Zukunft brauchen wir gerade sehr dringend. Also werfen wir einen Blick in die Zukunft mit Pippilotta Viktualia Rollgardina Pfefferminz Ephraimstochter.

*Gesine Hirtler-Rieger*

[g.hirtler-rieger@web.de](mailto:g.hirtler-rieger@web.de)

[www.schreibwerkstatt-passau.de](http://www.schreibwerkstatt-passau.de)

## Utopien schreiben tut gut

Pippi (75) lebt auf dem Land in einer Senioren-WG. Dort ernten, schnipseln und kochen sie, tanzen - mit Rollator und auch ohne – auf der Wiese und haben es fein. Sie lachen und weinen zusammen. Eine schöne Vorstellung, oder?

Vielleicht ist es aber auch so: Pippi demonstriert zusammen mit Luisa Neubauer auf der Straße. Oder sie lebt in einem Waldhäuschen, zusammen mit vielen Tieren.

Oder sie segelt mit der Hoppetosse übers Meer und rettet Flüchtlinge. Oder sie baut Tipis auf

Takatuka, hochwassersicher und aus nachhaltigen Naturmaterialien.

Was auch immer sie tut, Pippi nimmt sich die Macht, zu tun und zu lassen, was sie will. Doch sie missbraucht diese Macht nie, das ist ihr Geheimnis.

Pippi Langstrumpf ist eine reizvolle Utopie, mit der man und frau spielen kann. Es ist sinnvoll, sich Gedanken über die eigene Zukunft zu machen. Aber das ist auch ein wenig angstbesetzt. Es hilft weiter, sich zu fragen, was Pippi Langstrumpf, mittlerweile ebenso in die Jahre gekommen, wohl gerade tut, wie sie lebt.



# Infobrief Biografiearbeit

Am besten gelingt dies mit Stift und Papier. Jede\*r für sich kann eine Utopie über Pippis Lebensstil entwickeln und mit viel Fantasie ausschmücken. Das macht erst mal Spaß. Im Gespräch danach werden diese Geschichten erzählt oder vorgelesen. Und das große Staunen beginnt: Ah, das ist ja auch eine spannende Vision.

„Das habe ich noch nie vorher versucht, also bin ich völlig sicher, dass ich es schaffe!“

Und was hat das alles mit mir zu tun? Sehr viel, denn der Stift folgt unseren eigenen Sehnsüchten und Träumen, wenn wir von Pippi erzählen. So wird der Austausch darüber schnell zu einem gemeinsamen Nachdenken: Und du, wie stellst du dir dein Leben in 10,20 oder 30 Jahren vor? Viele Ideen kommen da zusammen und können uns anregen und stärken. Der lebendige Austausch ist dem einsamen Grübeln zuhause in jedem Fall vorzuziehen.

## Not-to-do-Liste

Ein leichter Einstieg ins Thema kann das Listenschreiben sein – aber bitte à la Pippi. Da sie ein Freigeist ist, würde sie niemals eine To-do-Liste zu schreiben. Aber vielleicht eine Not-to-do-Liste?

„Warte nicht darauf, dass die Menschen Dich anlächeln – zeige ihnen, wie es geht!“

Alle blöden Sachen, die man sowieso nicht mag, werden hier Platz finden: Steuererklärung machen, Fenster putzen, den Keller aufräumen, Gebrauchsanleitungen lesen, Unkraut jäten. Die Not-to-do-Liste wird lang, das steht schon mal fest.

Und kaum ist sie geschrieben, stellt sich die Frage: Muss ICH denn alles tun, was da drauf steht? Die Freiheit, mich hier bewusst zu entscheiden – ja, ich muss die Zähne putzen, doch nein, ich muss nicht Unkraut jäten, sondern taufe es um in Beikraut (Wildkraut? Pippikraut?) – verschafft mir einen Zuwachs an Selbstwirksamkeit.

## Finde den Fehler!

Aber nicht alles, wofür Pippi stand und steht, passt zu mir. Als Kind hat mich manches an ihr verwirrt, ja, geängstigt. Heute kann ich mir das zugestehen. Und ganz ehrlich: „Ich mach´ mir die Welt wie sie mir gefällt“, hat das Zeug dazu, instrumentalisiert zu werden. Von Egoisten und Menschen, die die Augen vor der Wirklichkeit verschließen. Da wird im worldwideweb einiges von und über Pippi mit Gewalt für eigene Zwecke zurechtgebogen.

**Zum Beispiel auch die in Kästen gesetzten Zitate** auf dieser Seite: Welches ist wirklich von Pippi – und welches nicht? Die Auflösung kommt am Ende!

# Infobrief Biografiearbeit

## Puzzle dir deine eigene Heldin

Neben Pippi gibt es noch andere HeldInnen, die mir imponiert haben. Mein Lieblingsbuch von Astrid Lindgren war „Mio, mein Mio“. Der traurige kleine Junge mit der hohen Sensibilität für sich und andere, der zitternd vor Angst den Kampf gegen Ritter Cato auf sich nimmt. Und ich liebte Michael Endes Geschichten: die Mütterlichkeit von Frau Waas und den unverdrossenen Ping Pong, der sein vermeintliches Defizit (winzig klein) in einen Vorteil verwandelt und den Palastwachen entkommt.

Anregung: Schnipseln Sie sich eine kleine Collage aus Ihren LieblingsHeldInnen. Schreiben Sie ihre jeweilige Eigenschaft dazu – Sensibilität, Mut, Weisheit – und picken Sie sich eine Stärke heraus, bevor Sie in die nächste fordernde Situation marschieren. Visualisieren hilft. Und ist ein tolles Mittel im Verbund mit Schreiben.

**Und hier die Auflösung:** Keines der beiden Zitate stammt original von Pippi/Astrid Lindgren. Sie schwirren aber als angebliche Zitate wie viele, viele andere fälschlich durchs Netz. Doch nur weil die Sprüche nett sind und uns gefallen, müssen sie noch lange nicht von Pippi stammen. Was folgt daraus? Aufmerksam bleiben für das, was sein könnte und das, was ist. Das ist vermutlich auch in Pippis Sinn.

## Literaturtipps

	<p><b>Schaller, Zeddies u.a.: Zukunftsbilder 2045. Oekom Verlag 2023</b></p> <p>Die täglichen Nachrichten über die katastrophalen Folgen des Klimawandels ängstigen. Der narrative Bildband „Zukunftsbilder 2045“ macht Hoffnung und zeigt Bilder eines Europas, das die Transformation geschafft und die Ökokrise bewältigt hat. Das Tolle dabei ist: Alle Ideen für die utopisch wirkende Zukunft gibt es schon. Ein echtes Mutmach-Buch!</p>
	<p><b>Kobi Yamada: Was macht man mit einer Chance? Adrian Verlag 2018.</b></p> <p>Stell' dir vor, dir flattert eine Chance ins Haus. Wie aufregend, aber auch wie beängstigend. Wie reagierst du darauf? Davon handelt dieses schön gestaltete Bilderbuch, das sich an Kinder, aber auch an Jugendliche und Erwachsene richtet. Wie umgehen mit Angst und Unsicherheit? Kobi Yamada, berühmt für seine wunderbaren Geschenkbücher, hat ein weiteres sehr berührendes Buch für Menschen jeden Alters geschrieben.</p>

## Veranstaltungsempfehlungen

# Infobrief Biografiearbeit

7. März - 17.Oktober 24 6x donnerstags	<b>Meine Familie und ich – Familiengeschichten auf der Spur.</b> Wechselnde ReferentInnen Veranstaltungsort: <b>ebw/ mbw München</b> Info & Anmeldung: <a href="http://muenchner-bildungswerk.de">muenchner-bildungswerk.de</a>
8.-9.März 24	<b>Autobiografisches Schreiben</b> ReferentIn: <b>Michaela Frölich</b> Veranstaltungsort: <b>Kirchengemeinde Beiseförth-Malsfeld (Nähe Kassel) .</b> Info & Anmeldung: <a href="mailto:Henning.Reinhardt@ekkw.de">Henning.Reinhardt@ekkw.de</a>
14.-15.März 24	<b>Das Leben als Schatzkiste. Ressourcenorientierte Biografiearbeit mit Frauen.</b> ReferentIn: <b>Sabine Sautter</b> Veranstaltungsort: <b>Frauentherapiezentrum München.</b> Info & Anmeldung: <a href="mailto:jahresprogramm@ftz-muenchen.de">jahresprogramm@ftz-muenchen.de</a>
23.März 24	<b>Blütezeiten – die Fülle im Garten des Lebens entdecken</b> ReferentInnen: <b>Gudrun Knappke &amp; Sylvie Dellemann</b> Veranstaltungsort: <b>Online via Zoom</b> Info & Anmeldung: <a href="http://www.omalotti.de">www.omalotti.de</a>
17.-20. Mai 24	<b>Biografisches Schreiben im Kloster</b> ReferentInnen: <b>Dr. Andreas Mäckler &amp; Akampita Steiner</b> Veranstaltungsort: <b>Kloster Steinfeld (Eifel)</b> Info & Anmeldung: <a href="http://www.meine-biografie.com/workshop-termine/">www.meine-biografie.com/workshop-termine/</a>
2.-5.September 2024	<b>17. Werkwoche Biografiearbeit. Kraftvoll - Gedeihen in widrigen Zeiten.</b> Mit 6 Workshops: WS 1 Cornelia Ullrich/Susanne Westphal-Gerke: Schreiben und Collagen II WS 2 Michaela Blattinig: Das Immunsystem der Seele stärken II WS 3 Margret Thome: Pilgern & Biografiearbeit II WS 4 Anke Mühlig: Das Fundbuch II WS 5 Isabell Funk: Für sich selbst brennen II WS 6 Barbara Wiedner: Tanz & Rituale. Veranstaltungsort: <b>Haus Werdenfels Nittendorf (Nähe Regensburg)</b> Info & Anmeldung: <a href="http://www.haus-werdenfels.de">www.haus-werdenfels.de</a>

## LebensMutige Seminare

Ausführliche Informationen zu unseren Veranstaltungen finden Sie auf [www.lebensmutig.de](http://www.lebensmutig.de)!  
Ab sofort finden Sie uns auch auf Facebook, Instagram & LinkedIn

QR Code LebensMutig

