



Isabelle Müller hat eine Kindheit und Jugend mit Armut, Gewalt und Verzweiflung erlebt. Darüber, wie sie sich aus diesen Umständen befreit hat, hat sie ein Buch geschrieben

Isabelle Müller

Wenn man die heute-45-Jährige sieht, kann man kaum glauben, dass diese Powerfrau in Umständen aufgewachsen ist, die kein Unglück ausließen: Geboren in Tours als fünftes Kind eines Franzosen und einer vietnamesischen Mutter und in ärmsten

Verhältnissen der Willkür eines gewalttätigen Vaters ausgesetzt. Oft der Verzweiflung und dem Selbstmord nahe, hat sie immer wieder die Kraft gefunden, den widrigen Lebensumständen zu trotzen und den Glauben an die eigene Stärke nicht aufzugeben. „Aus jedem Stein, den sie uns vor die Füße werfen, werden wir unseren Weg

Einmal Hölle und zurück

bauen.“ Das ist das trotzige Lebensmotto von Isabelle Müller in all den Jahren gewesen. Ihre Familie lebt vom Nichts. Ihr Vater ist brutal, missbraucht sie regelmäßig und die Umgebung ist offen rassistisch. „Weil Mutter weit und breit die einzige Asiatin war, waren wir keine normalen Ausländer wie etwa die Spanier oder Portugiesen.“ Und: „Für solche Menschen war kein Platz in der Dorfgemeinschaft.“ Wo andere zerbrechen, gibt Isabelle Müller nicht auf. Von Loan, ihrer lebensstüchtigen vietnamesischen Mutter, hat sie den Willen, immer wieder Mut zu fassen und nach vorne zu blicken. Und schließlich auch die Kraft, ihrem Vater die Grenzen aufzuzeigen. In ihrem Buch „Phönix Tochter“ beschreibt sie ihre Lebensgeschichte.

Menschen, die so viel Stärke und psychische Widerstandsfähigkeit wie Isabelle Müller haben, um Lebenskrisen und Schicksalsschläge ohne anhaltende Beeinträchtigungen durchzustehen, werden von der Psychologie

als „resilient“ bezeichnet. Resiliente Personen haben gelernt, dass sie es sind, die über ihr eigenes Schicksal bestimmen, und dass es keine unwürdigere Lebenshaltung als die des Selbstmitleids gibt. Sie vertrauen nicht nur auf Glück oder Zufall, sondern nehmen ihr Leben immer wieder auf erstaunliche Weise selbst in die Hand, auch wenn eine feindliche Umwelt es darauf angelegt hat, ihren Lebenswillen zu brechen. Sie ergreifen Möglichkeiten, wenn sie sich bieten, und haben ein realistisches Bild von ihren Fähigkeiten.

Isabelle Müller ist für diesen Menschentypus der „starken Frau“ ein Beispiel. Gibt es vielleicht Dinge, die wir von ihr lernen können? Wir fragten deshalb bei der zierlichen Frau, die heute als freie Schriftstellerin arbeitet, einmal nach:

BUCHTIPP

Isabelle Müller
Phönix Tochter
Krüger Verlag
€ 17,95



Frau Müller, in Ihrem Buch beschreiben Sie in erschütternder Weise eine überaus unglückliche Kindheit. Wie fühlen Sie sich heute?

Heute bin ich eine glückliche, vom Leben verwöhnte Frau, dankbar für all die Erfahrungen, die mein Leben bisher bereicherten, mich stark machten und mich mit Gelassenheit und Zuversicht, ohne eine Spur von Bedauern, in die Zukunft blicken lassen.

Wo haben Sie die Kraft hergenommen, um die Diskriminierungen als Ausländerin auszuhalten und letztlich in eigene Stärke umzuwandeln?

Der starke Überlebenswille meiner Mutter war mein Vorbild. Tagtäglich kämpfte sie um das Überleben meiner Familie und um das Wahre ihrer Identität. Dabei schenkte sie uns unermüdlich Liebe, Zuneigung und Wärme. Aus dieser Zuwendung entwickelte ich schon in frühen



Isabelle Müller an der Hand ihrer vietnamesischen Mutter Loan.

Jahren das Ritual, positive Gedanken und schöne Erinnerungen bewusst abzurufen, um die Tristesse meines Daseins besser zu verkraften.

Sie haben trotzdem mehrmals versucht, sich das Leben zu nehmen.

Ja, aber als mein zweiter Selbstmordversuch scheiterte,

schloss ich daraus, dass mein Leben wohl einen Sinn haben musste. Auf der Suche danach begann ich, mir Ziele zu setzen. Die Erkenntnis „Ich fürchte mich nicht vor dem Tod, warum soll ich dann Angst haben vor dem Leben und resignieren?“ gab mir schließlich die nötige Kraft, Selbstvertrauen aufzubauen und selbstbewusst durch das Leben zu gehen.

Sie wurden von Ihrem Vater missbraucht. Wie haben Sie das verkraftet?

Ich machte jedesmal eine furchtbare Zeit durch, wenn mein Vater mich sexuell missbrauchte. Abgesehen von den zugefügten Schmerzen, waren die Einsamkeit und das Gefühl, alleine und verlassen zu sein, niemanden zu haben, dem ich mich anvertrauen könnte, sowie die Last, mich vor der Außenwelt stets verstellen und lügen zu müssen, schwer zu ertragen. Ich sagte mir dennoch immer wieder, dass nicht alle Menschen schlecht sind. Nach und nach gewann

ich mehr Selbstvertrauen. Mit Selbstverteidigungskursen schaffte ich es endlich, mich nach neun Jahren Missbrauch körperlich und verbal zu wehren. Und mein Glaube an übersinnliche, himmlische Kräfte, mein Glaube an Gott half mir, auch diese Zeit zu überstehen.

Menschen wie Sie werden heute von der Psychologie als „resilient“ bezeichnet. Gibt es ein heimliches Rezept dafür, wie man trotz einer schrecklichen Kindheit den Glauben an das Leben nicht verliert?

Ja, mein Erfolgsrezept lautet: sich selbst lieben und schätzen, ehrlich zu sich sein, sich nicht verstellen, Schwächen akzeptieren, sich Ziele setzen, instinktiv und intuitiv agieren, Mut haben zu Entscheidungen und zur Verantwortung. Man sollte Ausdauer zeigen, nicht jammern, aus den Fehlern lernen und stets nach vorne schauen, nicht stehenbleiben, sich auf das Erreichte und auf die Stärken konzentrieren, nach neuen Herausforderungen suchen, neugierig auf das Leben und offen für Kritik sein, ein deutliches „Nein“ zu jeglicher Art von Unterdrückung und ein klares „Ja“ zum Leben aussprechen.

Worin lag das Gute in all dem Schlechten?

Dass die Angst vor der Zukunft, vor dem Unbekannten verschwindet. Das Überwinden der Hindernisse und das Bewältigen der Lebenskrisen

werden irgendwann zur Routine, man wächst mit jeder Aufgabe. Und das, was man einmal geschafft hat, schafft man auch ein zweites Mal. Dabei lernt man sich und seine Grenzen kennen. Es ist eine Kettenreaktion, deren Richtung wir durch unseren Willen und positives Denken bestimmen.

Und was ist die Quintessenz Ihrer Lebenserfahrung?

Einmal in die Hölle und wieder zurück: Das ist der Weg zum Paradies!

Worauf gründet heute Ihr Vertrauen in das Leben?

Auf Gott und die Liebe.

VITA

Isabelle Müller wurde 1964 in Tours (Frankreich) geboren. Ab 1985 arbeitete sie in Deutschland als Dolmetscherin und Übersetzerin. 1990 machte sie sich als Kunsthändlerin selbstständig und lernte auf zahlreichen Asienreisen ihre vietnamesischen Wurzeln sowie die meisten Schauplätze aus dem bewegten Leben ihrer Mutter kennen. In den vergangenen Jahren hat Isabelle Müller ihre persönlichen Erfahrungen und die Erzählungen ihrer Mutter in zwei Lebensberichten festgehalten. Der eine Bericht „Loan – aus dem Leben eines Phönix“ ist dem Leben ihrer Mutter gewidmet, der andere („Phönix Tochter“) reflektiert ihre eigene Biografie vor dem Hintergrund dieser besonderen Umstände.

www.isabellemüller.de