

ALI MAHLODJI

**VORWORT
VON
GERALD
HÜTHER**

ENT- DECKE DEIN WOFÜR

**Der Weg zu einem Leben,
das wirklich deins ist**



G|U

Hinweis zur Optimierung

Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Impressum

© eBook: GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, München, 2020

© Printausgabe: GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, München, 2020

Alle Rechte vorbehalten. Weiterverbreitung und öffentliche Zugänglichmachung, auch auszugsweise, sowie die Verbreitung durch Film und Funk, Fernsehen und Internet, durch fotomechanische Wiedergabe, Tonträger und Datenverarbeitungssysteme jeder Art nur mit schriftlicher Zustimmung des Verlags.

Projektleitung: Reinhard Brendli

Lektorat: Anne Nordmann

Covergestaltung: ki36, München

eBook-Herstellung: Christina Bodner

 ISBN 978-3-8338-7487-1

1. Auflage 2020

Bildnachweis

Coverabbildung: Raffael Stiborek

Fotos: Luiza Puiu

Syndication: www.seasons.agency

GuU 8-7487 04_2020_01

Unser E-Book enthält Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben. Deshalb können wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich. Im Laufe der Zeit können die Adressen vereinzelt ungültig werden und/oder deren Inhalte sich ändern.

Die GU-Homepage finden Sie im Internet unter www.gu.de

 www.facebook.com/gu.verlag

GRÄFE
UND
UNZER

Ein Unternehmen der
GANSKE VERLAGSGRUPPE

Garantie



LIEBE LESERINNEN UND LESER,

wir wollen Ihnen mit diesem E-Book Informationen und Anregungen geben, um Ihnen das Leben zu erleichtern oder Sie zu inspirieren, Neues auszuprobieren. Wir achten bei der Erstellung unserer E-Books auf Aktualität und stellen höchste Ansprüche an Inhalt und Gestaltung. Alle Anleitungen und Rezepte werden von unseren Autoren, jeweils Experten auf ihren Gebieten, gewissenhaft erstellt und von unseren Redakteuren/innen mit größter Sorgfalt ausgewählt und geprüft.

Haben wir Ihre Erwartungen erfüllt? Sind Sie mit diesem E-Book und seinen Inhalten zufrieden? Haben Sie weitere Fragen zu diesem Thema? Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung, auf Lob, Kritik und Anregungen, damit wir für Sie immer besser werden können. Und wir freuen uns, wenn Sie diesen Titel weiterempfehlen, in ihrem Freundeskreis oder bei Ihrem online-Kauf.

KONTAKT

GRÄFE UND UNZER VERLAG
Leserservice

Postfach 86 03 13

81630 München

E-Mail: leserservice@graefe-und-unzer.de

Telefon: 00800 / 72 37 33 33*

Telefax: 00800 / 50 12 05 44*

Mo-Do: 9.00 – 17.00 Uhr

Fr: 9.00 bis 16.00 Uhr (*gebührenfrei in D,A,CH)

Im Text wurde nicht durchgängig die männliche und weibliche Sprachform verwendet, sondern vorwiegend das generische Maskulinum. Dies ist einzig und allein der besseren Lesbarkeit geschuldet, keinesfalls als mangelnde Wertschätzung der Leserinnen zu verstehen.

In Videobotschaften Ali Mahlodji live erleben!

Mit der GU Mind & Soul Plus-App kannst du Ali Mahlodji live erleben, während du dieses Buch liest.

In seinen persönlichen Videobotschaften teilt er weitere Gedanken, Inspirationen und Übungen mit dir.

Und so einfach geht's:

1. Lade die kostenlose GU Mind & Soul Plus-App im Apple Store oder im Google Play Store auf dein Smartphone.
2. Starte die App und wähle dieses Buch aus.
3. Scanne ein Bild mit dem Smartphone-Symbol, das du an 10 Stellen im Buch findest, mit der Kamera deines Smartphones und drücke dann im Display den Button »Video abspielen«.

VORWORT

»Wir warten auf jemanden, der uns an die Hand nimmt und uns unseren Weg zeigt. Aber dieser Jemand können nur wir selbst sein.« Mit diesem Hinweis bringt Ali Mahlodji auf den Punkt, worum es in diesem Buch geht: Wie soll sich jemand selbstbestimmt und selbstverantwortlich auf den Weg machen, solange er gar nicht weiß, wohin er eigentlich will, was er mit seinem Leben machen, welchen Sinn er ihm verleihen will?

Niemand kommt bereits mit einer Antwort auf diese Frage zur Welt. Wir sind alle Suchende. Und auf dieser Suche nach einem gelingenden Leben können wir uns eben auch allzu leicht verirren. Sogar eine optimale Ausbildung kann uns davor nicht bewahren. Wie viele Menschen sind hochqualifiziert, haben diverse Abschlüsse erworben, wissen und können alles, was sie für die Ausübung ihrer jeweiligen Berufstätigkeit brauchen. Aber glücklich sind sie nicht. Weil das, was sie tun und womit sie sich tagein, tagaus beschäftigen, sie nicht wirklich erfüllt. Es ist nicht ihr Ding, es liegt ihnen nicht, es interessiert sie nicht, sie fühlen sich nicht innerlich damit verbunden. Sie machen es ohne Hingabe. Ihre aus dem Herzen kommende Unzufriedenheit versuchen sie mit dem Verstand zu unterdrücken. »Es geht ja nicht anders« oder »Das machen ja alle anderen genauso«, lautet ihr stillschweigend, aber fortwährend aufgesagtes Mantra zur Selbstbeschwichtigung.

So kann man sein Leben aushalten, aber lebendig bleiben kann man so nicht. Denn all das, was sie lebendig macht, also ihre eigene Entdeckerfreude und Gestaltungslust, ihre Offenheit und ihre Beziehungsfähigkeit, sogar ihre Sinnlichkeit müssen solche Menschen in sich selbst unterdrücken. Möglich wird das nur, indem sich in ihrem Gehirn hemmende neuronale Netzwerke herausbilden, die sich wie ein undurchdringlicher Mantel, bisweilen sogar wie

eine Rittersrüstung über diejenigen Bereiche legen, in denen ihre Lebensfreude generiert wird.

Da sie es selbst waren, die diese Bereiche beim Versuch, möglichst gut zu funktionieren und Anerkennung bei anderen zu finden, »eingewickelt« haben, sind sie auch die Einzigen, die sie wieder »auswickeln« können.

Ganz allein ist das schwierig, besser gelingt es, wenn man dafür einen »Entwicklungshelfer« findet.

Genau solch eine Hilfestellung auf dem Weg in die Freiheit anzubieten ist das Anliegen, das Ali Mahlodji mit diesem Buch verfolgt. Und er kann diese Entwicklungshilfe nicht deshalb so gut leisten, weil er Psychologie studiert hätte oder Hirnforscher geworden wäre, sondern weil er es am eigenen Leib immer wieder erlebt hat. Weil er oft genug die Erfahrung machen musste, wie es sich anfühlt, eingeklemmt, fremdbestimmt und ausgebrannt zu sein. Und weil er es immer wieder geschafft hat, sich aus all diesen Verwicklungen zu befreien, sich wieder auf einen selbstbestimmten und selbstverantworteten Weg zu machen. Weil er die Frage nach dem »Wofür« ernst genommen und für sein Leben zu beantworten versucht hat. Nicht in der Schule, nicht auf der Universität, sondern auf der Suche danach, wie das Leben geht, hat Ali Mahlodji all das gelernt, was er nun in diesem Buch an all jene weitergibt, die das Gleiche suchen wie er: ein sinnerfülltes und damit auch zutiefst beglückendes Leben.

Dr. Gerald Hüther

Hirnforscher und Leiter der Akademie für Potentialentfaltung

60 SEKUNDEN STILLE

»Die größten Ereignisse – das sind nicht unsre lautesten, sondern unsre stillsten Stunden.«

FRIEDRICH WILHELM NIETZSCHE

Bevor du auf die nächste Seite schaust, warte eine Minute.

Eine Minute, in der du auf deinen Atem achtest und nichts anderes tust, als bewusst zu atmen.

Schenke dir selbst diese Zeit der Ruhe. Das Leben ist hektisch, ablenkend und fordernd genug. Glaub mir, ich kenn das nur zu gut.

1 MINUTE — 60 SEKUNDEN

In dieser Zeit atmen wir ungefähr 12- bis 15-mal ein und aus, und unser Herz vollbringt das Wunder von 60 bis 80 Herzschlägen. Jede Minute, jeden Tag.

60 Sekunden sind eine verschwindend geringe Zeitspanne unseres täglichen Lebens und doch war diese Minute der Konzentration auf deinen Atem für dich vielleicht schon etwas zu lang.

Was ist in diesem Leben für dich möglich? Viel mehr, als du denkst, so viel ist sicher! In diesem Buch machen wir uns auf die Reise, es herauszufinden.

Kein Wunder. Wir Menschen tendieren nämlich dazu, mit unseren Gedanken fast pausenlos in der Zukunft oder in der Vergangenheit festzustecken und viel zu selten an dem einzigen Ort zu sein, an dem wir die Dinge wirklich verändern können – im Hier und Jetzt, dem Platz, an dem unsere Potenziale zu finden sind und an dem echte Veränderung möglich ist. Und genau um diesen Ort wird es hier gehen.

Ich möchte dich in diesem Buch mitnehmen auf eine Reise zu dir selbst. Einem Selbst, das du in der Hektik dieser Welt vielleicht schon vergessen hast, das jedoch alles in sich trägt, um das Leben zu leben, von dem du die ganze Zeit träumst. Ein Leben ohne Wenn und Aber, stattdessen voller »Ja, es geht«. Ein Leben, in dem nicht das »Was wäre, wenn« dominiert, sondern das »Ich mach mal«. Ein Leben, in dem du nichts bereust, sondern in dem Dankbarkeit für das Erlebte deinen Weg pflastert. Ein Leben, das einzigartig ist – so wie du. Ein Leben, das dein Wirken widerspiegelt. Ein Leben, auf das du eines Tages zufrieden zurückblickst, weil du weißt, dass es *deine* Fußstapfen sind, die du hinterlässt.

Klingt kitschig, oder? Ich weiß, ich hätte vor einigen Jahren noch genauso gedacht. Träume, Wünsche, den eigenen Weg gehen? Das hört sich eher nach einem Hollywoodstreifen an und scheint so gar nichts mit unserer Gesellschaft zu tun zu haben, in der nur das zählt, was im Lebenslauf steht.

Doch ich kann dir versprechen, dass deine Träume und Wünsche wichtiger sind als die Fakten deines Lebenslaufes und relevanter für deine Zukunft als jede klassische Karriereplanung.

Woher ich das weiß?

Weil ich es selbst erlebt habe.

WER ICH BIN

Mein Name ist Ali und ich habe trotz einer, viele würden sagen »harten Jugend« die klassische Karriereleiter sehr erfolgreich erklommen – nur um dann festzustellen, dass ich mich dort oben leerer nicht fühlen konnte. Ich kenne das Gefühl, wenn man innerlich – ganz tief drinnen – weiß, dass das Leben etwas Wunderbares für einen bereithält, und sich gleichzeitig so vorkommt, als wäre man mit angezogener Handbremse unterwegs. Ich weiß, was es bedeutet, auszubrechen, um wieder bei sich selbst anzukommen. Ich habe erlebt, wie es ist, wenn die eigenen größten Träume Realität werden. Und ich weiß jetzt, wie es ist, ein Leben zu leben, von dem ich immer dachte, »dass nur die anderen« so leben können.

Wenn du willst, zeige ich dir, wie auch du solch ein Leben leben kannst. Ich zeige dir, was in dir steckt, wer du bist und was dich bisher zurückgehalten hat. Ich zeige dir, wie du herausfindest, wer du wirklich bist und welcher Weg der deine ist. Und es ist mir eine Ehre, dein Begleiter auf DEINER Reise zu sein.

Wenn du hier antrittst, um herausfinden, zu was du alles fähig bist, mach dich auf etwas gefasst: Es wird viel mehr sein, als du zu träumen gewagt hast.

DEIN LEBEN, EIN ZUFALL?

Hast du dich schon mal gefragt, warum du zu dem Menschen geworden bist, der du heute bist? Gern denken wir, unser Leben sei eine Ansammlung von Zufällen, die uns da hingebraucht haben, wo wir heute stehen. Doch stimmt das wirklich?

Ich nehme dich mit auf eine Reise, bei der wir uns gemeinsam ansehen, wie du dorthin gekommen bist, wo du heute stehst, wo du im Leben eigentlich hinwillst und was du tun musst, um dir selbst dabei nicht im Wege zu stehen.

WARUM WIR UNS HIER TREFFEN

»Be water, my friend.«

BRUCE LEE

Gemeinsam finden wir dein Wofür, das verspreche ich dir!

Jetzt sitzen wir uns gegenüber. Also nicht richtig persönlich, aber fast. Auf der einen Seite du, der merkt, dass du etwas verändern willst in deinem Leben. Vielleicht weil du spürst, dass es in dieser Welt mehr geben muss, als einer klassischen Karriere hinterherzulaufen und dich auf die Rente zu freuen. Oder weil du keinen Plan hast, was du mit deinem Leben überhaupt anstellen willst. Oder auch, weil dich das, was du gerade lebst, nicht erfüllt und du deine freie Zeit sinnvoller verbringen willst.

Egal ob du verzweifelt aus deinem Job rausmöchtest, es satthast, nur so in den Tag hinein zu leben, oder deine Fühler nach einem sinnvollen Tun ausstreckst – du hast zu diesem Buch gegriffen, weil du dein Wofür suchst.

Auf der anderen Seite bin ich: der Typ, der diese Zeilen verfasst hat, dessen Namen du nicht aussprechen kannst und der behauptet, dir helfen zu können, den Weg zu einem Leben zu finden, das wirklich das deine ist.

Wie soll das gehen, fragst du dich. Ich werde es dir zeigen. Eines aber gleich vorweg: Ich bin kein Experte. Zumindest keiner im herkömmlichen Sinn. Und ich kann dir auch nicht sagen, wie dein Leben in zehn Jahren aussieht oder wie du mit der richtigen Idee Multimillionär wirst. Wenn du das wissen willst, empfehle ich dir den Kauf einer Glaskugel oder den Besuch eines »Wie werde ich Millionär in 7 Tagen«-Onlinekurses.

Was du von mir bekommst, ist Ehrlichkeit, pure Ehrlichkeit. Und zwar, weil ich an dich glaube.

Warum ich das tue, obwohl ich dich nicht kenne?

Das ist recht einfach. Zum einen hast du bereits zu diesem Buch gegriffen, was zeigt, dass du auf der Suche bist. Also hast du die schwierigsten 80 Prozent der Reise bereits geschafft: das Anfangen. Die restlichen 20 Prozent bestehen darin, dranzubleiben und tief zu graben. Nach deinem Selbst, deinen Wünschen, deinen Möglichkeiten und den Antworten, die in dir schlummern.

Die Sinnfrage war zwar immer schon die große Frage des Menschen, doch es scheint, als würde sie heute besonders nachdrücklich gestellt.

Bevor du mich für verrückt erklärst – ich war selbst mal wie du. Auf der Suche, nicht richtig unzufrieden, aber irgendwie auch nicht ganz in meiner Mitte und mit dem unbestimmten Gefühl, dass es da draußen noch mehr geben muss. Nur was und wie ich es finden sollte, davon hatte ich keinen Schimmer. Überhaupt gleicht mein Leben in der Rückschau eher einer Achterbahnfahrt als einer geplanten Reise ins Glück.

Heute aber bin ich glücklich und weiß, wenn es morgen vorbei wäre, ich würde nichts bereuen. Um diesen Zustand zu erreichen und das Leben zu haben, dass ich heute führe, musste ich genau bei den Fragen ansetzen, die du dir gerade stellst: »Was genau will ich eigentlich im Leben und wie zum Henker finde ich es heraus?«

DIE ALLGEGENWÄRTIGE SUCHE NACH DEM WOFÜR

Du bist übrigens nicht allein bei deiner Suche nach dem Sinn, deinem Wofür oder deinem Warum – wie immer du es auch nennen magst.

Wir erleben in der Arbeitswelt gerade einen kompletten Umbruch, und zwar auf globaler Ebene. Viele Arbeitgeber wundern sich, dass immer mehr Menschen neben dem Gehalt, den betrieblichen Zusatzleistungen und ihrem gesetzlichen Urlaubsanspruch plötzlich noch mehr wollen; dass sie Sinn in ihrer Arbeit suchen. Wer den nicht liefern kann, muss zusehen, wie gute Mitarbeiter das Weite suchen oder täglich mit weniger Motivation am Arbeitsplatz erscheinen.

Ich selbst hatte das Glück, dass mich das Leben fast schon dazu zwang, mich mit meinem Wofür auseinanderzusetzen. Wie ich die richtigen Fragen fand, um mein Wofür aufzuspüren, und mich dann auf die Reise machte, davon will ich dir erzählen. Doch dieses Buch ist keine Autobiografie. Es soll dein Begleiter sein, der dabei ist, wenn du die Reise zu dir selbst und zu deinem Wofür antrittst.

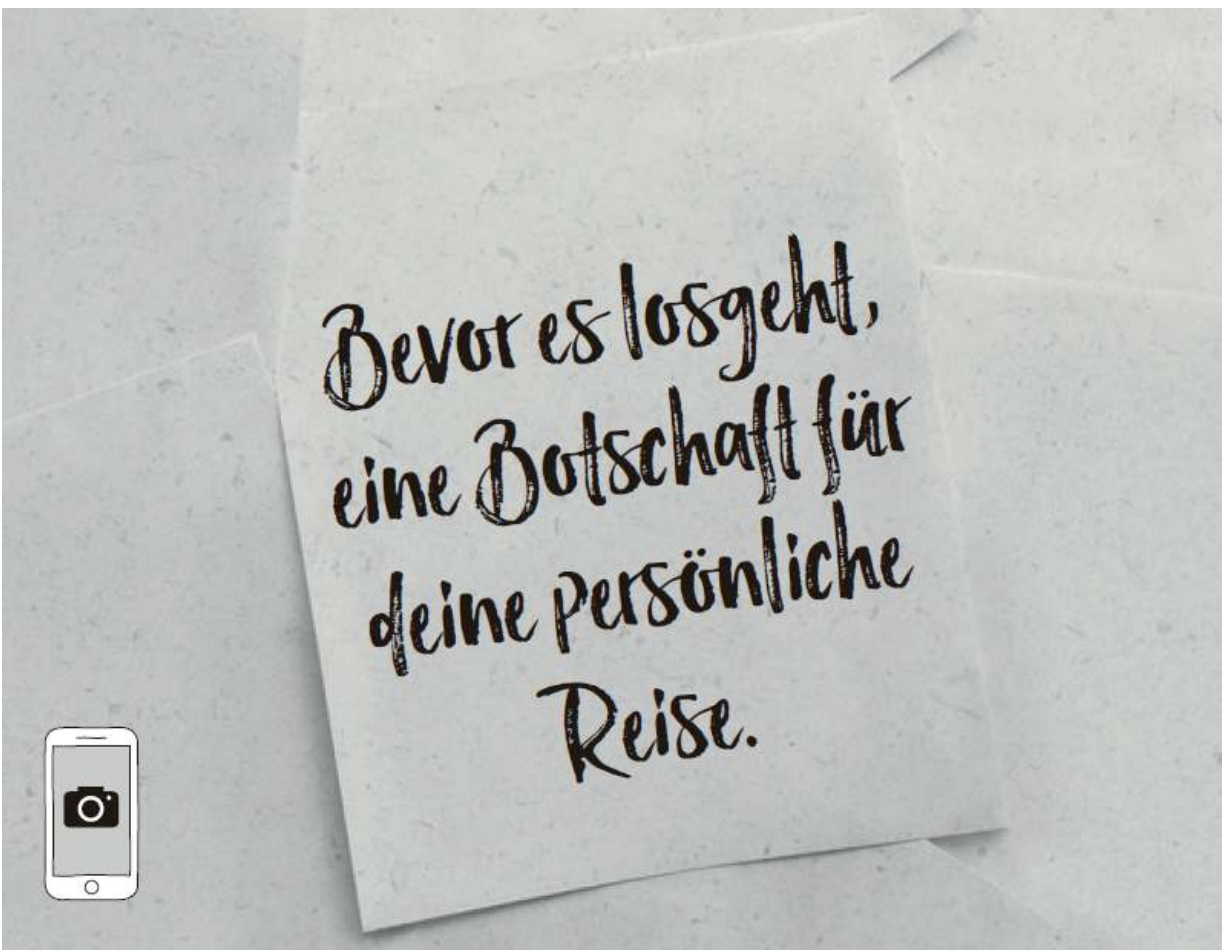
Wenn du dich auf den Weg machst, um dich selbst wirklich kennenzulernen, nimm einen Begleiter mit, der dir zur Seite steht – dieses Buch.

Wenn ich nun trotzdem damit beginne, dir etwas über mich und aus meinem Leben zu erzählen, dann damit du mich kennenlernst und siehst, dass ich nicht nur ein unfassbar gutaussehender Typ bin (Vorsicht, Humor!), sondern dass ich den Prozess, an dessen Anfang du vermutlich gerade stehst, selbst durchschritten habe.

Du wirst übrigens nicht die klassische Heldengeschichte zu hören bekommen, sondern eher ein breites Spektrum von dem, was das Leben uns an Erfahrungen schenken kann. Daher erzähle ich dir zuerst einmal, was ich bisher so gemacht habe. Wer weiß, vielleicht entdeckst du dich an der einen oder anderen Stelle selbst darin wieder.

Damit wir uns nicht missverstehen, natürlich musst du nicht mein Leben und meine Vergangenheit erlebt haben, um

deinen Weg zu finden. Mir geht es darum, dass du siehst, wie vielfältig und teilweise auch holprig die Wege zu einem zufriedenen und glücklichen Leben sein können. Ich lebe in derselben Welt wie du, mit denselben Regeln, denselben Möglichkeiten (auch wenn das nicht immer so wirkt). In diesem Buch möchte ich dir zeigen, was mir geholfen hat, meinen eigenen Weg zu finden. Auf meiner Reise habe ich viele Übungen, inspirierende Geschichten und Prinzipien entdeckt, die ich hier gern mit dir teilen möchte.



EIN FEHLER IM SYSTEM

»Eigentlich ist Ali mit seinem Lebenslauf ein Fehler im System.«

MARLENE URBANEK, EHEMALIGE ABENDSCHULLEHRERIN

Mein Name ist Ali, Nachname Mahlodji – gesprochen Malodschi (im hinteren Teil klingt es wie »Hatschi« – das kennst du, wenn du ab und zu niesen musst). Ich wurde im Iran geboren, genauer gesagt in Teheran, der Hauptstadt. Dies erklärt meinen speziellen Nachnamen, der auch nach 30 Jahren in Österreich und Deutschland noch für Verwunderung sorgt. Gern würde ich dir erzählen, dass ich eine tolle Kindheit hatte, während meiner Volksschulzeit schon wusste, dass ich später mal Unternehmer werden will, und meine Leidenschaft, etwas für die Jugend zu tun, in einem meiner Auslandssemester entdeckte. Das würde ich dir gerne erzählen. Doch ich habe dir versprochen, ehrlich zu sein.

DIE ETWAS ANDERE GESCHICHTE AUS TAUSENDUNDEINER NACHT

Ich bin im Iran zur Welt gekommen, das stimmt. Auch ist es richtig, dass ich in eine tolle Familie geboren wurde. Meine Großeltern waren immer darauf bedacht, die Harmonie und das Gemeinschaftsgefühl in der Familie hochzuhalten. Und während andere persische Eltern bereits während der Schwangerschaft darüber nachdachten, welche Karriere ihr Kind eines Tages einschlagen sollte, war meinen Eltern einzig wichtig, dass ich geborgen und liebevoll aufwachsen sollte. Sie waren beide Akademiker, Führungskräfte im Telekommunikationsbereich. Mein Vater war Ingenieur mit Schwerpunkt Software-Entwicklung, meine Mutter

Spezialistin im Personalmanagement. So weit, so wunderbar. Das einzige Problem war, dass wir im Iran lebten. Auf der einen Seite ein wunderbares Land voller blühender Kultur, auf der anderen Seite eine Diktatur, in der ein verrutschtes Kopftuch zu Peitschenhieben und die falsche Meinung zur Todesstrafe führen konnte.

Unter Khomeini spaltete sich das Land in Anhänger und Gegner. Für viele mit fatalen Folgen.

Meine Eltern liebten ihre Freiheit und es war für beide schwer mitzuerleben, wie unter dem neu an die Macht gekommenen Ajatollah Khomeini die Menschenrechte mit Füßen getreten wurden. Während viele Iraner sich dem Diktat der neuen Regierung beugten, brannte in meinen Eltern der Wunsch, ihr Land in Freiheit zu erleben. Es gab keine Demonstration, an der sie nicht teilnahmen, keine Kundgebung, von der sie nicht Teil gewesen wären.

Und dann begann die Regierung, die Demonstranten zu verhaften, und es sprach sich herum, dass einige, die verhaftet wurden, nicht mehr zurückkamen.

Meine Eltern erfuhren von einem Bekannten aus dem Innenministerium, dass sie aufgrund ihrer politischen Meinung auf einer der gefürchteten Verhaftungslisten standen, und wussten: Wenn sie das Land nicht innerhalb von 24 Stunden verlassen würden, würden sie keine Zukunft in Freiheit erleben.

Ich war ungefähr drei Jahre alt, als meine Eltern und ich mithilfe einer Schlepperbande – natürlich auf illegalem Wege – den Iran Richtung Türkei verließen. Wir schafften es über die Grenze in die Stadt Hakari, wurden dort allerdings von der Polizei verhaftet. Hätte man, wie geplant, meine Eltern und mich zurückgeschickt, wäre ich zweifellos als Waise aufgewachsen.

Unser Glück war, dass Amnesty International und die UNO von der Flucht meiner Eltern erfahren hatten und bei ihrer Verhaftung intervenierten, sodass wir mithilfe dieser Organisationen nach Europa, genauer gesagt nach Österreich gebracht wurden.

EINE NEUE ZUKUNFT

Es dauerte eine Weile, aber irgendwann wurde Europa unsere Heimat.

Die ersten Monate auf europäischem Boden verbrachten wir im Flüchtlingsheim Traiskirchen, einem Ort, an dem jeder Funken Hoffnung nach und nach kalter Verzweiflung weicht. Hier schwebte täglich das Damoklesschwert über uns, dass wir mit dem nächsten Flieger wieder in den Iran zurückgeschickt wurden. Zurück in die Unfreiheit, zurück in die Bedrohung, zurück in die Steinzeit der Menschenrechte. Es dauerte sechs Monate, bis meine Familie einen positiven Asylbescheid bekam und wir zu hoffen wagten, dass unsere Reise erst begonnen hatte. Die nachfolgenden Jahre waren nicht nur turbulent, sie hätten auch jede Statistik und jedes Vorurteil gegenüber einer Flüchtlingsfamilie bestätigt.

Mein Vater wurde aufgrund der Fluchtstrapazen psychisch schwer krank und schaffte es nie wieder, auf die Beine zu kommen. Bei ihm wurden Schizophrenie und einige andere Krankheiten diagnostiziert, welche es ihm unmöglich machten, das Trauma der Flucht zu verarbeiten.

Meine Mutter musste sich daher nicht nur um mich und ihren kranken Mann kümmern, sondern auch für uns alle Geld verdienen. Und da man in Österreich ihre Ausbildungen nicht anerkannte, war sie sich nicht zu schade, trotz Hochschulabschluss und Positionen im Top-Management nun als Putzfrau zu arbeiten. Als mein kleiner Bruder geboren wurde, wuchs sie über sich hinaus und lernte, das Leben

trotz aller Herausforderungen so zu jonglieren, dass es uns an nichts fehlte.

MIT DEM RÜCKEN AN DER WAND DIE EIGENEN TRÄUME LEBEN

Fang nicht erst an, über dein Traumleben nachzudenken, wenn alles bei dir rundläuft. Tue es jetzt sofort!

Wir glauben immer, dass sich nur die Menschen, die in finanzieller Hinsicht ein gutes Leben führen, ihre Träume erfüllen können, doch von meiner Mutter lernte ich, dass man – gerade wenn man mit dem Rücken an der Wand steht und alles verloren hat – damit anfangen muss.

»Wenn du alles verloren hast, bist du frei und hast eine grüne Spielwiese vor dir – dann kannst du deinen Lebensplan neu zeichnen«, war eine der Weisheiten, die sie mir früh mit auf den Weg gab. Als Kind verstand ich kein Wort, doch später im Leben wurde dieser Satz mein Antrieb in schweren Zeiten.

Meine Mutter nutzte die Chance des unfreiwilligen Neuanfangs und begann neben all den Strapazen, mit denen sie jeden Tag zu kämpfen hatte, berufsbegleitend Sozialarbeit zu studieren – ihr Traumberuf, den ihr ihre Eltern im Iran nicht erlaubt hatten. In deren Augen war das Ansehen einer Sozialarbeiterin gering, ein klassisches Wirtschaftsstudium hingegen versprach die Aussicht auf eine glänzende Karriere und das richtige Bild bei den Nachbarn und in der Gesellschaft.

Trotz eines kranken Mannes, eines Jobs als Reinigungskraft und zwei kleinen Jungs, die Aufmerksamkeit und Liebe brauchten, schaffte meine Mutter es, ihr Studium zu beenden, und arbeitete dann bis zuletzt als Sozialarbeiterin in Wien. In ihrem Job blühte sie auf. Sie konnte Menschen in schwierigen Situationen helfen und sich jeden Tag sicher

sein, dass sie etwas Sinnvolles in dieser Welt bewegt hatte. Ja, ihr Job war keiner, durch den man reich wird, doch den inneren Schatz, den sie sich dadurch jeden Tag anhäuften, den konnte ihr niemand nehmen.

Viele Jahre lang ist meine Kindheit in meiner Erinnerung geborgen und glücklich gewesen – gut hatte ich verdrängt, was die Realität gewesen war. Die Realität war, dass wir, als ich zehn Jahre alt war, bereits 13 Wohnungen hinter uns hatten. Meine Klamotten waren allesamt Spenden von der Caritas oder vom Roten Kreuz und manchmal wusste meine Mutter nicht, wo das Geld für Essen und Miete herkommen sollte.

WENN ES DIR DIE STIMME VERSCHLÄGT

Es war der 22. Dezember, als meine Eltern uns eröffneten, dass sie sich trennen würden. Zu viel, zu laut und zu wild waren ihre Streitereien geworden und einmal zu viel war meinem Vater die Hand ausgerutscht. Meine Mutter reichte die Scheidung ein.

Auch wenn sich Eltern noch so sehr streiten, ist eine Trennung für viele Kinder erst mal ein Weltuntergang.

Ich war 13 Jahre alt und mein kleiner Bruder acht. Für uns beide war es ein Schock, obwohl wir innerlich schon lange gespürt hatten, dass unser Zuhause kein Ort der Liebe mehr war, sondern eher ein Kriegsschauplatz. Die psychische Krankheit meines Vaters hatte der ganzen Familie zugesetzt und jede Ruhe ins Wanken gebracht.

Dennoch brach für meinen Bruder und mich die Welt zusammen, als wir von der Scheidung erfuhren. Am selben

Tag hörten wir beide auf zu sprechen. Nicht absichtlich – es ging einfach nicht mehr, wir verstummten. Es dauerte viele Sitzungen mit Pädagogen, bis wir wieder zu sprechen begannen, doch wir beide stotterten. Ich über zehn Jahre lang, bis ich Mitte zwanzig war.

SCHULANGST

Meine Kindheit und Jugend über habe ich mir nichts sehnlicher gewünscht, als in flüssigen Sätzen sprechen zu können.

Diese Angst vor dem Sprechen ließ meine Schulzeit zu einem Spießrutenlauf der Peinlichkeiten werden. Ich hatte Angst vor der Schule, Angst vor den Mitschülern, die mich auslachten, und Angst vor Büchern. Bücher waren das Sinnbild für das, was ich nicht konnte: vorlesen. Und das mussten wir in der Schule fast jeden Tag. Um all dem auszuweichen, fand ich eine ganz pragmatische Lösung: Ich wurde der erfolgreichste Schulschwänzer der Schule. Selbsterklärend, dass diese Kombination nicht zu einem guten Schulerfolg führen konnte. Während dieser Zeit stellte ich mir vor, wie ich eines Tages der größte Lehrer der Welt werden würde, wenn ich nur wieder normal sprechen könnte. Groß war meine Sehnsucht, all meine Gedanken der Welt mitzuteilen. Ich war nämlich schon immer sehr neugierig gewesen und wenn ich mal, trotz des Stotterns, ins Reden kam, hörte ich gar nicht mehr auf – da wurde ich dann zu einem kleinen Wasserfall, der seinem Umfeld alles mitteilen wollte, was er sich dachte. Doch statt der größte Lehrer der Welt zu werden, schmiss ich ein halbes Jahr vor dem Abi ich die Schule – zu groß war die Angst vor den mündlichen Prüfungen. Nun war ich also ein stotternder Schulabbrecher, der den Stempel Flüchtlingskind auf der Stirn trug und einen Namen hatte,