

# 30 FRAUEN, DIE MUT MACHEN

*»Falle siebenmal  
hin und stehe  
achtmal auf.«*



it



ELISABETH SANDMANN  
im in sel taschenbuch

<p>te!</p> <p>No James Remembrance</p> <p>EMILY BY 04-17</p> <p>Gratitude Gina Young 10/19/2017</p> <p>Unpermitted Katie Harty 6-10-17</p> <p>Service Joanne Fedler</p> <p>DIGNITY Margaret Atwood 09-13-17</p>	<p>relentless</p> <p>Tracy Fisher National Park State 2/4/2017</p> <p>TABITHA S. BERNARD-JACOBS 04-16-17</p> <p>Compassion Hibo Wardere 30/03/2017</p> <p>Sisters Sibylla Sham 5.6.2017</p> <p>STORY SOPHIE BLANKAL April 18, 2017</p> <p>HUMAN Chimamanda Adichie 2/10/2017</p> <p>PASSION! Helen Green Amanda 2/10/2017</p>	<p>UNEXPECTED</p> <p>VERONICA BRADY-THORP</p> <p>TEAM WORK GOS-16- April 2017</p> <p>grace Lena Gumbert March 30, 2017</p> <p>Yes Cecilia Rønningen</p> <p>Luonon- kappale Märta Nyland Karin Nyland Linnea Nyland</p> <p>Connect on yara Gable 2/21/17</p>	<p>Resilience</p> <p>Amanda Zani 4/21/2017</p> <p>PURE Piper Reuter</p> <p>SUBVERSIVE Joaquín 2/11/17</p> <p>unapologetic Linda Sarsour 4.18.2017</p> <p>LOVE Hugo Bissin April 2017</p> <p>HOPE Anast</p> <p>RESTLESS Jocita Marie Smith</p>	<p>Sunshine</p> <p>Elle Rova 170402</p> <p>DETERMINATION ALICE WATERS MARCH 20, 2017</p> <p>beheret Joette Cor 4.4.2017</p> <p>HAPPY Gloria 7/10/17</p> <p>TOLERANZ Orinik Hat 04.09.2017</p> <p>Family MORALS Yara Kalia 11/10/17</p>	<p>YES</p> <p>Nicole A Avant April 21, 2017</p> <p>KINDNESS SERGIU BELAY 26/2017</p> <p>Stay - Iris Jany 27 April 2017</p> <p>Joy! Celia Kiani 9-12-17</p> <p>IMAGINATION Jude Kelly 23/3/2017</p> <p>Idealism Stephanie Olesander 18/ December 2016</p>	<p>Empathy</p> <p>Shani Chakrabarti 30/3/17</p> <p>CASTER SEMENYA UBUNTU 4/10/17</p> <p>SAFETY Kandis Singh 1/10/17</p> <p>HOPE April 2017</p> <p>Honesty Jia Cecilia Chany 12 Feb 17 5/11/17</p> <p>GOD CHILDREN OF TERRORISM KARISMA VOGEL 5/11/17 Linda Hest</p> <p>ATHLETE Kathleen 13/12/16</p>	<p>Good Energy</p> <p>Maria/Sant Mittal Ghosh 5/3/2017</p> <p>Laughter is tracy d gray 19 march 17</p> <p>Paradox SS April 2017</p> <p>Neugierig Cynthia Wood 26.10.2017</p> <p>RESILIENCE Milly &amp; Carl 28-5-17</p> <p>Empathy empathy Linda Perry 2017</p>	<p>WONDER</p> <p>CHESTY HANCOCK 4-2-17</p> <p>Love Renee Kline 10/17</p> <p>'STORPLAND' Jill Gray 2015-01-19</p> <p>Joy Eva 23/3/17</p> <p>Kindness Erich Zander 6/1/17</p> <p>Justice Cyd 7/11/17</p> <p>Independence Cynthia Sanderson 21.5.2017</p>	<p>Honesty Kamal Walker 12-17</p> <p>Imagination BYV RAS March 21, 2017</p> <p>UNRU Chloe Ray 2017</p> <p>Generosity Liz Alameda March 20, 2017</p> <p>RESILIENCE LISA CONGDON MARCH 21, 2017</p> <p>LOVE Sarah Beisly 5/3/2017</p> <p>खुसी HAPPINESS Jasuka Nepal 27/02/2017</p>	<p>courage</p> <p>BIELA GARCIA Johanna 4/10/2017</p> <p>individuality Suha Issa 7.3.2017</p> <p>Resilience June 7, 2017</p> <p>Service Georga Kachel 10.03.17</p> <p>Authenticity XO Robb Brown 4-11-17</p> <p>Empregladene ZLupfennin Zilma Zingher 6.4.17</p> <p>Spa Delia Linda Lee 4/10/2017</p>
---	---	---	---	--	--	--	---	--	---	--

»Aussergewöhnlich starke Persönlichkeiten werden in hervorragendster Weise sichtbar.« KULTURPUNKT

Frauen aus Lebensumständen, wie sie nicht unterschiedlicher sein könnten, darunter berühmte und völlig unbekannte, wohlhabende und bitterarme, erzählen aufrichtig und zutiefst berührend, warum sie keine Opfer sein wollen und woher ihr grenzenloser Optimismus kommt. Einfühlsam und authentisch berichten sie von ihren Erlebnissen, von ihrem Lebenswillen, der inneren Kraft und ihrem Mut, immer wieder aufzustehen. Fotografiert von Kieran E. Scott, der zusammen mit dem Herausgeber-Team Geoff Blackwell und Ruth Hobday um die Welt reiste, und dem sensationelle Porträts gelungen sind.

Ruth Hobday ist Autorin und hat eine beeindruckende Zahl an ausgezeichneten internationalen Titeln entwickelt und begleitet, darunter Nelson Mandelas Bekenntnisse. Sie lebt in Auckland, Neuseeland.

Geoff Blackwell ist prämiertes Verleger und künstlerischer Leiter von Blackwell & Ruth. Seine Bücher haben sich über 30 Millionen Mal in 50 Ländern verkauft. Er lebt in Auckland, Neuseeland.

insel taschenbuch 4949  
Ruth Hobday & Geoff Blackwell  
30 Frauen, die Mut machen





# FRAUEN, DIE MUT MACHEN

---

»FALLE SIEBENMAL HIN UND  
STEHE ACHTMAL AUF.«

Herausgeber  
Ruth Hobday &  
Geoff Blackwell

Fotografie  
Kieran E. Scott

INSEL VERLAG



Erste Auflage 2022

insel taschenbuch 4949

© Insel Verlag Anton Kippenberg GmbH & Co. KG, Berlin 2022

© der deutschsprachigen Ausgabe

2018 Elisabeth Sandmann Verlag GmbH, München

© Fotografie: 2017-2018 Kieran E. Scott, [www.kieranscottphotography.com](http://www.kieranscottphotography.com)

Alle Rechte vorbehalten. Wir behalten uns auch eine

Nutzung des Werks für Text und Data Mining im

Sinne von § 44b UrhG vor.

Umschlaggestaltung: Rothfos & Gabler, Hamburg

Umschlagabbildung: Julia Leeb, Foto: Kieran E. Scott

Druck: Pustet, Regensburg

Printed in Germany

ISBN 978-3-458-68249-3

[www.insel-verlag.de](http://www.insel-verlag.de)





## – 30 ermutigende Stimmen

Es war nicht einfach, für dieses Buch eine Auswahl zu treffen, denn in gewisser Weise sind alle Frauen, die sich am Projekt »200 Frauen – Was uns bewegt« beteiligt haben, mutig, engagiert, inspirierend und stark.

Die Idee zu diesem Projekt hatte ein neuseeländisches Team, bestehend aus Geoff Blackwell, Ruth Hobday und dem besonders feinfühligem Fotografen Kieran E. Scott. Sie reisten um die Welt, stellten über 200 Frauen fünf gleiche Fragen und fotografierten sie vor einem einfachen Leintuch.

Aus diesen 200 Frauen haben wir nun 30 ausgewählt, deren Antworten zum ersten Mal auf Deutsch publiziert werden, einleitend vorangestellt zudem das Interview mit der neuseeländischen Premierministerin Jacinda Ardern, die der Welt vor Augen führt, dass man als Frau während der Amtszeit als Staatsoberhaupt durchaus ein Kind zur Welt bringen kann und darf.

Dies scheint selbst in besonders fortschrittlichen Ländern noch immer eine große Herausforderung und Hürde zu sein. Die Kriegsfotografin Julia Leeb hat für dieses Buch einen neuen Text geschrieben, der unter die Haut geht, andere Frauen sind mit Textauszügen oder Zitaten vertreten. Die meisten Frauen unterstützen Organisationen oder haben eigene gegründet, um Frauen und Mädchen zu helfen. In jedem Fall aber kämpfen sie alle für mehr Würde, Humanität und Gleichheit und auf diesem steinigen Weg ist ihnen bereits sehr viel gelungen.

Wir wünschen Ihnen Freude bei der Lektüre und dass Sie diese Frauen inspirieren. Wenn Sie alle 200 Frauen kennen lernen möchten, dann finden Sie mehr Informationen unter:  
[www.twohundredwomen.de](http://www.twohundredwomen.de)

Ihr Insel Verlag



Jacinda Ardern wurde in Hamilton, Neuseeland, geboren. Seit 2017 ist sie Premierministerin von Neuseeland und die einzige aktuelle Regierungschefin, die während ihrer Amtszeit ein Kind bekommen hat.

## – Jacinda Ardern

Was ist Ihnen wirklich wichtig?

Empathie und Güte, denn die können gesellschaftlichen Wandel vorantreiben. Für mich sind das nicht einfach nur Gefühle, sondern vielmehr Werkzeuge. Sie können dich motivieren und antreiben; auf jeden Fall sind es diese beiden Charakterzüge, die meine gesamte politische Karriere begründen. Aber da ich in einer kleinen ländlichen Gemeinde aufgewachsen bin, hat auch harte Arbeit einen hohen Wert für mich, außerdem eine achtsame Haltung der Gemeinschaft und den Menschen in der unmittelbaren Umgebung gegenüber – und ich schätze es, wenn jemand sich einsetzt.

Die Neuseeländer sind im Herzen unglaublich aufgeschlossene Menschen. Und wenn man manche unserer heutigen gesellschaftlichen Herausforderungen auf der individuellen Ebene angeht, dann erkennt man, dass Neuseeländer hier eine überwältigende Empathie an den Tag legen. So habe ich mich der Welt immer genähert – statt politische Streitfragen im Rahmen komplexer Statistiken und als Unterschiede zwischen Menschen zu begreifen, schaue ich oft auf den Einzelnen in der konkreten Situation.

Es gibt so viele Themen, bei denen wir uns streiten, über die wir uns aber, wenn wir auf ihren Kern blicken, im Grunde genommen einig

## – Jacinda Ardern

sind. Nehmen wir das Thema Kinderarmut. Gelegentlich hört man Argumente wie »Das liegt doch in der Verantwortung der Eltern. Müssen wir uns da einmischen?« Man geht davon aus, dass irgendwo jemand seine Fürsorgepflicht verletzt haben muss. Aber eigentlich steht doch im Zentrum der Debatte ein Kind, das – egal, welche Wahrnehmung man von ihm haben mag – keine Schuld trägt, das einfach nur ein Opfer der Umstände ist. Ich könnte also zwar dagegenhalten, dass man nicht von einer Schuld der Eltern sprechen kann, solange wir eine Niedriglohnwirtschaft haben, in der Menschen mit ihrer Arbeit nicht genug zum Leben verdienen – doch sprechen wir immer noch über dasselbe Kind. Wenn man mit Güte auf dieses Kind blickt, dann ändert sich damit die Herangehensweise an das Problem. Man hält sich mit den Schuldzuweisungen etwas zurück und besinnt sich auf die einfachen Werte. Dass jedes Kind einen guten Start ins Leben verdient und dass jedes Kind alles haben sollte, was es braucht, um sich gut zu entwickeln.

Was macht Sie glücklich?

Dass ich jeden Tag Menschen begegnen darf, die Probleme nicht nur sehen, sondern sie anpacken – ob es sich nun um eine soziale Frage, ein kompliziertes wirtschaftliches Problem oder die Not-

wendigkeit zur Erneuerung handelt. Ich empfinde Glücksmomente, wenn ich Menschen mit jener Einstellung sehe, die wir in Neuseeland so sehr schätzen – sich auf den Hosenboden zu setzen und ein Problem selbst zu lösen. Und teile dann die Freude, die jemand daraus schöpft, wenn er das Problem gelöst hat, dessen er sich angenommen hat.

Besonders wenn ich sehe, wie Menschen spontan auf Not in ihrem Umfeld reagieren, werde ich daran erinnert, dass wir noch nicht alle vergessen haben, dass wir in einer Gemeinschaft miteinander verbunden sind. Man stelle sich ein Land vor, in dem alle gut verdienen, lernen, sich kümmern oder Freiwilligenarbeit leisten. Das wäre ein Ort, der Glück erzeugt.

Was empfinden Sie als tiefstes Leid?

Egoismus bringt mich wirklich auf die Palme, egal ob er sich im Umgang eines Menschen mit der Umwelt zeigt oder mit anderen. Irgendwie sind wir alle aufeinander angewiesen. Die Dinge kommen aus dem Takt, wenn wir nicht achtsam mit unserer Umwelt umgehen und uns egal ist, was wir anderen antun. Deshalb stört mich sowohl auf der Makroebene als auch im individuellen Umgang Egoismus sehr.

## – Jacinda Ardern

Was würden Sie in der Welt verändern, wenn Sie könnten?

Ich habe mich schon sehr ausführlich zu all dem geäußert, das ich gern verändern würde, aber jetzt habe ich sowohl das Privileg als auch die Aufgabe, einiges davon tatsächlich umzusetzen. Bei einzelnen Aspekten innerhalb dieser Mammutaufgabe kann ich es kaum abwarten. Zum Beispiel endlich einen Konsens darüber zu finden, dass es Kinderarmut in einem Land wie dem unseren eigentlich nicht geben dürfte und dass wir alle profitieren, wenn wir uns davon befreien. Und der Klimawandel. Wenn ich als Politikerin darüber nachdenke, was für eine Erde ich der kommenden Generation hinterlassen möchte, verspüre ich ein großes Gefühl der Verantwortung und Fürsorge. Was ich an Neuseeland so liebe, ist die Idee der Obhut, die bei den Maoris selbstverständlich und in uns allen verwurzelt ist – die Vorstellung, dass wir im Interesse kommender Generationen für die Umwelt eine Sorgfaltspflicht haben.

Wählen Sie ein Wort, das Sie beschreibt.

Güte. Würde sie die Art verändern, wie wir ans Werk gehen, würde es unsere Entscheidungen verändern, wenn wir sie in Güte trafen?

Güte in dem Sinne, dass man sich seiner Umwelt bewusst ist, der Menschen und der Gemeinschaft um einen herum. Das bedeutet nicht, dass man nicht stark sein kann – man kann gleichzeitig gütig und stark sein. Ich stelle gern traditionelle Vorstellungen von Führungsstärke infrage. Wenn man die Leute fragen würde, was für sie typische Charakterzüge eines Politikers sind, kämen sie vermutlich mit Begriffen wie »selbstsicher«, »selbstgefällig«, »anmaßend« und, in einigen Fällen, »eigennützig« an. Es herrscht eine bestimmte Auffassung vor, was eine politische Führungskraft mitbringen muss. Aber ich hoffe, dass wir mit der Zeit zeigen können, wie unterschiedliche Politikertypen eine ganze Palette von Eigenschaften in ihre Führung einbringen. Und dass das nicht bedeutet, dass sie schlechte Führungspersönlichkeiten sind. Vielmehr bedeutet es, dass wir allmählich ein politisches Umfeld schaffen, das sich mehr an den Menschen und der Gesellschaft orientiert und in dem wir eine Vielfalt an unterschiedlichen Führungsstilen haben. Deshalb wehre ich mich gegen die Vorstellung, dass man, wenn man stark ist, automatisch auch aggressiv und ehrgeizig ist, ohne Rücksicht auf andere.





Holly Bird wurde in Rochford in Essex, England, geboren. Sie arbeitet im Polizeidienst und hat als Kickboxerin 2016 die World Fight Sport and Martial Arts Council Championships gewonnen.

## – Holly Bird

Es klingt zwar albern, aber wenn wir eine Invasion von Außerirdischen hätten, würden wir Team Erde werden. Statt dass sich Länder und Religionen bekämpfen, würden wir uns zusammenfinden und sagen: 'Okay, wir sind die Menschheit, und wir werden jetzt gemeinsam gegen die Außerirdischen kämpfen!' Es wäre herrlich, wenn die Leute einmal ein bisschen auf Abstand zu dem gehen könnten, was auch immer ihre Herzensangelegenheit ist, und sich daran erinnerten, dass wir alle eins sind: ein Mensch, ein Planet.



Alicia Garza arbeitet als Aktivistin und Publizistin im kalifornischen Oakland. Sie ist Mitbegründerin der US-amerikanischen Anti-Rassismus-Bewegung Black Lives Matter.

Ich möchte meinen  
Kindern sagen können,  
dass ich für sie **gekämpft** habe  
und dass ich für  
uns gekämpft habe.

---

Alicia Garza