

VOL. 45 2025 | BY CLAUDIA GRIMM ACADEMY

QUEENS

MAGAZIN

MIT THI PHUONG LE

MUT

IST FÜR MICH, IMMER
WIEDER AUFZUSTEHEN

BIOWISSENSCHAFTLERIN
MIT SCHWERPUNKT AUF
„COMPUTATIONAL BIOLOGY“

Inhalt



03 | MUT BEDEUTET

IMMER WIEDER
AUFZUSTEHEN, EGAL, WIE
OFT DAS LEBEN EINEN
UMWIRFT

04 | MUT BEDEUTET ABER AUCH

MEINE GESCHICHTE ZU
TEILEN, NICHT DIE
PERFEKTE, DIE GLÄNZENDE
VERSION, SONDERN DIE
ECHTE

05 | 3 PERSÖNLICHE TIPPS

VON THI PHUONG,
WARUM ES SICH LOHNT
MUTIG ZU SEIN

A woman with long brown hair, smiling, is sitting on a dark metal bench at night. She is wearing a bright orange blazer and matching trousers over a black top. She is holding up her right foot, showing a grey sneaker with a white sole and a grey sock with white polka dots. The background shows a building and trees. The ground is paved with cobblestones.

LIEBE THI PHUONG,
WAS BEDEUTET MUT
FÜR DICH?

“MUT IST, SICH SELBST NICHT AUFZUGEBEN,
EGAL, WIE OFT MAN VON VORNE
ANFANGEN MUSS.” - THI PHUONG LE



**GEDANKEN VON THI PHUONG LE:
BIOWISSENSCHAFTLERIN MIT SCHWERPUNKT AUF
„COMPUTATIONAL BIOLOGY“**

Mut ist für mich, immer wieder aufzustehen, egal, wie oft das Leben einen umwirft.

Ich weiß wie es sich anfühlt, wenn alles von einer Sekunde auf die andere zusammenbricht. Als ich mit 27 Jahren eine schwere Hirnblutung erlitt, hätte ich aufgeben können. Es wäre einfacher gewesen, mich meinem Schicksal zu fügen. Aber Mut bedeutete für mich, trotzdem weiterzumachen: Schritt für Schritt, auch wenn es manchmal nur ein einziger Schritt war.

Mut ist für mich, in ein fremdes Land zu gehen, ohne perfekt die Sprache zu sprechen, mich in ein Forschungsgebiet zu wagen, welches mich fordert, und mich selbst in einer fremden Kultur neu zu entdecken. Es ist, sich nicht davon abhalten zu lassen, Fehler zu machen und trotzdem weiterzugehen, seinen Platz in einer Welt zu suchen, die oft nicht auf einen wartet.

Mut ist für mich auch, meine Geschichte zu teilen – nicht die perfekte, glänzende Version, sondern die echte. Die mit den Rückschlägen, den Ängsten, den Momenten, in denen ich dachte, dass ich es nicht schaffen würde. Denn Mut heißt nicht, keine Angst zu haben. Mut heißt, trotz der Angst loszugehen.

Mein Leben hat mir gezeigt: Mut ist, sich selbst nicht aufzugeben, egal wie oft man von vorne anfangen muss.

3 PERSÖNLICHE TIPPS

von Thi Phuong Le, warum sich
Mut haben immer lohnt

**Warte nicht auf den perfekten Moment.
Denn er wird nicht kommen:**

Zu oft schieben wir unsere Träume auf, weil wir denken, es sei noch nicht der richtige Zeitpunkt. Doch die Wahrheit ist: Es gibt keinen perfekten Moment – außer den, den du jetzt erschaffst.

**Es könnte dein letzter Tag sein.
Also lebe im Hier und Jetzt:**

Auch junge Menschen können plötzlich vom Schicksal getroffen werden. Ich habe selbst erfahren, wie schnell sich alles ändern kann. Deshalb: Zögere nicht, die Dinge zu tun, die dir wichtig sind.

**Deine Geschichte kann
jemandem Hoffnung geben:**

Du weißt nie, wen du inspirierst, wenn du mutig deinen eigenen Weg gehst. Vielleicht ist genau deine Geschichte der Anstoß, den jemand anderes braucht, um nicht aufzugeben. Sei sichtbar, teile deine Erfahrungen. Sie können einen Unterschied machen.





THI PHUONG LE

Mein Name ist Thi Phuong Le und mein Weg war alles andere als geradlinig, aber genau das hat mich zu der Person gemacht, die ich heute bin. Ich bin Biowissenschaftlerin mit einem Schwerpunkt auf „Computational Biology“ und Brückenbauerin zwischen Kulturen. Mein Herz schlägt für Japan, für interdisziplinäre Wissenschaft und für die Kraft der Resilienz.

Japan hat mich schon früh fasziniert, so sehr, dass ich nach dem Abitur ein Freiwilliges Soziales Jahr dort verbracht habe. Zurück in Deutschland entschied ich mich für ein Biologiestudium und spezialisierte mich in meinem Master auf Computational Biology.

Doch dann kam der Einschnitt. Mit 27 erlitt ich eine schwere Hirnblutung und einen Schlaganfall, der mein Leben von einer Sekunde auf die andere veränderte. Plötzlich war nichts mehr selbstverständlich. Ich musste neu lernen, mich in einer Welt zurechtzufinden, die sich für mich komplett verändert hatte. Doch statt aufzugeben, kämpfte ich mich zurück. Und mein Traum von Japan wurde zu meiner größten Motivation.

2022 erfüllte ich mir einen großen Wunsch: Ich durfte ein Forschungsjahr in Japan verbringen und dort in der Krebsforschung arbeiten. Meine Masterarbeit schrieb ich auch dort, umgeben von inspirierenden Wissenschaftler:innen, die mich förderten und forderten. Diese Erfahrung bestärkte mich darin, meinen Weg weiterzugehen – an der Schnittstelle zwischen Biologie, IT und interkulturellem Austausch.

Neben meiner akademischen Laufbahn engagiere ich mich für gesellschaftlichen Wandel und Sichtbarkeit. Seit 2018 bin ich Mitglied der Deutsch-Japanischen-Jugendgesellschaft (DJJG). Ich engagierte mich dort auch als Vorstandsmitglied, organisierte Austauschprogramme und baute Brücken zwischen beiden Ländern.

Mein Ziel ist es, nicht nur beruflich in Japan Fuß zu fassen, sondern auch mein Herzensprojekt weiterzuverfolgen: Ich möchte Menschen mit meiner Geschichte inspirieren, niemals aufzugeben. Es liegt mir am Herzen, zu zeigen, dass es sich lohnt, für das Leben zu kämpfen, egal wie schwer es auch sein mag. Wir haben nur dieses eine bewusste Leben, und ich möchte mich dafür stark machen, anderen den Mut zu geben, ihren eigenen Weg zu gehen und trotz der Angst weiterzumachen. Und genau das tue ich.

Impressum

Claudia Nicoleta Grimm
79258 Hartheim
Deutschland

E-Mail: mail[at]claudia-grimm.academy

USt. wird nicht ausgewiesen, da die Claudia Grimm Academy
Kleinunternehmer im Sinne des UStG ist.

Plattform der EU-Kommission zur
Online-Streitbeilegung: <https://ec.europa.eu/odr>
Wir sind zur Teilnahme an einem
Streitbeilegungsverfahren vor einer
Verbraucherschlichtungsstelle weder verpflichtet noch bereit.

Verantwortliche/r i.S.d. § 18 Abs. 2 MSfV:

Claudia Nicoleta Grimm
79258 Hartheim

Bildrechte von Thi Phuong Le:

@Julian Ebinal

Urheberrecht

Die Claudia Grimm Academy ist bestrebt, in allen
Veröffentlichungen des Queens Magazin die Urheberrechte der
verwendeten Bilder zu beachten.

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt.
Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und der Autorin
unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder
sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche
Zugänglichmachung.