

Tan-Dom-Medizin. Wie die Seele durch den Körper spricht

Ojuna Altangerel-Wodnar

—— TAN-DOM-MEDIZIN ——

Wie die Seele durch den Körper spricht

Ein neuer Blick auf Krankheit und Heilung
von einer mongolischen Schamanin und Ärztin

Aufgeschrieben von
Andrea Fehringer und Thomas Köpf

INTEGRAL

Haftungsausschluss

Die in diesem Buch vorgestellten Informationen und Empfehlungen sind nach bestem Wissen und Gewissen geprüft. Dennoch übernehmen die Autorin und der Verlag keinerlei Haftung für Schäden irgendwelcher

Art, die sich direkt oder indirekt aus dem Gebrauch der hier beschriebenen Anwendungen ergeben. Bitte nehmen Sie im Zweifelsfall bzw. bei ernsthaften Beschwerden immer professionelle Diagnose und Therapie durch ärztliche oder naturheilkundliche Hilfe in Anspruch.

Hinweis: Der besseren Lesbarkeit wegen wird in diesem Buch das generische Maskulinum verwendet, dennoch beziehen sich die Angaben in der Regel immer auf beide Geschlechter. Die Namen in den Fallbeispielen sind aus personenschutzrechtlichen Gründen geändert, was jedoch keinerlei Einfluss auf die Authentizität der angeführten Fälle hat.

Der Verlag behält sich die Verwertung der urheberrechtlich geschützten Inhalte dieses Werkes für Zwecke des Text- und Data-Minings nach § 44 b UrhG ausdrücklich vor. Jegliche unbefugte Nutzung ist hiermit ausgeschlossen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

Vierte Auflage

Copyright © 2021 by Integral Verlag, München,
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,
Neumarkter Straße 28, 81673 München

Alle Rechte sind vorbehalten. Printed in Germany.

Redaktion: Ralf Lay, Mönchengladbach

Umschlaggestaltung: Guter Punkt GmbH & Co. KG, München
unter Verwendung eines Fotos von Michael Wodnar

Projektleitung: Michael Wodnar

Satz: Satzwerk Huber, Germering

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

ISBN 978-3-7787- 9309-1

www.Integral-Lotos-Ansata.de
www.facebook.com/Integral.Lotos.Ansata

Bis zu diesem Buch durfte ich nicht über mein Wissen reden. Es ist eine Kraft, die nicht gefährdet werden darf. Heute habe ich die Erlaubnis, dieses Wissen weiterzugeben. An jeden, der bereit ist, über die Grenzen des Sichtbaren hinauszudenken und eine größere Ordnung hinter den Dingen anzuerkennen.

Dieses Buch ist ein Appell an die Mütter.

Ich widme es meinen drei geliebten Brüdern Altangerel Orgilgerel (1956–2005), Altangerel Odgerel (1957–1999) und Altangerel Chuluunbat (1961–1984). Sie stehen hinter mir gemäß den Bedeutungen ihrer Namen: Orgilgerel wie der Gipfel des höchsten Berges in der Mongolei, Odgerel wie das Licht des leuchtenden Sterns und Chuluunbat fest und sicher wie ein Stein. In Liebe stehen sie mir bei und begleiten mich auf allen meinen Wegen.

Inhalt

Teil 1

Meine Welt	9
Meine Anfänge	17
Meine Ausbildung	38
Mein Wissen	66
Mein Wollen	85
Mein Können	95

Teil 2

Meine Erkenntnisse	115
Meine Therapie	162
Meine Basis	184
Geburt, Leben, Tod	184
Meine Fälle	191
Angst und ihre Folgen	191
Plötzliche Depression	200
Rheuma, Ausdruck von Kummer und Gram	206
Diabetes, Symptom der Heimatlosigkeit ..	210
Notkaiserschnitt: Geburt ist Frauensache ..	216
Weisheitszähne, Symbol für den Biss im Leben	222
Drogensucht, Sehnsucht nach der Vaterliebe	228

Waisenschicksal, ein Wiederholungsmuster	231
Impfungen, Für und Wider.	233
Morbus Parkinson, eine schicksalhafte Krankheit	238
Krebs, Bumerang für die nächste Generation.	242
Psychose, Seelentreffen im Gehirn	246
Meine Arbeit mit der Pandemie	257
Ein Weltverbesserer namens Corona	257
Mein Dank	269
Meine Vita	271
Bildnachweis	272



Teil 1

Meine Welt

Tan-Dom. Ich vermute, Sie haben noch nie davon gehört. Die Worte sind aus dem Mongolischen, und über das, was sie bedeuten, ist hier in Westeuropa kaum etwas bekannt. Wie in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) geht es um jahrtausendealtes Wissen, teilweise sogar mit denselben Mitteln oder Methoden. Auch wir kennen die Puls- und Zungendiagnose, auch wir helfen mit Kräutern und Pflanzenstoffen.

Es hat auch bei der TCM lange gedauert, bis man sich bei der Akupunktur ohne mulmiges Gefühl Nadeln in den Körper stechen ließ und sich nicht mehr vorkam wie ein Igel, wenn man damit zwanzig Minuten lang, ohne sich zu bewegen, auf einer Liege lag. Das alte chinesische Wissen hat sich im Westen nun durchgesetzt und ist als Alternativmedizin anerkannt. Über das alte Wissen der Mongolen hingegen hört man im Westen nichts. Nichts über ihre Kultur, ihre Lehren, ihre Geheimnisse. Irgendwo weit hinten galoppiert vielleicht noch der Name Dschingis Khan durchs Gedächtnis, und das war's dann.

Gut, Tan-Dom also.

Das Prinzip ist fast so alt wie der Ayurveda, der mit seinen Wurzeln bis ins sechste Jahrtausend vor Christus als die älteste aller überlieferten Heilkünste gilt. So gesehen ist die Schul-

medizin ein junges Gemüse gegen die ayurvedische, tibetische, koreanische, chinesische, mongolische und auch die griechische Medizin, obwohl auch schon die Kelten über die Kräuterheilkunde Bescheid wussten. Hier im Westen mussten diese Heilmethoden zurücktreten, damit sich die moderne Medizin entwickeln konnte. Nun kann das Wissen aus allen Richtungen wieder zusammenkommen. Globalisierung auf Medizinisch sozusagen. Vielleicht gelingt es mit diesem Buch, einen Beitrag dazu zu leisten.

Tan-Dom. Zwei Worte, hinter denen sich eine ganz neue Welt auftut. Die Welt der Traditionellen Mongolischen Medizin, wenn Sie so wollen, obwohl es diesen Begriff offiziell nicht gibt. Die Welt, die sich hier öffnet, ist meine Welt. Ich darf mich vorstellen: Mein Name ist Ojuna Altangerel-Wodnar, ich bin approbierte Ärztin mit jahrzehntelanger Praxiserfahrung und Schamanin mit mongolischen Wurzeln.

Mit diesem Buch möchte ich die Wissenslücke schließen. Ich möchte mit einer Art des Heilens bekannt machen, die die Schulmedizin nicht ausschließt oder ersetzt, sondern bereichert.

Es ist also ein heilsames Buch.

Tan-Dom ist eine Nomadenmedizin. Als Mongolin habe ich über meine Ahnen und in meinen Genen ein ganz bestimmtes Wissen mitgebracht. Dieses Wissen integriere ich in die westliche Medizin. Es ist also nichts Besseres, es ist nur eine andere Dimension, findet auf einer anderen Ebene statt.

Der Begriff Tan-Dom kommt von *Arznei*, dem Tan, und *Behandlung*, dem Dom. In der Kombination bedeutet es *Heilung*. Die Worte stammen aus dem Mongolischen, wie ich. Ich wende diese Heilkunst in Kombination mit der Schulmedizin an, die eine Tan-Medizin ist, eine Behandlungsmedizin. Als Ärztin arbeite ich auf Körperebene, mit meinem Wissen aus

den schamanischen Traditionen auf Seelenebene. Ich bin sozusagen die Brücke zwischen diesen beiden Welten und zeige einen gänzlich neuen Weg im Umgang mit Krankheiten auf.

Allem voran: Krankheit ist nichts Böses.

Jeder, der schon einmal Schmerzen gelitten, vielleicht sogar um sein Leben gefürchtet hat, wird mir vermutlich nicht auf Anhieb recht geben. Aber so eindimensional wortwörtlich meine ich das auch nicht. Natürlich empfindet man Krankheit nicht als Wohltat, wenn der Körper schmerzt und nicht mehr so funktioniert, wie er sollte. Selbstverständlich ist Freude nicht das aufdringlichste Gefühl, wenn die Psyche verletzt und durcheinander ist.

Trotzdem hat jede Krankheit ihren Sinn. Sie ist kein Zufall, sie ist kein Pech und schon gar keine Strafe. Sie ist eine Art Wegweiser. Sie macht auf Dinge aufmerksam, die man ohne sie nicht bemerkt hätte.

Deshalb gibt es nicht nur den einen Umgang mit ihr: sie auszutreiben, wegzupeitschen und loszuwerden, schnell, brachial und mit allen Mitteln. Das ist nicht mehr, als den Körper zu reparieren. Heilen ist etwas Umfassendes. Heilen, um es kurz zu machen, geht anders.

Heilen ist nicht Sache der Ärzte, sondern der Patienten. Die beiden helfen zusammen. Die Ärzte erledigen, was mit den Wundern der Technik und des Fortschritts möglich ist, aber ohne die eigene Heilkraft des Menschen sind sie letztlich machtlos. Diese Heilkraft zu wecken, hat die Schulmedizin noch nicht wirklich geschafft. Sie weiß, dass die Psyche mithilft, wenn der Körper angegriffen ist, aber von der Seele versteht sie noch wenig. Viele Schulmediziner lassen nicht gelten, dass es überhaupt eine gibt; immer mehr von ihnen beginnen allerdings zu zweifeln; und einige sind schon dabei, die Wissenschaft mit dem Unsichtbaren bekannt zu machen.

Meine Erfahrung ist: Um geheilt zu werden, muss man auf die Krankheit zugehen. Ihr die Hand reichen: Guten Tag, du bist mein Rückenleiden, was möchtest du mir denn sagen?

Die Antwort kann einen überraschen. Denn es geht sehr oft nicht um einen selbst. Eigentlich nie.

Das liegt daran, dass in meiner Welt niemand allein ist, niemand ist eine Insel. Und auch hier meine ich nicht unbedingt das, was in der Esoterikszene damit gemeint ist: Jeder ist mit jedem verbunden. In gesundheitlicher Hinsicht muss die Verbindung innerhalb des familiären Gebäudes intakt und niemand darf ausgeschlossen sein. Und dieses Gebäude ist riesengroß.

Stellen wir uns das einmal vor wie eine klassische Familienvilla gigantischen Ausmaßes. Ein Haus der Generationen, und zwar so vieler, wie es eben gibt. Sämtliche Ahnen dieser jahrhundertelangen Reihe haben noch Zimmer in diesem Haus, alle Seelen leben unter einem gemeinsamen Dach. Wenn jetzt keiner aus den späteren Generationen weiß, wer im Mansardenkammerchen 1294 oben fast unterm Dach wohnt und warum er nie daheim ist, tut das der Gesundheit nicht gut. Man fühlt sich nicht vollständig, es fehlt einem was. Vielleicht hat man auch jemanden unten im dritten Kellergeschoss vergessen und aus der Gemeinschaft ausgesperrt, das tut auch weh.

Es mag ein einfaches Bild sein, aber es ist das, worauf es ankommt. Die Ahnenreihe muss vollständig und in Ordnung sein. Und Ordnung ist dabei das entscheidende Wort. Es ist eine höhere Ordnung, es ist die Ordnung, der ich diene.

Tan-Dom ist kein Hokuspokus einer selbst ernannten Therapeutin, es ist kein Herumrühren in der Esoterik, und es hat auch keinen spirituellen Hintergrund. Meine Arbeit fußt auf Empirie und damit auf den Grundlagen der Wissenschaft.

Ich gebe Einblicke in die Traditionen eines uralten Volkes und in die Arbeit einer modernen Frau, die sie heute anwendet. Ich habe in Halle an der Saale Medizin studiert. Und ich wurde von Schamanen in der mongolischen Heilkunst ausgebildet. Ich bin das Bindeglied von der schamanischen Mystik zur westlichen Schulmedizin. Ich beherrsche die Skills aus beiden Welten und wende sie beide in der Praxis an. Tan-Dom ist meine Art, hinter die Krankheiten zu schauen und Menschen zu helfen, sich selbst zu heilen.

Tan, die Arznei, und Dom, die Behandlung. Klingt wie das, was unsere praktischen Ärzte nebenan auch machen. Und doch ist es vollkommen anders. Tan-Dom ist nachhaltige Gesundheit und passt damit genau in unsere Zeit. Minimalistisch leben, möglichst wenig tun, nicht über Gebühr in die Natur eingreifen, auch in der Medizin.

Tan-Dom ist individuelle Medizin, eine Handwerksmedizin, maßgeschneidert auf jeden Patienten. Ich arbeite am Leib und an der Seele der Patienten. Und ich arbeite mit Leib und Seele. Meine Hände sind meine Körperscanner. Puls-, Zungen-, Iris-, Handlinien- und Gesichtsdiaagnose sind meine Werkzeuge, die Seele ist mein Stethoskop.

Tan-Dom befolgt keine vorgegebenen Leitsätze, es diagnostiziert nicht nach Laborwerten, eigentlich diagnostiziere ich gar nicht. Denn Diagnose und Krankheit sind zweierlei. Zwischen diesen beiden Worten liegt der Weg in eine gesunde Zukunft. Die Diagnose hilft nicht aus der Krankheit, es ist die Krankheit, die zur Gesundheit führt.

Die Diagnose ist nur ein Name. Aber es ist egal, wie die Krankheit heißt.

Um zu verstehen, was Tan-Dom wirklich ist, was es tatsächlich bewirkt, lasse ich mir über die Schulter schauen. Genau das mache auch ich bei meinen Patienten, ich schaue ihnen

über die Schulter auf die Krankheit, auf deren seelischen Ursprung. Ich schaue hinter die Generationen, entlang der Ahnenreihe. Ich sehe, wo Krankheit entstanden ist, ich kann erkennen, warum sie ausgerechnet jetzt und bei diesem Patienten ausbricht, und ich weiß, wie er sich davon befreien oder wenigstens gut damit leben kann. Das ist es, was ich den Menschen beibringen will.

Im Westen sprechen wir manchmal von Krankheit als Chance. Nach schamanischem Verständnis ist Krankheit sogar ein Geschenk. Sie ist eine Energie, die sich umwandeln lässt, um die Dinge von der Wurzel an zum Besseren zu wenden.

Das Rezept dafür heißt: dahinterschauen und annehmen.

Was man dahinter sieht, ist faszinierend. Kinder nehmen Krankheiten stellvertretend für ihre Eltern auf sich. Familiengeheimnisse sind Grund für Leiden, sie nicht zu lüften macht noch Generationen später krank. Es geht um Entscheidungen, zu denen man stehen, um Fehler, die man verantworten muss. Es geht um Tote, die keinen Frieden finden, und Ahnen, die keinen Platz in den Herzen ihrer Nachfahren haben. Es geht darum, vergessene Seelen ins Herz zu nehmen und sich mit allen zu versöhnen, ungeachtet ihrer Schuld und ihrer Schwächen. Versäumt man das, erinnert eine Krankheit an diese höhere Ordnung.

Dass sie so oft Kinder trifft, liegt nicht daran, dass die Familienordnung gemein und ungerecht ist, sondern daran, dass Krankheiten an Kindern am meisten auffallen. In so jungen Jahren muss ein Mensch an nichts leiden außer an den Kinderkrankheiten. Aus ihnen lernt er das, was er braucht. Erkrankten Kinder an etwas anderem, hat das nichts mit ihnen zu tun, sondern immer mit jemandem aus der Familienvilla.

Dahinterschauen und annehmen, das ist die wahre Prophylaxe.

Aus westlichem Blickwinkel ist mein Ansatz revolutionär, ja, so möchte ich es in aller Bescheidenheit nennen. Um ihn ganz zu begreifen, muss man sich einer unbekannteren Kultur und einer neuen Sichtweise öffnen. Die Brillengläser dafür gibt es nicht im Handel. Es ist der Blick, den mich die Steppe der Mongolei gelehrt hat, das Nomadenleben, das ich in den ersten acht Jahren meines Lebens und in vielen Sommermonaten meiner Kindheit und Jugend im Stamm der Burjaten am Baikalsee, dem meine Familie entstammt, geführt habe. Meine Großmutter brachte mir das alte Wissen bei. Sie war Heilerin, die erste einer langen Kette von Lehrern. Als sie mich einmal dabei ertappte, wie ich mit ein paar zusammengeklauten Utensilien Arzt spielte, sagte sie: »Arzt spielt man nicht, zum Arzt wird man geboren.«

Heilerin zu sein ist ganz einfach, erklärte sie mir: »Du gehst den Weg für deine Patienten vor und schaust, ob von rechts oder links ein Tiger kommt oder eine Schlange vor dir rennt. Wenn nicht, gehst du weiter und schaust, ob ein Wolf lauert. Wenn nicht, kannst du diesen Weg empfehlen. Es hilft nichts, wenn du einen Menschen an den Füßen reißt, wenn sein Kopf im Tigermund steckt. So muss ein Schamane sein, du musst den Weg vorher erst selbst gehen. Ich würde dir das gern ersparen, aber das geht nicht. Auch du musst durch schwere Krankheit hindurch.«

Pest, Cholera, Typhus, Syphilis oder Tuberkulose (Tbc) sind der Menschheit schicksalhaft gegeben. Sie sind vielfach Ursprünge der vielen Krankheiten und Diagnosen, mit denen wir es heutzutage zu tun haben. Krebs tritt, um ein Beispiel zu nennen, oft in Tbc-vorbelasteten Familien auf. Auf diese Ursprünge müssen wir schauen. Es ist wie eine tiefer gehende Anamnese bis zurück in die Eingeweide der Ahnen und deren Ahnen und deren ... Sofort mit dem »Gesundmachen«

loszulegen ist nicht Heilung. Der Arzt muss lernen, sich zurückzuziehen und vorerst nur die Angst vor der Krankheit zu behandeln. Die Angst darf er eliminieren, die Krankheit nicht.

Die Krankheit kommt nicht zum Arzt, sondern zu den Patienten. Sie sollten sie nicht nur begrüßen, vor ihr müssen sie sich verneigen. Darum geht es. Und damit ist schon alles gesagt. Eigentlich brauchte das Buch nicht mehr als zehn Seiten.

Als Arzt diene man den Menschen in Demut, sagte meine Oma, man diene mutig, man sei niemals geizig in der Hingabe und niemals gierig beim Heilen.

Sätze wie diese haben mich zu der Ärztin gemacht, die ich heute bin. Die Schulmedizin engstirnig zu sehen ist dabei nicht meine Sache. Ist eine Chemotherapie nötig, rate ich dazu. Ist eine Operation unumgänglich, überweise ich an die Kollegen in der Chirurgie. Ist ein Antibiotikum ratsam, verschreibe ich es. Ist eine Impfung hilfreich, empfehle ich sie.

Seit drei Jahrzehnten praktiziere ich nach der Tan-Dom-Methode. Ich habe Tausende Patienten behandelt, viele davon haben sich von ihren Krankheiten befreit, viele davon leben besser mit ihnen. Nun möchte ich mein Wissen seitenweise weitergeben. Schwarz auf weiß zeigen, wie man seine innersten Heilkräfte entdeckt. Es sind körpereigene Kräfte, die man aktiviert, aber es ist die Seele, die heilt.

Mit diesem Buch ist es wie mit Tan-Dom. Die Leser schauen hinter die Dinge. Durch meine Augen. In eine neue Welt.

Meine Anfänge

Es trennen uns nur ein paar Tage, mich und die erste Frau, die ins All flog. Bei mir war es der 28. Mai, bei ihr der 16. Juni 1963, als wir beide in eine ungewisse Zukunft aufbrachen. Sie vom Raketenstartplatz Baikonur im Süden von Kasachstan aus in eine Karriere als Kosmonautin, ich in einem Kreißsaal des zweiten Geburtshauses in Ulaanbaatar in mein Leben als Ärztin und schamanische Heilerin.

Abgesehen von diesem besonderen Junitag ließ sich zwischen Walentina Tereschkowa und mir wenig Gemeinsames ausmachen. Während man der Möwe, wie ihr Funkname lautete, auf den Fotos, die rund um den Erdball gingen, weltweit ansah, dass sie stolz war auf ihre achtundvierzig Erdumkreisungen, die sie, ohne männliche Begleitung völlig auf sich allein gestellt, absolviert hatte, war an mir nichts Außergewöhnliches zu erkennen. In der Zeit, in der die Kosmonautin an Bord des Raumschiffes Wostik 6 fast drei Tage lang ihre Kreise um uns Erdenbewohner zog, lag ich mit zerknautschtem Gesicht und verbeultem Köpfchen in meinem Kinderbett, erschöpft von meinem Weg aus dem Schutz einer wohligen Blase im Körper meiner Mutter hinaus in die raue Wirklichkeit des mongolischen Alltags. Bis die Möwe in der Nähe von Nowosibirsk landete, hatte ich nicht einmal einen Vornamen.

Das ist an sich nichts Ungewöhnliches in der Mongolei. Bevor das Kind geboren ist, gibt es keinen Namen, keine Babysachen, keine Wiege. Es galt als schlechtes Omen, bei uns heißt das: einen metallenen Sarg bereiten. Dafür ist die Namensgebung dann, wie vieles andere bei uns, ein schönes Ritual. Die Eltern dachten sich nicht über Monate der Schwangerschaft hinweg aus, wie ihr Kind heißen sollte, sie schlugen nicht in

Registern nach und ließen sich auch nicht vom Moment inspirieren. In der Mongolei haben Namen eine Bedeutung. Früher war es wie eine Art Patenschaft, der Vater, die Mutter, eine Tante, ein Onkel suchte den Namen aus. In modernerer Zeit helfen alle mit. Die Verwandten schreiben ihre Wunschnamen auf viele kleine Zettel, die man in eine Schale mit Reis wirft. Man schüttelt alles ein bisschen, dreht die Schale um, kippt den Inhalt auf den Tisch, und dann entscheidet das, was man leichthin »Zufall« nennt. Irgendjemand zieht einen Zettel, und so heißt das Kind dann.

Bei mir kam es nicht dazu. Ich weiß nicht, warum, vielleicht fehlte einfach die Gelegenheit für das Schalenritual. Ich war das sechste von sieben Kindern, da kann die Zeit schon einmal knapp werden. So, wie man es mir erzählte, fiel es eigentlich niemandem so recht auf, dass ich die ersten Tage meines Lebens namenlos vor mich hin krähte. Meine Oma löste schließlich das Problem.

»Du bist lange genug ohne Namen gewesen«, sagte sie. »Jetzt gebe ich dir einen: Du bist Ojuntschimeg.«

Ojun bedeutet auf Mongolisch *Geist* oder *Wissen*, Tschimeg heißt *Schmuck*, genauer gesagt: *Schmücke dich*.

Meine Oma rief mir die Bedeutung dieses Namens immer wieder in Erinnerung. »Vergiss nicht, was dein Name heißt«, sagte sie.

Und ich musste antworten: »Ich weiß, Oma, schmücke dich mit Wissen, nicht mit Schmuckstücken.«

»Ja, ja«, sagte sie und nickte. »Schmuck ist nicht wichtig für eine Frau, sich mit dem Geist im Kopf zu schmücken, das ist wichtig.« Dabei klopfte sie sich mit den Fingern an die Stirn.

Ich betete mein Sprüchlein immer brav herunter, aber still für mich war ich nicht ganz ihrer Meinung. Nichts gegen den Geist, aber ich fand immer, Schmuck zu tragen sei doch et-

was Schönes für eine Frau. Meiner Ansicht nach schloss das eine das andere nicht aus, man konnte beides, zur selben Zeit. Meine Oma sah das anders, und für eine Frau, die nur zwei Kleider und überhaupt keinen Schmuck besaß, kam mir ihr Blickwinkel durchaus logisch vor.

Ich muss etwa fünf Jahre alt gewesen sein, als sie mir beichtete, dass sie mich fast Walentina genannt hätte. Die erste Frau im Kosmos, die da ausgerechnet um meinen Geburtstag herum startete, war eine Parallele, über die sie tagelang nachgegrübelt hatte. Eine Frau, die so hoch hinauswollte und das tatsächlich schaffte, erschien ihr als ein gutes Omen für ihre Enkelin. Aber dann hatte sie die Eingebung mit Ojuntschimg, und ich war noch einmal davongekommen.

»Zum Glück!«, rief ich, als sie mir das gestand.

Die Zeit, in die ich in diesem Frühsommer 1963 hineingebo-
ren wurde, war turbulent. Die USA und die Sowjetunion lagen
sich in den Haaren, der Kalte Krieg war in seiner heißesten
Phase. Man war mit der Kubakrise knapp an einem dritten
Weltkrieg vorbeigeschrammt, an weiteren Gelegenheiten in
dieser Richtung fehlte es nicht. Die beiden Supermächte rich-
teten einen heißen Draht ein, eine direkte Fernschreiberlei-
tung zwischen Washington und Moskau. Der amerikanische
Präsident verkündete vor dem Schöneberger Rathaus: »Ich bin
ein Berliner.« Ein paar Monate später war John F. Kennedy
tot, erschossen bei einer Wahlkampfreise in Dallas. Eine Stun-
de danach übertrugen die USA via Satelliten erstmals eine
TV-Meldung nach Japan. Fortschritt und Zerstörung liegen
oft nah beisammen.

Mein Geburtsjahr war voller Gefahren, aber auch voller Hoff-
nung. Die UNO entschied sich einstimmig gegen die Stationie-
rung von Atomwaffen im All. Martin Luther King hielt beim