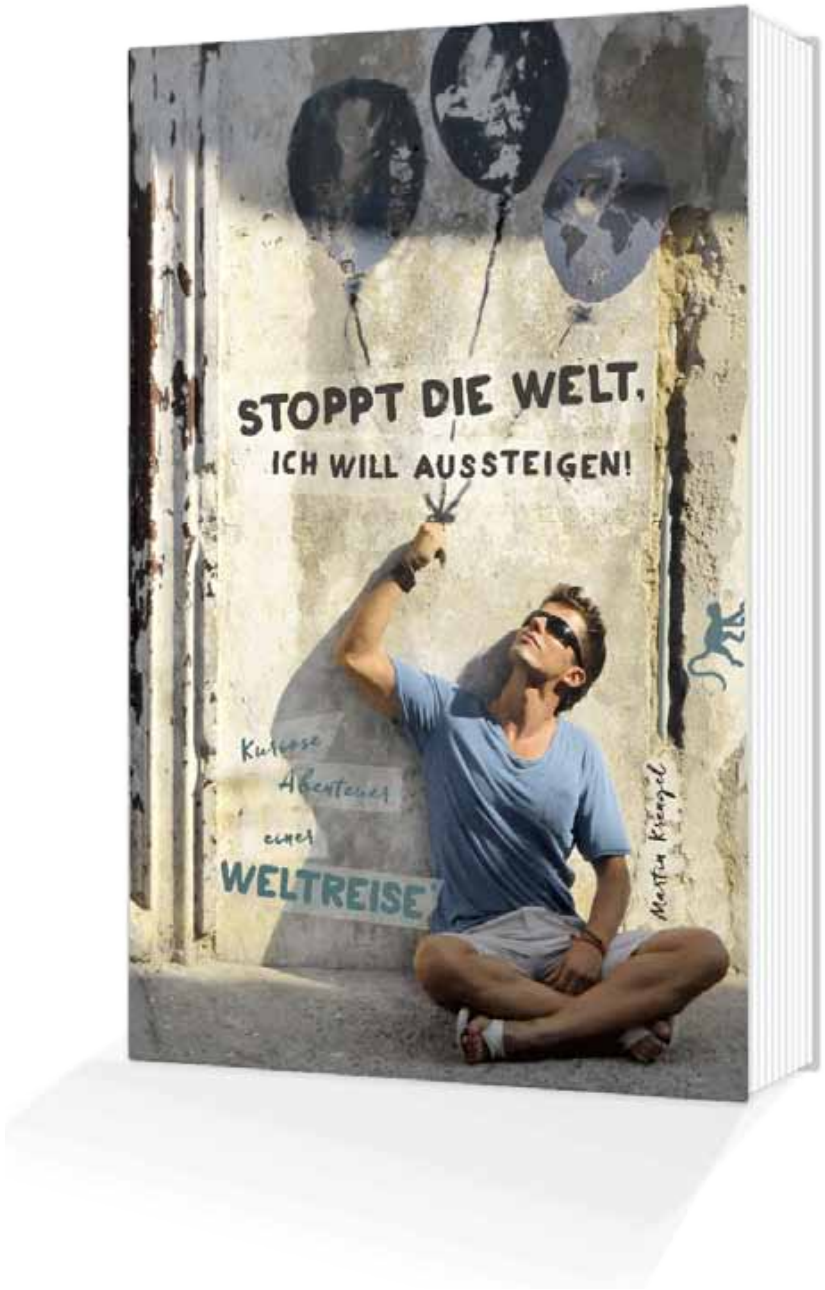
LESEPROBE AUS DEM BUCH



Wie fühlt es sich an, loszulassen und das Leben zu Leben, das du leben möchtest?

Dies ist ein Buch übers Abhauen.
Dem Alltag entfliehen! Wie oft träumen wir davon?
Alles hinschmeißen, weg sein. DEN Weg gehen. Deinen eigenen.

Dies ist ein Buch übers Reisen.
Ein Buch darüber, wie es ist, den Kompass neu zu eichen: auf N für Neugier. Auf die Welt, auf das Leben Anderer, auf ein anderes Leben.

Dies ist ein Buch übers Loslassen.
Darüber, Sicherheit gegen Freiheit zu tauschen, Unsicherheit zuzulassen, und Dinge einmal komplett anders zu machen.

Dies ist ein Buch übers Loslegen.
(Er)warte nicht, dass sich was tut. Tu was. Trau dich. Trau deinen Träumen. Sag „Hallo" zu deinen Zweifeln und Widerständen – und dann „Tschüss". Nimm dein Leben in die Hand und lass es nicht mehr los.

→ Weitere Bilder und Videos findest du hier:
www.martinkrengel.com/reisen

STOPPT DIE WELT!

Alltag. Stress. Hektik. 45 neue E-Mails, 8 Anrufe, 23 unerledigte Aufgaben. Manchmal spüren wir sehr deutlich, dass sich die Welt um uns herum rasend schnell dreht.* **Wer will nicht mal eine Zeit lang abschalten, abtauchen, weg sein?**

Mir ging's jedenfalls so. Deswegen habe ich nach arbeitsreichen Jahren die **Stop-Taste** gedrückt und meinen großen Traum einer Weltreise verwirklicht.

Klar gibt es tausende tolle Orte zu entdecken. Ich besuchte einen Mix aus bekannten Zielen und sehr kuriosen, abgelegenen Orten. Doch **wichtiger als das „Wohin" einer Reise, ist das „Warum".** Ich wollte neben (m)einem Anti-Zeitmanagement-Programm mit verschiedenen Lebens- und Arbeitsformen experimentieren und verordnete mir z.B. eine „Digital Detox Diät" in der Südsee und reiste darauf – als Kontrast – als digitaler Nomade durch Südamerika. Ich fragte mich, wie es wohl wäre, komplett abzuhauen und z.B. in Australien, New York oder gar der Südsee zu leben. Ist das wirklich so reizvoll?

Es lohnt sich in jedem Fall, seine Grenzen zu testen. Besonders Reisen ist ein **Persönlichkeits-Beschleuniger.** Das wahre Ziel des Unterwegs-Seins sind nicht die abgehakten Sehenswürdigkeiten, sondern die Gedanken und Einstellungen in deinem Kopf, die sich wandeln. Ich möchte nachfühlbar machen, **wie sehr eine Reise dich packt, deine Gedanken massiert, dein Herz erwärmt, dich fordert, fördert, verändert.**

* Durch die Rotation um die eigene Achse dreht sich unsere Erde in der Tat verdammt schnell: Auf der Höhe von Deutschland mit ca. 1.230 Kilometer pro Stunde an der Erdoberfläche!

Aber wenn es so einfach wäre, seine Wünsche wahrzumachen, dann wären wir alle glücklich. Ich brauchte 9 Jahre, um meine Reisepläne umzusetzen. Und auch währenddessen ist es nicht immer leicht. Beim längeren Reisen steckst du in einem Gefühlsmarathon: Ängste, Ungewissheit, Heimweh, Kulturschock, Frust. In einigen Ländern wirst du angeschaut wie ein Meerschwein auf dem Mars, in anderen vielleicht ausgeraubt. Das geht an die Substanz, nagt am Reisewillen und kann auch mal richtig sch... doof sein. Es heißt nicht umsonst Reise**fieber** oder Fern**weh**!

Auch deswegen habe ich dieses Buch geschrieben – nicht nur um dir zu zeigen, wie toll eine Weltreise sein kann, sondern auch als eine Art **Impfung**, mit der Reiseglühwürmchen ihre Erlebnisse vor, während und nach einer Reise besser einordnen können.

Daher will mein Buch keine Landkarte sein, sondern ein **Kompass**. Einen solchen vermisste ich auf meiner Reise – ich brauchte kein „Tschaka-alles-ist-toll-Buch", sondern eine authentische Schilderung der Höhen und Tiefen, der Probleme und Widerstände des Reisens. Reise, lebe, leide mit mir! Ich will zeigen, wie es sich anfühlt, länger unterwegs zu sein, alle Sicherheiten loszulassen und **das Leben zu leben, das man wirklich leben möchte.** Freu dich darauf, was es mit dir macht, wenn du dir deinen eigenen Traum erfüllst.

Beweg dich, wenn dich im Inneren was bewegt!

Martin Krengel
Rio de Janeiro, April 2015

20 Länder

375 Tage

35.164 Fotos

55.342
Wörter Reiseberich

36° C wärmster Ort

-21° C kältester Ort

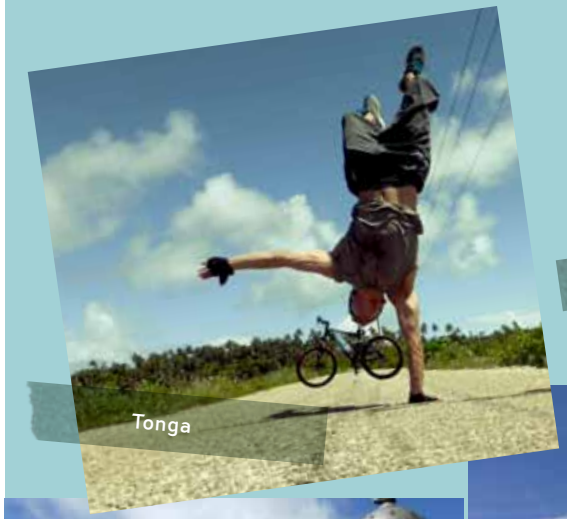
30m
tiefster Ort

76.374,23
Reisekilometer
(grob geschätzt)

1 (fast) totes
Sparschwein

REISEN ERÖFFNET DIR

viele neue Perspektiven ...



An den verschiedensten Orten gewinnst du

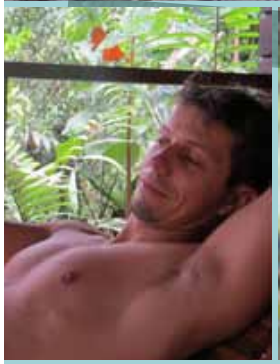
TIERISCH GUTE FREUNDE ...

Am Strand

Auf der Straße

Im Amazonas-Gebiet

In den Anden



… und erlebst die KURIOSESTEN DINGE.

Du kannst im modernsten Fitness-Center Tongas trainieren …

… in vielfältigen Supermärkten in Fiji einkaufen …

… in stilvollen Hotels übernachten …

Du könntest dich auch zur Abwechslung mal von einem Delfin verprügeln lassen …

… oder mit deinen Surf-Buddies richtig die Sau rauslassen.

auf die glücklichste Toilette dieser Welt gehen …

… im angesagtesten Club der Galapagos-Inseln feiern …

… mit dem positivsten Geld dieser Erde bezahlen …

… und an „coolen" Open-Air-Billardtischen (- 15 °C) zocken.

Oder lass dich doch einfach mal an der kleinsten Tankstelle der Welt vollaufen …

… und katere dich danach in der Wüste aus.

START ▷

Reisen bewegt. Beine und Kopf. 16

WILD, WILD, EAST ◁◁

Mongolei
Rappende Pferde im Rückspiegel. 24

China
Kulturschock in XXL. 52

Bangkok
Prostata trifft Prokrastination. 70

AM ENDE DER WELT ▢

Australien
Ausreisen, ausreißen, abhauen? 82

Fiji
Burn? Out! Mein-Anti-Zeitmanagement. 104

Tonga
Gestrandet im Nirgendwo. 124

Neuseeland
Neudefinition von Weite. 152

Tahiti & Moorea
Digital Detox und endloses Staunen. 174

Rapa Nui
Wie ist Weihnachten auf der Osterinsel? 190

¿QUÉ PASA? SÜDAMERIKA ▷▷

Buenos Aires
Neo-urbaner Raum zwischen Nostalgie und Chaos. 202

Brasilien
Sonne. Samba. Skorpione. 218

Kolumbien
R.A.F. und das perfekte Leben. 238

Ecuador
Meeresechse meets Meerschweinchen. 258

Peru
Wahlk(r)ampf: Wohin gehst du, wenn dir die Welt offen steht? 268

Bolivien
Warum sind Dinosaurier in der Salzwüste ein Kassenschlager? 286

TIEF IM WESTEN ⏏

New York
Was macht der Wurm im Big Apple? 306

London
Neblige Konfusion. 326

Berlin
Noch bin ich wieder da. 330

MACH DOCH! ○

Traue deinen Träumen. 340

START

Heimat-Kleister! Das Losreisen und Losreißen fiel mir schwer. Ich merkte: Gerade Dinge, die wir uns am meisten wünschen, machen uns oft die größte Angst. Deswegen braucht es manchmal ein paar kleine Anschubser ...

REISEN BEWEGT.

Beine und Kopf.

Ich habe meine Doktorarbeit verteidigt. Endlich. Nun ist der perfekte Zeitpunkt zum Loslegen. Ich kann durchstarten! Die Karriereleiter erstürmen. Herausfordernde Aufgaben übernehmen, spannende Deals einleiten, komplexe Projekte steuern. Die Türen stehen offen. Ich muss nur eintreten.

Aber halt, stopp mal …
will ich das?

Der bloße Gedanke, von nun an 30 Jahre zu arbeiten, noch mehr Verpflichtungen einzugehen, einen Kredit zu schultern, um eine Wohnung zu kaufen – Uaaah! –, lässt mir die Nackenhaare senkrecht stehen. Das kann nicht alles sein! Tagein, tagaus zu ackern, unterbrochen von drei Wochen Jahresurlaub, scheint mir so attraktiv wie ein Schnitzel mit Leinöl.

Privat geht es mir gut. Ich wohne mitten in Berlin, habe eine intelligente Freundin, und wenn ich etwas Abwechslung wünsche, finde ich im Freundeskreis inspirierende Gespräche. Dennoch: Da ist diese Unruhe. Ein Mitden-Hufen-Scharren. **Neugier.** Neugier auf neue Orte, Menschen, Lebensweisen. Neugier auf unentdeckte Seiten an mir, auf innere Grenzen, die erkundet und überschritten werden wollen.

Ich erinnere mich: **Ich habe einen Traum.**

Einmal komplett frei sein.
Um die Welt reisen. 100 Prozent ich sein.

Es geht mir nicht so sehr um die Weltreise an sich. Vielmehr um den Luxus, morgens aufzustehen und nicht zu wissen, ob ich nach Norden, Süden, Osten, Westen, nach oben oder unten weiterziehe oder ob ich die Augen zumache und einfach liegen bleibe. Einfach mal so den Tag verdösen. Nichts tun.

Ohne schlechtes Gewissen.

Geht das? Für mich als Zeitmanagement-Menschen? Für jemanden, der lange Zeit jede Minute seines Tages sinnvoll nutzen wollte? Für jemanden, der mit Jahres-, Wochen- und Tagesplänen arbeitet?

Das wäre schon eine Herausforderung. Ich habe gelernt, Ziele zu setzen und Wege zu finden, diese zu erreichen. Ich kann effizient arbeiten, Projekte vorantreiben und Ergebnisse bringen.

Doch kann ich das alles
auch mal loslassen?

MEIN ZIEL: KEIN ZIEL.

Du bringst immer etwas von einer Reise mit: Souvenirs. Fotos. Erinnerungen. Doch Sehenswürdigkeiten sind nebensächlich. Mit 18 habe ich mal zwei Wochen einen Film über eine Englandreise erstellt und mit viel **ZDF** (Zahlen, Daten, Fakten) angereichert. Den Film? Habe ich nie wieder angesehen. Die Fakten? Alle vergessen. Alle! Ich kann mich nicht mal an die Orte erinnern. Daher finde ich es schöner, etwas auf die Reise mitzunehmen, an dem man sich entlanghangeln kann. Eine Mission, einen geheimen Wunsch. Ein persönliches Ziel.

Ich habe in den letzten Jahren intensiv gearbeitet, neben meiner Doktorarbeit Seminare und Vorträge in ganz Deutschland gegeben, dazu vier Bücher geschrieben, selbst vermarktet und in die Bestseller-Listen gebracht. **Tempo, Spannung, Effizienz.** Zu all dem soll meine Reise ein Kontrast sein. Die Flügel mal ruhen lassen. Nicht mehr tagein, tagaus wild losflattern. Ruhe. Ich beschließe ein Experiment: Ich starte ohne Masterplan. Ohne Ziel. Nur mit einer groben Richtung: Um die Welt reisen, so viel

Spaß wie möglich haben, nur das machen, worauf ich wirklich Lust habe. Das Leben maximal genießen und **keine fixen Ziele** haben. Einfach ich sein. Und schauen was dabei passiert.

DER A-A-AUFBRUCH STOCKT

So attraktiv ein Traum erscheinen mag, so sehr scheuen wir uns manchmal, die ersten Schritte auf diesen zuzugehen. Denn das größte Hindernis auf dem Weg zu dem, was wir erreichen wollen, sind nicht die fehlenden Ressourcen, ein Mangel an Möglichkeiten oder die widrigen Umstände, sondern wir selbst. Ich erlebe das in der Vorbereitungszeit sehr intensiv. Was gerade in meinem Hirn abgeht, ist Terror. Der **Teufel** sitzt links auf meiner Schulter, der **(Kr)Engel** rechts, und der **Innere Schweinehund** redet auch noch dazwischen:

Es ist so schön hier …

aber noch schöner in der Südsee.

Du kannst jetzt so richtig durchstarten und Karriere machen!

Wozu? Endlich mal nichts tun, das wäre doch cool!

Hinzu gesellen sich Bedenken, Zweifel und Ängste zu meinen Reiseplänen:

Reicht das Geld?

Killt die Entfernung meine Beziehung?

Wird ein lieber Mensch sterben, während ich weg bin?

Werden die Zwischenmieter meine Wohnung ohne Waffengewalt wieder räumen?

Und natürlich gibt es auch äußere Widerstände, Bedenken, Bremser:

„Muss das jetzt wirklich sein?! Willst du nicht lieber Kinder kriegen und Geld verdienen?“

Wie wir auf Sicherheit getrimmten Menschenaffen halt so ticken. Unser Hirn liebt's **GROB: G**ewohnheit, **R**egeln, **O**rdnung, **B**erechenbarkeit. - - - Veränderung? Neues versuchen und verarbeiten? Dafür bräuchte es ja Energie und Durchhaltevermögen. „Pfui“, sagt der Teufel mit den Schweinehundohren.

DER WEG IST NICHT DAS ZIEL!

Sofern jemand eine Reise tut, kann er was erzählen. Wir können uns jahrelang in Träumen verheddern. Aber die Kunst des Reisens ist nicht das Planen, sondern das Tun. **Nicht der Weg ist das wichtigste Ziel einer Reise, sondern der Start!** Sonst gibt es keine Reise, kein Abenteuer, keine Veränderung. Aber mir fällt es sehr schwer, loszulassen. Wie soll ich es anpacken, meinen Traum er-leben? Manchmal braucht es ein wenig Startenergie, kleine Arschtritte. Zum Glück habe ich vorher ein schlaues Buch über Motivation geschrieben. Deswegen wende ich kleine Anschub-Tricks an:

1. Ich mache mir klar, was Zögern bedeutet. Wir sehen sofort mögliche Hindernisse und Einwände, noch bevor wir etwas Neues starten. Was wir uns selten vor Augen führen, sind die negativen Konsequenzen, wenn wir es gar nicht erst versuchen! Ich realisiere, dass jedes weitere Vertagen der Reise diese um Jahre aufschieben könnte. Mit 33 wird es allmählich Zeit für Kiddies – der Storch macht sich schon warm für den Flug. Ich will ja auch Verantwortung übernehmen. Aber gerade deswegen ist es JETZT höchste Eisenbahn, in dieselbe zu steigen!

2. Ich erzähle meiner Familie und Freunden, dass ich bald auf Weltreise gehe (selbst wenn ich selbst noch nicht so richtig daran glaube). Ein Rückzieher bedeutet Gesichtsverlust. Und der steht keinem gut (und ist außerdem extrem unpraktisch, so ohne Augen und Nase).

3. Wenn-Dann-Formel: Ich knüpfe meine Abreise an ein mit Sicherheit eintretendes Ereignis: **Wenn** ich meinen Doktor in der Tasche habe, **dann** geht's los. Somit gibt es keine Ausreden mehr, der Zeitpunkt ist festgelegt.

4. Ich befreie mich von Hindernissen und werfe so viel Ballast ab wie möglich: Möbel, Klamotten, Bücher. Damit wird mir das Losfahren leichter fallen. Zudem digitalisiere ich wichtige Dokumente und Daten, damit ich alles als Backup dabei habe.

5. Ich mache kleine Schritte. Ich teile meine To-dos zur Reisevorbereitung ein in kurz-, mittel- und langfristig. Immer hübsch einen Schritt nach dem anderen sehen und gehen, statt sich kirre machen zu lassen.

Meine To-do-Liste für die Weltreise passte letztendlich auf eine A5-Seite.

6. Ich verbaue mir die Rückzugs-Schlupflöcher. Um den Siegeswillen anzuheizen, verbrannten Eroberer ihre Schiffe, sobald ihre kriegerische Mannschaft am Ufer des zu erobernden Landes angekommen war. Für mich heißt das: Mein Leben in Berlin unbequem machen. Ich verkaufe mein Auto, kann daher nicht mehr so leicht zum Training. Ich vermiete meine Wohnung. Nun habe ich bald kein Dach mehr über dem Kopf …

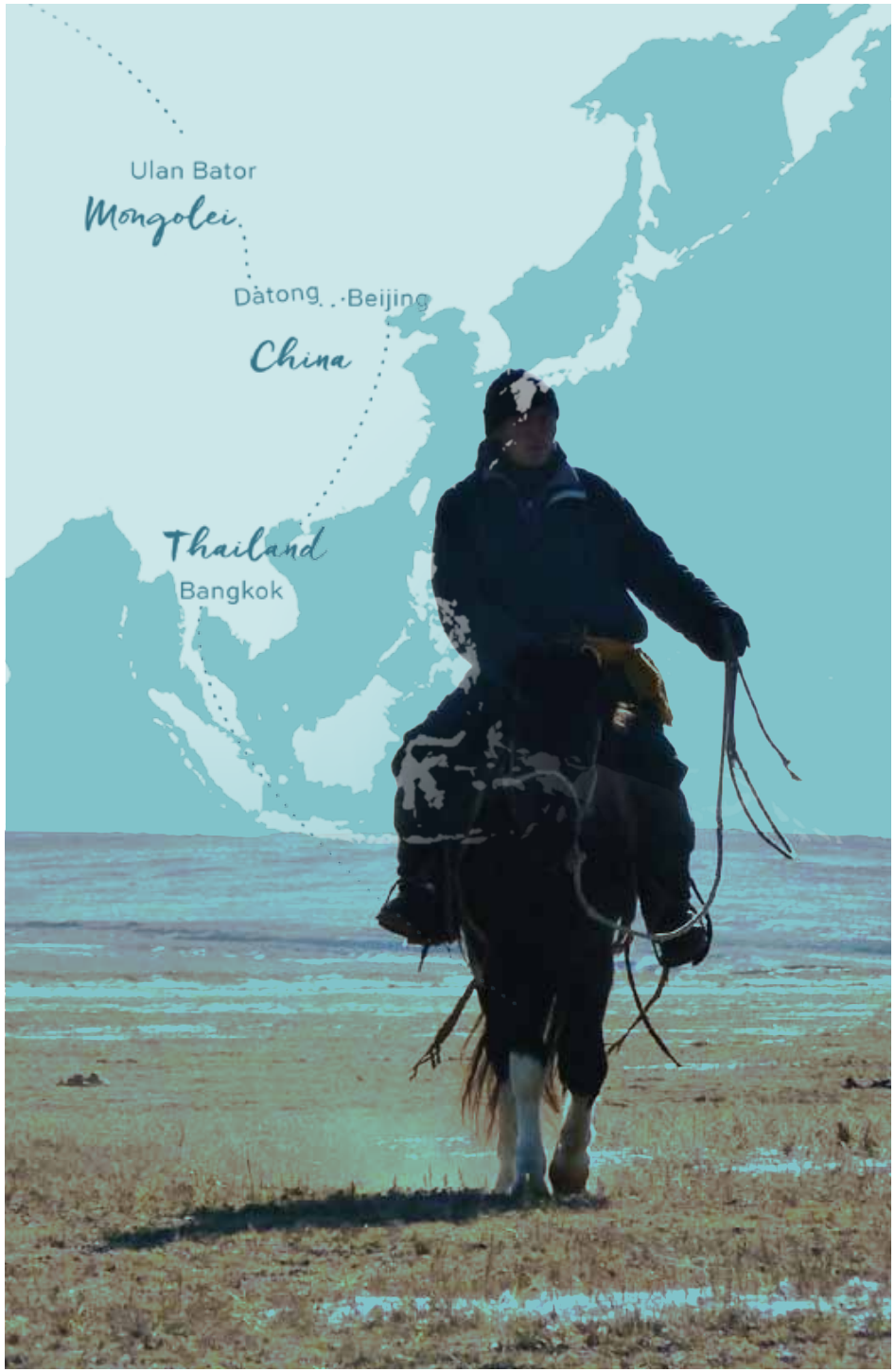
Sechs **Ninja-Motivations-Tricks**, mit denen ich mir eine Einbahnstraße gebaut habe. Da muss ich nun durch!

Was ich gelernt habe:

1. *Auch unsere Ziele und Träume können uns Angst machen.*

2. *Wir müssen lernen, unsere archaischen Emotionsmuster auszutricksen.*

Montag buche ich den Flug. Donnerstag sitze ich im Flieger. Ich kann es kaum fassen: **Es geht tatsächlich los!**



WILD WILD EAST

Beijing und Bangkok kannte ich bereits, in der Mongolei fand ich viele Erinnerungen an meine Kindheit. Insofern war für mich die Reise nach Fernost ein wenig wie ein Zurückspulen in die Vergangenheit. Das macht es nicht unspannender, denn der Osten rockt!

MONGOLEI

Rappende Pferde im Rückspiegel.

Mein Hinflug ist entspannt, ich habe viel Platz. Kein Tourist ist zu sehen. Niemand will im November in die Steppe. Nur einen Westler treffe ich. Raimund ist 40 und sieht aus wie eine Mischung aus Wolfgang Petry und Udo Jürgens. Als Tiefbau-Ingenieur soll er mit dem Bürgermeister der mongolischen Hauptstadt Ulan Bator ein Erdwärme-Projekt besprechen. Ich verstehe von Physik so viel wie von Frauen, daher klingt es für mich komisch, dass man in der **kältesten Hauptstadt der Welt** Erdwärme nutzen will.

Warum ich ausgerechnet in die Mongolei will? Weil es eine unbekannte Welt ist. Weil ich als Ex-Ossi schon immer in den Ostblock wollte. Und weil es eine pragmatische Lösung ist: Die Mongolei hat im Vergleich zu meiner Startalternative Russland vor einem Monat die Visumpflicht gestrichen.

WER HAT DIE HEIZUNG AUSGESTELLT?

Angekommen. Sechs Uhr morgens stehe ich durchgeschüttelt, wachgerüttelt, mit verquollenen Maulwurfsaugen vor der Glastür des Flughafens von Ulan Bator – hinter ihr wartet die neue Freiheit. Das Abenteuer. Ich zögere – draußen sind es minus 18 Grad. Ein kleiner Schritt für die Menschheit, ein großer für Martin.

Augen zu und auf ins Ungewisse!

Nach dem ersten Kälteschock betrete ich das Ramada-Hotel. Ich habe extra eine etwas bessere Unterkunft gebucht – aus Angst, in einer Low-Budget-Bude zu erfrieren. Die Rechnung geht auf: Hier ist es warm, kuschelig und das Permanent-Autogehupe im Permafrost erreicht meine 13. Etage nur gedämpft.

Ich fühle mich etwas schuldig, im luxuriösen Hotel abzusteigen. Doch es ist mein Sicherheitsabstand zur Armut, zur Ungewissheit, zur Reise – zu meinem neuen Leben als Backpacker.

Eigentlich soll man wach bleiben, um den Jetlag zu minimieren. Das habe ich einmal versucht und mir ging es hundeelend. Lieber entspannt eindösen und dafür in der Nacht etwas munterer sein. **„Je mehr es hupt, desto entspannter werde ich“,** spreche ich mir immer wieder vor (ein Hypnose-Trick). Diese Affirmation wirkt, schon bin ich für die nächsten acht Stunden weggenickt.

Es ist 16 Uhr. Ich traue mich das erste Mal aus dem Haus. Es. ist. bitter. kalt. ❄☹🤦❄✞🗲 brrrrr! Wenn du deinen Kopf **für eine Stunde ins Tiefkühlfach** hältst, hast du ungefähr das Gefühl, das ich nun bei sonnigen -15 °C am ganzen Körper spüre.

MEDITATIONS-MANTREN

Da ich nichts vom **Reiseführer-Checklisten-Abhaken** halte, streune ich umher. Ich laufe die erste nett aussehende Straße bergauf – eine kahle, frostige Allee. Menschen in dicken Jacken und Mönche in Kutten kommen mir entgegen.

Ich lande in einem der bedeutendsten **buddhistischen Klöster der Mongolei.** Dessen Innenhof sieht ein wenig aus wie bei Reifen-Schmidt in Oberursel. Ein wellig-staubiger Boden. Ein verfallenes Eingangshäuschen.

Es ist 17 Uhr, alle Heiligtümer sind schon verrammelt. Nur eine Baracke scheint belebt. Eine seltsame Melodie dringt nach draußen. Sie zieht mich magisch ins Innere. Hier erwartet mich ein goldener Buddha, der auf einer Leinwand vis-à-vis schaut, auf der Gebetstexte in einer Powerpoint-Präsentation abgespielt werden. Ulkig. Zur Linken und Rechten sitzen Mönche, wie auf einer Perlenkette aufgereiht. Sie sind in orangerote Kutten gehüllt und tragen seltsame Zipfelmützen. Im Sprechgesang summen sie Mantras und klappern dazu mit einer Trommelrassel. Die Szene wirkt surreal, fast unheimlich.

Die Zeremonie endet. Eine gekrümmte ältere Frau reicht mir einen Blechtrog und Plastikbecher. Das kommt mir gelegen, mein Magen knurrt – ich habe nur ein tiefgefrorenes Snickers vom Straßenhändler gefrühstückt. Was das wohl für ein **Zaubertrank** ist? Es ist nicht das Blut Jesu Christi, sondern gegorene Yakmilch. Ich verkneife mir die Frage, ob es die auch **laktosefrei** gibt … Das schmeckt – mmh, überleg, auf der Zunge schwenkend – gar nicht so schlecht. Nur ein Schuss Espresso fehlt noch.

Das Treiben löst sich auf. Einige verschwinden umgehend, andere trotten gemächlich davon. Zwei jüngere, gut Yakmilch-genährte **Mönche checken Facebook** auf ihrem Handy: Was sie bloß posten? Vielleicht:

„Heute beim Singen eingeschlafen."
(0 Likes)

„Krasse Gebetssession!"
(3 Likes)

„Der Typ vor mir hat heute schon wieder einen fahren lassen."
(8 Likes + 1 böser Kommentar – vom Typen davor).

KONFUSIOS UND ASIEN

Zweiter Tag. Viel zu früh stehe ich gespannt in meinen tiefgefrorenen Turnschuhen auf der Straße. Ich warte. 20 Minuten, 30, 60. Der Fahrer kommt nicht.

Was ist passiert? – Tags zuvor hatte ich versucht, eine Tour in die Steppe zu organisieren. Per Mail war alles mit einer lokalen Agentur abgesprochen. Dann sollte ich persönlich im Büro bezahlen. Als ich dort vorbeischaue, ist der Laden dicht. Ratlos stehe ich in der Gegend rum. Dann erfahre ich von zwei Angestellten im benachbarten Stoffgeschäft, dass die

Reiseagentur in ein anderes Einkaufscenter umgezogen sei. „Danke, das ist sehr hilfreich!“ Doch auch in der „Peace Mall“ weit und breit keine Spur von einem Reisebüro, nur viele leer stehende Geschäfte. Das ist Asien: **Frage zwei Leute nach Rat und du bekommst drei verschiedene Antworten.** Wer Flexibilität lernen will, der sollte nach Asien reisen.

Ich denke oft in Szenarien und „Was-wäre-Wenns“. Diese Unentschlossenheit empfinde ich bei uns im Westen als eine Schwäche. Hier im chaotischen Osten entpuppt sich das nun als eine Stärke, denn ich habe längst einen Plan B geschmiedet: Sightseeing in Ulan Bator!

Ich springe in das nächste Taxi. Tsago, der Fahrer, erzählt mir bei der Fahrt seine Lebensgeschichte. Vor 28 Jahren geboren, war nie im Ausland. Sein großer Lebenstraum: Schweißer. Er hat zwei Kinder, seine Frau ist Kindergärtnerin. In der dritten Klasse haben sie sich kennengelernt. Seit sechs Jahren sind sie verheiratet.

Zunächst fahren wir zu einem Sowjet-Kriegsdenkmal. Es bietet einen atemberaubenden Blick auf die Stadt. Dann kommen wir an einem Eisenbahn-Friedhof vorbei, inklusive lustigen Loks mit aufgemalten Gesichtern oder Russensternen. Wenige Meter weiter trennt eine alte Mauer den Schrottplatz von der Straße. Vollgesprüht mit coolen Graffitis und Street-Art erinnert die Mauer an die Berliner East Side Gallery. Warum hat mir niemand gesagt, dass es hier so viel Sehenswertes gibt? Die interessantesten Ecken stehen leider oft nicht im Reiseführer! Deswegen liebe ich es, mich in einer Stadt treiben zu lassen und mich bewusst zu verirren.

Tsago zeigt mir seine Englisch-Vokabel-Karten, die er im Stau lernt, um sich für den internationalen Tourismus zu wappnen.

BAUFÄLLIGER FEIERABEND

Ich lasse mich vorm „National History Museum“ absetzen, wo Saurier-Skelette auf mich warten. Denn dort wo jetzt öde, mongolische Steppe ist, herrschte zu Urzeiten pulsierendes Leben, das **New York der Vorzeitechsen**. Freudig-erwartungsvoll schreite ich die Treppen zum Museum hinauf, doch an der verschlossenen Tür steht:

> **„Das Museum ist wegen Baufälligkeit auf unbestimmte Zeit geschlossen.“**

Nur noch einmal zum Mitschreiben: Es ist das Nationalmuseum!

Ich seufze und laufe weiter. Vorbei am mongolischen Parlament – das Gelände davor erinnert an einen Wildkräutergarten. Mein nächstes Ziel ist das zweite Nationalmuseum. Es ist bereits geschlossen. **Zonk!** Um 14:30 Uhr? – Moment, die offizielle Schließzeit ist doch erst 17:30 Uhr? Als ein Japaner herauskommt, stelle ich den Fuß in die Tür und frage den Wärter, der sich drinnen verschanzt hat: „Kann ich rein?“ Der gestikuliert verärgert, zeigt auf ein mongolisches Schild, auf dem angeblich steht, dass heute – weil Feiertag – geschlossen ist. Feiertag? – Laut englischer Übersetzung neben dem Schild hat das Museum nur an zwei Tagen geschlossen. Heute ist keiner davon. Die Wärter haben keine Lust mehr! **Drei Stunden vor Feierabend?**

Für welches Produkt uns diese bemerkenswert gestaltete Werbung begeistern möchte, wird wohl für immer „Lost in Translation" bleiben.

ARCHITEKTUR MIT MINDERWERTIGKEITSKOMPLEXEN

Mein Sightseeing-Plan ist wegen Baufälligkeit und Spontanstreiks hinfällig! Perplex-orientierungslos streune ich über den großen Dschingis-Khan-Platz. Sozialistische Plätze sind extrem weitläufig. Die Gebäude sind derart **pompös, symmetrisch und detaillos,** dass man sich sehr klein und unwichtig auf diesen Plätzen fühlt.

Es gibt zwei Gebäude auf diesem Platz, die im Vergleich zu den anderen Bauwerken (Nationaltheater, Parlament, Börse, Postamt, Hotels) winzig wie zwei Stubenfliegen in einer Elefantenherde und dementsprechend interessant wirken. Das eine ist ein Open-Air-Coffeeshop, bei dem niemand Kaffee kauft. (Wer will schon bei Minus 15 Grad den Brühvorgang abwarten?) Das andere ist ein nostalgisch-hölzernes Mini-Häuschen. Es scheint das älteste und ansehnlichste Gebäude hier zu sein. Neugierig nähere ich mich ihm und finde: ein übel riechendes Klo.

Die Stadt ist komplett erkundet – nach vier Stunden. Ich finde ein gemütliches Café, ganz nach meinem Geschmack: mit leckerem Kuchen und bequemen Sesseln. In einen solchen lasse ich mich fallen und blicke auf ein Bücherregal. Darin entdecke ich neben mongolischen Gebetsbüchern das Büchlein „What I wish I knew with 20", das ich jedem empfehle, der mit 30 noch zögert, ob er sich selbstständig machen soll.

Ich werde abgelenkt von einer Kellnerin mit unschuldig-jungen Pausbäckchen. Sie lernt am Nachbartisch zwischendurch für ihre Klausur in „Personalmanagement". Tschalom – das ist keine olympische Disziplin, sondern ihr Name – zeigt mir ihr mongolisches Lehrbuch: eine **schwarz-weiße Buchstabenwüste.** Die mathematischen Formeln darin erinnern mich an „Mikroökonomie 1" (*gähn*) und daran, wie lernunfreundlich die meisten Lehrbücher dieser Welt geschrieben sind. Tschaloms großer Traum ist es, nächstes Jahr wie ihre Schwester ihren Master in Los Angeles zu machen. Jedoch hat sie in den letzten zwei Stunden lediglich drei Seiten des Buches gelesen und nichts markiert. Morgen ist bereits die Klausur. Ob das für die Aufnahmeprüfung in L. A. reichen wird?

Unser Gespräch zieht einen älteren Mongolen an, der sich als **„Oberstleutnant Ogur"** vorstellt. Ogur? Das klingt wie „Ogar" – und in der Tat erinnert seine kräftige Statur ein wenig an „Shrek". Er erzählt voller Passion, dass 100 Mongolen gemeinsam mit der deutschen Armee in Afghanistan ihren Dienst stehen. Dass sein General in Hamburg an der Bundeswehrakademie studiert hat. Schließlich fragt er, ob ich gedient habe? Ich bejahe. Er nickt zufrieden und verschwindet wortlos in der Ecke.

So klein fühlt man sich hier.

Kontraste: Ein Land im Wandel. Die drei Jurten unten links scheinen vom Neubau-Palast bedroht zu werden. Da ist klar, dass der Riesen-Gold-Buddha dem Problem den Rücken zudreht …

STADTMARKETING ODER BULLSHIT-BINGO?

Im Café liegt auch eine Broschüre der Touristen-Behörde aus. Darin heißt es:

> **„Ulan Bator ist eine der urbanisiertesten Gegenden der Welt und die Mongolei ist in der Mitte der Weltgeschichte."**

Das ist natürlich Bullshit. Dafür ein umso besseres Beispiel für schlechtes Stadtmarketing. Die Superlative und das Marketing-Bla-Bla sind durchschaubar und unwirklich. Sie rufen bestenfalls ein belustigtes Kopfschütteln hervor, wenn sie nicht einfach nur nerven. Die Wahrheit ist: **Ulan Bator ist die kälteste Hauptstadt der Welt. Wahrscheinlich auch die hässlichste. Genau das macht sie so faszinierend.**

Die Stadt wurde lange zwischen Sowjets und Chinesen hin- und hergeschubst bis sie schließlich in der Bedeutungslosigkeit versank. Nun taucht sie langsam auf, ein scheußlicher Wolkenkratzer versucht den anderen zu übertrumpfen. Zahlreiche Shoppingmalls schillern elegant von außen und darben halbleer von innen trostlos dahin.

Während ich durch die Straßen schlendere, umnebelt mich Faszination gerade dort, wo andere Touristen bereits aufgegeben hätten. Diese einfallslose, karge, monolithische Bauweise. Billige Geschäfte mit fad-grauen Waren. Betonklötze. Einfallslos irgendwo, wo gerade Platz ist, hingestellt. **Ulan Bator: ein einziges Berlin-Marzahn!** Genau das ruft seltsame, schlummernde Heimatgefühle in mir wach. Ich bin 10 Jahre lang in der DDR aufgewachsen. Dies hier sind Bilder unserer damaligen russischen Leitkultur, die ich in meiner Jungpionierzeit eingeflößt bekam. Plötzlich bin ich wieder mittendrin. Und rieche etwas, das ich seit 24 Jahren nicht mehr einatmen musste: Dichter Kohlenstaub, der in der Luft liegt und sich in meinen Nasennebenhöhlen breitgemacht hat. In meiner Heimatstadt gab es einige Fabriken, die schwarze Kohledampfwolken durch riesige

Schornsteine gen Himmel stießen. Wenn ich von der Schule nach Hause kam, war nicht Xbox, sondern Terrasse fegen angesagt. Jeden Tag wartete aufs Neue eine dicke Kohledreckschicht auf mich.

HOTPOT

Ich sitze inzwischen in einem typischen mongolischen Restaurant und habe einen „Hotpot" bestellt. Langsam füllt sich mein Tisch mit rohem Fleisch. Dann steht eine Art Camping-Kochset mit sprudelnd heißem Wasser vor mir. **Leider fehlt die Bedienungsanleitung.** Ich werfe einfach mal ein paar Happen in den Topf und schaue, was passiert …

Ein Kellner beobachtet neugierig von der Seite, wie ich hilflos im Hotpot herumstochere, ein anderer checkt sein Handy, ein dritter popelt.

Glücksgefühle! Ich habe ein paar Brocken aus dem brodelnden Topf retten können. Die letzten zwei Tage habe ich in der Früh, mittags und abends nur Caesar Salad gegessen, weil es das Einzige war, was ich auf den kyrillisch geschriebenen Speisekarten entziffern konnte.

Müde verlasse ich das Restaurant, ziehe eisige Kohlenstaubluft durch meine Nasenhöhlen. Plötzlich spüre ich einen seltsamen Geschmack im Mund. Nach dem ganzen Fleischgenuss **fühlt es sich an, als hätte ich ein brünstiges Yak-Rind mit der Zunge geküsst.**

BEREIT FÜR DIE STEPPE!

Nach zwei Tagen bin ich vom Hotel in ein Backpacker-Hostel umgezogen. Es befindet sich im **schäbigen Hinterhaus** eines lieblosen sozialistischen Plattenbaus. Ich laufe die drei Etagen durch ein unbeleuchtetes Treppenhaus hinauf, im zweiten Stock ist unübersehbar das Wort „Ficken" an die Wand gekritzelt (zur Aufmunterung für den Aufstieg?).

Trotz **Abfuck-Faktor** bereue ich mein „Downgrade" nicht. Das Ramada-Hotel vermittelte zwar anfänglich Sicherheit, erwies sich aber als zu abgelegen und unpraktisch. Mit dem Umzug ins Hostel habe ich 70 Prozent gespart und wohne nun mitten im Zentrum. Hier kann ich an der Rezeption problemlos eine günstige **3-Tages-Jeep-Tour** organisieren.

Ich bin bereit für die Steppe! Auch wenn es mir Unbehagen bereitet, dass ich an einen Ort fahre, den ich nicht bei Google Maps finden kann.

BULGAN AIMAG RASAANT SUM

Hunderte Pferde, Schafe, Ziegen, Kamele rauschen vorbei. Ab und an schrecken Habichte auf, die am Wegesrand lauern (oder weiß der Geier, was das für riesige Vögel sind). Tausende Wüstenmäuse, die sich eben entspannt auf dem Weg sonnten, springen panisch zur Seite und **retten ihre kleinen Mäuse-Ärsche** vor unseren heranpreschenden Reifen.

Tsönnar, der dreißigjährige kinder- und frauenlose Fahrer, hat nichts zu verlieren. Und fährt auch so. Raser sind ja nichts Ungewöhnliches. Doch er fährt **neben** der Straße. Ich glaube, er denkt, er hätte einen Jeep. Doch der Hyundai ist weder besonders gefedert noch ein Pferd, mit dem wir mühelos durch die Steppe reiten könnten. Ob ich ihm das vorsichtig sagen soll? Besser nicht, es könnte seinen **nomadisch-mongolischen Stolz** verletzen. Einige Stunden und **918 Schlaglöcher später** biegt Tsönnar auf einen kaum erkennbaren, sandigen Feldweg ab.

Beunruhigend ist, dass

A. es gerade echt dunkel wird,

B. wir auf eine Felswand-Ecke zufahren, in der bis auf Kühe, Kamele und drei Jurten nichts zu sehen ist, und

C. ich gar nicht weiß, was ich für eine Übernachtung gebucht habe. (Ich war froh, in der Nebensaison überhaupt einen Trip zu finden.)

„Hier wären wir", sagt Tsönnar nüchtern. **Hab ich mich verhört?** Hoffentlich! Der Wagen stoppt, der Fahrer steigt aus. Ich bleibe sitzen und warte, ob er nur nach dem Weg fragt. Eine Minute. Zwei Minuten. Nichts passiert. *Schluck!* Wir sind da.

Ich entknote meine von der Fahrt verknäuelte Wirbelsäule und tapse zum Wachwerden auf dem kargen Grasboden umher, wobei ich versuche den **Tretminen** (Ziegen- und Kamelkot) auszuweichen. Ich habe meine Kamera in der Hand, etwas Furcht im Kopf, Hunger im Magen und Kälte in den Füßen.

Dann bittet mich eine alte Frau in ihre Jurte. In die Jahre gekommene Holzmöbel, quietschbunt angemalt. Unzählige Fotos auf einem unpompösen, kaum sichtbaren Schrein. Hier im Jurtencamp **„Elsentasarhei – Bulgan aimag rasaant sum"** (viel Spaß bei der Aussprache) wohnt ein 75-jähriges Hirtenpärchen, das auf den Namen „Bor" hört. Während er noch die Rinder umhertreibt und mit den einzigen Nachbarn plauscht, brutzelt sie Undefinierbares in ihrem überdimensionierten Wok.

Als Vorspeise gibt es Stutenmilch und Kekse. Dazu einen klumpig gewordenen **Yakmilchbrocken.** Der riecht, als hätte man sich drei Wochen nicht die Zähne geputzt. Und schmeckt auch so. Ich zeige auf die Holztafel an der Wand, stelle eine scheinheilige Frage und lasse das Butterstückchen unbemerkt in meiner Jackentasche verschwinden.

Stau auf Mongolisch. Zum Glück gibt's keinen Gegenverkehr!

DIE WIRBELSÄULE ALS ZEITVERTREIB

Später zaubert der Alte aus seiner linken Jackentasche ein seltsames Säckchen hervor. Heraus purzeln kleine Stücke, die aussehen wie Wirbelknochen einer Ziege. Oh Gott! **Es sind Wirbelsäulenknochen einer Ziege!** Und die nehmen wir nun als Spielzeug:

- Steht der Knochen waagerecht und hat einen Buckel, ist es ein **Pferd.**
- Ist die Kuhle unten, ist das ein **Kamel.**
- Liegt der Knochen auf der Seite und hat einen kleinen Buckel, macht es „mäh" und ist ein **Schaf.**
- Hat der liegende Knochen stattdessen eine Versenkung, bedeutet das **Ziege.**

Aus diesen anatomischen Besonderheiten haben die Mongolen in der Kargheit der Steppe einige Spielchen entwickelt, z. B.:

Wegschnippen. Man wirft die Wirbelsäulenstückchen auf den Tisch und versucht durch Wegschnippen eines Knochenstück einen Zwilling zu treffen (z. B. ein Kamel berührt ein anderes Kamel). Gelingt es, darf man das Pärchen behalten.

Pferderennen. Einige Wirbelsäulenstücke werden zu einer Rennbahn aufgereiht. Die Spieler wählen ihre Spielfigur (Schaf, Ziege etc.). Wer ein „Pferd" würfelt, darf eins vorrücken, wer zwei Pferde würfelt, darf zwei vor.

Pokern. Jeder Spieler nimmt einen bis fünf Knochen in die Faust und streckt sie geschlossen aus. Nun muss jeder schätzen, wie viele Knochen es insgesamt sind. Dann öffnen alle ihre Fäuste. Wer die richtige Zahl erraten hat, bekommt sämtliche Steine der Runde.

Nach den Gesellschaftsspielen ist es Zeit für härtere Vergnügungsmittel. Aus seiner rechten Tasche zieht der Alte Schnupftabak. Ich nehme ein Mini-Mini-Löffelchen und ziehe mir das Pulver vorsichtig in die Nüstern. … Plötzlich steht die Zeit still. Ein meditativer Augenblick! Dann wird mir heiß. Ich sehe Rot. Meine Augen drehen sich. Kurz ist es dunkel. Trockene Kehle. Husten. 🕸🕷🐿🌪💣☠ Tod. Teufel. Tränen.

Nur langsam kann ich wieder atmen. Meine Nase – sie ist so unglaublich frei! Klar. Freier als je zuvor. Der Kopf auch. Teufelszeug!

Nach vier Runden Prusten, Husten und Schnupfen trotten wir in die Gästejurte. Aus Ehrfurcht vor den angekündigten minus 17 Grad hatte ich gleich zwei Schlafsäcke eingepackt. Die Jurtenwand besteht aus Tierfell und einem festen Leinenstoff – solide, aber die Wärmespeicherung ist gering. **Die gute Nachricht:** Es steht ein Ofen in der Jurte. **Die schlechte:** Der brennt nur drei Stunden. Um drei Uhr nachts ist es empfindlich kalt. **Der Horror:** Jetzt „raus müssen" – der Donnerbalken mit Loch im Boden steht 30 Meter entfernt. – **Das Glück:** Die Hirtin heizt in der Nacht nach.
Das Mondlicht beleuchtet schwadenartig den Kohleofen und mein Bett. Wie romantisch! Leider habe ich niemanden zum Kuscheln dabei …

Das bemerkt am Morgen auch der 75-jährige Hirte und will mich mit Baigal, seiner Enkelin, verkuppeln. Ich solle heute Nacht wiederkommen und mit ihr im selben Bett schlafen. Er packt mich, führt mich zu ihr. Hinter den 7 Bergen bei den 9 Kamelen werde ich **gezwungen, eine wildfremde Frau zu küssen!** Ich wehre mich – vergebens. Die Arme des Hirten sind stark. Ich entscheide mich für einen diplomatischen Kompromiss und küsse sie vorsichtig auf die Wange. Sie schmeckt überraschend angenehm. Nicht nach Yaklederhaut, sondern nach Nivea.

Der Hirte wollte, dass ich mit seiner Enkelin schlafe. Ich konnte ihn gerade so auf einen Kuss runterhandeln. (Sie scheint irgendwie nicht so begeistert.)

MUH! DAS ROM DER MONGOLEN

Weiter geht's. Gegen Mittag erreichen wir **die alte Hauptstadt der Mongolei, Karakorum.** Hier regierten die Berühmtheiten Dschingis Khan, Ugedai Khan und Kublai Khan (in etwa wie Bill Clinton, George Bush und Barack Obama, nur grimmiger dreinschauend). Diese berittenen Herrscher mit locker sitzendem Säbel planten von hier aus ihre Feldzüge. Mit Erfolg: Sie schufen das flächenmäßig größte Reich, das je existierte. Das mongolische Imperium reichte über ganz China bis nach Bulgarien und übertrumpfte sowohl das Osmanische als auch das Römische Reich bei Weitem.

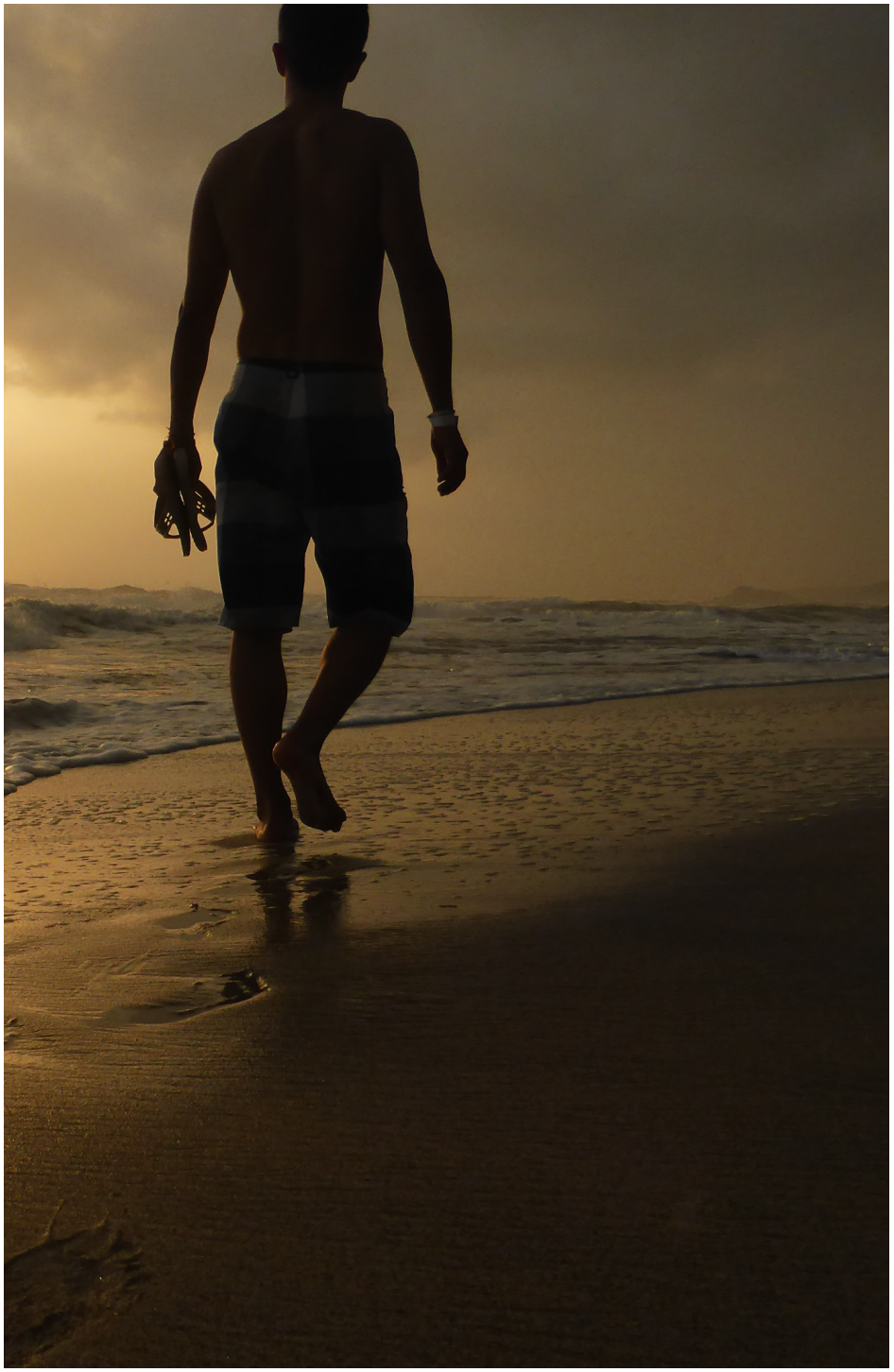
Ich freue mich, dieses historische Fleckchen Erde kennenzulernen. Karakorum sei „eine große Stadt" sagt mein Fahrer. Und wo ist denn nun Karakorum?

„Dort drüben!"
Was? Das ist eine Kuhweide!

Karakorum heißt soviel wie „schwarze Berge". Heute müsste es „braune Erde" heißen, denn auf die historischen Wurzeln der ganzen Nation schei... nun die Rindviecher! Nein, es ist kein Scherz: Auf dem bedeutenden Boden weiden heute Schafe, Ziegen, Pferde und Kühe. Gelegentlich lässt sich auch ein Kamel blicken.

Es existiert noch eine „modernere" Siedlung namens Karakorum mit 1.100 Einwohnern (das gilt hier als Metropole). Ich zähle zwei asphaltierte Straßen, der Rest sieht aus wie ein provisorisches Forschercamp am Nordpol. Immerhin, in der Nähe steht das eigentliche Ziel meiner Reise: das erste und wichtigste buddhistische Kloster des Mongolenreiches mit dem mystischen Namen **Erdene Dsuu.** Aber auch an diesem ehrwürdigen Ort hat der Zahn der Zeit genagt. Mehrmals überfallen und bis auf die Grundmauern zerstört, wurde das Kloster um 1800 fleißig wiederaufgebaut und erweitert, was Stalin 150 Jahre später nicht davon abhielt, alles erneut niederzureißen. In den 1960ern richtete der Staat ein paar Klostergebäude eilig wieder her. Der amerikanische Außenminister hatte sich angekündigt und etwas Sehenswertes musste her. Dann verwandelten die Mongolen es in ein Museum. In diesem stehe ich nun. Vor mir wird der Tempel auf- und hinter mir zugeschlossen. Zur besten Zeit des Tages bin ich der einzige Gast.

Ein paar Freunde sagen, ich sei manchmal ein Rindvieh. Was sie wohl damit meinen?



MACH DOCH!

Es wird Zeit, dass du aufhörst, nur auf das Leben anderer zu schauen.
Es wird Zeit, dass du deinen eigenen Film drehst. Drücke nun selbst auf die Record-Taste deines Lebens. Start frei für deine persönlichen Rekorde!

- Ein Nachwort mit Nachdruck. -

MACH DOCH!

Traue deinen Träumen

Falls du es noch nicht gemerkt hast: Dieses Buch dreht sich zwar um meine Reise. Doch es geht um dich!

Was ist dein großer Traum? Was würdest du gern einmal tun?
Schreib es auf. Jetzt. Hier. Sofort:

Natürlich sollst du nun nicht das Buch in die Ecke werfen, deinen Job kündigen und unüberlegt handeln. Aber du kannst dennoch JETZT beginnen. Wie? Mit kleinen Schritten. Konkretisiere deine Ziele, schreibe dir eine Liste der Fragen und Informationen, die du benötigst. Notiere dir die To-do´s und Aufgaben, um dein Ziel zu erreichen. Der erste Schritt, den du tun kannst, ist es, dir ein paar einfache Fragen zu stellen:

Wann ist der beste Zeitpunkt um diese Träume zu erfüllen?

Welche Informationen brauchst du?

Denk dran: **Ein großer Traum beginnt mit kleinen Schritten.** Bevor ich auf Weltreise ging, habe ich viele kleinere und kürzere Reisen unternommen. Bevor du ein Unternehmen mit einer Million Jahresumsatz gründest, wäre es mitunter hilfreich, mit einer Webseite zu starten. Bevor du ein Buch schreibst, könnte es nicht schaden, ein paar Artikel zu bloggen und aus den Reaktionen zu lernen.

Ein großer Traum muss nicht überwältigend sein. **Je kleiner, je undramatischer du ihn anpackst, desto leichter ist er umzusetzen.** Also statt 12 Monate erstmal nur 3 Monate reisen. Oder du fährst nur ein paar Wochen in das eine Land, das du wirklich er-leben willst.

- Ich kenne zwei Programmierer aus Berlin, die regelmäßig sehr kostengünstig in Thailand überwintern und von dort aus ihre Projekte abarbeiten.

- Oder du reis(s)t nur kurzfristig aus. Ein Appartement in Malle ist zur Nebensaison extrem günstig zu haben, oder du machst ein kleines Work & Travel mit Freunden. Ihr mietet Euch eine Wohnung über Airbnb, NightSwap oder Ähnliches, und dann kann es auf die Gedankenreise gehen.

Du hast noch den Kopf voller Fragen und „Abers“? Du hast einen Freund? Nimm ihn mit. Ein kleines Kind? Na perfekt, dann los! Es gibt Mittel und Möglichkeiten:

- Freunde reisten zwei Monate durch Kalifornien mit dem Wohnmobil und mit einem zwei Monate alten Säugling, denn „der schläft eh den ganzen Tag".

- Mein Bruder tourt jedes Jahr in den Sommerferien mit seiner Frau und vier (!) Kindern in einem VW-Bus durch ganz Europa. Es ist nicht viel Platz darin. **Die beiden Kleinsten müssen übereinander in einer Reihe Platz finden.** Ist das komfortabel? Sicher nicht. Haben sie alle einen Mordsspaß? Aber hallo!

- In Brasilien habe ich ein Schweizer Pärchen mit einem sechs Monate alten Kind getroffen. Sie genoss den Strand, er die Wellen zum Surfen.

- Anna und Thomas Alboth haben schon zwei laaaange Reisen mit Kindern übernommen und bloggen darüber. Sehr inspirierend! >> thefamilywithoutborders.com

Nach diesen Anregungen: **Wie kannst du deine Träume so verändern, verkleinern, kombinieren, antesten, dass sie Platz in deinem Leben haben?** (Am besten innerhalb der nächsten 1 bis 3 Jahre.)

Ja, aber …

Was sind deine Bedenken? Schreibe sie auf und versuche ein bis drei Gegenargumente zu finden. Findest du keine, sprich mit Freunden und gern auch mit Unbekannten darüber (weil die nicht voreingenommen sind).

Nochmals zur Verstärkung: **Was sind 3 konkrete, kleinere nächste Schritte, die dich näher in Richtung deiner großen Träume und Ziele bringen können?** (Mit wem willst du drüber sprechen, welche Bücher lesen, welche Dinge noch einmal tiefer durchdenken oder konkretisieren?)

MACH DOCH!

Nun gibt es nichts mehr zu sagen. Du bist dran, den nächsten Schritt zu gehen. Denk dran: Der Start ist das Ziel.

Also: Leg los! Jetzt. Hier. Sofort!

Freu dich darauf, was das mit dir macht. Oder frei nach Deichkind:

BEWEG DEIN' ARSCH,

BON VOYAGE!

Videos zur Reise
Link zum Buch:

Klicke hier