

A portrait of Dr. Hans-Wilhelm Müller-Wohlfahrt, a man with shoulder-length grey hair, wearing a black long-sleeved shirt and white trousers. He is standing with his hands in his pockets against a light grey background.

MIT BEITRÄGEN VON  
Usain Bolt  
Franz Beckenbauer  
Herbert Grönemeyer  
Jupp Heynckes  
Ottmar Hitzfeld  
Uli Hoeneß  
Joachim Löw  
u. a.

Dr. Hans-Wilhelm  
Müller-Wohlfahrt

Mein Leben und  
meine Medizin

# Mit den Händen sehen

INSEL

Dr. Hans-Wilhelm Müller-Wohlfahrt

# Mit den Händen sehen

## Mein Leben und meine Medizin

Herausgegeben von  
Friedrich-Karl Sandmann

Insel Verlag



# Inhalt

<b>Provence, eine unerwartete SMS am 10. August 2016</b> .....	8
<b>Mein Elternhaus als Fundament</b>	
Kindheit, Jugend und Aufbruch .....	10
<b>Herbert Grönemeyer</b>	
»Das, was er macht, ist eine Kunst, eine große Kunst« .....	40
<b>Meine neue Heimat</b>	
Mannschaftsarzt beim FC Bayern .....	44
<b>Uli Hoeneß</b>	
»Der Verein hat ihm sehr viel zu verdanken« .....	65
<b>Freundschaft und Vertrauen</b>	
Der FC Bayern, eine große Familie .....	70
<b>Ottmar Hitzfeld</b>	
»Er kann unglaubliches Vertrauen schenken, nur durch seine Stimme« .....	90
<b>Zwei Ikonen – ein Segen für den Fußball</b>	
Uli Hoeneß und Franz Beckenbauer .....	92
<b>Jupp Heynckes</b>	
»Wir beide stehen uns nah, weil wir gemeinsame Werte teilen« .....	105
<b>Das unerwartete Ende</b>	
Entscheidungsspiel in Porto am 15. April 2015 .....	108
<b>Franz Beckenbauer</b>	
»Es ist eine Gabe, die man hat und die man nicht lernen kann« .....	124
<b>Eine Ehre für mich</b>	
Franz Beckenbauer holt mich zur Nationalmannschaft .....	126
<b>Joachim Löw</b>	
»Medizin, Therapie und Heilen, das ist sein Leben« .....	145

<b>Oliver Bierhoff</b>	
»Er hat etwas Künstlerisches und ist menschlich unglaublich fein« .....	149
<b>Der Triumph in Brasilien</b>	
Deutschland wird Weltmeister .....	152
<b>Klaus Eder</b>	
»Er hat mich gelehrt, in den Körper hineinzuhorchen« .....	171
<b>Fredi Binder</b>	
»Seine Aussagen waren Gesetz« .....	173
<b>Heilen, ohne zu schaden</b>	
Meine Medizin .....	176
<b>Stimmen aus der Praxis</b>	
»Die Patienten spüren die besondere Atmosphäre bei uns« .....	213
<b>Usain Bolt</b>	
Der Jahrhundertsprinter .....	220
<b>Usain Bolt</b>	
»Er gibt keine Ruhe, bis du geheilt bist« .....	239
<b>Begegnungen mit besonderen Menschen</b>	
Wie Freundschaften entstehen .....	242
<b>Jacques Herzog</b>	
»Sein Vorgehen hat eine fast künstlerische Komponente« .....	270
<b>Meine zweite Leidenschaft</b>	
Musik und bildende Kunst .....	272
<b>Karin Müller-Wohlfahrt</b>	
»Jeder sollte des anderen Engel sein« .....	282
<b>Maren de Martino</b>	
»Er geht sehr geradlinig seinen Weg« .....	299
<b>Glückliche Fügungen</b>	
Gedanken zum Schluss .....	304

## Provence, eine unerwartete SMS am 10. August 2016

Die SMS auf meinem Telefon schreckt mich auf. Ich bin in Frankreich, mache Urlaub mit meiner Frau und freue mich auf entspannte Tage mit meinen Kindern und Enkeln. Das ganze Jahr über bin ich unterwegs gewesen – vor allem in Sachen Fußball. Die Europameisterschaft 2016 in Frankreich stand an, und ich begleitete die Fußballnationalmannschaft auch vorher bei den Qualifikations- und Vorbereitungsspielen. Für Urlaub und Familie blieb da wenig Zeit. Schließlich fand ich eine Woche, in der ich frei machen konnte. Lesen, im Garten arbeiten, laufen oder schwimmen gehen, Zeit in der Natur verbringen... Ich liebe Südfrankreich und das Haus, das meine Frau Karin in der Nähe von Mougins für uns gefunden und so besonders eingerichtet hat. Es ist für mich der ideale Rückzugsort. Das Haus liegt, umgeben von üppiger Vegetation, geschützt auf einer Anhöhe, etwa 20 Kilometer vom Meer entfernt. Karin hat einen wunderbaren Garten angelegt mit wuchtigen Bäumen und mediterranen Pflanzen. Von der Terrasse aus gesehen, verstellt nichts den Blick in die Landschaft und hier oben kann man seinen Gedanken freien Lauf lassen.

Jetzt aber schaue ich auf die SMS: »Doc, ich habe Muskelschmerzen, ich kann nicht trainieren. Was kann ich machen? Was empfiehlst du mir?« Ein kalter Schauer läuft mir über den Rücken, denn der, der mir da schreibt, ist gerade in Brasilien, um seinen Titel als Olympiasieger zu verteidigen, und ich bin auf einem anderen Kontinent. Mir ist sofort klar, jetzt zählt jede Minute. Karin sieht mein besorgtes Gesicht und fragt, was los ist. Ich erzähle ihr von der SMS.

Zufällig ist meine engste Mitarbeiterin in der Praxis, Imke, gerade auf dem Weg zu uns, auch sie wollte ganz in der Nähe endlich einmal Urlaub machen und bei Freunden die Sonne und das Meer

genießen. Eigentlich sind wir alle heute bei U2-Frontmann Bono und seiner Frau Ali zum Mittagessen eingeladen. Als Imke eintrifft, überlegen wir, was zu tun ist. Mein Gefühl sagt: Ich muss nach Brasilien – irgendwie und möglichst schnell. Dann, als könnte sie meine Gedanken lesen, sagt meine Frau: »Du musst hin.« Ich merke, wie mich ihre Entschlossenheit erleichtert. Sie hat nicht eine Sekunde lang gezögert. Wieder einmal tritt sie zurück, ohne mir ein schlechtes Gewissen zu machen. Wieder einmal unterstützt sie mich zu 100 Prozent.

Imke ist bereit mitzukommen, aber es fehlt die Zeit, in das Ferienhaus ihrer Freunde zurückzufahren, um zu packen, und auch ich habe kaum etwas dabei, vor allem keinen Reisepass und schon gar nicht meinen Medizinkoffer. Also rufe ich in der Praxis an und schlage Alarm: »Sucht schnell alles zusammen und schickt jemanden in meine Wohnung, um den Reisepass zu holen.« Zwei Mitarbeiterinnen der Praxis packen die Medizin ein und finden meinen Pass, rasen zur Übergabe mit dem Auto an den Frankfurter Flughafen, während Imke und ich von Nizza nach Frankfurt geflogen sind. Jetzt kann es losgehen! Usain Bolt weiß, dass wir kommen.

Erst im Flugzeug nach Rio de Janeiro legt sich meine Anspannung langsam. Ich denke an die vergangenen Urlaubstage, an die Kinder und an Karin, und ich stelle fest: Immer wieder passiert so viel Unvorhergesehenes in meinem Leben – und viele glückliche Fügungen.

# Mein Elternhaus als Fundament Kindheit, Jugend und Aufbruch

Mein Elternhaus war ein gutes Fundament, wir lebten bescheiden und hatten doch alles, was man brauchte. Glaube, Musik, Disziplin und Sport prägten mein Leben. In einem anderen Umfeld wäre ich nicht der geworden, der ich bin. Heute sehe ich, wie gut ich es gehabt habe und wie behütet wir waren, doch damals wurde mir unser kleines ostfriesisches Dorf schnell zu klein.

Mit meinen beiden Brüdern Hajo und Dieter teilte ich mir ein kleines Zimmer, denn wir hatten, wie alle Häuser in unserem Dorf, nach dem Krieg eine Flüchtlingsfamilie mit zwei Kindern aufgenommen. Auch eine Lehrerin wohnte einige Jahre mit uns in diesem kleinen Backsteinhaus und ein junges Dienstmädchen. Ich bin der jüngste von drei Brüdern und wurde 1942 während eines Luftangriffs in Leerhufe in Ostfriesland geboren.

Damals hatten wir eine Kuh, ein Schwein, ein Schaf, Hühner und einen großen Gemüse- und Obstgarten. Wir sind mit der Natur aufgewachsen, der Lebenszyklus von Mensch und Tier war uns vertraut und wir haben den Wandel der Jahreszeiten intensiv erlebt. Diese Erfahrung wünsche ich eigentlich jedem Kind. Wir haben gesehen, wie eine Kuh kalbt, und waren dabei, wenn ein Schwein geschlachtet wurde. Sicherlich hat dieser intensive Kontakt mit der Natur dazu beigetragen, dass ich später als Arzt nicht mit chemischen Wirkstoffen arbeiten wollte und sie bis heute nicht gern einsetze.

Meine Mutter hat abwechslungsreich und gesund gekocht. Im Sommer hat sie, wie das damals üblich war, für den Winter vorgesorgt und in Gläsern Obst und Gemüse eingekocht. Aus Zuckerrüben wurde Sirup hergestellt. Freitags gab es immer Fisch, sonntags einen Braten – und gebacken wurde natürlich auch. Wir haben damals sogar selbst »gute Butter« hergestellt, was in den ersten Nachkriegsjahren verboten war und heimlich geschehen musste. Am Monatsende war das Geld immer knapp und wir mussten im Kaufmannsladen anschreiben lassen. Das Buch, in dem festgehalten wurde, was meine Mutter gekauft hat, habe ich später gefunden und war sehr berührt von der Genügsamkeit meiner Eltern. Wenn das Gehalt meines Vaters ausgezahlt war, beglich er die Rechnung beim Kaufmann und für uns Kinder gab es dann immer eine Tafel Schokolade, die wir unter uns Dreien natürlich genau aufteilen mussten. Ich glaube, dass mir Schokolade nie mehr so gut geschmeckt hat wie dieses köstliche Stück, das es einmal im Monat gab.

1 Unser erstes Familienfoto nach dem Krieg, 1945



2 – 4 Meine Brüder und ich waren unzertrennlich, trotz des Altersunterschieds. Dieter war drei Jahre älter und Hajo fünf Jahre. Die Fotos sind von 1948, 1950 und 1962.



5 Nach dem Kirchgang empfangen meine Eltern immer Gäste im Pfarrhaus und auf der Terrasse, Foto von 1957.

So erfolglos ich in der Schule war, so erfolgreich war ich im Sport

Wichtiger als die Schule waren mir damals andere Aktivitäten: Ich spielte jeden Tag Klavier und Posaune, später auch Orgel. Und wichtiger noch war der Sport: Täglich trainierte ich für mich allein – ein bis zwei Stunden Sprint, Weitsprung, Hochsprung, Kugelstoßen, Speer- und Diskuswerfen oder Mittelstreckenlauf auf holprigen Feldwegen.

In Leerhafe gab es zu dieser Zeit keinen Sportplatz oder Sportverein, aber ich hatte trotzdem alles, was ich brauchte: Ich war mein eigener Trainer und auf unserer Allee konnte ich sprinten, hatte eine selbst gebaute Weit- und Hochsprunganlage, einen Kugelstoßring im Garten. Den Speerwurf trainierte ich an Wochenenden gerne am 10 Kilometer langen Strand von Wangerooge. Und das bedeutete: Werfen, Laufen, Werfen, Laufen und so weiter, immer dem Speer hinterher. Mit dieser Trainingsmethode brachte ich es immer-hin auf 70 Meter Weite. Zu Hause trainierte ich den Speerwurf auf einer hinter unserem Haus gelegenen Kuhwiese. Darüber verlief eine Überlandleitung, über die ich ohne Probleme werfen konnte,



14 Nur auf der 150 Meter langen Allee, der Zufahrt zu unserem Pfarrhaus, konnte ich den Sprint trainieren – für mich ideale Bedingungen.

bis mir eines Tages – ich trainierte in der Abenddämmerung – der Speer ausrutschte und sich mit Schwung in die Drähte eindrehte: Die Leitungen gerieten aneinander, Funken sprühten, Kurzschluss! Der Speer fiel in zwei Hälften vom Himmel und das ganze Dorf versank in Dunkelheit.

Ich habe bei Wind und Wetter trainiert. Wenn es regnete, war ich sofort durchnässt – damals gab es ja noch keine Funktionswäsche. Aber nichts konnte mich vom Training abhalten. Im Winter trug ich dicke Schafwollunterhemden, die meine Mutter für mich gestrickt hatte, und darüber mehrere Pullover.

Mein Vater beklagte sich fast nie über eine schlechte Schulnote, wenn ich aber nicht trainiert hatte, was sehr selten vorkam, war er maßlos enttäuscht. Ich erinnere mich, wie er mich einmal abends, als ich schon ins Bett gehen wollte, fragte: »Hast du heute trainiert?« Er wusste, dass ich das Training an diesem Tag hatte ausfallen lassen. Es war schon nach zehn Uhr abends und ich zog mich wieder an, lief acht Kilometer die dunkle Straße entlang und ging erst danach zu Bett. Unser Vater hat seinen sportlichen Ehrgeiz auf seine

drei Jungen übertragen, und er wollte, dass wir mit Disziplin und Strenge lernen, was es heißt, Ziele zu erreichen. In seiner Jugend war er selbst ein guter Ruderer und Turner gewesen, im Zweiten Weltkrieg aber schwer verwundet worden.

So erfolglos ich in der Schule war, so erfolgreich war ich im Sport. 1961 belegte ich völlig überraschend den dritten Platz bei den Deutschen Junioren-Mehrkampf-Meisterschaften im – wie es damals hieß – internationalen Fünfkampf. Am Abend zuvor war ich erst spät von einer Klassenfahrt aus Berlin zurückgekommen und hinter mir lag eine Woche, in der wir wenig geschlafen hatten. Ich kam also ziemlich übermüdet zu Hause an und mein Vater sagte: »Du weißt schon, dass du morgen einen Wettkampf hast in Hamm?« Ich war fest davon ausgegangen, dass der Wettkampf erst am darauffolgenden Tag sein würde. Schnell packte ich meine Sachen zusammen, mein Vater gab mir sein Auto und mit dem VW-Käfer fuhr ich in das mir unbekannte über 270 Kilometer entfernte Hamm, wo ich spät in der Nacht ankam und nur noch auf einem Hotelflur auf einer Luftmatratze übernachten konnte. Am nächsten Morgen – ich hatte ja keinen Trainer – musste ich alles allein organisieren: zum Stadion fahren, Meldebüro aufsuchen, Startnummer besorgen, Startgeld bezahlen und anderes mehr. Trotz der chaotischen Woche und der fast schlaflosen letzten Nacht war ich in einer Topverfassung und auch meine Zielsetzung war klar. Ich weiß nicht mehr wie, habe aber in allen Disziplinen so gut abgeschnitten, dass es für den dritten Platz reichte. Mit dabei war auch Kurt Bendlin, einer der später weltbesten Zehnkämpfer, Weltrekordhalter und Goldmedaillengewinner, mit dem mich heute noch eine Freundschaft verbindet. Er gewann damals Gold. Den Mehrkampf habe ich immer sehr geliebt: Speerwurf, Diskus, ich bin gelaufen, gesprintet und gesprungen und hatte an alledem Spaß!

## Herbert Grönemeyer »Das, was er macht, ist eine Kunst, eine große Kunst«

Es waren zuerst Vitamin- und Mineralinfusionen während meiner Tourneen und dann waren es heftige Schmerzen im rechten Knie, die mich in seine anthroposophisch anmutende Praxis kommen ließen. In der war es eher sympathisch eng, und es trennten zum Teil wie in Amerika Vorhänge die Behandlungsräume ab. Ich glaube, Mehmet Scholl war oft da, wenn ich auch da war, das war beruhigend. Ich legte mich beim ersten Mal auf die Liege, und als er zur Untersuchung kam, hielt er seine Hand über mein Knie, sodass er das Knie gar nicht berührte, und sagte, ich müsse ja unfassbare Schmerzen haben und er würde außer Sepp Maier keinen kennen, der mit solchen Schmerzen überhaupt noch herumlaufen würde. So lernte ich ihn also vor etwa zwanzig Jahren kennen, und seither gehe ich zu ihm, wenn die Gelenke sich melden.

Ich empfand ihn gleich bei der ersten Begegnung als sehr angenehm, weil er so anders war. Er hat eine ganz spezielle Art, die dazu führt, dass du dich bei ihm sofort geborgen fühlst. Er stellt eine ungewöhnliche Atmosphäre, eine Ruhe her, wie ein Innehalten, und dann fängt er in aller Behutsamkeit an mit der Untersuchung.

Auch wenn du einen Termin hast, musst du zum Teil endlos warten, egal, ob du jetzt etwas berühmter bist oder nicht. Aber jeder, der bei ihm war, und ich habe im Lauf der Jahre einige Freunde geschickt, war verblüfft von der Zeit, die er sich nahm. Ich war am Anfang sehr erstaunt, weil ich das nicht kannte, zudem hatte ich eine Reihe von Vorurteilen aus eigenen Erfahrungen, denn gerade Orthopäden halten sich zuweilen für eher sehr besonders – und jetzt auch noch einer aus dem oft feinen München. Aber stattdessen fand ich mich in dieser speziellen Praxis wieder, die alles andere

als protzig aussah und die mich an meine anthroposophische Tante, auch Ärztin, erinnerte, die sehr mit der Welt von Rudolf Steiner verbunden war.

Ich glaube, dass er Patienten mit der gleichen Behutsamkeit berührt, wie er auch ein Instrument berühren würde. Er möchte wissen, wie eine Person schwingt, wie der Körper des Patienten klingt, welche Dissonanzen er hat. Die Patienten fühlen, dass sie sich bei ihm fallen lassen können, weil sie wissen, hier ist jemand, der spürt mich, der versteht auch mein Drama, das ich in mir trage. Er hört zu, er nimmt sich Zeit und durch das Gefühl, geborgen und besonders zu sein, beginnt schon ein Teil der Heilung. Und wenn dann auch noch ein Befund kommt, der stimmig ist, dann wundert es mich nicht, dass ihm den Erfolg so viele neiden. Jeder seiner Kollegen will letztlich wissen, was macht der eigentlich so anders als ich. Was er sicher sehr anders macht, ist, er stellt nicht sich, sondern den Patienten in den Mittelpunkt.

Drei Tage lang hat er mir jeweils 16 Spritzen gegeben. Und die setzt er mit einer unvergleichlichen Präzision und Hingabe. Man fühlt sich dabei, als wäre man etwas sehr Zerbrechliches und Wertvolles, so als würde ein Pianist mit den Händen die Tasten berühren oder ein Cellist sein Cello umsichtig am Steg greifen. Das ist sehr faszinierend.

Ich habe ihm einmal Röntgenaufnahmen von jemandem gezeigt, der unfassbare Schmerzen hatte und in Berlin behandelt worden war. Es war ein Bandscheibenvorfall diagnostiziert worden, aber der behandelnde Orthopäde hat die Dramatik überhaupt nicht gesehen, sodass die Person ins Ausland verreiste. Der Doc sah sich die Bilder an und sagte sehr bestimmt: »Herkommen, sofort herkommen.« Das war dann tatsächlich der letzte Moment, denn es bestand die akute Gefahr einer Querschnittslähmung. Er hat das in einer solchen Klarheit und Bestimmtheit gesagt, dass man sich sicher sein konnte, das Richtige zu tun. Dabei kennt er immer seine eigenen Grenzen, und wenn er selbst nicht mehr weiterweiß, zieht

er Ärzte hinzu oder empfiehlt welche, die ebenfalls auf ihrem Gebiet herausragend sind und dann mehr und weiter wissen als er. Dass er das kann, macht ihn auch aus.

Wenn er sieht, dass seine Behandlung anschlägt, hat er einen Heidenspaß, und er freut sich wie ein Kind. Als er einmal meine Hüfte drehte und von der deutlich verbesserten Beweglichkeit völlig begeistert war, sagte er: »Guck mal, Imke, ist das nicht unglaublich, jetzt guck doch mal, Imke. Jetzt guck hier doch mal, wie sich das Ding dreht. Also, ist ja also wirklich toll.«

Er ist ein kraftvoller und manchmal verschmitzter Mann, aber er hat auch etwas Zurückhaltendes, Beobachtendes, Norddeutsches.

Da sitzt er in diesem edlen München und ist im Grunde genommen so ein stiller Ostfrieser von der Nordsee, der gerne Orgel spielen wollte – und der Vater ist Pfarrer. Das ist schon eine ganz andere Welt, wo er da gelandet ist, irgendwie eine besondere Mischung – und dann auch noch bei so einem Bayern-Highspeed-Fußballverein.

Neid und Missgunst ist er vermutlich deshalb immer wieder begegnet, weil andere an sein Geheimnis nicht rankommen. Sie können es nicht erfassen, nicht erklären. Auch auf seine unbeirrbar Haltung waren andere sicher neidisch, und an dieser Haltung ist er im Grunde genommen selbst gescheitert, zumindest in seinem Verein. Er hatte eine hohe Befugnis und er konnte entscheiden, ob Spieler spielten oder nicht. Er ist sperrig und gleichzeitig ein Riesen-Teamplayer, einer, der Bayern München liebt, aber das heißt nicht, dass er dafür seine Haltung aufgeben würde. Das macht ihn doppelt ungewöhnlich, denn er ist auch für Geld nicht zu kriegen. Für ihn trifft zu: Ein Mann, ein Wort, aus. Und wenn man sich, wie Guardiola, jemanden wie ihn als Sündenbock holt und ihm vorwirft, er sei schuld, weil er die Spieler nicht schnell genug fit gemacht hat, nachdem er jahrzehntelang alles dafür tat, um sie stabil zu halten, dann kann ich mir vorstellen, dass ihn das sehr verletzt haben muss.

Ich nenne ihn einen Künstler, einen Magier. Wenn du so einen im Rücken hast, spielst du anders und bist körperlich präsenter.

Aber wenn du plötzlich erkennen musst, dass dir die Firma ausge-rechnet den weggenommen hat, der als Arzt alles für dich getan hat und tun würde, dann denkst du vielleicht, oh, hoffentlich passiert mir jetzt nichts, und du gehst unsicherer, nervöser in einen Wett-kampf. Wenn du so einen Magier vom Spielfeld nimmst, dann ist das so, als würdest du in einem Orchester den Geigern die hohe Saite dauernd abdämpfen oder sogar wegnehmen. So verstört kann man eigentlich gar nicht sein.

Er ist ein Künstler, auch in seiner Sensibilität. Er hat etwas, das man nicht versteht, nicht verstehen muss und das er selber vielleicht auch nicht versteht. Als Künstler steigt er in seine vertraute Welt, sobald er behandelt. In dieser Welt fühlt er sich sicher. Und das kommt mir wie eine große Schönheit vor. Ich glaube, dass er sich selber nicht als Künstler sieht. Das passt nicht zusammen für ihn, seine Art von Arbeit und die Kunst. Aber das, was er macht, ist eine Kunst, eine große Kunst.

*Herbert Grönemeyer*

# Meine neue Heimat

## Mannschaftsarzt beim FC Bayern

Mit gerade einmal 34 Jahren eröffnete sich mir die Chance meines Lebens: Der FC Bayern rief und ich ahnte noch nicht, dass der Verein und München meine neue Heimat werden würden. Vom ersten Tag an ging es mit Vollgas los – und ich machte mich daran, eine moderne medizinische Abteilung aufzubauen.

»Drei Jahre«, versprach ich meiner Frau, »dann ziehen wir Bilanz und entscheiden erneut.« Wenn mir damals jemand vorausgesagt hätte, dass aus den drei Jahren 38 werden würden, hätte ich ihn für verrückt erklärt. Ich konnte nicht ahnen, dass der FC Bayern München eine Herzensangelegenheit, eine zweite Familie und die wichtigste Station in meiner Karriere als Sportarzt werden würde. Gerade hatte ich meinen Facharzt für Orthopädie gemacht und war dabei, mir ein Renommee als Sportmediziner aufzubauen. Ich war neben dem Dienst im Krankenhaus im zweiten Jahr Mannschaftsarzt bei Hertha BSC, als für mich völlig unerwartet eines Tages Robert Schwan anrief, der mächtige Manager der Bayern, und mich nach München zu einem Gespräch in die Säbener Straße einlud.

Da ich mit Karin sowieso auf dem Weg in die Ferien war, machte ich einen Zwischenstopp und saß schon bald am großen Konferenztisch – gemeinsam mit Robert Schwan, Präsident Wilhelm Neudecker und Trainer Dettmar Cramer. Robert Schwan redete nicht lange drum herum, stand auf und sagte: »Doktor, machen wir es kurz: Wir suchen einen Arzt wie Sie. Wollen Sie nicht für uns arbeiten?« Natürlich habe ich den Bayern sofort zugesagt, nicht eine Sekunde lang gezögert – ein Handschlag genügte, mehr brauchte man damals nicht. Dettmar Cramer kam danach ohne Umschweife auf mich zu, legte mir die Hand auf die Schulter und sagte: »Doktor, bleiben Sie gleich mal sitzen, wir machen jetzt sofort Pläne, wie wir in Zukunft das Medizinische mit dem Sportlichen abstimmen.« Und so eröffnete sich mir im April 1977 mit gerade einmal 34 Jahren die Chance meines Lebens – und vom ersten Tag an ging es mit Vollgas los.

Bayern München war zu dieser Zeit die Spitzenmannschaft im deutschen Fußball und schon damals einer der erfolgreichsten Vereine in Europa. Als ich zu den Bayern stieß, hatten sie bereits dreimal den Europapokal der Landesmeister gewonnen, die Stars Franz Beckenbauer, Sepp Maier, Gerd Müller, Georg »Katsche« Schwarzenbeck und Uli Hoeneß waren Europa- und Weltmeister

und spielten immer noch auf höchstem Niveau. Außerdem gehörten Jupp Kapellmann, Bernd »Wipf« Dürnberger und Franz »Bulle« Roth zum Team. Eine größere Ehre, als diese grandiosen Spieler betreuen zu dürfen, konnte es für einen Sportarzt nicht geben. Schon in Berlin hatte ich alle Spiele der Bayern im Fernsehen verfolgt oder wo und wie auch immer die Rundfunkübertragungen gehört, die ich früher so fantastisch fand und die mich richtig mitrissen.

Ich packte also meine Sachen – meine schwangere Frau blieb zunächst in Berlin, um an der Hochschule der bildenden Künste ihr Examen zu machen – und suchte in München eine Wohnung für uns beide und unser erstes Kind, das im August zur Welt kommen sollte. Kurzfristig beteiligte ich mich an einer orthopädischen Praxis, um schon bald eine eigene zu gründen.

### Die neue medizinische Abteilung – eine große Herausforderung und Chance für mich

Ich stürzte mich mit Feuereifer in die Arbeit und hatte wahrscheinlich gar keine Zeit, in Ehrfurcht zu erstarren vor all den großen Namen, all den Weltklassenspielern. Wenn ich zurückblicke, dann sehe ich einen jungen Mann, der im Trenchcoat voller Energie die Treppen hochrennt, drei Stufen auf einmal nehmend. Von der ersten Sekunde an spürte ich das Vertrauen aller Verantwortlichen, und auch die Spieler gaben mir das Gefühl, voll und ganz hinter mir zu stehen, allen voran Franz Beckenbauer.

Franz war zu dieser Zeit eine unglaubliche Autorität, viel mehr als nur ein Fußballspieler, er wurde zu Staatsempfängen oder auf den Grünen Hügel zu den Bayreuther Festspielen eingeladen. Schon nach kurzer Zeit kam er zu mir und sagte: »Doktor, wir wollen und bejahen dich, du kannst in aller Ruhe arbeiten.« Wenn ein Franz Beckenbauer so etwas sagte, dann hatte das enorme

Bedeutung im Verein. Also wusste ich, ich würde meine Arbeit nach meinen Vorstellungen machen und mich kontinuierlich weiter-entwickeln können.

Als ich anfang, merkte ich schnell, dass in München eine erstklassige medizinische Abteilung aufgebaut werden musste. Zwar war Bayern damals schon ein moderner, exzellent geführter Verein, ein Weltklub, der trotzdem einer großen Fußballfamilie glich. Es gab aber immer wieder zu viele verletzte Spieler und den Wunsch nach einer anders ausgerichteten medizinischen Betreuung. Die gesamte Abteilung musste also dringend erweitert und modernisiert werden. Zu Anfang gab es einen einzigen, viel zu kleinen Massageraum mit höchstens zwei Bänken und zwei Masseuren – und das für die gesamte Mannschaft.

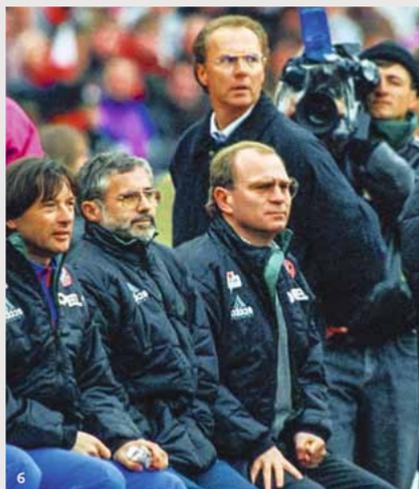
Präsident Neudecker wollte, dass ich für eine Übergangszeit mit meinem Vorgänger zusammenarbeitete, denn ihm lag an einer harmonischen Übergabe. Mir war es aber entscheidend wichtig, die medizinische Betreuung so schnell wie möglich alleinverantwortlich zu übernehmen. Und so habe ich tatsächlich den alten Vereinsarzt, der eine Institution bei den Bayern war und sie zehn Jahre lang betreut hatte, nie getroffen. Das lag daran, dass ich eine vollkommen andere Vorstellung davon hatte, wie die Spieler behandelt werden müssen. Kompromisse wollte ich nicht eingehen.

Meine Abteilung wurde im Laufe der Zeit immer größer und professioneller. Wir stellten gute Leute ein und kauften moderne Therapie- und Fitnessgeräte. Die Hauptverwaltung an der Säbener Straße war so beengt, dass mein damaliger Physiotherapeut Toni Brablek und ich das erste Fitnessstudio im Treppenhaus buchstäblich unter der Treppe einrichten mussten. Neben Toni fand ich den wunderbaren Menschen und Physiotherapeuten Fredi Binder. Er hatte in der Jugend bei Bayern Fußball gespielt, war also von Kindesbeinen an ein glühender Bayern-Fan und hatte seine Ausbildung zum Physiotherapeuten gerade abgeschlossen. Allerdings wusste er noch nicht so recht, wie er sich beruflich orientieren sollte.

1 Als junger Arzt neben dem temperamentvollen Dettmar Cramer im Olympiastadion, 1977



2 Kühle Atmosphäre auf der Bank mit Trainer Gyula Lóránt und Co-Trainer Pál Csernai



3 Sicher ein wichtiges Tor unter dem neuen Cheftrainer Pál Csernai

4 Das Spiel verlangt immer volle Konzentration, mit Udo Lattek

5 & 6 Offensichtlich sind die Trainer Jupp Heynckes und Franz Beckenbauer ungehalten über die Leistung der Mannschaft.



9 – 11 Mit den Trainern Ottmar Hitzfeld, Louis van Gaal und Jupp Heynckes gab es immer eine sehr intensive und vertrauensvolle Zusammenarbeit.



12 Ein seltenes Bild: die Meisterschale in meinen Händen, auf dem Balkon des Münchner Rathauses am 9. Mai 2010



Mit Ottmar Hitzfeld haben wir Triumph und Tragödie erlebt, himmelhoch jauchzend und zu Tode betrübt. Unter seiner Führung wurde der FC Bayern fünfmal Deutscher Meister, dreimal Pokalsieger, gewann 2001 einmal die Champions League und den Weltpokal – und Hitzfeld wurde Europa- und Welttrainer.

Der 26. Mai 1999 allerdings war für die Bayern ein schwarzer Tag. Sie verloren in Barcelona das Endspiel der Champions League gegen Manchester United auf so fürchterliche Weise: Zwei Tore in den allerletzten Atemzügen des Spiels drehten das Ergebnis von einem knappen, sicher geglaubten Sieg in eine bittere 2:1-Niederlage. Man kann sich gar nicht vorstellen, wie sehr die Mannschaft litt, wie groß ihre Niedergeschlagenheit war, es war schrecklich mit anzusehen.

Doch mit seinem unerschütterlichen Optimismus baute Ottmar Hitzfeld das Team wieder auf. In einem Interview hat er einmal offenbart, er schöpfe aus der Kraft des positiven Denkens und aus dem täglichen Gespräch mit Gott. Dank dieser Kraft gab er den Bayern das Selbstvertrauen zurück und wurde dafür reich belohnt: Zwei Jahre nach dem Desaster von Barcelona standen die Bayern 2001 wieder im Finale der Champions League, dieses Mal gegen den FC Valencia in Mailand – und gewannen im Elfmeterschießen, also in der größten, denkbaren Nervenschlacht. Hätte den Spielern an diesem Abend das Trauma von Barcelona noch in den Knochen gesteckt, hätten sie den Titel nicht gewonnen, davon bin ich fest überzeugt.

Ebenso wie Ottmar Hitzfeld 1999 zeigte auch Jupp Heynckes 2012 in der Niederlage wahre Größe. In einem Gedicht des englischen Schriftstellers Rudyard Kipling gibt es einen wunderbaren Vers, eine Aufforderung zur Charaktergröße, die nicht nur über dem Eingang der Tennisanlagen von Wimbledon steht, sondern auch die Persönlichkeiten beider Trainer exakt beschreibt: »If you can meet with Triumph and Disaster, and treat those two impostors just the same...« – gemeint ist also, nur wer dem Triumph und der Niederlage auf dieselbe Art und Weise begegnet, ist ein Großer!

Ausgerechnet die Medizin war es, die meine Beziehung zu Louis van Gaal vom ersten Moment an bestimmen sollte. Denn ich lernte ihn 2009 zunächst als Patienten und dann erst als Trainer kennen. Gleich in seiner ersten Münchner Woche konnte er sich nicht mehr rühren, brauchte eine Behandlung, kam zu mir, und ich konnte ihm zum Glück helfen. Am nächsten Tag trat er vor die Mannschaft und sagte: »Wisst ihr eigentlich, was für einen Doktor ihr habt? Ich bin in Holland oft wegen meiner Probleme behandelt worden, doch nichts hat mir so geholfen wie seine Behandlung. Ich fühle mich blendend. Das ist unfassbar!« Von dieser Sekunde an herrschte zwischen uns großes Vertrauen.

Van Gaal war ein vorsichtiger Trainer, dem das Wohl der Spieler äußerst wichtig war. Er ist immer den sicheren Weg gegangen, hat nichts übereilt und nie auf einen verfrühten Einsatz gedrängt, sondern die Genesenen lieber erst einmal bei den Amateuren spielen lassen. Das hat mir imponiert, weil auch ich als Arzt so denke: Kein schneller Erfolg kann die langfristige Gesundheit aufwiegen. Manchmal legte van Gaal aber eine schon fast fanatische Diszipliniertheit an den Tag.

Einmal erschien ich bei einem Mannschaftssessen vor einem Freundschaftsspiel mit einem T-Shirt in der falschen Farbe. Der Trainer hatte Blau angeordnet, ich trug Rot, und die Miene des Trainers verfinsterte sich bedrohlich. Das muss man sich einmal vorstellen: die falsche Farbe beim Essen vor einem Freundschaftsspiel! Louis van Gaal kannte da aber kein Pardon. Ich saß am Trainertisch immer ihm gegenüber – und hatte noch nicht einmal Platz genommen, da hatte ich schon begriffen, dass ich besser aufs Zimmer gehen sollte, um das Shirt zu wechseln.

Mehr als seine Diszipliniertheit imponierte mir die Kommisslosigkeit, mit der van Gaal sein Engagement bei den Bayern betrieb. So ordnete er an, dass in der Kabine und auf dem Trainingsplatz immer Deutsch gesprochen werden musste. Das galt sogar für seinen niederländischen Trainerstab. Ganz davon abgesehen,

ist van Gaal auch ein glänzender Trainer. Das wird meiner Meinung nach nicht angemessen gewürdigt. Er hat David Alaba, Holger Badstuber und Thomas Müller in die erste Mannschaft gebracht und die geniale Idee gehabt, Bastian Schweinsteiger auf der Sechsenbank zu lassen. Doch er ist auch ein Leader, der sich von niemandem etwas sagen lässt – noch nicht einmal von der Klublegende Uli Hoeneß, der mindestens ein genauso großes Alphanimal ist. Dass das nicht lange gutgehen würde, war absehbar.

Über einen Trainer möchte ich gerne noch berichten: Jürgen Klinsmann. Als er 2008 die Bayern übernahm, bekamen wir neue Mitstreiter, mit denen wir beim besten Willen nicht gerechnet hatten: Der ihn beratende Innenarchitekt hatte eine größere Anzahl von Buddha-Statuen in dem renovierten und erweiterten Spielertrakt aufgestellt. Die Figuren sorgten für viel Aufsehen und noch mehr Gerede – und nach vierzehn Tagen ließ sie Klinsmann wieder entfernen. Nach dem Sommermärchen 2006 mit der Nationalmannschaft war Jürgen mit riesigen Vorschusslorbeeren nach München gekommen und scheiterte schon nach wenigen Monaten an seinem Misstrauen allem und jedem gegenüber. Dass er auch vieles zum Guten verändert hat, vor allem in der Fitnessabteilung, wird darüber gerne vergessen.

Klinsmanns Misstrauen galt eines Tages auch mir. Miroslav Klose verletzte sich in Bochum am Sprunggelenk. Ich war nicht bei diesem Spiel dabei, und mein Vertreter meinte zu Miro: Alles halb so wild, am nächsten Samstag könne er wieder spielen. Klose, der alte Fuchs, wurde misstrauisch, rief mich an und bat mich, ihn zu untersuchen. Um elf Uhr nachts lag er auf der Liege in meiner Praxis – nicht etwa mit einer Lappalie, sondern mit einem gerissenen Band, das zwingend operiert werden musste. Eine solche Verletzung ist nicht leicht festzustellen. Denn es handelt sich um ein sehr kleines Band, das sich über eine Sehne spannt, damit dieses nicht aus dem sogenannten Sehnenlager herauschnurrt. Sehnen machen manchmal im Körper Umwege, werden deswegen in solchen Lagern wie in einem Kanal fixiert – und eine solche Fixierung war gerissen.

Ich informierte sofort Uli Hoeneß und Jürgen Klinsmann darüber, dass ich Miro Klose schon am nächsten Tag zu unserem besten Fußspezialisten in die Schweiz schicken wollte. Doch der Trainer argwöhnte später, dass ich ihm schaden wolle und Klose gar nicht operiert werden müsse. Es gebe Leute im Internet, die sagten, dass eine solche Verletzung keine Operation erfordere, meinte Klinsmann. Am nächsten Morgen ließ ich sicherheitshalber eine Kernspinuntersuchung durchführen und fuhr mit den Bildern zur Säbener Straße. Ich zeigte sie Jürgen, dem danach nichts anderes übrigblieb, als mir recht zu geben. Doch sein Misstrauen hat diese Episode nicht etwa gelindert, sondern nur noch verstärkt.

Jürgen Klinsmanns Zeit bei uns war nach nicht einmal einem Jahr zu Ende. Irgendwann ging es einfach nicht mehr. Das wurde allen Verantwortlichen klar, nicht nur wegen der schlechten Ergebnisse – 0:4 gegen den FC Barcelona, 1:5 gegen VfL Wolfsburg –, sondern auch wegen all der Verwerfungen in Verein und Mannschaft. Schon im Spätherbst rief ich Franz Beckenbauer, der damals noch Präsident war, an: »Franz, ich kann so nicht weiterarbeiten, nicht in diesem Klima, ich werfe hin, wenn es so weitergeht.« Franz verstand mich, Uli auch, der mir allerdings dringend nahelegte, unter keinen Umständen aufzuhören. Ich solle bis zum Saisonende durchhalten, danach sähen wir weiter. Doch dann ging alles ganz schnell: Am 27. April 2009 rief mich Uli Hoeneß um acht Uhr morgens an, um mir mitzuteilen, dass er heute Jürgen Klinsmann entlassen werde und Jupp Heynckes als Retter in höchster Not engagiert habe. Der Wunsch der beiden war, dass ich wieder auf die Bayern-Bank zurückkehren solle. Jupp brachte uns dann mit seiner ganzen Souveränität und Könnerschaft noch auf einen Champions League-Platz.

In der nächsten Saison kam Louis van Gaal, 2011 durfte Jupp Heynckes noch einmal das Ruder übernehmen, bis schließlich am 16. Januar 2013 die Nachricht verkündet wurde, die meinem Leben bei Bayern München eine so dramatische Wendung geben sollte: die Nachricht, dass Pep Guardiola neuer Trainer werden würde.

# Das unerwartete Ende Entscheidungsspiel in Porto am 15. April 2015

Unter Pep Guardiola veränderte sich das Klima beim FC Bayern München und es wurde mehr und mehr deutlich, dass er mir und meinem Team kein Vertrauen schenkte. Einerseits interessierte er sich absolut nicht für medizinische Fragen, verlangte aber andererseits von uns, Wunder zu vollbringen.

Am 16. Januar 2013 gab der FC Bayern München nach monatelangen Geheimverhandlungen in New York die Verpflichtung von Pep Guardiola als neuem Trainer bekannt. Ich war, wie jeder in München, hellauf begeistert: der begehrteste Trainer der Welt, der aus dem FC Barcelona die beste Vereinsmannschaft vielleicht aller Zeiten geformt, in vier Jahren 14 von 18 möglichen Titeln gesammelt und gleich in seinem ersten Jahr das Triple gewonnen hatte, ein charmanter, kosmopolitischer, blendend aussehender Mann. Wir schwebten auf Wolke sieben. Ich schwebte mit und war wahrscheinlich der Erste im Verein, der von dieser Wolke auf den harten Boden der Wirklichkeit fiel.

Mein Enthusiasmus hielt genau drei Tage lang an. Unsere erste Begegnung fand im Trainingslager in Riva am Gardasee statt. Der erste Tag war in Ordnung, der zweite auch, doch schon am dritten kam Guardiola auf mich zu und fuhr mich aus heiterem Himmel an: »Was ist hier eigentlich los? Ich dachte, ich komme in die beste medizinische Abteilung der Welt, und wir haben zwei Dauerverletzte, die nach der ursprünglichen Prognose schon längst wieder gesund sein sollten. Was soll denn das?« Er sagte das in einem aggressiven, vorwurfsvollen Ton. Die Verletzten waren beide von namhaften Chirurgen operiert worden, allerdings verlief der Heilungsprozess nicht nach Plan. Guardiola war hochofregt und meinte, dass ich die beiden zu den falschen Operateuren geschickt hätte. In Barcelona gäbe es bessere Operateure, das seien seine Freunde. Ich schaute Guardiola bei dieser ersten Auseinandersetzung erstaunt an, fasste mich aber schnell wieder und wollte dann noch einmal in aller Ruhe mit ihm reden.

Doch das gelang nicht, weder am Gardasee noch später in München, weil er immer unter Strom stand. Er kam mir nicht wie ein selbstbewusster Mann voller Energie vor, sondern wie ein Mensch in permanentem Ausnahmezustand. Und es wurde immer wieder deutlich, dass Guardiola mir und meinem Team kein Vertrauen schenkte – von Wertschätzung ganz zu schweigen.

# Der Triumph in Brasilien Deutschland wird Weltmeister

Die WM in Brasilien ist zum unvergesslichen Turnier geworden! Auch wenn es anfangs wirklich gar nicht danach aussah, passte alles: die Atmosphäre, der Teamspirit, das paradiesische Campo Bahia. Joachim Löw und Oliver Bierhoff haben der Nationalmannschaft diesen besonderen Geist eingehaucht.

Die Nachricht war ein nationaler Schock. Am späten Abend des 11. Juli 2006, zwei Tage nach dem Ende des Sommermärchens, erschütterte eine Eilmeldung das deutsche Fußballvolk: Jürgen Klinsmann tritt mit sofortiger Wirkung als Bundestrainer der deutschen Nationalmannschaft zurück.

Er sei ausgebrannt und brauche dringend eine Pause. So lautete die Begründung, die Fassungslosigkeit und Entsetzen unter den Fans auslöste. Allerdings sollte mit Klinsmanns Ausscheiden keineswegs eine glorreiche Zeit zu Ende gehen, sondern vielmehr eine neue beginnen: Denn bereits seit 2004 hatte Klinsmann als Co-Trainer Joachim »Jogi« Löw an seiner Seite. Löw war zu dieser Zeit schon in der Mitverantwortung und hatte neben dem Manager Oliver Bierhoff wichtige Aufbauarbeit geleistet. Damit war der Grundstein für eine neue Erfolgsära gelegt.

Auch mit Jogi Löw habe ich immer außerordentlich harmonisch zusammengearbeitet. Dabei könnte es zwischen einem Nationaltrainer und seinem Mannschaftsarzt so viele mögliche Reibungspunkte geben, so viele Anlässe, gegensätzlicher Meinung zu sein, doch zwischen Jogi, dem Team und mir gab es immer eine hervorragende Übereinstimmung. Und das ist vor allem Löws Verdienst, denn er vertraut mir und wird nicht müde, das vor der versammelten Mannschaft immer wieder zu betonen.

Er lässt auch andere Meinungen gelten, und wenn wir bei unseren Besprechungen zusammen sitzen und über die Verletzten sprechen, lässt er mich immer ausreden, hört geduldig zu und beendet die Sitzung dann mit seinem Standard-Schlusswort: »Okay.« Einfach nur »okay«. Das ist seine Art, Respekt und Anerkennung gegenüber der medizinischen Abteilung auszudrücken.

Für einen Trainer ist Jogi Löw außergewöhnlich zurückhaltend, immer ruhig, niemals provozierend. Er hetzt niemals gegen andere Mannschaften, schafft keine kriegerische Atmosphäre, erfüllt seine Vorbildfunktion, spricht immer vermittelnd und zeigt größten Respekt gegenüber Spielern, Ärzten und Physiotherapeuten. Er

bewahrt auch in kritischen Momenten die Ruhe, wirkt nie aggressiv und verliert nie die Selbstbeherrschung, trifft stattdessen seine Entscheidungen überlegt und stellt die Gesundheit der Spieler immer über seine Wünsche als Trainer – einen angeschlagenen Spieler würde er niemals aufstellen. Jogi ist sehr anspruchsvoll, sein Umfeld muss seinen hohen Ansprüchen gewachsen sein. Er selbst ist äußerst akribisch in seiner Arbeit. Ich finde, dass Jogi mit seiner ausgeglichenen und ausgleichenden Art als Nationaltrainer eine Idealbesetzung ist.

Im Trainingslager waren die Vorzeichen alles andere als positiv

Vor der Weltmeisterschaft in Brasilien 2014 diskutierte ganz Deutschland über den Gesundheitszustand von Philipp Lahm, Manuel Neuer und Bastian Schweinsteiger. Es herrschte nicht nur in den Medien der Konsens, dass diese drei verletzten Schlüsselspieler unmöglich nach Brasilien mitfliegen könnten. Viele Menschen sahen das als ein zu großes Handicap, um bei diesem Turnier an ein gutes Abschneiden der deutschen Mannschaft glauben zu können – entsprechend ernüchtert war die Stimmung im Vorfeld der Nominierung. Aber ich war in der Lage, die Situation besser einschätzen zu können. An dem Tag, als Jogi Löw die endgültige Liste der nominierten Spieler bekanntgeben musste, rief er mich an und fragte: »Doc, ich muss mich heute entscheiden. Stehst du zu deinem Wort, dass du die drei rechtzeitig hinbekommst? Ich antwortete: »Jogi, du kannst dich auf mein Team und mich verlassen.« So läuft das zwischen uns.

In den heißen Phasen vor den großen Turnieren stimme ich mich mit Jogi Löw genauestens ab. Wir telefonieren oft miteinander, sprechen über die Fitness der Spieler, machen uns Gedanken über die Heilungschancen der Verletzten und reden dabei absolut

auf Augenhöhe. Wenn es in dem Team um die Nationalmannschaft mit mir, Prof. Tim Meyer, Dr. Sepp Schmitt, Dr. Hans-Dieter Hermann, unseren Physios, jeder ein Könnler seines Fachs, und den Fitnesstrainern Meinungsverschiedenheiten gibt – was selten genug geschieht –, dann nie zwischen Jogi und mir, sondern höchstens zwischen mir und den amerikanischen Fitnesstrainern, die Jürgen Klinsmann zur Nationalmannschaft geholt hatte.

In ihrer Fitness-Besessenheit setzten sie sich während der Vorbereitung auf Brasilien einmal über meine Anweisungen hinweg. Die verletzten Spieler sollten härter trainieren, sonst würden sie nicht rechtzeitig fit sein, das fanden die Amerikaner. Sie wollten natürlich in bester Absicht die bestmögliche körperliche Verfassung herausholen, hatten jedoch keine medizinische Ausbildung und konnten folglich Verletzungen und deren Heilungsfortschritte nicht wirklich beurteilen. Sie bekamen ein fürchterliches Donnerwetter von mir zu hören! Denn wenn es um die Gesundheit unserer Spieler geht, hört bei uns jeder Spaß und jede Nachsicht auf. Ich sagte ihnen: »Mit den gesunden Spielern könnt ihr trainieren, wie ihr wollt, aber die Trainingssteuerung während der Reha der Verletzten unterliegt nur den Medizinern. Wir allein tragen die Verantwortung. Die Verletzten unterstehen allein unserer Obhut, das müsst ihr begreifen und akzeptieren.« Jogi Löw hörte sich meine heftige Kritik an, ohne mit der Wimper zu zucken, und sagte dann einen einzigen Satz: »Ich vertraue dem Doc zu 100 Prozent.« Danach war Ruhe.

Wir ließen zum Beispiel Bastian Schweinsteiger mit seinen massiven Patellasehnenproblemen laufen, ohne Ball, ohne Sprints, einfach nur laufen, um erst später die Trainingsintensität langsam zu steigern. Denn wenn man in einer solchen delikaten Situation auch nur einen Fehler macht, wird der Spieler zurückgeworfen, der kontinuierliche Aufbau ist dahin.

Man kann nicht von Jogi Löw sprechen, ohne im selben Atemzug Oliver Bierhoff zu erwähnen. Mit seiner besonnenen, klugen

und umsichtigen Art, seiner natürlichen Autorität und Überzeugungskraft und seinen enormen organisatorischen und kommunikativen Fähigkeiten hat er alle davon überzeugt, dass er die ideale Besetzung für den Managerposten bei der Fußballnationalmannschaft ist. Auch unter den Spielern genießt er höchsten Respekt. Sein Wort gilt ohne Widerrede, weil alle wissen, dass er seine Entscheidungen allein nach professionellen Gesichtspunkten trifft. Er behandelt alle Spieler gleich und strahlt dabei eine Souveränität aus, die dem gesamten Team Selbstsicherheit gibt.

Der Tag, an dem ich besondere Hochachtung für Oliver Bierhoff empfand, war jener der schrecklichen Attentate in Paris am 13. November 2015, bei denen 130 Menschen getötet wurden und die Terroristen auch versuchten, das Stade de France anzugreifen, in dem an diesem Abend die deutsche Nationalmannschaft gegen Frankreich spielte. Nachdem zwei Detonationen in der Nähe des Stadions zu hören gewesen waren, was aber kaum jemand einzuordnen wusste, wurde das Spiel fortgesetzt, damit im Stadion keine Panik ausbrach. Als wir vom Platz gegangen waren, brachen die Nachrichten über uns herein. Keiner konnte es im ersten Moment so recht glauben, was geschehen war. Aus Sicherheitsgründen mussten wir bis in die frühen Morgenstunden in der Kabine bleiben, und wir alle waren verunsichert – bis auf einen: Oliver Bierhoff wirkte in diesen Stunden sehr ruhig und souverän. Er telefonierte mit der Kanzlerin und dem Innenminister, informierte uns in regelmäßigen Abständen über den Stand der Dinge, gab uns ein Gefühl von Sicherheit und hielt alle zusammen. Es gelang ihm, einen Flughafentransfer zu organisieren, der uns direkt auf das Rollfeld zum Flugzeug brachte und uns somit einen sicheren Heimweg ermöglichte.

Auch Oliver Bierhoff möchte der Sache dienen. Mit dieser Haltung hat er es geschafft, die Nationalmannschaft zu einer höchst respektierten Marke und zum Aushängeschild des deutschen Fußballs zu formen: »Die Mannschaft« ist inzwischen in vielen Sprachen ein fester, höchstrespektabler Begriff. Oliver Bierhoff war es

auch, der die Pläne für die DFB-Akademie auf dem Gelände der Pferderennbahn in Frankfurt ausgearbeitet und diese Idee einer zentralen Kaderschmiede für den Nachwuchs gegen die Bedenken der Landesverbände durchgesetzt hat. Er entwirft hier mit großer Durchsetzungskraft Visionen für die Zukunft.

Ich habe schon so viele große Turniere mit der Nationalmannschaft miterlebt, und man muss es leider so sagen: Die Stimmung vor der WM in Brasilien war alles andere als enthusiastisch. Beim ersten Trainingslager im Passeiertal in Südtirol hat keiner so recht daran geglaubt, dass man mit dieser Mannschaft Weltmeister werden könnte. Dazu war es in der Zeit davor nicht rund genug gelaufen und die Liste der Verletzten und der Wackelkandidaten war zu lang. Bevor ich losfuhr, sagte ich noch halb im Scherz, halb aus Fatalismus zu Imke, meiner rechten Hand in der Praxis: »Es kann sein, dass ich bald wieder da bin, Sie können also ruhig Termine mit Patienten vereinbaren. Und lassen Sie bloß keine Lücke von fünf oder sechs Wochen.«

Die WM-Vorbereitung war gewissenhaft wie immer. Jogi Löw und seine Assistenten kamen mit einem Berg von Videomaterial über mögliche Gegner nach Südtirol, analysierten minutiös Spielsysteme und Spielzüge, besprachen sich pausenlos mit dem ganzen Stab. Es ist schon beeindruckend, auf welchen Kreis von herausragenden Fachleuten ein Bundestrainer heute zurückgreifen kann. Jede Stärke und jede Schwäche einer gegnerischen Mannschaft arbeiten sie bis zum einzelnen Spieler präzise heraus. Ein starker rechter Fuß, ein schwaches Kopfballspiel, eine Vorliebe für Übersteiger oder Hackentricks – unsere Spieler wissen haargenau, mit wem sie es zu tun bekommen. Wenn ich da an meine Anfangszeit bei der Nationalmannschaft oder Bayern München denke, werde ich fast ein wenig sentimental. Denn damals stammte alles Wissen noch aus Sportsendungen, Zeitungen, Fußballübertragungen oder irgendwelchen Karteikästchen.

## Glückliche Fügungen Gedanken zum Schluss

Sich selbst zu begegnen ist ein Wagnis, aber auch ein Gewinn. So viele Erinnerungen haben auch so manche Erkenntnis reifen lassen. Ich schätze mich glücklich und ich bin dafür dankbar, das Leben führen zu dürfen, das ich führe – beruflich wie privat.

Wer sich auf das Wagnis einlässt, eine Autobiografie zu schreiben, erlebt vor allem ein Abenteuer: sich selbst zu begegnen.

Durch die intensive Beschäftigung mit mir selbst, durch die Fragen, die mir andere stellten, und die Antworten, die ich aus dem Stand geben konnte oder nach denen ich manchmal auch lange suchen musste, wurden Erinnerungen geweckt, Verschüttetes wurde freigelegt – und unter dem so aus der Distanz neu Betrachteten sind ebenso schöne Fundstücke wie schmerzhaft erlebte Erlebnisse.

Beim Schreiben erinnerte ich mich plötzlich wieder an den besonderen Geschmack des goldbraunen ostfriesischen Tees, den meine Mutter immer so liebevoll zubereitet hat, und konnte hören, wie der Kandiszucker, der Kluntje, beim Einschenken des heißen Tees knisterte. Ich war wie in eine andere Zeit zurückversetzt. In Gedanken habe ich die von meiner Mutter selbst gestrickten Wollhemden angezogen, um in der Kälte zu trainieren. Ich habe die Einsamkeit gespürt, die mich in meiner Kindheit umgab, aber ich habe mich auch erinnert an die ersten Reisen nach Frankreich und die Begegnung mit einem mediterranen Lebensgefühl, das so gar nichts gemein hatte mit unserer ostfriesischen Einfachheit und Strenge.

Ich hatte das Glück, in eine stabile Familie, als Jüngster von drei Kindern, hineingeboren zu werden und in einem Pfarrhaus aufzuwachsen zu sein. Ich lernte die Musik lieben, und ich erlebte die große Bereicherung, mit anderen zu musizieren; meine Eltern vermittelten mir die Kraft, die im Glauben steckt, und protestantische Tugenden wie Bescheidenheit und Demut; ich konnte mich im Sport ausleben, Erfolge feiern und habe früh verstanden, dass ohne Disziplin kein wirklich großes Ziel zu erreichen ist. Ich erlebte aber auch die mitunter unerbittliche Strenge meines Vaters, der verwundet aus dem Krieg zurückkam und aus seinen drei Jungs echte Kerle machen wollte. Über Gefühle wurde da nicht viel gesprochen, aber ich weiß heute, dass mein Vater sich intensiv mit mir beschäftigt hat, indem er mich sportlich förderte und antrieb und indem

er mich schulisch unterstützte. Ich kann mir nicht vorstellen, dass es damals viele Väter gab, die die Hausaufgaben für ihre Söhne schrieben. Das war seine Art, mir zu zeigen, was ich ihm bedeutete. Er wünschte allen drei Kindern ein segensreiches Leben. Ich spüre heute noch seine Hand auf meinem Kopf, mit der er ein Kreuz andeutete, wenn er im Gottesdienst das Abendmahl spendete.

In meinem Leben gab es viele Fügungen und niemals hätte ich gedacht, dass sich das Schicksal immer wieder zu meinen Gunsten entscheiden würde. Dabei meine ich vor allem das Glück, in einem Beruf arbeiten zu können, der mich zu 100 Prozent erfüllt und mir in den Begegnungen mit meinen Patienten Anerkennung und Zufriedenheit schenkt. Auch hätte ich nie erwartet, dass ich einmal der Arzt einer der besten Fußballmannschaften der Welt werden und mit einem Verein wie Bayern München eine so lange und intensive Wegstrecke gehen würde.

Die Tatsache, dass ich überhaupt Medizin studieren durfte, betrachte ich als große Gunst, denn bei meinen Abiturnoten hätte ich eigentlich Jahrzehnte auf einen Studienplatz warten müssen. Aber es sollte anders kommen und dieser Prof. Alkmar von Kügelgen, der an Eignung und weniger an Noten glaubte, hielt damals meine Zukunft in seiner Hand. Ihm verdanke ich alles, was dann möglich wurde, und daher verdankt letztlich auch der eine oder andere Spieler und Sportler Prof. von Kügelgen sein Schicksal.

Privat hatte ich großes Glück, meine Frau Karin davon zu überzeugen, mich zu heiraten. Ich habe in diesem Punkt ziemlich viel Durchsetzungskraft bewiesen, um ans Ziel zu kommen. Mir war schon bei der ersten Begegnung klar: Das ist sie. Ich bin ein ausgesprochener Familienmensch und meine Frau, meine Kinder und meine nunmehr vier Enkelkinder machen mich glücklich, wobei ich in den unbeschwerten Stunden auch merke, was ich über die Jahre an Zeit mit ihnen verpasst habe. Ein Anruf von Uli Hoeneß hat ja meist genügt, und ich habe alles stehen und liegen lassen, um einen verletzten Spieler zu versorgen. Meine Frau hat dabei

auf vieles verzichtet, um mir diese Freiräume zu lassen, von denen sie wusste, dass ich sie brauchte wie die Luft zum Atmen. Ich lebe so sehr für die Medizin und für den Sport, dass sich dieser Leidenschaft die Familie und Freunde unterordnen mussten, aber wann auch immer ich Zeit hatte, um an Sonntagen gemeinsam mit der Familie etwas zu unternehmen, habe ich sie mit meinen Kindern Maren und Kilian verbracht. Heute versuche ich, etwas von dem nachzuholen, was ich mir so lange nicht erlaubt habe, und ich verreise mit meiner Frau oder habe einfach etwas mehr Zeit für mich selbst. Wobei sich nun durch mein neuerliches Engagement bei Bayern München abermals alles ändert und die Arbeitstage wieder sehr viel länger werden.

Ich bin Menschen begegnet, mit denen mich große und lange Freundschaften verbanden. Zwei Freunde möchte ich an dieser Stelle besonders erwähnen – beide sind bereits gestorben und ich vermisse sie. Mit meinem Freund Wolfgang Junge bin ich, ohne dass es jemand ahnte, jede Schulferien nach Südfrankreich getrampt. Wir haben 1959 zusammen die Old Marytown Jazzband gegründet, in der ich Posaune und er Piano spielte, wir haben zusammen Abitur gemacht – und beide haben wir Medizin studiert. Wir haben den Kontakt gehalten und zuletzt in Südfrankreich noch meinen 73. Geburtstag gefeiert. Auch mein langjähriger Wegbegleiter Monti Lüftner, der als Patient in den 1970er Jahren zu mir kam, fehlt mir. Er war mir stets ein besonders wichtiger Ratgeber in allen Lebenslagen, und er hat mich nicht nur beraten, wenn es um den Verein ging, sondern auch bei der Gründung der neuen Praxis.

Immer wieder bin ich mit Möglichkeiten konfrontiert worden, die mich herausgefordert haben und an denen ich gewachsen bin. So führte mich mein Weg von Berlin nach München, wo ich 1978 meine erste Praxis eröffnete, die sehr individuell von dem Architekten Gerhard Eirenschmalz und dem Künstler Josef Schaffarschick gestaltet und eingerichtet worden war.

## Der Herausgeber

Dr. Müller-Wohlfahrt habe ich 1998/99 kennengelernt. Seine Art, Verletzungen zu diagnostizieren und mit natürlichen Wirkstoffen zu therapieren, faszinierte mich, und da ich zudem sehr sportbegeistert bin, wollte ich mehr über ihn und seine Heilmethoden erfahren. Er war einer der Ersten in Deutschland, der die Bedeutung freier Radikaler erkannt hatte, und ich fragte ihn, ob er nicht darüber ein Buch schreiben wolle. Auf diese Weise entstand 2000 *So schützen Sie Ihre Gesundheit*. Mit diesem Buch eroberten wir, wie mit allen noch folgenden Titeln, die Bestsellerlisten. *Mensch, beweg Dich* folgte 2002. Auch hier erwies sich Dr. Müller-Wohlfahrts Wissen als seiner Zeit voraus, denn er erkannte früher als andere, dass das Bindegewebe ein Organ ist. Im Jahr 2003 stellte der Doktor in dem Buch *So gewinnen Sie mehr Lebenskraft* sein Programm für mehr Vitalität vor. Er, der jeden Tag selbst Sport machte und sich gesund ernährte, war für dieses Thema geradezu prädestiniert und ein besonders glaubwürdiges Vorbild. 2007 veröffentlichten wir *Besser trainieren*. Durch seine Arbeit als Sportarzt und die Behandlung so vieler Muskelverletzungen, gab er in diesem Buch Anleitungen, ganze Muskelketten zu trainieren und nicht einzelne Muskelpartien. Auch das war revolutionär.

In all den Jahren habe ich erlebt, wie dieser Jahrhundertarzt bejubelt, aber auch heftig kritisiert wurde. Als sein Verleger habe ich vieles hautnah mitbekommen. In all den Jahren habe ich auch immer mal wieder mit ihm über die Idee einer Autobiografie gesprochen, aber es hat lange gedauert, bis er den Gedanken daran zulassen konnte. In der Zwischenzeit hatte ich meinen Verlag verkauft, und es war unklar, wo seine Autobiografie erscheinen könnte. Seit geraumer Zeit nenne ich den Doktor nun schon Mull – und Mull hat mir gegenüber nie Zweifel geäußert, sondern immer darauf vertraut, dass ich einen guten Verlag für seine Lebensgeschichte finden würde. Und so ist es gekommen. 2016 bin ich verlegerischer Herausgeber im Insel Verlag, Berlin, geworden, dessen Verleger,

Jonathan Landgrebe, das geplante Buch mit großer Begeisterung in sein Programm aufnahm.

Zwischen Mull und mir ist eine große und ungewöhnliche Verbundenheit entstanden, die auf Vertrauen, Treue und gegenseitiger Wertschätzung basiert. Wir haben vor drei Jahren begonnen, an der Autobiografie zu arbeiten, und mussten immer wieder unterbrechen, weil so viele Termine für den FC Bayern oder die Nationalmannschaft den Kalender bestimmten. Dass ich seinen Schulfreund Wolfgang Junge noch kennenlernen konnte, der 2017 gestorben ist, war mir wichtig. Als Mull 2015 zu dem schicksalhaften Spiel nach Porto reiste, war ich mit dabei, und ich habe aus nächster Nähe erlebt, wie man diesen Mann in seinem Ehrgefühl verletzt hat. Nach der Trennung von Bayern München ergab sich der unerwartete Vorteil, mehr Zeit zu haben, und wir konnten mit der Arbeit am Buch richtig beginnen.

Da ich wusste, dass sich sehr viele von Dr. Müller-Wohlfahrts Patienten, aber auch Wegbegleiter im Sport, Trainer oder Teamkollegen mit ungeheurer Hochachtung, Dankbarkeit und tiefer Verbundenheit über den Doktor äußern, wollte ich, zunächst ohne, dass er es ahnte, diese bitten, ein paar Worte über ihn zu sagen. Die Interviewten waren zu sehr persönlichen Antworten bereit, und es wurden lange Gespräche. Ich bin jedem Einzelnen sehr dankbar für die Zeit und das Vertrauen, das mir und uns geschenkt wurde.

Mull und ich haben stundenlang über Gott, Fußball und die Welt gesprochen, über Tore gejubelt und uns über alte Fotos gefreut, die den Geist bestimmter Jahre wiedergaben.

Es war mir ein großes persönliches Anliegen, dass Dr. Müller-Wohlfahrt seine außergewöhnliche Lebensgeschichte erzählen und von seiner einzigartigen Medizin berichten würde. Allen, die mich bei diesem Vorhaben unterstützt haben, bin ich sehr dankbar.

Lieber Mull, ich freue mich auf das, was jetzt noch kommt und vor uns liegt.

*Friedrich-Karl Sandmann*

Unter Mitarbeit von

### **Dr. Elisabeth Sandmann**

Studium der Vergleichenden Literaturwissenschaft und Kunstgeschichte in Bonn und Oxford und Promotion über George Bernard Shaw. 2004 gründete sie den Elisabeth Sandmann Verlag. 2016 erschien das Sachbuch *Der gestohlene Klimt*, in dem sie sich mit dem spektakulären Restitutionsfall »Die goldene Adele« beschäftigte. Sie ist verheiratet und hat einen erwachsenen Sohn.

### **Jakob Strobel y Serra**

Studium der Hispanistik und Geschichte in Berlin und Sevilla. 1993 kam er zur *Frankfurter Allgemeinen Zeitung* und wurde dort 1997 Redakteur im »Reiseblatt«. Er ist nicht nur ein begeisterter Hobbykoch, sondern ebenso leidenschaftlicher Fußballfan. Seit 2017 ist er stellvertretender Feuilletonchef der FAZ. Zahlreiche Veröffentlichungen. Jakob Strobel y Serra ist verheiratet, hat zwei Töchter und lebt in Frankfurt.

**BILDNACHWEIS** **BR Fernsehen:** Kapitel 6 Abb. 2; **Dr. Markus Ennen:** Kapitel 1 Abb. 7, 9, 14; **Getty Images:** Kapitel 11 Abb. 1 (Robert Doisneau, Gamma-Rapho); **Bert Heinzlmeier:** Kapitel 9 Abb. 2, 3, 4, 5, 6; **imago:** Kapitel 2 Abb. 1 (WEREK), 2 (Sven Simon), 3 (Horstmüller), 4 (WEREK), 5, 7, 8, 9 (Fred Joch), 12 (Pressefoto Baumann), 13 (Jan Huebner); Kapitel 3 Abb. 1, 2 (WEREK), 9 (Team 2), 11 (GEP A Pictures); Kapitel 4 Abb. 1 (Sven Simon), 2 (Ferd Hartung), 3 (WEREK), 4 (Fred Joch); Kapitel 6 Abb. 1 (Colorsport), 3 (Sven Simon), 4 (WEREK), 5 (Müller-Stauffenberg); Kapitel 7 Abb. 1 (MIS), 2 (Photosport), 4 (Ulmer/Teamfoto), 5 (Chai von der Laage); Kapitel 9 Abb. 1 (Eibner), 7 (ZUMA Press); **Fred Joch:** Kapitel 3 Abb. 6, 8; **Dr. Kai-Uwe Nielsen,** [www.photonielsen.com](http://www.photonielsen.com): Umschlag, Kapitel 11 Abb. 8; **picture-alliance:** Kapitel 2 Abb. 10, 11 (Matthias Schrader); Kapitel 4 Abb. 6 (Frank Leonhardt); Kapitel 7 Abb. 3 (Marcus Brandt), 7 (Peter Kneffel); **Hans Rauchensteiner:** Eingangsfoto; Kapitel 2 Abb. 10, 12; Kapitel 4 Abb. 5, 7; Kapitel 5 Abb. 1, 2; Kapitel 7 Abb. 6; Kapitel 10 Abb. 1; **Süddeutsche Zeitung Photo:** Kapitel 3 Abb. 5 (WEREK); **Thomas Weinberger,** [www.thomasweinberger.com](http://www.thomasweinberger.com): Kapitel 8 Abb. 3, 4; für die Wiedergabe der Werke von Thomas Weinberger: © VG Bild-Kunst, Bonn 2018. Alle weiteren Abbildungen stammen aus privater Hand.

Erste Auflage 2018  
© Insel Verlag Berlin 2018

Alle Rechte vorbehalten, insbesondere das der Übersetzung, des öffentlichen Vortrags sowie der Übertragung durch Rundfunk und Fernsehen, auch einzelner Teile. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Unter Mitarbeit von:

Dr. Elisabeth Sandmann, Jakob Strobel y Serra

Lektorat und Redaktion: Eva Römer

Umschlagfoto: Dr. Kai-Uwe Nielsen

Gestaltung und Satz: Florian Frohnholzer – Sofarobotnik

Repro: Jan Russok

Druck: CPI – Ebner & Spiegel, Ulm

Printed in Germany  
ISBN 978-3-458-17736-4

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