



YOGA PEOPLE

VÖLLIG LOSSELÖST...

... von der Erde: Das ist Suzanna Randalls Traum. Die 39-jährige Astrophysikerin könnte bald die erste deutsche Frau im Weltraum werden. Beim Astronautinnentraining immer dabei: ihre Yogamatte.

TEXT UND FOTO: SUSANNE KNECHTGES

WIE ÜBT MAN ERDUNG weit weg von der Erde? Wie verwurzelt man sich in völliger Schwerelosigkeit – und wohin kann die Reise dann von dort aus gehen? Lange bevor sich Suzanna Randall mit solchen Fragen konfrontiert sah, träumte sie ihren ganz persönlichen Kleinmädchenraum. Nicht Prinzessin wollte sie werden, sondern: Astronautin. Seither hat sie das Thema „Weltall“ nicht mehr losgelassen. Sie verfolgte alle Missionen und wunderte sich darüber, dass Deutschland inzwischen elf Männer, aber keine Frau nach oben geschickt hat. Nun hat die gebürtige Kölnerin die spannende Chance, das im Rahmen der privaten Initiative „Die Astronautin“ zu ändern. 2020 oder 2021 soll die erste deutsche Frau ins All fliegen – und Suzanna Randall ist eine der beiden Kandidatinnen dafür. Seit 2017 absolviert sie daher neben ihrem Job als Astronomin an der Europäischen Südsternwarte in Garching ein Astronautinnentraining. Die Anforderungen sind hoch: Neben einer wissenschaftlichen Ausbildung sind unter anderem eine Fluglizenz und Russischkenntnisse erforderlich, ganz zu schweigen von hoher körperlicher und mentaler Fitness. Kein Problem für Suzanna Randall, die unter anderem Gleitschirmfliegen und Skifahren liebt. Yoga

praktiziert sie schon seit ihrem Studium, inzwischen sogar fast täglich. In einem Interview scherzte sie kürzlich, dass die Yogamatte im Fall der Fälle auch mit auf die Raumstation käme.

Einen kleinen Vorgeschmack auf die Schwerelosigkeit, die sie dort erwartet, bekam Randall 2018 bei ihren ersten Parabelflügen. Diese Übungsflüge führen zunächst steil nach oben und dann ebenso steil wieder nach unten. Gute 20 Sekunden lang erlebt man dabei die Schwerelosigkeit. „Es ist anders als alles, was man körperlich erleben kann“, erzählt Suzanna mit leuchtenden Augen. In vier Stunden wurden 31 „Parabeln“ geflogen – und die yogabegeisterte Wissenschaftlerin fand Zeit genug, auch mal im Lotussitz zu schweben.

Auch an ihrem zweiten Arbeitsplatz, dem chilenischen Radioteleskop ALMA, gehört Yoga fest zu ihrem Alltag. Fotos zeigen die 39-Jährige nicht nur bei ihrer wissenschaftlichen Tätigkeit, sondern auch mal in Urdhva Dhanurasana (Rad) auf über 5000 Metern. „Yoga schult meine Körperwahrnehmung, es trainiert den ganzen Körper und ist das, was mir am allerbesten tut, vor allem meinem Rücken.“ Mit den spirituellen Aspekten kam sie erst 2013 bei einem Teacher Training in Indien in Kontakt. Als Naturwissenschaftlerin

war sie zunächst mehr als skeptisch, wenn zum Beispiel von „energetischen Zusammenhängen“ die Rede war. Ihr Lehrer riet ihr damals, die Analyse mal etwas hinten an zu stellen und stattdessen auf die eigene Erfahrung zu setzen. Die Formel ging auf: Yoga, Meditation und bewusstes Atmen sind ihr heute eine wichtige Stütze in einem ziemlich anstrengenden Leben. Vor allem das Astronautinnentraining neben ihrem Job zu absolvieren, kostet viel Zeit und Energie. Für Suzanna ist es jedoch die Verwirklichung ihres Kindheitstraums und deshalb jede Anstrengung wert: „Wir zwei Kandidatinnen sind Pionierinnen der modernen Raumfahrt – und das im Jahr 2019!“ Diese Rolle nutzt sie auch, um mehr Mädchen für Wissenschaft und technische Berufe zu begeistern.

Ob sie in ein oder zwei Jahren dann tatsächlich ins All fliegt, steht noch in den sprichwörtlichen Sternen. Abhängen wird das unter anderem von der privaten Finanzierung: 50 Millionen Euro kostet eine Startmöglichkeit. „Klingt viel, relativiert sich aber, wenn man weiß, dass Kim Kardashians Hochzeit 30 Millionen gekostet haben soll“, lacht Suzanna. „Aber im Ernst: Wir sind auf einem guten Weg, und ich hoffe sehr, dass es für eine von uns klappt.“ Wir drücken die Daumen.