

# "Der Mensch ist umso reicher, je mehr Dinge zu entbehren er sich leisten kann."

Henry David Thoreau (1817-1862), US-amerikanischer Schriftsteller und Philosoph

men bieten, um die Nacht zu erfahren", sagt Stefanie. So weit, so gut, nur ihre weiteren Ausführungen machen deutlich, dass die Nacht möglichst unter klarem Sternenhimmel und nicht unter der Zeltplane erfahren werden soll. Der Städter in mir muss schlucken. Dass das dünne Polyesterdach meines Zeltes keine Krabbel- und schon gar keine wilden Tiere abhalten kann, ist auch

mir bewusst. Aber es vermittelt doch ein Gefühl von Sicherheit. Und hat außer mir schon jemand an die einstelligen Temperaturen gedacht, die für heute Nacht erwartet werden? Scheinbar nicht. Denn als Nächstes höre ich Oliver sagen: "Am besten zieht jeder von euch los und sucht sich allein oder zu zweit den Schlafplatz, der ihm passend erscheint." Dabei lächelt er aufmunternd.

Überm offenen Feuer: Gemüsesuppe und Stockbrot fürs Abendessen







Hilfsmittel zum Feuermachen

Metall auf Feuerstein geschlagen, ergibt kleine Funken .

## Ein Hintertürchen, bitte

Na gut, aber nicht zu weit von der Feuerstelle entfernt und auch nicht allein. Das ist mein Kompromiss. Für alle Fälle, man weiß ja nie, baue ich doch das Zelt auf. Mir ist klar, dass ich mich mit diesem Hintertürchen von vornherein nicht ganz auf das Wagnis einlasse, aber man sollte beim ersten Versuch auch nicht zu streng zu sich selbst sein. Immerhin bin ich hier und packe auch bei allem mit an. Ich sammle Brennholz und zersäge es, wobei mir so warm wird, dass ich trotz Kälte eine Schicht Kleidung ablegen kann; ich hole in einer Kupferkanne Wasser aus der nahe gelegenen Quelle und schnippele Gemüse für die Suppe, die auf einem Dreifuß stehend über dem offenen Feuer gekocht

wird. In angenehmer und fachkundiger Weise vermitteln die beiden Wildnispädagogen dabei ganz nebenher, wie man ohne Streichhölzer das Feuer entfacht oder welche Kräuter zum Essen geeignet sind.

## Auf zur Komfortzonenerweiterung

Die Methoden und Hilfsmittel, die hier zum Einsatz kommen, sind simpel, dem komfortverwöhnten Stadtmenschen aber fremder als jedes hochtechnisierte Gerät in der heimischen Küche. "All dieses Wissen über die Natur gehörte früher zum Allgemeingut und wurde über die Jahrtausende ganz selbstverständlich weitergegeben", sagt Stefanie. "Aber über die vergangenen drei Generationen

ist so viel davon verloren gegangen." Dabei lohne es sich, diese alten Fähigkeiten wiederzuerlangen. Für sie selber bedeutet es ein Stückchen Unabhängigkeit und auch einen gewissen inneren Frieden, dass sie weiß, wie man sein Überleben sichern kann. Dieses Wissen gibt sie seit zehn Jahren in Kursen weiter. "Wir wollen Leute an Grenzen heranführen, sie ermuntern, einen Schritt weiter zu gehen, sich etwas zu trauen, aber sie sollen sich dabei immer noch wohlfühlen", sagt die Wildnispädagogin und fasst es so zusammen: "Eine Komfortzonenerweiterung auf achtsame Art."

### Vom Luxus, weniger zu besitzen

Mit ihrem Partner Oliver hat sie sich dem einfachen Leben möglichst im





Einklang mit der Natur verschrieben. Weniger Besitz, weniger Kosten, weniger Stress, dafür mehr Freiheit, mehr Nähe zur Natur. Das ist die Idee hinter ihrer Lebensweise. Dabei sind die beiden keine Totalverweigerer, die auf alles verzichten, was das moderne Leben zu bieten hat. Handys gehören zu ihrem Alltag, und die Werbung und Anmeldungen für ihre Kurse laufen größtenteils übers Internet. Aber auf einen Fernseher, Schränke voller Nippes oder teure Urlaube im Hotel können sie gut verzichten. "Die Anforderungen werden heute immer größer, immer mehr Termine, immer mehr Stress", sagt die 38-Jährige. "Da kommen viele Menschen an einen Punkt, an dem sie umdenken und nach einem Weg suchen,

wieder mehr Klarheit und Ruhe in ihr

Leben zu bringen." Diese Erfahrung, die bisherige Lebensweise in Frage zu stellen und nach etwas Neuem zu suchen, hat sie in der Zeit nach ihrem Studium gemacht. Oliver hingegen, von Beruf Forstingenieur, hat schon immer ein naturnahes Leben geführt, sich für altes Handwerk und die Traditionen der Urvölker interessiert. Kennengelernt haben sich die beiden in einem Camp in Österreich, in dem der heute 38-Jährige damals ein Jahr lang unter einfachsten Bedingungen gewohnt hat.

"Die längste Zeit der Menschheitsgeschichte haben wir in der Natur gelebt", sagt Oliver. "Und auch wenn wir heute in Städten wohnen und nicht mehr viel von ihr mitbekommen, steckt trotzdem noch viel davon in uns."

Am Lagerfeuer sitzen, Brennnesselsuppe kochen, Stöcke schnitzen – wenn überhaupt, dann verbinden die meisten von uns solche Erlebnisse mit ihrer Kindheit. Einfach alleine loszuziehen und die Natur in ihrer Einfachheit zu erleben, das tun die wenigsten. Deswegen schätzen die Menschen den schützenden Rahmen und die fachkundige

Anleitung, die ein Angebot wie das der Wildnisschule bietet. "Das Spannende am Draußensein ist, dass man nie weiß, was einen erwartet", sagt Oliver. Nicht lange, nachdem er diesen Satz ausgesprochen hat, setzt Regen ein. Erst tröpfelnd, dann so stark, dass man ihn nicht mehr ignorieren kann. Schade eigentlich, dass die gemütliche Lagerfeuerrunde dadurch so abrupt beendet wird. Umgeben von einer stockfinsteren Nacht, in der man abseits vom Feuer die Hand nicht vor den Augen sieht, wären sicher noch spannende Gesprächsthemen aufgekommen. Die Frage, ob im Zelt schlafen oder draußen, hat sich damit aber erübrigt.

### Kein Netz, dafür Hefezopf

Der Regen prasselt aufs Zeltdach, so dass kein Grillenzirpen, kein Blätterrascheln zu hören ist. Eigenartig, denn genau damit hatte ich gerechnet: im Dunkeln zu liegen und auf die Geräusche des Waldes zu lauschen. Das Handy hilft mit seiner Taschenlampenfunktion bei der Suche nach dicken Socken. Ein Lebenszeichen nach Hause kann es aber dank fehlendem Netzempfang nicht absetzen. Als es beim Aufwachen am nächsten Morgen immer noch regnet, ist meine persönliche Komfortzonenerweiterung ausgereizt. Es wäre gelogen, wenn ich jetzt behaupten würde, eine heiße Dusche sei überflüssiger Luxus. Draußen sind Stimmen und leises Lachen zu hören. Stefanie und Oliver haben trotz der Feuchtigkeit ein Feuer in Gang gebracht und schon Kaffee in der Kupferkanne aufgesetzt. Ein Anblick, der einen schon fast wieder versöhnt. Bei schönem Wetter draußen schlafen kann schließlich jeder.

Zum Frühstück gibt es Hefezopf mit Marmelade und warmen Haferbrei. Und die Erlebnisberichte der Teilnehmer. Wie den von Sabine, die nicht

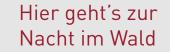
undankbar für den Regen war, da sie endlich gelernt hat, aus einer Plane einen Unterschlupf zu bauen. Oder von Frank, der nach dieser Nacht beschlossen hat, seine Ausrüstung in Zukunft weiter zu minimieren. Ich lausche und staune. Denn so weit wie bei den beiden geht meine Liebe zum einfachen Leben in der Natur noch lange nicht. Vielleicht komme ich auch nie an den Punkt. Doch geraten sei es jedem, für eine Nacht aus dem Alltag auszusteigen und das Bett gegen den Waldboden zu tauschen. Und sei es nur, um für einen kurzen Moment in die eigene Kindheit zurückzukehren. 🧟

Text: Brigitte Fries, Fotos: Jean-Claude Winkler (14), Jörg Batschi (3)



Das einfache Leben genießen.

Eine Regennacht lässt sich auch unter einer Plane verbringen



Weitere Infos zu den Angeboten:

Natur- und Wildnisschule Schwarzwald Schutzhof 3 79348 Freiamt Telefon: 0178 1377421 www.wildnisschule-schwarzwald.de