

Ruf der Wildnis

Besteck schnitzen, Feuer machen, im Laub schlafen: Das und vieles mehr lernt man beim Wochenendseminar „Leben in der Wildnis“ auf der Alb.

Zum Auslöffeln seiner Suppe braucht man auch in der Wildnis einen Löffel. Tina Reitz, die Anführerin des Camps, macht am Lagerfeuer vor, wie sich dieses Besteck aus einem Holzstück brennen lässt. Sie verteilt Fichtenhölzer und reicht dazu jedem ein kieselsteingroßes Glutstück aus der Feuerstelle. Das muss jeder mit einem Stöckchen auf das schmale Stück Holz drücken – und dann: pusten! Immer von der Seite, damit die glimmende Glut eine Mulde ins Holz brennt.

„Behaltet die Hitze auf dem Holz. Seid achtsam, dass keine Flamme euer Holz verbrennt. Und ganz wichtig: Atmet und trinkt – sonst bekommt ihr Kopfweh“, sagt Wildnis-Pädagogin Tina. Bei ihr sieht das aus wie ein Kinderspiel: Gleichmäßig arbeitet sich die Glut ins Holz und schon bald kann die 41-Jährige die entstandene Kuhle mit einem Stein auskratzen. Das gelingt nicht auf Anhieb bei allen. Es ist wie ein Gespräch mit dem Feuer, auf das man sich mit viel Gefühl einlassen muss. Ist die Mulde gebrannt, wird der Löff-

Weit weg vom Alltag: Auf einer einsamen Waldlichtung bei Münsingen beginnt das Wildniswochenende.



felstiel geschnitzt. Die Ergebnisse sind mehr oder weniger zum Löffeln geeignet, versinnbildlichen jedoch in jedem Fall eine Erfahrung: Selten zuvor ist man Feuer so nahegekommen und hat mit diesem lebendigen Element etwas Eigenes und auch noch Nützliches geschaffen. Zufrieden mit diesem Tagwerk kriechen die ersten in ihre Zelte, richten sich mit dem intensiven

Geruch von Rauch und Feuer im Haar in den Schlafsäcken ein und fallen in tiefen Schlaf.

Ein warmes Essen ohne Töpfe

In einem abgelegenen Tal bei Münsingen hat die Naturschule Wildniswandern ihr Camp rund um zwei Tipis

Ein bisschen Theorie muss sein: Mit einem Flipchart erklärt Tina, wie man die Qualität von Wasser bestimmt und sich ohne Zelt einen Schlafplatz baut. Auch im Holzlöffelbau werden die Teilnehmer geschult.

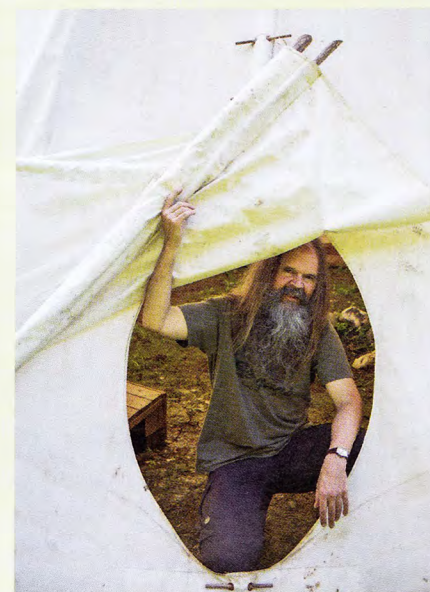
aufgeschlagen. Nach und nach soll hier übers Wochenende das Geheimnis gelüftet werden, wie man Feuer ohne Zündhölzer machen, im Wald ohne Schlafsack übernachten und sich ohne Töpfe und Geschirr ein warmes Essen zubereiten kann. Tina, henna-rote Haare und ein Lederband mit einem geschnitzten Blatt um den Hals, kommt aus der Nähe von Tübingen. Ihr folgen 18 Menschen zwischen 20 und 58 Jahren, die raus aus der Zivilisation und hinein ins Abenteuer wollen. Als Ausrüstung hat jeder dabei: Zelt und Schlafsack, Teller und Besteck, Klopapier, Taschenlampe und ein Messer. Vieles andere wird sich bald als überflüssig und eher hinderlich herausstellen.



Namen tun dabei wenig zur Sache, jeder darf sich beim ersten Treffen am Feuer mit einem selbst gewählten Nachnamen vorstellen. Tina Tannenschwänzchen gibt als Leitprinzip vor: „Sprecht vom Herzen her, seid im Vertrauen. Hier gibt es kein Richtig und Falsch. In der Wildnis sind wir alle in einem bewertungsfreien Raum. Und wenn jemand scheitert, lernen wir alle daraus.“

Vertreten sind in dieser Runde: eine Gesundheitsmanagerin, ein Lokführer, eine Kfz-Sachbearbeiterin, ein Mechaniker und eine Eventmanagerin. Menschen mit unterschiedlichen Biografien – teils von weit her. Yannik Yak ist mit seinen 20 Jahren der Jüngste und derzeit beim Bundesfreiwilligendienst. Auf ihrem Programm stehen weder martialisches Survival-Training noch Überlebenskampf. Wer sich auf

„Blauäugigkeit nimmt zu“



entkommen möchte. Bei uns geht es darum, sich draußen mit dem zu Hause zu fühlen, was die Natur uns dafür anbietet.

Welche Art von Wildnis lässt sich auf der Schwäbischen Alb erleben – und womöglich nur hier?

Man kann auf der Schwäbischen Alb vielen besonderen Tieren und Pflanzen begegnen, am Kursort zum Beispiel der Waldohreule oder dem weißen Waldvögelein, einer Orchideenart. Für unsere Wildniskurse schätze ich aber am meisten, dass die Alb relativ dünn besiedelt ist. Viele Teilnehmer bekommen im Camp den Eindruck, von ihren urbanen Alltagsthemen weit weg zu sein, was sie wiederum beim Einlassen auf die Natur unterstützt.

Welche Fehleinschätzung von Wildnis begegnet Ihnen am häufigsten?

Dass sie generell ein gefährlicher Ort sei. Das wird sie jedoch nur durch unsere Unwissenheit und unsere Entfremdung von ihr. Andererseits nimmt derzeit auch die Blauäugigkeit zu, nicht zuletzt durch Beschönigungen in den sozialen Medien. Um sich in der Natur wieder zu Hause zu fühlen, braucht es natürlich einen schrittweisen Lern- und Annäherungsprozess.

Matthias Blaß (52) hat vor mehr als 20 Jahren „Wildniswandern“ in Tübingen gegründet und bringt Menschen bei, sich in der Natur wieder zu Hause zu fühlen.

Was unterscheidet Ihre Seminare von Survival Training, Herr Blaß?

Viele Menschen stellen sich Survival als einen Kampf gegen die Natur vor, bei dem es ums schlichte Überleben geht. Das Ziel dabei ist, einer bedrohlichen Situation zu entkommen. Bei Wildniswandern lernt man hingegen, im Einklang mit der Natur zu leben, sodass man gar nicht mehr

Fahrradtouren Schwäbische Alb - Donau

IDEAL FÜR E-BIKES



Ein Stück
Schwäbische
Alb!

23 Erlebnistouren.
Natur erleben -
Weltkultur erfahren!

Rundtouren, 40 bis 75 km
Berg Bier-Tour, 115 km
Eiszeittäler-Radweg, 75 km
Albtäler-Radweg, 186 km

Broschüre bestellen oder im Internet
downloaden - mit GPS-Daten.



Alb-Donau-Kreis Tourismus
Schillerstraße 30 · 89077 Ulm
Tel. 0731 · 185 - 1451
tourismus@alb-donau-kreis.de
www.tourismus.alb-donau-kreis.de



Erfolgslebnisse: Es ist ein großer Moment, wenn das Material ganz ohne die üblichen Hilfsmittel endlich Feuer fängt. Eine besondere Kunst ist auch der Bau eines Laubhütten-schlafplatzes.

das Leben in der Wildnis einlässt, der möchte einfach mal in möglichst unberührte Natur hineinschlüpfen, vom Wissen der Naturvölker lernen und sich heimisch fühlen unter freiem Himmel.

Die Trinkvorräte sind heilig



Früh am nächsten Morgen reicht Tina in der Runde ums Feuer einen Redestab weiter. Wer ihn in Händen hält, teilt in einem Wort mit, wie er sich fühlt: „Warm“, „gespannt“ oder auch „angekommen“ ist zu hören. Das Wasser, zugeteilt aus großen Kanistern, reicht nur für eine Katzenwäsche. Der Tag wird heiß und die Trinkvorräte sind heilig. Tina und ihre drei Helfer hüten sie wie einen Schatz. Denn, so erklärt sie: Die Schwäbische Alb, aus fossilen



Riffen entstanden, ist durchlässig wie Schweizer Käse. Auf der Höhe ist kaum Wasser zu finden, weit und breit fließt kein Bach am Tipiplatz vorbei. Es folgt ein Exkurs mit Flipchart, wie sich die Qualität von Wasser bestimmen lässt, wie Brennesseln oder Köcher- und Wasserflorfliegen bei der Beurteilung helfen, was sich als Filter eignet, hier genauso wie in der Mongolei und überall auf der Welt. Sammeln kann man Trinkwasser, wie Tina erklärt, aus Moosen, im Frühtau von Frauenmantel-Blättern und über Nacht mit Planen. Feuer hingegen lässt sich überall entfachen. Ganz entscheidend dabei: „Feuer braucht Liebe. Wer Feuer machen möchte, muss selbst Feuer in sich haben“, sagt Tina. Bei Regenwetter empfiehlt sie Birkenrinde und Harz als Wundermittel zum Entzünden eines wärmenden Feuerchens. Und sie verrät, dass sich

Tannenreisig am Körper trocknen lässt, wenn alles nass und feucht ist. Doch um eine Flamme zu entfachen, braucht es erst mal ein kurzes, hartes Holzstück, einen Ast aus Hartholz als Spindel (Fichte verbiegt sich zu leicht), eine Schnur, Zunder aus Spänen, Reisig oder trockenem Gras – und Zeit.

Ein neues Feuer ist geboren

In Dreiergruppen versuchen es alle, Tina nachzumachen. Die quietschende Spindel rutscht immer wieder ab, bis Jens Jaguar als Erster jauchzt: „Es qualmt!“ Jetzt pusten, bis es richtig raucht und der Funke von der dunklen, öligen Glut auf das Zundernest überspringt. Drei Männer liegen im Kringel am Boden, hoch konzentriert mit aufgeblasenen Backen einem hauchdünnen Rauchfaden zugewandt, bis einer



enthusiastisch schreit: „Es brennt!“ Der 45-jährige Tobi Tanne freut sich wie ein kleines Kind: „Das ist ja wie im Kreißsaal!“ Tatsächlich: Ein neues Feuer ist geboren.

Wer möchte, kann in der nächsten Nacht im Schoß von Mutter Erde übernachten. Für zwei Laubhütten im Buchenwald sind ein Dutzend Helfer gut zwei Stunden beschäftigt: Von einer Astgabel aus legen sie eine Firststange und bauen mit Ästen eine Art Gerippe auf. Emsig klaben alle trockenes Buchenlaub zusammen und häufen es darin auf. Es isoliert gegen Kälte. Oder, in Tinas Worten: „Mitten im Laub zu

Generation
IT

danner
IT-systemhaus

Danner IT-Systemhaus GmbH
Emil-Adolff-Straße 1
72760 Reutlingen
www.danner-it.de



Übernachten im Schoß von Mutter Erde:
Das Bett teilt man allerdings mit etlichen
Mitbewohnern.

schlafen, das ist wie umarmt werden von Mutter Erde.“ Am besten so wenig bekleidet wie möglich, empfiehlt sie, dann kitzeln die krabbelnden Insekten nicht so in der Hose.

Der Tagesanbruch ist ein Geschenk

In der Nacht kostet es die beiden Laubhütten-Schläferinnen jedoch einige Mühe, sich mit den Beinen voraus tastend und drehend in den zusammengepressten Laubhaufen hineinzu-schieben. Um zur Ruhe zu finden, muss man sich mit etlichen Mitbewohnern arrangieren, doch irgendwann kommt der Schlaf wie eine kleine Erlösung. Nach Mitternacht ist es aber erst mal vorbei mit der Ruhe: Dieses nie zuvor gehörte dumpfe Bellen muss von Rehen stammen, die in der Nähe vorbeiziehen. Im Laub gebettet fühlt man sich mittlerweile wie festgepresst. Der Drang ist groß, sich zu befreien. Doch noch größer ist der Wille, dieses unerträgliche Gefühl auszuhalten – bis die Platzangst-Attacke nachlässt und innere Ruhe zurückkehrt, die den Schlaf bringt. Als die Sonne ihr goldenes Licht durch die Buchenblätter schickt, ist der Tagesanbruch wie ein Geschenk: So weit draußen war man noch nie. Es fühlt sich wie eine neue Vertrautheit mit der natürlichen Welt an.

Unten im Tal empfängt die Rückkehrerinnen das obligatorische Lagerfeuer. Blätter, kleine Zweige und Bucheckern haben sich in ihren Haaren verfangen. Sie lassen sich leicht herauszupfen. Mit den Zecken ist das nicht ganz so einfach; die finden sich erst nach und nach am ganzen Körper. Auch sie gehören zur Nacht im Wald wie das Vogelgezwitscher zum Morgen. Als Nächstes steht Kochen ohne Geschirr an. Dazu braucht es Ton, um mit Kohlrabi und Karotten gefüllte Wirsingblätter zu umhüllen und in

die Glut zu legen. Mittlerweile agieren alle als eingespieltes Team. Die Kräuterkundigen schwärmen aus zur Wildkräuter-Suche. Daraus wird mit siedend heißen Steinen ein Süsspchen mit dem Geschmack der Schwäbischen Alb geköchelt. Teigfladen werden direkt in der Asche gebacken und mit schwarzen Fingern in den Mund geschoben.

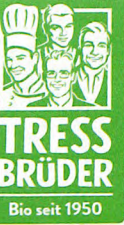
Tobi Tanne ist ganz beseelt

Mehr Eindrücke innerhalb kurzer Zeit sind kaum möglich. In der Abschiedsrunde wird deutlich: Zweieinhalb Tage in der Wildnis können ganze Welten auf den Kopf stellen, wie Christian Condor sagt. Kathi Kreuzotter hat einen „unfassbaren“ Ausgleich zum Trubel als Frankfurter Eventmanagerin gefunden. Jens Jedi erklärt: „Mir sind beim Jetten von einem Geschäftstermin zum anderen zu viele natürliche Instinkte verloren gegangen. Die möchte ich jetzt wieder entwickeln.“ Und Tobi Tanne ist beseelt, weil er sich wie neu verbunden fühlt mit der Natur.

Text: Annette Maria Rieger
Fotos: Thomas Rathay

Wildnisseminar

Die Naturschule „Wildniswandern“ bildet jährlich rund 250 Naturpädagogen aus ganz Deutschland aus. Die Grundlagen der Vermittlung, zu der auch Seminare wie „Leben in der Wildnis“ gehören, hat Matthias Blas in einem Buch aufgearbeitet: „Freundschaft mit der Natur. Sich verwurzeln, Kraft schöpfen, den Himmel berühren“ (Neue Erde Verlag, 368 Seiten, 32 Euro). www.wildniswandern.de



VOM ACKER ZU DEN STERNEN!



Bio-Fine-Dining-Restaurant 1950

9 Aichelauer Str. 6, 72534 Hayingen

Das 1950 ist Deutschlands erstes und einziges Bio-Fine-Dining-Restaurant mit MICHELIN-Stern. Alle Zutaten des vegetarischen 5-Gänge-Menüs stammen aus einem Umkreis von 25 km.

Bio-Restaurant ROSE

9 Aichelauer Str. 6, 72534 Hayingen

Unser Stammhaus ROSE ist die Wurzel der Tressbrüder-Welt und trägt einen grünen MICHELIN-Stern. Hier gibt es innovative vegetarische Hauptgänge und das Fleisch als Beilage.

Bio-Gasthaus Heimatküche

9 Ehinger Str. 12, 88499 Riedlingen

Hier ist der Name Programm. Fühl dich wie zu Hause und genieße unsere bodenständige, schwäbische Küche.

Bio-Gasthof Friedrichshöhle

9 Wimsen 1, 72534 Hayingen

Neben schwäbischen Klassikern bieten wir dir Spezialitäten von der Forelle und vegetarische oder vegane Gerichte an.

Info's zu den aktuellen Öffnungszeiten findest du tagesaktuell auf unserer Webseite:
www.tressbrueder.de

f @tressbrueder
@ #tressbrueder

