

# Überleben in einem deutschen Wald – Ist das möglich?

Die Wildnis übt seit jeher eine große Faszination auf den Menschen aus.

Dabei geht es nicht nur um die Schönheit der Natur, sondern auch um die Herausforderung, in ihr zu überleben.

**Doch wie sieht es mit dem Überleben in einem deutschen Wald aus?**

*Ist das überhaupt möglich?*

In diesem Blogartikel wollen wir uns dieser Frage widmen und herausfinden, welche Herausforderungen auf uns warten.

## Die Herausforderungen eines deutschen Waldes

Ein deutscher Wald bietet zahlreiche Herausforderungen für alle, die darin überleben möchten.

Das beginnt schon bei den klimatischen Bedingungen: **Im Winter kann es sehr kalt werden und im Sommer kann es zu Hitzewellen kommen.**

Die Jahreszeiten spielen aber eine noch andere Rolle – während im Herbst Nüsse und Pilze gesammelt werden können, gibt es im Winter kaum noch Nahrungsmittel.

Neben diesen natürlichen Gegebenheiten gibt es noch weitere Faktoren zu berücksichtigen: In einem deutschen Wald leben viele Tiere, von denen einige gefährlich sein können – etwa [Zecken](#), Hirschlausfliegen, [Wölfe](#) oder [Wildschweine](#).



Einen Wolf wirst du zwar nicht so schnell treffen, aber er ist präsent in Deutschland.

Auch **Wasserquellen** sind oft rar gesät und müssen erst gefunden werden.

All diese Gegebenheiten machen ein Überleben in der freien Natur Deutschlands zur echten Herausforderung.

Zusätzlich zu den genannten Herausforderungen gibt es noch weitere Faktoren, die das Überleben in einem deutschen Wald erschweren können. Dazu gehören:

### **Unwetter**

In Deutschland kann es im Herbst schnell zu starken Regenfällen oder sogar Stürmen kommen, die einen Aufenthalt im Freien gefährlich machen können. Besitzt du hier keine stabile Unterkunft, wird es heikel.

### **Menschenmassen und Zivilisation**

Deutsche Wälder sind oft stark frequentiert von Wanderern, Radfahrern und anderen Personen, welche potenzielle Ressourcen wie Beeren usw. schon abgeerntet haben. Außerdem ist die Chance hoch, dass dein Lager entdeckt und gemeldet wird.



In den Wäldern in Deutschland sind viele Menschen unterwegs.

## Gesetzliche Bestimmungen

Es ist wichtig sich an rechtlichen Vorgaben (z.B. Naturschutzgebiete) sowie Jagd-Regeln zu halten, um Strafen bzw. Bußgelder zu vermeiden.

Wer jedoch diese Dinge ignoriert, wird eines Tages Besuch von der Polizei bekommen. Förster und Jäger haben obendrein immer ein wachsames Auge, was in ihren Wäldern passiert.

Lies hier: [Ist Bushcraft legal? \[Feuer, Zelten, Lager, Jagen, Angeln\]](#)

## Notfallausrüstung für Outdoor-Aktivitäten

Wenn du dich dazu entscheidest, dauerhaft im Wald zu leben, ist es unerlässlich, die richtige Ausrüstung und Vorbereitungen zu treffen.

In der Wildnis **musst du selbst für dein Überleben sorgen** und dabei kann eine gut durchdachte Notfallausrüstung lebensrettend sein.

Es gibt viele [Gefahren in der Natur](#) wie extreme Wetterbedingungen oder Verletzungen durch Unfälle. Aus diesem Grund solltest du immer sicherstellen, dass deine Ausrüstung auf dem neuesten Stand ist und alle notwendigen Gegenstände enthält.

Im Folgenden erfährst du mehr über die verschiedenen Gegenstände, die bei einer solchen Unternehmung von Bedeutung sind und warum sie so wichtig sind.

### Messer

Ein gutes Outdoormesser ist unverzichtbar und kann vielfältig eingesetzt werden. Zum Beispiel zum Bearbeiten von Holz oder zum Ausnehmen eines Fisches. Achte darauf, dass das Messer scharf ist und

eine robuste Klinge besitzt.



### **Machete**

So dicht sind unsere Wäldern nicht, aber eine Machete kann ein sehr nützliches Werkzeug im Wald sein. Überlege daher, ob du dieses Werkzeug für sinnvoll hältst und es dementsprechend einpackst.

### **Axt oder Säge**

Solltest du vorhaben, einen Unterschlupf zu bauen, sind eine Axt oder Säge hilfreich beim Fällen von Bäumen und Ästen. Auch hier gilt: Die Werkzeuge sollten stabil und scharf sein sowie sicher in der Hand liegen.



## Zelt

Ein Zelt bietet Schutz vor Regen und Wind sowie Insekten. Wenn du längerfristig im Wald unterwegs bist, solltest du ein leichtes aber stabiles Zelt mitnehmen.

Besonders dann, wenn du keine Erfahrung hast mit dem Bau von unter schlüpfen, ist ein Zelt unerlässlich. Bist du einmal Regen ausgesetzt und zwei Tage nass, dann ist deine Reise schneller vorbei, als du denkst.



## Schlafsack & Isomatte

Um auch nachts warm zu bleiben, benötigt man sowohl einen geeigneten Schlafsack als auch eine passende Isomatte. Es gibt spezielle Modelle für den Einsatz in extremen Bedingungen – diese sind jedoch oft kostspielig.

Aus dem Sommer noch nicht ein großes Problem darstellt, würde im Winter aber überlebensnotwendig. Eine wärmende Isomatte, die dich von der Kälte des Bodens abhält, ist essenziell. Auch ein Schlafsack, der locker -10 bis -20° schafft ist ein Muss.



## Metallflasche

Eine Metallflasche lässt sich immer wieder auffüllen, was besonders bei Abenteuern ohne fließendes Wasser wichtig ist. Gleichzeitig hält sie Getränke kalt ebenso wie warm.

Aber noch ein Vorteil hat die Metallflasche: Du kannst in ihr Wasser abkochen.

## Feuerstahl

Insbesondere wenn deine Aktivität dich abseits der bekannten Wege führt, empfiehlt sich daher stets auf Nummer sicher zu gehen, indem man notwendige Überlebensutensilien griffbereit bereithält.



Ein Feuerstahl ermöglicht es dir selbst bei schlechtem Wetter schnell ein Feuer anzuzünden. Nimm aber auf jeden Fall noch eine weitere Art mit, ein Feuer zu entzünden.

Hier ein Video, wie es schnell und einfach funktioniert:

Passend dazu lies meinen Ratgeber "[Der Beste Feuerstahl + Kaufratgeber \(worauf achten?\)](#)".

## **Kochgeschirr**

Ohne die richtigen Behälter zum Sammeln von Nahrung und das passende Kochgeschirr bist du in der Wildnis aufgeschmissen. Bedenke, dass du Wasser abkochen musst – und das jeden Tag.

Und du willst dir vielleicht auch mal eine Suppe kochen oder sonstige pflanzliche Nahrung garen. Dafür brauchst du entsprechende Kochbehälter, die feuerfest sind und lange halten.



## Schnur und Seil

Vielleicht beherrschst du schon die [Fertigkeit des Seildrehens](#), dann kannst du dir natürlich selbst deine Schnur herstellen.

Aber bedenke, dass das viel Zeit braucht und du musst erst mal das passende Material finden. Pack also genug Schnur und Seile ein, um insbesondere dein Camp wetterfest zu bauen.





## Survival Skills für den Aufenthalt in der Wildnis

Damit man sich trotz all dieser Schwierigkeiten einen Weg durch den Wald bahnen kann, braucht man bestimmte Survival-Skills.

Dazu gehört unter anderem das [Feuermachen ohne Hilfsmittel wie Feuerzeug oder Streichhölzer](#) sowie die [Orientierung im Gelände mithilfe von Karte und Kompass](#).

Auch der Bau eines Unterschlupfs ist essenziell fürs [Übernachten unter freiem Himmel](#).



Kannst du kein Wasser abkochen und enthält dein Wasser viele Trübstoffe, so kannst du es filtern.

Wer längerfristig im deutschen Wald bleiben möchte, muss wissen, wo und wie er an Trinkwasser kommt. Es gibt hierbei unterschiedliche Methoden:

- Man findet fließende Gewässer wie Bäche oder Flüsse
- Große Behälter fangen Regenwasser auf
- Einen Brunnen graben

Aber Achtung, **sauberes Wasser ist das erste Gebot**, um gut über die Runden zu kommen. Hast du die Versorgung damit nicht sichergestellt, wirst du keine drei Tage im Wald verbringen können.

Lies auch

[Trinkwasser finden, sammeln, filtern und trinkbar machen – der ultimative Wasser-Guide](#) – Wasser finden ist eine der wichtigsten Survival-Fähigkeiten. In dem Artikel lernst du alles über das kostbare Wasser: wie du es findest, sammelst und filterst.

## Pflanzliche Nahrung finden

In Deutschland gibt es viele essbare Pflanzen, jedoch ist das Sammeln und Finden schwer – besonders wenn du dich damit noch nicht beschäftigt hast.

Gerade im Winter, wenn alles mit Schnee bedeckt ist und man keine Früchte mehr findet, wirst du schnell an deine Grenzen kommen.

Oder willst du dich nur von [Hagebutten](#) oder [Vogelmiere](#) ernähren? Du solltest für die harte und kalte Jahreszeit stets **Vorräte mitnehmen und ansammeln**.

Übe also vorher ausreichend und dazu lege ich dir meinen beiden Guides ans Herz "[Essbare Pflanzen: diese Notnahrung findest du im Wald \(Liste + Bilder\)](#)" und auch "[Nahrungssuche im Winter: Über 41 essbare Pflanzen, Nüsse, Wurzeln und mehr für Notnahrung bei kaltem Wetter](#)". Dort erfährst du extrem viel über Pflanzen!



Eicheln könnten dir helfen, im Wald zu überleben. Du musst aber wissen, wie du sie korrekt zubereitest.

## Unterschlupf bauen

Ein ausreichender Unterschlupf schützt vor Wind, Regen sowie Tieren.

Hierzu bieten Zelte einen guten Schutz gegen schlechtes Wetter. Solltest du keinen Zugang zu solchem Equipment haben, bietet es sich an, improvisierte Hütten aus natürlichen Materialien wie Ästen und Zweigen anzulegen.

In meinem [Ratgeber über ein Shelter](#) findest du alle erforderlichen Hinweise. Bevor du aufbrichst, baue solche Behausungen 30 Mal und schlafe darin viele viele Nächste. So sammelst du die benötigte Erfahrung.



## Feuer machen

Ein Feuer hilft dabei warm zu bleiben sowie Essen zuzubereiten. Wichtig: Nicht jeder darf einfach ein solches Feuer machen! Es gelten auch hier gewisse Regeln gerade in Bezug auf Naturschutzgebiete – bitte informiere dich also vorab. Lies daher "[Ist ein Feuer im Wald erlaubt?](#)".

Wenn dich die Regeln jedoch nicht interessieren, dann solltest du dir alle möglichen Fertigkeiten aneignen, um ein Feuer zu entzünden. Welche das sind, lies du hier: "[Feuer machen ohne Feuerzeug oder Streichhölzer \(18 Möglichkeiten\)](#)".



Wenn du auf Nummer sicher gehen willst, dann solltest du die Kunst des Feuerbohrens beherrschen.

Weiterhin kann ein Feuer dich auch immer verraten. Es ist weit sichtbar, es riecht und Feuer lassen sich manchmal nicht einfach in Luft auflösen – du hinterlässt damit Spuren.

Hab das im Hinterkopf, wenn du draußen unterwegs bist.



## Erste-Hilfe im Wald

Wenn du allein im Wald lebst, ist es besonders wichtig, dass du in der Lage bist, Verletzungen und Krankheiten selbst zu behandeln. Die Fertigkeit der "Ersten Hilfe" kann dabei über Leben und Tod entscheiden.

Es gibt viele Situationen, die auftreten können – von kleinen **Schnittwunden** bis zu ernsthaften **Knochenbrüchen** oder sogar Herzinfarkten.

Es ist daher unerlässlich, dass du die grundlegenden Erste-Hilfe-Maßnahmen beherrschst. Dazu gehören beispielsweise das **Anlegen eines Druckverbandes** oder wie man eine Wunde richtig desinfiziert. Du solltest auch wissen, was zu tun ist, wenn du bewusstlos wirst.

Neben diesen Maßnahmen gibt es auch **Heilkräuter in der Natur**, die bei verschiedenen Beschwerden helfen können. Sie sind oft sehr effektiv und können dir bei kleineren Verletzungen große Unterstützung bieten. Beispiele für solche Heilkräuter sind Kamille gegen Entzündungen oder Johanniskraut gegen Muskelverspannungen.



Spitzwegerich hilft zum Beispiel gegen Mückenstiche.

Als Bewohner des Waldes solltest du dich intensiv mit Kräuterkunde auseinandersetzen und lernen, welche Pflanzen essbar sind und welche nicht sowie ihre medizinischen Nutzen kennen – denn diese Kenntnisse könnten im Notfall entscheidend sein!

Lies auch

[Mit diesen wirksamen Heilkräutern pflanzt du dir deine eigene Hausapotheke an](#) – Es gibt viele Heilkräuter, die in deinen Garten angebaut werden können. Erfahre in diesem Ratgeber, welches es sind und wie sie dir helfen, gesund zu bleiben.

## Jagen

In Deutschland darf man **nur mit einem gültigen Jagdschein jagen** gehen und es gibt auch bestimmte Regelungen, was die Art der Tiere betrifft, die gejagt werden dürfen sowie wann und wo dies erlaubt ist. Es gibt strenge Vorschriften zum Schutz von Wildtieren und ihrer Lebensräume.

Für jemanden ohne Jagdschein kann das Jagen in der freien Natur gefährlich sein – sowohl für den Jäger als auch für andere Personen, da wildlebende Tiere unberechenbar sein können. Daher sollte man sich immer an die Gesetze halten und keine illegalen Methoden wie [Fallen stellen](#) oder unerlaubtes Jagen durchführen.



## **Halten wir Folgendes fest: es wird hart und ohne Jagen extrem schwierig**

Das Überleben in der Natur Deutschlands erfordert umfangreiche Kenntnisse über Nahrungssuche, Feuermachen, Schutz suchen und unentdeckt bleiben (darauf komme ich gleich noch zu sprechen).

Wer also nicht über diese Fähigkeiten verfügt oder unsicher ist, ob er damit klarkommt, sollte besser auf dieses Abenteuer verzichten!

**Und Fakt ist: Ohne Jagd und eine anständige Eiweißversorgung, wirst du dauerhaft nicht gesund überleben.**



Ohne zu jagen, wird es schwierig, sich in der Natur gesund zu ernähren und vollständig zu versorgen. Das ändert sich natürlich, wenn du sesshaft werden kannst und Gemüse anbaust.

Sofern du keine Bohnen, Erbsen, Sojabohnen, Linsen, Kichererbsen oder Lupinen auf einer Waldlichtung anbaust oder Nüsse wie Hasel-, Wal- oder Erdnüsse sowie Cashewkerne in großen Mengen findest, wird die Eiweißversorgung schwierig.

Und Eiweiß brauchst du, besonders wenn du hart arbeitest (ansonsten bist du schlapp und müde).

### **Denke daran: Das Leben im Wald ist hart.**

Nahrung sammeln, Feuerholz besorgen, Hütte bauen, Nahrung zubereiten usw. All das wird dich am Tag schon 12 der 16 Stunden kosten, die du wach bist.

Generell gilt: Um erfolgreich in der Natur leben können, braucht man viel Erfahrung und Know-how! Vor allem, was das Thema Jagd angeht, sollte man wissen, welche Tiere geschossen werden dürfen, wann dies erlaubt ist u.v.m.

Und wenngleich du das weißt und darfst – danach geht es an die Fertigkeiten, das Tier zu töten, auszunehmen und zu verwerten. All das musst du vorher lernen.

### **Alternative? Fische fangen und dadurch eine ausgewogene Ernährung sicherstellen?**

Eine mögliche Alternative zur Jagd, um eine ausgewogene Ernährung in der Wildnis sicherzustellen, ist das Fischen.

Fische können eine **wertvolle Proteinquelle** sein und zudem noch wichtige Omega-3-Fettsäuren liefern.



Um jedoch legal Fische zu fangen, ist in Deutschland in der Regel eine **Angelerlaubnis erforderlich**. Diese kann für bestimmte Gewässer erworben werden, wobei die Regelungen je nach Bundesland variieren.

Fische zu fangen, hat einige Vorteile gegenüber der Jagd:

1. Die gesetzlichen Bestimmungen für das Angeln sind in der Regel weniger streng als für die Jagd.
2. Ein Angelschein ist leichter und günstiger zu erwerben als ein Jagdschein (sogar als Onlinekurs).
3. Das Fischen ist weniger gefährlich für Angler und für andere Personen, da es keine unberechenbaren Wildtiere involviert und keine Schusswaffen verwendet werden.

Um erfolgreich Fische fangen zu können, solltest du dich auch hier gut vorbereiten. Dazu gehört das Erlernen der verschiedenen Fischfangtechniken, wie zum Beispiel das Angeln mit einer Angelrute, das Stellnetzfischen oder das Fischen mit einer Reuse.

In meinem Ratgeber "[5 Angeltechniken für deinen Survival-Werkzeugkasten](#)", zeige ich dir, wie du sogar Fische ohne moderne Ausrüstung fängst.





Ein Angelhaken, wie ihn unsere Vorfahren hergestellt haben

Zudem sollte man sich mit den verschiedenen Fischarten, die in den Gewässern vorkommen, vertraut machen, um zu wissen, welche Fische essbar sind und welche nicht.

Auch die örtlichen Schonzeiten und Mindestmaße für die verschiedenen Fischarten sind zu beachten – sofern du natürlich alle Gesetze beachtest.

Und am Ende solltest du wissen, wie du Fisch zubereitest – vielleicht direkt auf dem Grill oder [in Moos gedämpfte Forelle](#)?



## Darf ich in Deutschland einfach im Wald leben?

Es ist nicht empfehlenswert, unbemerkt in einem deutschen Wald zu leben. In Deutschland gibt es **strenge Gesetze zum Thema Wildcampen** und Übernachten im Freien, insbesondere in Naturschutzgebieten. [Hier findest du meinen Ratgeber dazu mit Details.](#)

Wer dennoch versucht, dich im Wald zu verstecken oder dort illegal zu leben, begibt sich damit in eine gefährliche Situation.

Es kann schnell passieren, dass man von anderen Personen entdeckt wird (wie z.B. Jägern oder Spaziergänger) oder dass man selbst Hilfe benötigt – etwa bei Verletzungen oder Erkrankungen – und dann niemand da ist, der helfen kann.

Zudem machst du dich womöglich strafbar: **Das Betreten von Privatgrundstücken sowie das Anlegen illegaler Unterkünfte können mit Geldbußen und Strafverfolgung geahndet werden.**

Generell gilt also: Wer längere Zeit im Wald leben möchte, sollte dies nur auf legalen Wegen tun – etwa durch Buchung eines Campingplatzes, einer Hütte oder eine Erlaubnis vom Waldbesitzer.

## Wie kann ich unentdeckt im Wald leben?

Um unentdeckt im Wald zu bleiben und dort zu leben, solltest du einiges beachten:

- **Vermeidung von Spuren:** Um nicht entdeckt zu werden, solltest du keine Spuren hinterlassen – dazu gehört unter anderem kein Feuer machen sowie keine Abfälle zurückzulassen.
- **Einen geeigneten Wald suchen:** Je größer der Wald und das Gebiet, desto geringer die Wahrscheinlichkeit, dass du entdeckt wirst.
- **Sag niemanden, wo du bist:** Das ist zwar ein harter Schritt, aber die Chance, dass jemand plaudert ist hoch.



In einem solchem Camp unentdeckt bleiben? Eher unwahrscheinlich!

## Fazit: Kann man wirklich in einem deutschen Wald überleben?

**Für eine kurze Zeit im Wald leben? Ja. Langfristig? Nein!**

Insgesamt lässt sich sagen, dass ein Leben vollkommen autonom von unserer Zivilisation schwer sein dürfte.

Für kurze Zeit jedoch könnte man theoretisch davon ausgehen, dass das Leben als autarker "Waldmensch" in Deutschland gelingen könnte, sofern genug Vorbereitung getroffen wurde.

Generell gilt: Das Leben ohne Kontakt zur Zivilisation erfordert **hervorragende Kenntnisse in Naturhandwerk und Survival-Techniken** sowie ausreichende Vorräte an Nahrungsmitteln und Ausrüstung.

Weiterhin benötigst du einen legalen und großen Platz, auf dem du leben kannst und du keine rechtlichen Schwierigkeiten bekommst.

Hast du solch ein Unterfangen vor, dann lies dich vorher ein, bereite dich durch Praxisübungen vor, nimm an Trainings teil und lerne von den Besten!

---

## Über den Autor des Ratgebers

**Martin Gebhardt**



Hey, ich bin Martin und ich bin Wildnis-Mentor. Auf meinem Blog lernst du die Basics sowie zahlreiche Details zum Outdoor-Leben. Schnapp dir meine [35 einfach umsetzbaren Survival-Hacks](#), um ab morgen nicht mehr planlos im Wald zu stehen. Lies mehr über mich auf meiner ["Über mich"-Seite](#).

Besuche ihn auf seiner Website <https://survival-kompass.de>