

# Überleben oder Leben? Warum ich Wildnis-Mentor bin.

Und dann machte es Klick bei mir.

Mein Bauchgefühl sagte mir: Das ist der richtige Weg, der mir vorher verborgen war.

Auf diesem Weg wirst du glücklich, dankbarer, wertschätzender und verbundener mit dir selbst und der Welt.

Was aber genau ist da passiert?

## Alles begann mit einer unersättlichen Faszination für das Survival-Leben

Die Vorstellung, tagelang mit nur wenigen Dingen im tiefen Wald zu überleben, weckte in mir ein kribbelndes Gefühl des Abenteurers.

Stell dir vor, es gibt kein Zuhause mehr, keine Annehmlichkeiten des modernen Lebens – nur dich, deine Fähigkeiten und die ungeteilte Aufmerksamkeit, die der Wald von dir verlangt.

Verborgen tief in meinem Herzen lag ein gewagter Traum, der darauf brannte, Wirklichkeit zu werden.



Es war der Wunsch, die Zivilisation zu verlassen und in die Wildnis zu ziehen.

Das Bild, permanent von den Geräuschen der Wildnis umgeben zu sein, frei von den Fesseln des modernen Lebens, war eine gleichzeitig beunruhigende und faszinierende Fantasie - eine Vorstellung, die viele [Survival-Enthusiasten teilen](#).

## Mit Survival ging alles los

Die ersten Jahre meines neuen Lebens drehten sich um das Erlernen der Grundlagen des Überlebens in der Wildnis.

Das [Feuermachen ohne Streichhölzer oder Feuerzeug](#), das [Erkennen und Sammeln von essbaren Wildpflanzen](#) und das Errichten eines Unterschlupfs im Wald standen auf meiner To-do-Liste.

*Doch diese ersten Jahre waren nicht immer rosig.*

Ich erinnere mich an eisige Nächte, in denen ich fror, an Tage, an denen ich vor Hunger kaum klar denken konnte und an das erbärmliche Gefühl, wenn meine mühsam entfachte Glut mit dem [Feuerbohrer](#) erlosch.



In diesen Momenten wurde ich mir meiner Verletzlichkeit bewusst, und doch führten diese Schwierigkeiten zu wertvollen Lektionen und bekräftigten nur meinen Willen.

Doch nach einigen Jahren des Lernens und Erlebens stellte sich eine **Art innere Leere** ein.

Trotz meiner erworbenen Fähigkeiten und des Wissens, das ich angesammelt hatte, fehlte mir etwas.

Ich hatte das Gefühl, dass ich nur an der Oberfläche kratzte.

Welche Sehnsucht stieg da auf?

## Mit Bushcraft ging es weiter

Die Begegnung mit [Bushcraft](#) brachte eine wunderbare **Erweiterung meiner Perspektive**.

Es war nicht mehr ein Kampf ums Überleben, sondern ein Schritt hin zu einem harmonischen Zusammenleben mit der Natur.



Der respektvolle Umgang mit der Wildnis und das Erlernen neuer Fertigkeiten gaben meinem Leben eine neue Dimension.



Statt mich gegen die Elemente zu stellen, begann ich, mit ihnen zusammenzuarbeiten.

Anstelle des bloßen Überlebens begann ich, in der Wildnis zu gedeihen und die natürlichen Rhythmen und Muster meiner Umgebung zu verstehen und zu respektieren.

Aber trotz dieser Fortschritte fühlte ich, dass noch etwas fehlte.

So wertvoll die Bushcraft-Philosophie auch ist, es schien mir immer noch, als ob ein Teil des Puzzles fehlte.

Es war immer noch nicht das ganzheitliche Ankommen in der Wildnis, nach dem ich suchte.

## **Auf der Reise zur wahren Naturverbundenheit**

Ich hatte immer geglaubt, dass das Erlernen von Überlebensfertigkeiten mich automatisch enger mit der Natur verbinden würde.

Und in gewisser Weise tat es das auch, aber es war nicht das **erfüllende Gefühl der Einheit**, nach dem ich mich sehnte.

Dann, im Frühjahr 2021, hatte ich eine Art Erweckung.

Ich befand mich inmitten einer Gruppe von Menschen, die alle dasselbe suchten - eine tiefere, bedeutungsvollere Verbindung zur Natur.





Es war das erste Wochenende meiner Ausbildung in [Wildnispädagogik](#), und es fühlte sich an, als würde ich nach einer langen Reise endlich heimkommen.

Nach dem ersten Modul meiner Ausbildung hatte ich das Gefühl, dass sich eine innere Tür geöffnet hatte.

Das intensive Gefühl von Zugehörigkeit, das ich empfand, war mehr, als ich mir jemals erhofft hatte. Es war, als ob ich meine wahre Rolle in der Welt gefunden hätte.

Diese Ausbildung konzentrierte sich nicht auf das Ausharren, wie es bei einem Survival-Training oft der Fall ist, sondern auf die Verbindung zur Natur.





Diese scheinbar kleine Veränderung in meiner Denkweise hatte einen tiefgreifenden Einfluss auf meine Sicht auf das Leben in der Wildnis.

Ja, ich war immer noch hungrig, nass und froh manchmal wie auf meinen Survival-Touren.

Aber diese Unannehmlichkeiten verblassten vor dem Hintergrund der tieferen Verbindung und der Schönheit, die ich in der Wildnis erlebte.

## Die Entdeckung der Magie der Wildnis

Mit meiner neu gefundenen Perspektive begann ich, mein Wissen und meine Erfahrungen zu vertiefen.

Ich tauchte in eine Welt von Büchern ein, die sich auf das Thema Naturverbindung konzentrierten. Autoren wie John Young, Tom Brown, Ray Mears und Richard Louv inspirierten mich (aber nicht immer war ich deren Meinung). Diese [großartigen Bushcraft-Bücher](#) haben mein Wissen und meine Fähigkeiten enorm erweitert.

Ihre Worte malten ein inspirierendes Bild des Lebens in der Wildnis und halfen mir, meinen Horizont zu erweitern.

Ich begann auch, meine täglichen Wildnis-Routinen zu etablieren.

Das Aufsuchen eines "[Sitzplatzes](#)", eines bestimmten Ortes in der Natur, an dem ich jeden Tag still sitzen und beobachten konnte, wurde zu einer meiner wichtigsten Praktiken.



Diese stille Zeit in der Natur ermöglichte mir, meine Sinne zu schärfen und die feinen Muster und Rhythmen der Wildnis wahrzunehmen. Es war, als ob ich ein tieferes Gespräch mit der Natur begonnen hätte.

Das [Wandering](#), das ziellose Umherwandern in der Natur, wurde ebenfalls zu einem wichtigen

Bestandteil meines Wildnislebens.



Es ermöglichte mir, mich von den oft starren Strukturen meines bisherigen Lebens zu befreien und mich dem Fluss der Natur hinzugeben.

Wandering ist ein kraftvolles Werkzeug, um den Kopf freizubekommen und mich vollständig in die Gegenwart zu vertiefen.

Aber auch die [Danksagung](#) ließ ich in mein Leben.

Schrittweise konnte ich einfache Dinge wertschätzen.

Ich erkannte die wahren Werte von den Dingen. Wie wertvoll eine warme Dusche sein kann, wie wertvoll ein weiches Bett und wie lecker Essen sein kann.



Ich nahm an weiteren Modulen meiner Wildnispädagogik-Ausbildung teil, wo ich die Chance hatte, andere naturverliebte Menschen zu treffen.

Jeder von ihnen hatte seine eigene Geschichte zu erzählen, eigene Erfahrungen zu teilen, und ich fand eine Gemeinschaft von Gleichgesinnten, die meine Leidenschaft teilten und mich auf meiner Reise unterstützten.

Inmitten all dieser Erfahrungen begann ich auch einen Jahreskurs im [Fährtenlesen](#) und entdeckte eine ganz neue Ebene der Kommunikation mit der Natur. Besonders faszinierend fand ich das [Lesen von Tierspuren im Schnee](#), was mir half, die Aktivitäten der Wildtiere besser zu verstehen.

Das Lesen von Tierspuren war wie das Lernen einer neuen Sprache, die die Tiere und ich teilten.

Es war, als hätte ich einen verborgenen Kanal gefunden, durch den ich mich noch tiefer mit der Tierwelt und damit mit der Wildnis verbinden konnte.





## Das Eintauchen in die traditionelle Handwerkskunst

Meine Begeisterung für die Wildnis wuchs und ich entdeckte einen neuen Aspekt - die traditionelle Handwerkskunst.

Ich ließ mich faszinieren von der uralten Technik der Lederherstellung.

Es wurde ein Hobby, dann eine Leidenschaft.

Ich versuchte mich an beiden Methoden der Ledergerbung - die traditionelle [Fettgerbung](#) und die [vegetabile Gerbung](#) mit natürlichen Stoffen.

Es war ein besonderes Erlebnis, das fertige Leder in Händen zu halten, das durch meine eigenen Hände und mithilfe von natürlichen Materialien hergestellt wurde.





Mein erstes fertiges Wildleder

Parallel dazu entdeckte ich das Naturhandwerk.

Ich begann damit, meine eigene Wildnis-ausrüstung herzustellen.

Dabei kommen ausschließlich native Materialien zum Einsatz, wie Leder, Rohhaut, Holz und Pflanzen – also keine Metalle.

Jedes Stück, das ich fertigte, erforderte Geduld und Geschicklichkeit, und es war jedes Mal eine Freude, das fertige Produkt in den Händen zu halten.



Meine ersten fertigen Ausrüstungsstücke aus Rohhaut und Leder



Mit jedem gefertigten Gegenstand, mit jeder Lederhaut, die ich gerbte, fühlte ich eine tiefe Verbindung zu den Handwerkern der Vergangenheit.

Diese Art von Handwerk ist in unserer modernen Gesellschaft beinahe verloren gegangen. Aber hier, in meiner kleinen Wildniswerkstatt, lebt es nun weiter.

Diese Fähigkeiten zu lernen und zu perfektionieren, war nicht nur eine Möglichkeit, nützliche Gegenstände für meine Wildnisabenteuer herzustellen, sondern es war auch eine Form der Meditation – ein Weg, mich noch tiefer mit der Natur zu verbinden.



Auf diesem Bild siehst du, wie ich einen Tragekorb nur aus Naturmaterialien herstelle

**Es erinnerte mich daran, dass die einfachsten Dinge oft die wertvollsten sind.**

Ferner begann ich, mich intensiv mit der Geschichte, den Lebensweisen und dem [Lernen](#) indigener Völker auseinanderzusetzen.

Ich begann zu erkennen, wie tief verwurzelt ihr Wissen und ihre Verbundenheit mit der Natur waren, und wie sehr unsere moderne Welt von ihrem weisen und respektvollen Umgang mit der Erde lernen könnte - ein Aspekt, der auch in der [Wildnispädagogik durch Danksagung](#) betont wird.

Ihre Geschichten und Traditionen eröffneten mir eine neue Sichtweise auf das Leben in der Wildnis und auf meine eigene Rolle innerhalb dieses größeren Ganzen.





## Leben statt nur Überleben

Wenn Leute mich heute als "Survivalist" oder "Survival-Trainer" bezeichnen, fühle ich mich gezwungen, innerlich ein wenig zu zucken.

Für mich wirken Bezeichnungen wie "Survivalist" begrenzend und präzisieren nicht wirklich das, was ich repräsentiere.

Der Begriff "Überleben" trägt eine Assoziation des Kampfes, ein **Bild der Natur als Feind**, gegen den wir uns behaupten müssen.

Er schafft eine Vorstellung von Konflikt und Widerstand, statt Koexistenz und Harmonie.

**Stattdessen neige ich dazu, den Begriff "Wildnisleben" zu bevorzugen.**

Er trägt eine andere Gedankenverbindung, er erweitert den Horizont über das bloße Überleben hinaus.



In meinem Camp verbringe ich viel Zeit

Das Leben in der Wildnis ist so viel mehr als nur das Überleben; es ist kein Zustand des bloßen Durchhaltens, sondern eine aktive Teilnahme am natürlichen Zyklus.

Es bedeutet, ein integraler Bestandteil der natürlichen Welt zu werden, sich in das Muster des Lebens einzufügen und zu einem Akteur in seiner ständig wechselnden Szenerie zu werden.

Ferner ist es ein reichhaltiges und dynamisches Erlebnis, das uns ein tiefes Verständnis von uns selbst und unserer Beziehung zur Natur gibt.

Es lehrt uns nicht nur, wie wir existieren können, sondern wie wir **im Einklang mit unserer Umgebung gedeihen** können - eine Philosophie, die auch beim [Bushcraft](http://bushcraft.com) eine zentrale Rolle spielt.

Das ist für mich ein aktives Leben, nicht nur ein reaktives Überleben.





Ich stelle Wildleder her bei einem Seminar

## Stärke durch Wissen

Wenn ich mich in meinem Umfeld umschaue, sehe ich viele Menschen, die täglich gegen ihre eigenen Kämpfe antreten.

Sie sind geprägt von Pandemien, zunehmend häufigeren Naturkatastrophen, sozialen Ungerechtigkeiten, Kriegen und anderen schweren Herausforderungen.

In solchen Zeiten ist es verständlich, dass die Menschen sich ängstlich und unsicher fühlen.

Es ist leicht, in eine Mentalität des reinen Überlebens zu verfallen. Doch diese Denkweise führt nur zu mehr Angst und Stress.

**Doch es ist meine feste Überzeugung, dass die Erweiterung unserer Wildnis-Fähigkeiten uns dabei helfen kann, aus diesem Zustand der Angst in einen Zustand der Ermächtigung zu gelangen.**

Das englische Wort "Empowerment" trifft den Zustand perfekt.

Empowerment ist wie ein Lichtstrahl, der durch die Dunkelheit bricht.

Empowerment erinnert uns daran, dass wir nicht ohnmächtig sind, sondern handlungsfähig.

Es gibt uns die Kraft, aktiv zu werden und positive Veränderungen in unserem Leben und in der Welt um uns herum zu bewirken.

Vielleicht wirst du nie gezwungen sein, ein eigenes [Shelter](#) zu bauen, ein Feuer ohne Feuerzeug zu entfachen oder deine eigene Nahrung zu sammeln.

**Aber das Erlernen dieser Fähigkeiten aus reiner Freude und Neugier - und nicht aus Angst - kann**

**dir helfen, dich ruhiger und geerdeter zu fühlen, egal welche Herausforderungen das Leben für dich bereithält.**

Das ist es, was ich bei "Survival Kompass" und in Online-Kursen wie dem "[Wildimpuls-Jahresprogramm](#)" zu vermitteln versuche.

Es geht nicht nur um die physischen Fähigkeiten des Wildnislebens.

**Es geht auch um die Entdeckung der wilden Orte in uns selbst.**

Es geht darum, zu erkennen, dass wir alle ein Teil der Natur sind und wir, wenn wir uns darauf einlassen, eine tiefere, bedeutungsvollere Verbindung zur Natur und zu uns selbst finden können.



## **Naturnahes, authentisches und artgerechtes Leben**

Und so begann ich, das Leben in der Wildnis nicht mehr als ein Überlebensspiel zu betrachten – sondern als eine Möglichkeit, ein vollständigeres, authentischeres und erfüllteres Leben zu führen.

Es war keine Flucht mehr vor der Zivilisation, sondern ein bewusstes Eintauchen in die Fülle und Schönheit der Natur.





Das ist der Pfad des "Wildnislebens", den ich für mich entdeckt habe.

**Ein Pfad, der mir das Geschenk des Empowerments gab, mich mit der Natur zu verbinden und dabei eine tiefere Verbindung zu mir selbst zu finden.**

Und das ist es, was ich heute anderen beibringen möchte:

Ich halte es nicht nur für essenziell, wie man in der Wildnis überlebt, sondern wie man mit ihr lebt und aus ihr lernt.

Wie man die Geräusche, Gerüche und Gefühle der Natur in sein Herz aufnimmt und sie als integralen Bestandteil seines eigenen Lebens anerkennt.

So geht es über Survival und Bushcraft hinaus, hin zu einem erfüllten Wildnisleben als Wildnis-Mentor ([lies hier, wie man Wildnis-Mentor wird](#)).

*Erzähl mir gerne in den Kommentaren deine Geschichte oder welche Gedanken und Gefühle du nun hast. Kennst du vielleicht diese Sehnsucht?*

---

## 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>