Die F.I.A.B. Mail (Freitag, 01.03.2024)

Edition: Freitag, 01.03.2024

Der Text hier ist die Aufzeichnung vom wöchentlichen Newsletter – der F.I.A.B. Mail von survival-kompass.de

---

Howdy.

Heute geht es um eine **alte Liebe**, **Kursempfehlungen** (die von Herzen kommen), ein besonderes **Schnitzmesser** und um meine Reise zu mehr **Lebendigkeit**.

Los geht's nach dem Plan:

Fertigkeit ? – **I**nteressant ? – **A**usrüstung ? – **B**ild ??

Fertigkeit:

Es war meine Erste.

Sie stand dort im Sonnenschein.

Lieblich anzusehen, einfach wunderschön.

Es war eine aufregende Zeit - schlaflose Nächte, viel Kontakt.

Wir waren füreinander geschaffen.

Ok… Nicht, dass, was du jetzt denkst. ?

Ich spreche von einer ganz fantastischen Pflanze.

Mir geht es um den Spitzwegerich.

Und ja, ich kann mich wirklich noch gut an die Zeit erinnern, als ich mich mit der Pflanze ausgiebig beschäftigt habe.

Und beste Freunde sind wir immer noch. ?

Fakt ist: Bald, wenn es wärmer wird, wirst du ihn garantiert entdecken!

Warum der Spitzwegerich rockt:

➡? **Hustensirup**: Nichts klingt mehr nach Omas Hausmittelchen als das, oder? Zerkleinerte Blätter, ein bisschen Zucker oder Honig dazu, und voilà – ein Hustensirup, der jeden kratzenden Hals besänftigt. Wer braucht schon die Chemiekeule aus der Apotheke, wenn Mutter Natur liefert?

➡? **Salbe aus Spitzwegerich**: Kratzer, Schürfwunden oder dieser fiese Brennnessel-Kontakt? Eine Salbe aus Spitzwegerich kann hier helfen. Deine persönliche Erste-Hilfe-Station mit Auszügen.

➡? **Natürliches Heilmittel**: Er ist der MacGyver unter den Heilpflanzen – immer bereit, mit seinen vielseitigen Talenten zu überraschen. Der Saft der Blätter wirkt antibakteriell und entzündungshemmend. Ein wahres Mittelchen direkt aus dem Waldboden.

➡? **Juckreiz-Stopper**: Jeder kennt das Drama eines Mückenstichs. Doch mit einem zerriebenen Spitzwegerichblatt auf der Haut kann das Jucken schneller Geschichte sein als die letzte Mücke, die dich gestochen hat.

➡**? Wildkräutersalat**: Stell dir vor, du wanderst durch den Wald, der Magen knurrt, und plötzlich – ein Salatbuffet direkt unter deinen Füßen. Jung, zart und voller Vitamine macht der Spitzwegerich jeden Wildkräutersalat zu einer Gourmet-Mahlzeit.

Also, bevor du weiter scrollst:

Denk daran, dass der unscheinbare grüne Freund unter deinen Füßen ein echter Schatz ist.

Er ist wie der Kumpel oder die Freundin, die immer da ist, wenn du sie brauchst – robust, zuverlässig und immer für eine Überraschung gut.

Lust auf ein DIY-Abenteuer mit dem Spitzwegerich oder weitere Fakten aus der Welt der Wildkräuter?

Dann klick durch zum vollständigen Guide und werde Teil der Community, die weiß, wie man die

Schätze der Natur wirklich nutzt.

? **Mach dich hier schlau über den Spitzwegerich**

Interessant:

Plötzlich spürst du es – das tiefe, unerschütterliche Gefühl der Verbundenheit mit der Natur.

Aber wie entzündest du dieses Feuer der Begeisterung für die Natur in anderen, besonders in den jungen Wilden, die unsere Schulen bevölkern? ?

Und wie lernst du, die Sprache der Pflanzen nicht nur zu verstehen, sondern auch zu sprechen? ?

Heute möchte ich dir **zwei Ausbildungen für 2024 ans Herz legen** (noch sind wenige Plätze frei).

In einer Zeit, in der Bildschirme und Betonwände unseren Alltag dominieren, ist die Rückkehr zur Natur kein Luxus, sondern eine Notwendigkeit – für unsere Kinder, für uns selbst und für den Planeten.

Wieso genau diese Präsenz-Ausbildungen? Weil die Menschen dahinter - Jürgen und Olivia - gute Freunde sind. Weil ich weiß, wie sehr sie für ihre Sache brennen und diese leben.

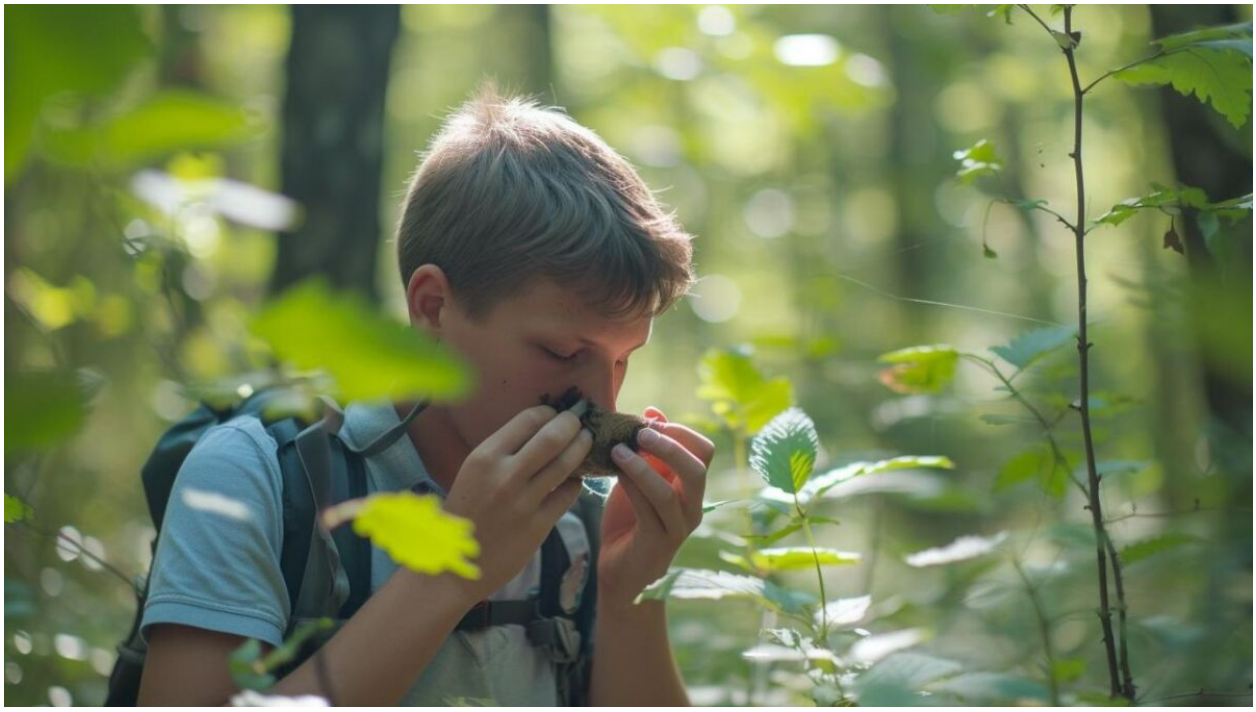
Das kannst du lernen:

1. Wildnispädagogik für die Arbeit an Schulen

Erwecke den Funken der Wildnis in den Herzen der Kinder!

In der Jahresausbildung lernst du nicht nur, wie man ein Feuer ohne Streichhölzer entfacht - sondern auch, **wie du das Feuer der Begeisterung und Lebendigkeit in anderen entzünden kannst**.

Dieses Programm ist perfekt für alle, die in Bildungseinrichtungen arbeiten oder einfach nur tief in die Welt der Wildnispädagogik eintauchen möchten.



Was du lernst:

- Wie du eine tiefe Verbindung zur Natur, zu dir selbst und zu deiner Gemeinschaft knüpfst
- Das Wissen und die Begeisterung für die Natur in Schulen und anderen Lernorten weiterzugeben
- Die Kunst des Feuermachens – von der ersten Glut bis zur lodernden Flamme und noch vieles mehr ...

Ach ja, genau diese Ausbildung habe ich vor Jahren gemacht.

Daumen ganz weit nach oben! ? Ich hatte unvergessliche Momente, die mich immer noch tief in mir berühren.

? **Hier alle Infos zur "Wildnispädagogik" anschauen**

2. Pflanzen lesen lernen

Diese Weiterbildung führt dich durch die Geheimnisse der botanischen Welt.

Sie lehrt dich das Sammeln und schonende Verarbeiten von Pflanzen.

Und sie öffnet dir die Augen für die Muster des Lebens, die sich in der Landschaft verbergen.

Erkundungen und Entdeckungen:

- Botanische Grundlagen und die sichere Identifikation von Pflanzen
- Die Herstellung von Ölauszügen, Tinkturen, Salben und mehr
- Die Verbindung und Zyklen der Natur in dein Leben zu integrieren

? **Hier alle Infos zum "Pflanzen lesen lernen" anschauen** (Infoabend Zoom am 4.3.24)

Diese Präsenz-Seminare bieten dir nicht nur das Werkzeug, essenzielles Wissen zu erlangen und zu

teilen...

Sie bieten auch die Chance, Teil einer Gemeinschaft Gleichgesinnter zu werden. Diese Gemeinschaft setzt sich für ein lebendiges, verbundenes Leben ein.

Bist du bereit, die Sprache der Natur zu lernen und zu lehren?

Ausrüstung:

Heute im Fokus: das Frost Schälmesser.

Mit diesem Messer habe ich schon unzählige Löffel geschnitzt und festgestellt, dass kein anderes Schälmesser diesem das Wasser reichen kann.

Es liegt so toll in der Hand, als wäre es speziell für mich gemacht - und die Klinge aus Kohlenstoffstahl hält, was sie verspricht.

Was mich begeistert: ?

- **Scharfe Klinge**: Ihre Schärfe ist beeindruckend und meistert jede Herausforderung. Die Klinge ist nicht zu dick und zu dünn.
- **Perfekte Größe**: Mit einer Klingenlänge von nur 50 mm zeigt es, dass Größe nicht alles ist.

Was mir fehlt: ?

- Bessere Verfügbarkeit: Manchmal ist es schwer zu bekommen.
- Nachhschärfen komplizierter (Tipp: Hol dir sehr feine Nagelfeilen)

Und ich bin nicht allein mit der Meinung …

Viele, die das Messer gekauft haben, bezeichnen es als "sauscharf" und loben, wie gut es in der Hand liegt.

Mein Fazit: Für alle, die im Wald zu Hause sind oder es werden wollen, ist dieses Messer ein Must-have zum Löffelschnitzen. Deshalb gebe ich dem Frost Schälmesser Nr. 164S stolze 9,5 von 10 Punkten.

Interessiert? Hier kannst du es dir anschauen und dich selbst von seiner Qualität überzeugen: [**Frost Schälmesser Nr. 164S genauer anschauen**]

Bild:

Siehst du dieses Bild? Dazu möchte ich dir etwas erzählen ...

Es war jener Tag, zur Zeit der untergehenden Abendsonne, an dem ich diese Feder fand. Der Moment war ein Geschenk an mich.

Naturvölker sagen dazu auch "gute Medizin" und es sind genau diese Momente, in denen ich mich lebendig und verbunden fühle. ?

Ein Zustand, den viele Menschen leider verloren haben, während wir uns zwischen Betonwüsten und Plastikmeeren bewegen. Oder ständig auf unsere technischen Geräte schauen.

Lebendigkeit ist für mich das pulsierende Gefühl von Energie und Präsenz, das durch mich fließt, wenn ich tief mit dem Leben selbst verbunden bin. ?

In Wald, auf dem Feld, in den Bergen, zwischen Tieren und Pflanzen, zwischen munteren Kindern und auch tollen Menschen – fernab von Lärm und Hektik, wurde etwas in mir aktiviert, das in der städtischen Umgebung und einem früheren ermüdenden Leben verschüttet zu sein schien.

Ich erkannte vor Jahren, dass Lebendigkeit nicht nur ein Zustand ist, den man erreicht, sondern eine Art zu leben – eine Entscheidung, sich jeden Tag aufs Neue mit dem Leben selbst zu verbinden.

Es geht darum, achtsam zu sein, die Schönheit in den kleinen Dingen zu sehen und die "Natur" als einen Teil von uns zu begreifen – nicht als etwas, das es zu beherrschen oder zu ignorieren gilt.

Diese Erkenntnis war der Beginn einer Reise … und sie hält an. Und endet womöglich niemals. ?

Wie ist das bei dir? Welche Reise gehst du gerade? Was bedeutet für dich Lebendigkeit? Lass von dir hören.

Alles Gute dir, bleib verbunden und neugierig auf die Welt. ?

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