

# Die F.I.A.B. Mail (Freitag, 08.05.2026)

*Edition: Freitag, 08.05.2026*

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

---

Howdy.

Diese Woche wurde ich nachts von einem Fuchs besucht, habe mit 23 Kilo auf dem Rücken fast aufgegeben und einen Baum mit einem Messer gefällt.

Okay, das stimmt nicht alles. Manches davon ist schon ein paar Jahre her. Aber die Lektionen? Die sind so frisch wie eh und je.

Außerdem habe ich mir eine Frage gestellt – und ein kurzes Video dazu aufgenommen. Kein Tutorial. Einfach ein Gedanke, der nicht aufhören wollte, in meinem Kopf zu kreisen.

Rein in die F.I.A.B. Mail mit:

Fertigkeit ?

Interessant ?

Ausrüstung ?

Bild ??

---

## **Fertigkeit:**

Mal ehrlich – wie gut kennst du dein Messer wirklich?

Die meisten packen ihr Bushcraft-Messer ein, schnitzen damit ein wenig rum, schneiden vielleicht eine Wurst auf. Und das war's. ?

**Dabei kann das gute Stück so viel mehr.**

Holz spalten – ohne Axt. Einen Baum fällen – ja, wirklich. Feuermaterial herstellen, nur mit dem Messerrücken. Kerben schnitzen für Konstruktionen. Und aus einem Rohling einen Löffel zaubern.

Fünf Fertigkeiten. Ein Messer. Und das Gefühl, dass dein Arm plötzlich zwei Meter länger ist.

---



Ich habe alles in einen ausführlichen Guide gepackt – mit Bildern, Videos und einer Prise Selbstironie.

? [5 Schlüssel-Fertigkeiten, die dein Bushcraft-Messer zur Verlängerung deines Arms machen](#)

PS: Falls du gerade denkst "Bäume fällen mit einem Messer? Der spinnt doch" – lies den Artikel. Dann spinne ich immer noch. Aber du weißt danach, wie es geht. ?

---

## **Interessant:**

Meine erste Nacht im Wald. Winter. Mit einem Freund vor Jahren.

Gegen 17 Uhr war es dunkel. Wir kochen gegen 19 Uhr am Feuer, essen, quatschen.

Und dann – vielleicht eine Stunde später – Schritte. Leise. Vorsichtig.

**Zwei Meter vor uns steht ein Fuchs.**

Im Lagerfeuer sieht man sein Gesicht. Er schaut uns an. Wir schauen ihn an.

Kein Erschrecken. Keine Flucht. Nur Neugier. Er hat natürlich gerochen, dass hier gekocht wurde. Mitten im Winter – da zählt jede Kalorie.

Gegen 22 Uhr legen wir uns schlafen. Und der Fuchs? Kam immer wieder. Schlich ums Tarp. Ganz nah ran. Schnüffelte. Schaute, was da los ist.

Drei, vier Mal in dieser Nacht.

Ich lag im Schlafsack, hörte seine leisen Schritte – und war gleichzeitig hellwach und völlig ruhig.

Seitdem hat mich dieses Tier nicht mehr losgelassen.



Der Fuchs ist mehr als ein scheues Waldtier. Er ist neugierig. Anpassungsfähig. Und unfassbar fein ausgestattet:

- 400-mal besserer Geruchssinn als wir.
- Einen Magnetkompass im Kopf.
- Und er schnürt – setzt die Hinterpfote exakt in den Abdruck der Vorderpfote, wie an einer Schnur gezogen.

Ich habe einen ausführlichen Artikel über den Rotfuchs geschrieben. Warum er für die Wildnispädagogik so wichtig ist. Was seine Spuren verraten. Und warum Kinder große Augen bekommen, wenn du ihnen vom Mäusesprung (Bild oben) erzählst.

? [Der Rotfuchs: Warum er ein wichtiger Lehrer werden kann](#)

---

## **Ausrüstung:**

Letzte Woche habe ich euch gefragt: *Was ist eure größte Herausforderung bei der Outdoor-Ausrüstung?*

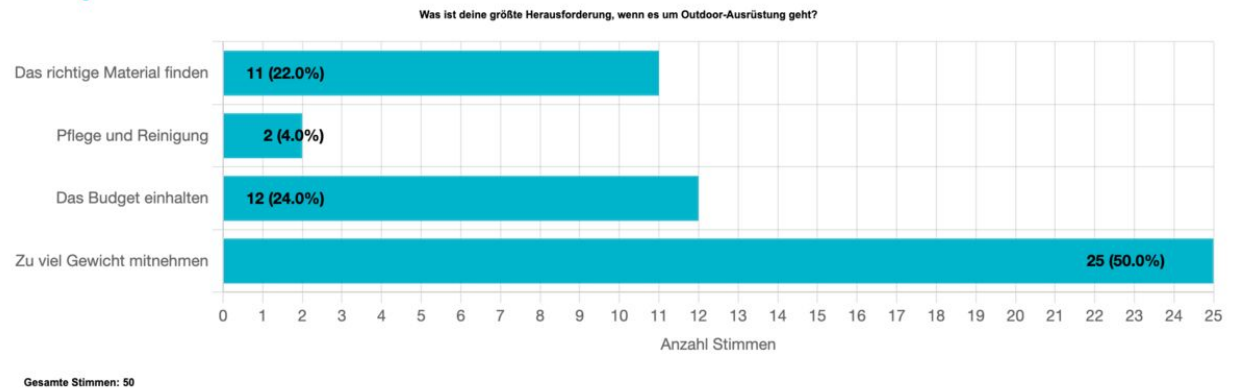
Viele von euch haben abgestimmt. Und das Ergebnis ist eindeutig:

**50 % sagen: Zu viel Gewicht mitnehmen.**

Gefolgt von "Das Budget einhalten" (24 %) und "Das richtige Material finden" (22 %).

MailMagie

06.05.2026



Ich musste schmunzeln. Weil ich das Problem kenne. Sehr gut sogar.

Vor ein paar Jahren wog mein 80-Liter-Rucksack im Februar mal 23 Kilo. Dreiundzwanzig. Ich bin fast zusammengeklappt nach zwei Stunden. ?



Seitdem habe ich viel gelernt. Und die wichtigste Lektion war diese:

**Je mehr du kannst, desto weniger musst du tragen.**

Oder wie der gute Mors Kochanski sagte:

***"The more you know, the less you carry."***

Als Faustregel gilt: Dein gepackter Rucksack sollte 10–15 % deines Körpergewichts wiegen. Nicht mehr. Alles darüber wird auf langen Strecken zum Problem.

Zwei Dinge möchte ich dir dazu mitgeben:

## 1. Mein Rucksackgewicht-Rechner

Damit kannst du deine Ausrüstung zusammenstellen und sofort sehen, wie viel alles wiegt. Kategorien von Werkzeug bis Hygiene. Wird automatisch im Browser gespeichert.

? [Rechner für Rucksackgewicht und Packvolumen](#)

## 2. Mein großer Ratgeber zum Thema

Mit Durchschnittsgewichten, Packtipps, Tragetechniken und einer Checkliste.

? [Dein Bushcraft Rucksack: Welches Gewicht ist optimal?](#)

Danke an alle, die mitgemacht haben. Solche Umfragen helfen mir zu verstehen, was euch wirklich beschäftigt.

---

## **Bild:**

Wir sitzen viel am Bildschirm. Ich auch, Martin.

Aber manchmal halte ich inne und frage mich:

**Was passiert eigentlich, wenn wir Menschen das wieder machen?**

*Feuer mit den eigenen Händen entfachen.*

*Eine Pflanze wirklich sehen – nicht als Deko, sondern als Wesen.*

*Etwas erschaffen, das bleibt.*

Das ist keine neue Idee. Das machen wir seit 50.000 Jahren.

Und jedes Mal, wenn du draußen etwas mit den Händen machst – spürt dein Körper:

**Ja.**

**Genau das.**

Ich habe dazu ein kurzes Video aufgenommen. Keine Anleitung. Kein Tutorial. Einfach ein Gedanke, der mich nicht losgelassen hat.

? Hier ist das Video ???

---

*Das war's für diese Woche, Martin.*

*Schnapp dir dein Messer und teste mal, was es wirklich kann. Achte auf Fuchsspuren im Park. Und wieg vielleicht mal deinen Rucksack – nur so aus Neugier. ?*

---

*Und wenn du meine Arbeit unterstützen möchtest: Auf meiner Steady-Seite bekommst du jede Woche meinen Podcast "Gedanken aus der Wildnis" – und hilfst mir, Survival-Kompass werbefrei zu halten.*

? [Hier geht's zu meiner Steady-Seite](#)

*Danke, dass du dabei bist.*

*Wilde Grüße  
Martin*

---

## 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>