# Die F.I.A.B. Mail (Freitag, 21.08.2026)

*Edition: Freitag, 21.08.2026*

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

---

Howdy.

Vielleicht kennst du das Gefühl, Martin: Du liest jede Woche hier mit, gehst raus, entdeckst – und spürst, da wäre gern noch mehr. Ein roter Faden. Eine Gruppe. Ein ganzes Jahr.

Genau das ist Wildimpuls.

Die nächste Gruppe startet am 19. Oktober. Die Anmeldung öffnet kurz davor.

Damit du den Start nicht verpasst, trag dich gerne schon unverbindlich in die Interessenten-Liste ein. Du bekommst dann sofort den genauen Anmeldetermin – und als Bonus schon vorab exklusive Einblicke, Übungen, Audiobooks und Videolektionen.

Kein Druck. Nur ein Vormerken.

? **Hier kostenlos in die Interessenten-Liste eintragen**

So, nun aber los mit diesem Plan:

**F**ertigkeit ?
**I**nteressant ?
**A**usrüstung ?
**B**ild ??

---

## Fertigkeit:

Die meisten laufen gerade an einem der besten Wildkräuter vorbei...

An der Brennnessel.

"Kenn ich, brennt, nein danke." Und weiter geht's.

Dabei geht es jetzt so langsam los: **Die Samen fangen an zu reifen.**

Diese kleinen grünen Perlen, die in dichten Rispen vom Stängel baumeln. Vollgepackt mit Eiweiß, gesunden Fettsäuren und Mineralstoffen. Ein echtes Superfood – kostenlos, direkt vor der Haustür. ?

An manchen Pflanzen hängen sie schon schön schwer. An vielen musst du dich noch ein, zwei, drei

Wochen gedulden, bis sie richtig reif sind.

Aber genau deshalb erzähle ich dir jetzt davon:

**Damit du vorbereitet bist, wenn es richtig losgeht.**

Ich streu sie übers Müsli, ins Brot, auf den Salat. Leicht nussig, knackig, richtig lecker.

Aber jetzt kommt der Punkt, der wichtig ist:

*Nicht jede Brennnessel trägt gleich "gute" Samen. Denn Brennnesseln sind zweihäusig – es gibt männliche und weibliche Pflanzen. Und zum Ernten willst du die weiblichen, die haben die Samen.*

Der Unterschied?

Die männlichen Blütenstände stehen waagerecht ab, fast wie kleine Antennen. Die weiblichen hängen schwer und dicht nach unten – das sind die mit den nahrhaften Samen.

Schau dir das Bild kurz an: Links siehst du die weibliche Pflanze mit ihren schwer nach unten hängenden Rispen. Rechts die männliche, deren Pollen waagerecht abstehen.

Wenn du das einmal gesehen hast, erkennst du es sofort. Und im Video in meinem Ratgeber zeige ich dir genau diesen Unterschied – das schaust du dir am besten kurz an, bevor du losziehst.

? **Brennnesselsamen ernten: männliche und weibliche Pflanzen unterscheiden**

*PS: Ernte mit Handschuhen und einer Schere in einen Beutel. Und nimm nie alles – lass genug für die Tiere stehen.*

# Interessant:

Ich kannte früher kaum Wildpflanzen. ?

Irgendwann wollte ich aber wissen, was da eigentlich überall um mich herum wächst.

Also habe ich klein angefangen.

Spitzwegerich. Löwenzahn. Brennnessel. Vogelmiere. Gänseblümchen.

Und irgendwann habe ich nicht mehr nur ihre Namen gelernt, sondern angefangen, etwas mit ihnen zu machen.

**Genau da verändert sich etwas.**

Aus einer Pflanze wird eine Bekannte.

*Mein Impuls hier: Fang klein an, 5 Pflanzen pro Jahr. Aber lernen sie wirklich kennen...*

Hier das Video dazu ???

---

# Ausrüstung:

Es ist eins meiner meist aufgerufenen Videos.

Ich habe es am 12.12.2022 veröffentlicht.

Dort zeige ich, wie du **mit einem leeren Feuerzeug** doch noch ein Feuer machst.

Die Resonanz war überwältigend. Das Video wurde auf YouTube und Instagram zu einem meiner meistgeklickten Beiträge.

Warum? Weil es zeitloses Wissen vermittelt - einen Trick, der immer relevant bleibt.

Es ist einer dieser unerwarteten Survival-Hacks, die man nie vergisst.

Neugierig geworden? Dann schau dir das kurze Video an. Ich bin gespannt, was du sagst.

---

# Bild:

Eigentlich wollte ich nur einen Sitzplatz machen.

In den Wald gehen, still werden, ankommen. Das war der Plan.

Aber wie immer – keine drei Minuten, und ich entdecke was. Es geht einfach nicht ohne. Total verrückt.

Diesmal: ein Stein, übersät mit zertrümmerten Schneckenhäusern.

Kein Zufall. Keine Laune der Natur. Sondern eine Werkstatt.

Genauer gesagt: eine Drosselschmiede.

Die Singdrossel hat ein Problem gelöst, für das sie keine Hände hat. Sie schnappt sich ein Schneckenhaus, fliegt zu ihrem Lieblingsstein – dem "Amboss" – und schlägt die Schnecke so lange dagegen, bis das Haus zerbricht. Erst dann kommt sie ans Innere.

Oft derselbe Stein. Immer dieselbe Technik.

Und wenn du so einen Stein einmal gefunden hast, erkennst du ihn sofort wieder: dutzende leere, zersplitterte Häuschen drumherum.

Ich bin dann genau dort sitzen geblieben. An der Werkstatt einer Drossel.

Und ehrlich? Besser hätte mein Sitzplatz gar nicht sein können.

Nächstes Mal im Wald: Wenn du einen Stein mit zerbrochenen Schneckenhäusern siehst – bleib stehen. Du hast gerade den Arbeitsplatz eines cleveren Vogels gefunden.

---

*Und falls du am Wochenende irgendwo vor einem Stein voller Schneckenhaustrümmer sitzt: Glückwunsch.*

*Du hast vermutlich gerade den Arbeitsplatz einer Drossel besetzt. ?*

*In wilder Verbundenheit,*
*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