

# LESEPROBE

## *Wildnisfamilie - Ein Jahr leben wie ein Naturvolk*

### *Von Equiano „Sun Eagle“ Intensio*

Ich bin 1986 in München geboren und zog mit zwei Monaten in ein kleines Dorf, in der Nähe von Freiburg im Breisgau. Dort verbrachte ich die ersten zwölf Jahre meines Lebens und hatte eine schöne Kindheit mit fürsorglichen Menschen um mich herum. Meine Hauptbezugspersonen waren meine Mutter und meine Oma, ich wuchs nicht mit meinem Vater auf. Mein zwölftes Lebensjahr brachte Veränderung und ich zog nach München. Vom Dorf in die Großstadt - in diesem Alter war München für mich gigantisch! - und es war mir eine Freude, plötzlich Supermärkte und Kaufhäuser in meiner Nähe zu haben.

Dann kam ich ins Jugendalter und entdeckte neue Reize. Neue, stylische Kleidung musste her, Gel kam in die Haare und eine ordentliche Designerparfumwolke durfte nicht fehlen. Schon bald begann ich mein Sexualleben zu erforschen. Disco und Party wurden interessant und die Nächte, sowie der Morgenschlaf wurden immer länger.

Nach einigen Jahren war mein Leben von Zigaretten, Alkohol, Marihuana, schlechter Ernährung und ungesundem Sexualverhalten geprägt. Sport war nur noch vage Erinnerung. Ich nahm an Gewicht zu, die Schule wurde mir sehr anstrengend und meine Konzentration war in alle Himmelsrichtungen zerstreut. Dieser Weg führte in einen depressionsartigen Zustand, in dem ich mich selbst kaum noch spürte. Ich erinnere mich noch genau an den Tag, an dem ich in den Spiegel sah und dort bloß einen Körper sah, doch keine Persönlichkeit mehr. Leere. Dieser teilzeitverweifelte Kerl fand irgendwie eine Ausbildungsstelle als Elektroniker. Kurz darauf, nach einem qualmstarken Urlaub in Amsterdam, beschloss ich regelmäßig joggen zu gehen und sowohl das Kiffen als auch das Rauchen aufzuhören. Das war ein neunmonatiger Prozess. Ich trank nur noch am Wochenende und fand neue Kontakte, unter anderem lernte ich meine damalige Partnerin kennen. Im Großen und Ganzen gelang es mir, ein sogenanntes normales Leben zu führen.

Doch machte sich immer wieder eine leise Stimme in mir bemerkbar. Irgendetwas wollte sie mir sagen, ich hörte es bloß nicht!

Dann stürzte und verletzte ich mich am Knie und lag drei Wochen im Bett bzw. wandelte auf Krücken. Dieser, aus heutiger Sicht geniale Unfall, schuf Ruhe in meinem Leben. Nun hörte ich die Stimme etwas besser. Ich spürte deutlich, dass ich gerade an einer Weggabelung stand. Der eine Weg würde zu einem gesellschaftlich normalen bzw. sogenannten sicheren Leben führen und ich würde immer mit einem unerfüllten Gefühl, dass etwas in meinem Leben fehlt, sein. Der andere Weg würde bedeuten, etwas zu wagen und meiner inneren Stimme zu folgen. Mir war zu diesem Zeitpunkt nicht bewusst, was das für Auswirkungen auf mein weiteres Leben haben sollte, und ich entschied mich für den zweiten Weg.

Kurz darauf besuchte ich Philosophieurse, las spirituelle Bücher und bekam beim Joggen wieder einen Bezug zur Natur. Letzteres weckte die Sehnsucht nach mehr Wissen und Können bezüglich des Seins in der Natur. Ich wusste nicht genau, wie das aussehen könnte. Nur zwei Wochen später, als meine Mutter mir mit dem Satz „Das wäre doch was für dich“, die Werbung einer Wildnisschule zeigte, entdeckte ich Wildnispädagogik. Begeistert meldete ich mich sofort zu einem Kurs an und setzte den nächsten Baustein in Richtung Veränderung. Meine Pläne, mich als Elektrotechniker weiterzubilden, schmiss ich über Bord und begann ein naturnahes Studium als Forstwirtschaftler.

Die Wildnisausbildung gefiel mir so gut, dass ich mehr wollte. Also fragte ich meinen Wildnislehrer, ob es nicht irgendwo einen Wildniskurs gebe, wo man länger sein könnte, als bloß ein Wochenende oder eine Woche? „Ja, in Amerika“, sagte er „.....dort kann man ein Jahr in der Wildnis leben.....“. Ich war vom ersten Moment an Feuer und Flamme und tief in mir wusste ich bereits, dass ich dorthin gehen würde! Nur wann? Mein Studium würde mindestens vier Jahre dauern? Also plante ich das Wildnisjahr nach dem Forststudium. Zwar war ich ein Student mit guten Noten, doch war da wieder diese innere Stimme. „Ist es das, was du wirklich machen möchtest?“, sagte sie. „Nein, doch hat es mit Natur zu tun und ein gutes Studium bringt mir Sicherheit“, gab ich zur Antwort. Das hatte ich mir selbst nicht ganz abgenommen, denn zu dieser Zeit hielt ich Sicherheit bereits für eine gesellschaftliche Illusion. Doch saß die Angst vor dem Ungewissen noch tief in meinen Knochen. Was ist wenn? Mit diesen Worten ging mein innerer Konflikt in die nächste Runde. Dann, auf einem Camp mit vielen natur- und spirituell interessierten Menschen besuchte ich mehrere Workshops und Vorträge. Unter anderem drei verschiedenartige Vorträge darüber, wie wichtig es sei, das zu leben was man wirklich leben möchte, Ängste hinter sich zu lassen und Verantwortung für innere Zufriedenheit zu übernehmen.

Es rüttelte mich kräftig durch und mit Tränen in den Augen blickte ich zum Himmel. Mir war klar, das Leben ist jetzt oder nie. Nach dem Camp sollte ich eigentlich einen einwöchigen Motorsägenkurs für mein Studium besuchen. Und obwohl ich mich bereits anders entschieden hatte, packte ich wie ein Roboter, als ob die Information noch nicht in meine Zellen übergegangen wäre, meine Sachen und fuhr in eine kleine Stadt nordöstlich von München in Richtung Motorsägenkurs. Ich schrieb mir die Wegbeschreibung heraus, so wie ich es immer tat und gelangte in die Kleinstadt. Doch aus irgendeinem unerfindlichen Grund fand ich das Forstgebäude nicht. Ich fand bisher immer alles, was ich mir herausgeschrieben! Vielleicht wollte ich es auch nicht finden. Dann kam ich zu einem großen Getreidefeld und parkte auf einer Wendepattform. Dort erblickte ich eine einzelne rote Mohnblume, die sich von den anderen Getreidepflanzen deutlich abhob. Ich verstand das Sinnbild sofort und setzte mich auf meinen schwarzen FIAT Punto. Tränen der Veränderung liefen mir über die Wangen und ich sang „Freiheit, Freiheits.....ist das einzige was zählt“. In diesem Moment brach die Wolkendecke

des bayrischen Einheitsgraus und die Sonne strahlte mir auf der kleinen Wendeplattform direkt ins Gesicht. Während ich diese Zeilen schreibe steigen mir Tränen in die Augen. Mir war klar, dass sich etwas Grundlegendes in meinem Leben verändern sollte. Ich würde von nun an meinen Traum leben!

Kurz darauf habe ich mein Studium erfolgreich abgebrochen und suchte nach einer Möglichkeit mietfrei und am besten in Gemeinschaft zu leben. Es ging keine drei Wochen, da saß ich in einem Vortrag über Gemeinschaftsbildung neben einem Mann. Er suchte einen Wildnispädagogen für sein Mehrgenerationenhaus. Einen Monat später war ich bereits im Allgäu und half dort für Kost und Logis mit. Die Betreuung eines zweijährigen Jungen im Mehrgenerationenhaus war der Start in meiner *Ausbildung zum Vater*, was mir in Amerika noch von Nutzen sein sollte.

Das war bei Weitem nicht der einzige *Zufall*, der meinen Weg bis dorthin begünstigte. Viele Menschen habe ich getroffen und konnte durch diese Begegnungen wachsen. *Zufälligerweise* lernte ich einen jungen Mann kennen, der nur eine Stunde vom Mehrgenerationenhaus entfernt wohnte und auch mit nach Amerika zum Wildnisjahr kommen würde - Unterstützung, welch ein Segen!

Die Vorbereitungen waren zwar nicht alle ganz einfach - Visum, Flug, Papiere, sonstige Vorbereitungen usw. - doch ging nichts schief! Alle Zeichen wiesen darauf hin, dass das jetzt gerade stimmig ist. Aus meiner Erfahrung passt es im Leben, wenns einfach läuft. Mal sehen, wie es weiter gehen würde...

Noch vor meinem Wildnisjahr machte ich mich mit meinem Auto auf den Weg und reiste zu einigen Menschen die mir im Laufe der letzten Jahre begegnet sind. Ich lebte bei meiner Familie, Freunden, im Englischen Garten, in einem Wildniscamp und erlebte Abenteuer wie am Gardasee, wo ich versteckt hinter Booten am Strand einer Promenade schlief.

Wenige Tage vor Abflug schrieb ich folgendes:

*„Nun sitze ich hier, meine Sachen sind gepackt und ich spüre ein Kribbeln in meiner Herzregion. Aufregung ist da, Freude über das Abenteuer, Angst vor dieser Herausforderung. Tiefe Dankbarkeit für diesen Reichtum, einen Weg einschlagen zu können, den mein Herz mir wies. Ich danke all den Menschen, die ich kennenlernen durfte, denn ohne sie wäre ich nun nicht der Mensch, der ich bin. Unterstützung kann sehr unterschiedlich aussehen, viele waren für mich da, wir haben zusammen gelacht, Zeit verbracht, uns ausgesprochen und vieles mehr - doch was mir am meisten in Erinnerung bleibt, sind die vielen Augen, in die ich bei all den Verabschiedungen blickte. Ich habe gespürt, wie mein Geben auch in ihnen etwas ausgelöst hat und war dankbar für deren Segen. Mehr und mehr bekam ich in den vergangenen Monaten das Gefühl, nicht nur für mich diesen Schritt zu tun, ich trage viele von ihnen mit mir...“*

*Was mich erwartet? Ganz ehrlich.....das weiß ich gar nicht genau. Hab zwar einiges gelesen, mich mit Menschen unterhalten, die das Wildnisjahr bereits machten und pflege bereits per E-Mail Kontakt zu den Menschen, die ich dort treffen werde. Doch kann ich eigentlich nichts darüber sagen.*

*Meine Vermutung: Ich denke, es wäre eine Illusion, zu erwarten, dass alles ganz locker und ohne Herausforderungen von statten geht, und warum würde ich denn dann reisen? Es geht hierbei bestimmt darum, an meine Grenzen zu gehen, sei es körperlich - Kälte, Nahrung, Komfort- oder vor allem emotional. Jeder, der einmal mit mehr Menschen als sich selbst zusammen gelebt hat, weiß wahrscheinlich, was ich meine. Konflikte entstehen, weil wir verschieden sind und jeder hat seine Sicht auf diese eine Welt. Und das ist auch gut so, auch wenn ich einige Jahre gebraucht habe, um das zu akzeptieren. Eines ist für mich klar, dies ist keine Flucht, denn ich bin mir darüber bewusst, dass ich mich selbst überall hin mitnehme! Einmal pro Mond werde ich voraussichtlich die Gelegenheit haben, mit meiner Familie zu telefonieren und mich per E-Mailbericht meinen Freunden mitzuteilen. Ich bin dankbar dafür, dass ich so viele Zuhörer habe und ich werde mich bemühen, meine Erfahrungen in den Wäldern so unverblümt und ehrlich wie möglich zu schildern. Mit allen Höhen und Tiefen. Nun noch ein paar Worte, die mich das Leben bis hierher gelebt hat und die ich besonders in den letzten Monaten mit mir herumtrug:“*

*„Wenn ich etwas von ganzem Herzen wünsche, kommt alles im Universum zusammen, damit es passiert.“*

*„Alles ist individuell - es gibt kein schwarz oder weiß, richtig oder falsch, sondern nur die volle Fülle aller Farben des Regenbogens - es liegt an mir, welche Erfahrung ich gerade machen möchte.“*

*„Ohne Veränderung höre ich auf, zu lernen, ohne zu lernen, höre ich auf zu leben.“*

*„Diese Erde versorgt mich mit allem, was ich brauche, um zu wachsen und zu gedeihen. Wenn es mir gut geht, kann ich dieser Erde und ihren Kindern etwas zurückgeben und binde mich damit an den Kreislauf aller Dinge an. Es ist also wichtig, dass es mir gut geht!“*

Während unserer Zeit in den Nordwäldern hatten wir einmal pro Mond die Möglichkeit, ins Basecamp zu wandern und dort per Telefon oder Computer Kontakt zu unseren Freunden und Verwandten aufzunehmen. Bei jedem dieser Besuche schrieb ich mehrere Stunden lang eine lange E-Mail über das, was gerade im Wildnisjahr passierte und sendete diese an viele Leute meines E-Mailverteilers. Somit nahmen diese Menschen auch am Abenteuer teil und manche warteten bereits jeden Mond gespannt auf den nächsten Bericht. Durch das viele positive Feedback bezüglich der bildhaften Berichte sprachen mich mehrere darauf an, daraus ein Buch zu machen. Mir gefiel die Idee und somit verbrachte ich viele Stunden nach dem Wildnisjahr am Laptop. Das Vorhaben schien wie gesegnet und schon bald gab es auch einen passenden Verlag und eine nette Frau, welche sich bereit erklärte, das Manuskript zu lektorieren. Dank der Aufforderung der Menschen aus dem E-Mailverteiler liegt nun dieses Buch vor dir. Eine gute Reise....

## KÖRPER & KOMFORT (aus Kapitel 3)

Für die kalte Jahreszeit wurde uns von der Wildnisschule ein spezieller Schlafsack wärmstens empfohlen. Dieser bestand aus einem null Grad Celsius Sommerschlafsack und einem minus zwanzig Grad Celsius Winterschlafsack, welche man zu einem minus vierzig Grad Celsius Superschlafsack kombinieren konnte. Riesige Teile, wenn man das Packmaß betrachtete, doch waren sie ja auch nicht fürs Reisen ausgelegt, eher für stationäre Aufenthalte - dafür genial warm! Ich fror also nicht des Nachts. Kritisch waren lediglich die Übergänge in den Schlafsack und aus dem Schlafsack heraus. Wie so oft im Leben waren auch hier Übergänge eine Herausforderung.

Wir trugen relativ dünne Kleidung. Deswegen war uns jedoch nicht zwingend kalt. Statt großer bulliger Winterjacken, so wie ich sie dabei hatte und die Guides mir rieten sie im Basecamp zu lassen, trugen wir mehrschichtige Wollkleidung. Ich trug eine lange Marinowollunterwäsche, einen Wollpullover darüber, dann eine Baumwollstrickjacke und ein bis drei weitere Wolljacken als Außenschichten. Zudem lernten wir bald, uns möglichst durch Bewegung, also innere Körperwärme warm zu halten.

Waschen lief mittlerweile so ab. Es dauerte etwas, bis ich mir mit dem Tomahawk ein Loch in die dicke Eisdecke des Sees schlug. Dann machte ich mich zuerst am Oberkörper frei und rubbelte fleißig mit meinem Waschlappen, den ich aus einem Handtuch herausschnitt. Wieder anziehen und der Unterkörper wurde auf die gleiche Art gewaschen. Wir lernten auch eine effektive Katzenwäsche, bei der man bloß die Füße, Kniekehlen, Intimbereich, Achselhöhlen, Hände und Gesicht wusch. Das sind die wichtigsten Stellen, um sich weiterhin frisch zu fühlen. Dreieinhalb Monde vor Ende des Programms wusch ich mir das letzte Mal die Haare im See und damit war ich bestimmt einer der letzten Haarwäscher. Als ich meine halberfrierenden Hände aus den Haaren nahm und zum Handtuch griff, muss ich wohl zu langsam gewesen sein, da meine nassen Haare unter einer Minute zu einem steifen Haarblock froren! Das war eine Erfahrung, damit hatte ich nicht gerechnet und ging schnell ans Feuer.

Wir mussten jeden Morgen ein Trinkloch in den See schlagen, um Wasser zur Verfügung zu haben. Lustig sah es aus, wenn Männer gerade beim Trinken waren, da dann unsere Bärte mit kleinen Eiszapfen behangen waren, ich dachte das gibts nur in Abenteuerbüchern, doch erlebte ich es am eigenen Leib und Mann spürt es noch nicht einmal. Das bemerkst du erst, wenn du an den Kids vorbeiläufst und die sich dann über dich schief lachen. Wie gesagt, bei diesem Leben sind die Anderen die Spiegel.

Interessant war auch, dass in der tiefsten Winterzeit niemand wirklich krank wurde. Dafür gab es umso mehr Verspannungen und Rückenbeschwerden. Das machte jedoch auch Sinn, da wir nur unter uns waren und wenn keiner irgendeine Erreger hat, dann kann auch nichts umhergehen.

*Frostbeule* ist eine Frostverletzung am Körper. Diese Verletzung ist nur oberflächlich, leicht zu behandeln und verheilt normalerweise gut. Die schlimmere Variante nennt sich *Erfrierung* und diese kann dann auch für die entsprechenden Körperstellen wirklich gefährlich werden.

Eines unserer Kinder bekam Frostbeulen an den Füßen, das waren zwei bis drei daumennagelgroße, offene Frostwunden. Jene wurden dann mit Schuhen wärmen, Erinnerungen die Füße am Feuer zu wärmen und täglicher Zuwendung erfolgreich geheilt. Damit dies nicht wieder passierte, bekam nun jedes Kind einen sogenannten *Fußbuddy*. Im Deutschen könnte man *Fußkeumpel* sagen :-). Ich war auch einer. Wir achteten darauf, dass die Kids ihre Füße sauber hielten, trockneten die Innenschuhe der Winterschuhe, da diese feucht wurden und gefrieren konnten und fragten stets nach dem Fußwärmeempfinden.

Dass die Innenschuhe der Kids nur von uns Erwachsenen getrocknet wurden, erschien mir teils unnötig. Ich traute ihnen mehr zu! Also erzählte ich abends manchmal eine Geschichte und ermutigte sie nebenbei ihre Innenschuhe selbst zu trocknen, bzw. ich einen, er einen. Nach mehreren Geschichtsabenden gewöhnten sich die Kids daran und trockneten ab und zu auch ohne Geschichte ihre Innenschuhe selbst. Yeah, geht doch!

Seit ich einen Winter in freier Natur verbrachte, verstehe ich auch das deutsche Wort arschkalt besser und kann mir dessen Ursprung gut vorstellen. Es war nämlich genauso wichtig, den Hintern warm zu halten, da auch dieser Frostbeulen oder Erfrierungen bekommen kann, wenn man zu lange mit zu wenig Unterlage auf kühlem Boden sitzt. Besonders Frauen sind für Hinternfrostbeulen anfällig, da sie meist mehr Fettgewebe haben. Manche Frauen und ein oder zwei Männer hatten die bläulichen Beulen am Hintern. Wir saßen grundsätzlich auf Fellen und es war empfehlenswert, noch was extra drunter zu legen. Einige Frauen nähten sich zusätzlich Hüftwärmer. Ich hatte mein selbstgenähtes Kissen, das ich im Sommer mit Torfmoos befüllt hatte. Es diente mir bestens und ich hatte keine gefährlichen Kälteerscheinungen!

Ein abendliches Ritual, das der Winter mit sich brachte, war das Trocknen von Kleidung. Wir trugen Wolle, keine moderne, nässeabweisende Kleidung. Doch hauptsächlich mussten die Innenschuhe unserer Winterschuhe getrocknet werden. Da der Schuh wasserdicht war, sammelte sich Feuchtigkeit in Socken und Innenschuhen. Das war für mich manchmal lästig und brachte wieder eine Komfortschwelle mit sich.

Die letzten drei Winter hatte ich stets Lippenrisse. Dabei bekam ich so trockene und raue Lippen, dass eine Risswunde meine Unterlippe zierte. Meine Mutter machte mich des Öfteren darauf aufmerksam, dass mir wohl ein bestimmter Nährstoff fehle. War es Omega3? Oder Omega6? Omega 19? Weiß nicht mehr, jedoch schien ich nun diesen Nährstoff zu bekommen! Meine Lippen waren stets weich und enthielten genügend Fettigkeit. Ich sags ja, hast du ein Problem - Bärenfett drauf und schon ists wieder angenehm!

Ein Eintrag aus meinem Tagebuch über meinen emotionalen Komfort in der tiefsten Winterzeit:

*„Die Zeit im Frostmond war wohl eine der herausforderndsten Zeiten im Wildnisjahr, wenn man das überhaupt ausmachen kann. Irgendwie fehlte jegliche Motivation, es gab keine Gruppenprojekte und ich habe Alltag in mein Leben kommen lassen. Das war noch nie ganz mein Ding und es liegt bestimmt an mir, dass es so kam, da hier viele Türen offen stehen, um etwas zu tun, doch wo war die Inspiration? Zu dieser Zeit war es sehr kalt und ich hatte mit Komfortweh zu kämpfen. Nach einer gewissen Zeit im Temperaturbereich zwischen minus zehn und minus zwanzig Grad, kommen einem nur minus fünf Grad nahezu sommerlich vor! Die beiden besten Dinge, die man dann machen kann, sind entweder am Feuer sitzen - was keine wirkliche Lösung für den ganzen Tag ist - oder Feuerholz sammeln. Zweiteres produziert innere Wärme und gewährt etwas Komfort. Die Wege zum Holz sammeln wurden länger, wir mussten immer weiter gehen, um gefallene Bäume abzuholzen. Dies steigert das körperliche Training jeden Tag auf natürliche Weise. Doch noch einmal zurück zur Kälte, hier gibt es im Winter hin und wieder ein Ereignis das sich Alberta Clipper nennt. Eine Kaltfront wie wir sie in Deutschland wohl nicht kennen. Sobald ich meine Handschube ausziehe ist es so kalt, dass meine Hände sofort beginnen weh zu tun. Ohne selbstgenähten Nasenschützer ist die Nase bald taub an der Spitze. Alles gefriert sofort, jede Art von leichter Feuchtigkeit in Haaren oder Bart zeigt sich weiß und eigentlich ist es am besten bei einem warmen Feuer in der Winterhütte zu sitzen. Glücklicherweise hatten wir dieses Ereignis nicht oft. Habe mir sagen lassen, dass es Winter gibt mit über zehn Alberta Clippers. Ich kannte solche Kälte nicht und habe herausgefunden, dass es sich dabei um Temperaturen von minus dreißig Grad Celsius handelt.“*

## GEMEINSCHAFT



Ein ganz normaler Winteralltag im Wildniswohnzimmer

Wir waren nun in unsere Winterbehausungen gezogen. Die Familien kamen in die beiden Winterhütten, in denen man sogar Feuer machen konnte und wir Singles schliefen draußen im Lean-To. Das Ding mit Schrägdach und ohne Wände. Wenn wir in unserer Gesellschaft doch oft den Anspruch auf Privatsphäre und eigene Räumlichkeiten haben, so definierte sich auch dies neu für mich. Ich schlief nun mit elf weiteren Leuten im Lean-To, Ellbogen an Ellbogen, nannte ich ganze zwei Quadratmeter meinen Raum, etwas Platz im Fußraum für eine kleine Tasche und Kleidung sowie Holzgegenstände ins Dach des Lean-To's gesteckt. Doch war es sinnig so eng zu schlafen, denn wenn einer meiner Ellbogennachbarn mal nicht da war, spürte ich wie es auf dieser Seite in der Nacht kälter war! Ein paar Nächte verbrachte ich auch in den Winterhütten, um die Atmosphäre und den Luxus eines brennenden Feuers zu genießen, bevor ich in den Schlafsack stieg. Doch ob du es glaubst oder nicht, ich schlief und schlafe auch immer noch am liebsten draußen und schließe meine Augen mit dem Bild der Himmelsdecke.

Morgens rollten wir unsere Schlafplätze ganz nach hinten, so dass allgemeiner Platz für jeden entstand. Nämlich direkt vor dem Lean-To war eine Plattform mit zwei Feuerstellen wo Kochen, Kreise und tägliche Aktivitäten stattfanden. *Mein Raum ist Dein Raum* war der Fall und wenn ich früher doch sehr meinen Rückzugsort brauchte, so lernte ich im Familienjahr Alternativen hierfür kennen. Zum Beispiel allein Holz sammeln gehen gab mir Zeit, für mich zu reflektieren und hielt gleichzeitig warm.

Die kalte Jahreszeit brachte auch wunderschöne Geschichtenerzählende mit sich. Es war eine tolle Erfahrung, mit zweiundzwanzig Leuten auf ca. zehn Quadratmetern halb aufeinander zu sitzen, ein warmes hohes Feuer in der Mitte, überall Kleidung zum Trocknen aufgehängt und guten Geschichtenerzählern zu lauschen! Stets ein Highlight für unsere Kids, die sich an Geschichten gar nicht satt hören konnten. Geschichten erzählen ersetzte bei uns praktisch den Fernseher und war eine gute Möglichkeit, um menschliche Werte zu vermitteln und Fröhlichkeit in unser Leben zu zaubern.

Eine bestimmte Zeit im Winter war von emotionalen Wachstumsschmerzen geprägt. Wir stellten fest, dass manche Personen im Clan Verhaltensmuster hatten, die den gesamten Clan schwächten und der Clan diese ungesunden Muster bereits mehrere Monde, unbewusst, unterstützte (beunfähigte). Das führte zu einem Redekreis, in dem der Clan beschloss, diese Personen nun dabei zu unterstützen, aus ihren alten, ungesunden Beziehungsmustern herauszutreten. Wenn ich von Beziehung spreche, meine ich Beziehung im Sinne von *zwischenmenschliche Beziehung*.

### HEILENDE STILLE

Eine Person im Clan war seit Anfang des Programms unsicher, ob sie bis zum Ende bleiben würde. Dieses emotionale Hin und Her wirkte sich öfters auf ihre Stimmung aus und hinderte sie an mancher Stelle so richtig einzutauchen und alles aus dieser einzigartigen Erfahrung herauszuholen. Meist beschäftigte sie der Gedanke abzurechnen deshalb, da ihr zweiter Sohn, der am Anfang des Programms ging und seither zu Hause bei seinem Vater und nicht bei ihr war. Schuldgefühle, dass sie nicht für ihn da sei, ließen sie schwanken. Im Groben gab der Clan ihr die Perspektive, dass es ihrem vierzehnjährigen Sohn gut ginge. Meiner Meinung nach das beste Alter für ein Jahr Mutterpause! Ihr anderer Sohn - sechs Jahre - war im Wildnisjahr schon viel gewachsen, wurde immer selbstbewusster und kam mittlerweile auch gut mit den älteren Kids aus. Zudem hätte

sie nun die Chance in den verbleibenden Wochen voll und ganz dabei zu sein und zu ernten was wir alle in der herausfordernden grünen Jahreszeit gesät hatten! Sie stellte sich vor, noch zweieinhalb Wochen hier zu genießen und dann Ende Januar zu gehen. Angenommen wir wären ein echter Clan, der in der Natur lebt, würdest du dich auf diese Person verlassen bzw. ihr voll und ganz vertrauen? Wir simulierten ein Naturvolk und nahmen das auch ernst. Zum Überleben musst du dich auf deine Clanmitglieder verlassen können, alles andere könnte gefährlich enden. Eine Sichtweise, die unsere moderne Gesellschaft gar nicht zulässt, da jeder als Individuum ohne Gemeinschaft leben kann. Zudem erfuhren wir, dass sie dieses Hin-und-Her-Muster auch in der Beziehung mit ihrem Mann hatte, was die Beziehung nicht gerade stärkte. Auch ich kenne das von mir aus einer meiner früheren Beziehungen und sehe, wie wichtig es ist, eine klare Entscheidung für oder wider zu treffen. Alles andere ist verletzend, für mich Selbst und Andere.

Das Ultimatum: Keine zweieinhalb Wochen, entweder jetzt voll und ganz fürs Bleiben entscheiden oder gleich gehen. Da sie sich nicht gleich entscheiden konnte, unterstützten wir sie drei Tage lang, indem keiner mit ihr sprach oder mit ihr agierte. Nach drei Tagen erzählte sie dem Clan von ihrem Prozess in dieser Zeit, wie schmerzhaft es anfangs war und wie wohltuend sie die Stille später empfand. Es war einmalig für sie, für drei Tage sich wie Luft inmitten ihren Clanmitgliedern zu bewegen und einfach nur zu beobachten - Außen wie Innen. Dann traf sie eine klare Entscheidung. Sie packte ihre Sachen und wanderte mit ihrem Sohn zum Basecamp, um das Programm zu verlassen. Dort blieben sie fünf Tage und verschiedene Prozesse liefen noch in ihr ab; nachdem man das Programm beendet hat, hat man eine Woche, um doch wieder zurückzukehren, das ist die Tradition. Ich wusste nicht, ob ich lachen oder weinen sollte, als sie wieder mit ihrem Sohn im Wildniscamp stand und sich dazu entschied zu bleiben. Im Clan kamen einige Emotionen auf. Doch waren wir letztendlich froh, dass sie nicht ging!

Von diesem Zeitpunkt an gab es kein Hin und Her mehr, sie wusste nun deutlicher denn je zuvor um ihr Muster, wie verletzend es für den Clan war und blieb bis zum Schluss.