
Entdecke das Geheimnis
der Natur.
WILDNISPÄDAGOGIK I ARBEITSHEFT

Geschrieben von Jens Büttner, Kevin Hildebrandt & Patrick Schiller

office@terea.de



**Wir widmen diese Ausbildung, sowie unsere gesamte Arbeit den Kindern von heute,
ihren Kindern und den zukünftigen Kindern für die nächsten sieben Generationen.**

Inhalt Teil 1

KAPITEL I – DIE WURZELN DES WISSENS 8

Unsere Geschichte.....8

Was auf dich wartet.....10

KAPITEL II – ERWEITERE DEINE WAHRNEHMUNG 12

Großvater und Tom.....12

Die Naturwahrnehmungsübung.....12

Das Schreiben.....13

Der Trigger.....13

Tag 1.....14

Tag 5.....32

Tag 2.....18

Tag 6.....36

Tag 3.....22

Tag 7.....40

Tag 4.....27

Die finale Aufgabe.....46

KAPITEL III – DEINE ERSTE KERNROUTINE 48

Der geheime Platz.....48

Deine Sitzplatzroutine.....49

Deine Sitzplatzaufgaben.....51

Die finale Aufgabe.....62

So geht es weiter.....64

KAPITEL IV – DEIN NEUES ZUHAUSE 66

Das Survival Mind.....66

Das Ende unserer Fertigkeiten.....68

Schutzbehausung.....71

Das Feuer.....76

Übung macht die Meister.....78

Deine Checkliste.....80

Ich möchte dich an dieser Stelle noch einmal herzlich willkommen heißen, in unserer einjährigen Wildnispädagogikausbildung. Ich hoffe, dass sie dir eine lohnende Erfahrung ist.

Teil I



DIE WURZELN DES WISSENS

Unsere Geschichte.

Mit dieser Wildnispädagogikausbildung wird ein Traum wahr, für uns, die wir der Natur verfallen sind und unser Wissen und unsere Fertigkeiten mit anderen teilen wollen. Wir freuen uns, dass du dich für diesen Kurs angemeldet hast. Wir hoffen, dass du in diesem Jahr einen Eindruck von dem Mysterium bekommst, das sich entfaltet, während du den Spuren folgst, die an deinem zuhause Beginnen.

Unser Lehrgang hat eine Geschichte, schon bevor er begonnen hat. Es ist ein Körper aus Überlieferungen, die uns Orientierung geben, uns sagen, woher wir kommen, wo wir stehen und wohin wir gehen. Alles begann mit einem Apache Scout am Ende der amerikanischen Landnahme. In seinen späteren Jahren begann er in den Pine Barrens von New Jersey sein Wissen an zwei lokale zwölfjährige Vorstadtjungen weiterzugeben. Einer dieser Jungs wuchs auf um Tom Brown Jr. zu werden, bekannt als der Autor von „Der Fährtensucher“ und Gründer der Tracker School. In seinem Buch beschreibt er, wie sein weiser Mentor ihn in die Mysterien der Natur initiierte.

“Stalking Wolf gab niemals selbst eine Antwort, aber er brachte mich auf die Fragen, die mich zu meinen eigenen Antworten führten. Er lehrte mich sehen und hören, gehen und still sein; er lehrte mich, geduldig und findig zu sein, zu erkennen und zu verstehen. Er lehrte mich, unsichtbare Dinge aus den Fährten zu lesen, die jede Bewegung zurücklässt.

Er lehrte mich, selbst dem Geheimnisvollen auf die Spur zu kommen... Ich konnte den Vogel nicht sehen, aber ich konnte in den Spuren, die er hinterließ, seine Bewegungen sehen. Ich konnte sehen, was sich an diesem Ort verändert hat, während er gekommen und gegangen war, die Samen, die hier nicht wachsen, die Spuren im Schnee, den Schnee selbst der dort schmolz, wo er eigentlich nicht liegen sollte. Ich konnte den Vogel fast so deutlich vor mir sehen, als stünde ich neben ihm, während er seine Routine abspielte. Die erste Spur ist das Ende einer Kette. Am anderen Ende bewegt sich irgendein Wesen, ein Geheimnis, das alle paar Handbreit einen Hinweis auf sich selbst hinterlässt, etwas über sich verrät, bis du es schließlich fast leibhaftig vor dir siehst, noch ehe du es erreichst. Das Geheimnis entschleierte sich langsam, Spur für Spur, aber es verrät seine Herkunft bald, um dich in seinen Bann zu ziehen. Du folgst der Spur, und sie erzählt dir wesentliche, ganz persönliche Einzelheiten über das Leben dessen, der sie hinterließ, und bald ist er dir vertraut wie ein alter Freund.”¹

In Tom Browns 50ern, war seine Tracker School der Ort für Menschen, die sich auf den alten Pfad des Lebens in der Wildnis begeben wollten. Unter diesen Schülern waren auch Jürgen Gerzabeck, Gero Wever und Wolfgang Peham. Wie Tom Brown waren auch sie von der Sehnsucht getrieben, den Spuren immer tiefer in die Wildnis zu folgen. So nahmen alle drei den Faden auf, zu einem Vermächtnis, das sie dazu führte, die ersten Wildnisschule in Deutschland und Österreich zu gründen. Über diese Pioniere bahnte sich das alte Wissen den Weg nach Europa. Hier pflanzte es sich fort und gelangte auch zu uns um nun, nach vielen Jahren des Übens, Vertiefens und Weiterentwickelns, an dich weitergegeben zu werden.

„Glaube mir, denn ich habe es erfahren, du wirst mehr in den Wäldern finden als in den Büchern. Bäume und Steine werden dich lehren, was du von keinem Lehrmeister hörst.“
Bernhard von Clairvaux

¹ Tom Brown Jr. und William Jon Watkins (1978), Der Fährtenfinder – Der authentische Bericht eines der letzten Spurenleser im heutigen Amerika, Scherz Verlages, Bern und München,

Was auf dich wartet.

Unsere Ausbildung besteht aus drei Pfaden, die dir helfen, dich auf emotionaler, sinnlicher und kognitiver Ebene mit der Natur zu verbinden. Wenn du es schaffst alle drei Pfade gleichzeitig zu gehen, wenn du dich in diesem Jahr voll hingibst, dann wirst du dein Wissen und deine Verbindung zur Natur auf eine Ebene heben, die das Potenzial hat, über die Grenzen deiner Vorstellung hinauszugehen.

Die Basis unserer Ausbildung sind unsere Wildniswochenenden und doch wirst du die meisten Dinge außerhalb dieser Wochenenden lernen, manches sogar unsichtbar. Hierbei begleitet dich unser Arbeitsheft. Es gibt dir die nötigen Inspirationen und weckt deine Neugier, um am Ball zu bleiben. In ihm findest du den Pfad der Naturwahrnehmung, den Pfad des Naturwissens und den Pfad der Überlebensfertigkeiten. Zu deiner Orientierung haben wir ihnen Symbole zugeordnet, die dir im Arbeitsheft wiederbegegnen werden.



Im Pfad der Naturwahrnehmung sind alle Texte und Übungen dafür ausgelegt, von dir kontinuierlich geübt zu werden.



Der Pfad des Naturwissens versorgt dich mit Übungen, die dir helfen dein Hintergrundwissen über die Natur aufzubauen.



Der Pfad der Überlebensfertigkeiten, führt dich zur Vertiefung deiner Fertigkeiten zum Leben in der Wildnis.

Deinen wichtigsten Helfer in diesem Jahr habe ich dir bisher unterschlagen. Wenn du dir all das Wissen, dass du hier draußen zum Leben brauchst, allein beibringen willst, dann wirst du ein einsamer Eremit. Wenn du dich jedoch in Gemeinschaft darum kümmerst, dann gedeiht die Schwarmintelligenz: Du wirst von den Erfahrungen der anderen profitieren, so wie sie von deinen. Das ist der fruchtbare Boden, auf dem die Samen der Erkenntnis sprießen können. Der Wildnisclan, mit dem du diese Pfade begehst, wird dich tragen, inspirieren und motivieren. Hierfür dient vor allem der Austausch am Lagerfeuer und zwischen den Treffen.

Von hier an möchten wir, deine Trainer*innen, unsere Gedanken zu einem Gedanken zusammennehmen und aus der Singularität unseres Verstandes als eine Person zu dir sprechen. Wenn du beim Lesen ein Gesicht brauchst, dann stell dir einfach die Trainer*innen vor, die dir am passendsten für diesen Abschnitt erscheinen.

Kapitel II



ERWEITERE DEINE WAHRNEHMUNG

Großvater und Tom

Großvater streifte oft mit Tom durch die Pine Barrens von New Jersey. Und Großvater schien rege Freude daran zu haben Tom nach jedem Gang Fragen zu stellen. Es waren Frage über das, was Tom erlebt oder gesehen hatte. Tom gab bereitwillig Antwort und war meist stolz auf sich und was er alles wahrgenommen hatte. Wenn er nicht mehr weiterwusste, fragte Großvater gezielter: Woher kam der Wind Tom? Hast du die Amsel gehört, die vor dem Fuchs warnte? Das versteckte Reh neben unserem Weg? Dann war Tom überrascht, was er alles übersehen hatte. So wiederholte es sich während seiner gesamten Lehrzeit bei Großvater – zehn Jahre lang. Es führte dazu, dass Toms Aufmerksamkeit stetig wuchs, indem er seine Sinne mehr und mehr weitete. Er trainierte sie wie einen Muskel, bis er alles um sich herum wahrnehmen konnte und er begann eins zu werden mit seiner Umwelt.

Der Naturwahrnehmungspfadkonzentriert sich auf diese Ausdehnung deiner Wahrnehmung. Es dreht sich alles darum, deine Augen, deine Ohren und all die anderen Sinne auf eine Weise zu nutzen, wie sie in der modernen Naturkunde nicht mehr geübt wird. Unsere Ausbildung beinhaltet viele Feldübungen, um das weiter zu trainieren. Wenn du jeden Tag daran arbeitest, wirst du im Ergebnis neue Muster in dein Wahrnehmungsfeld bringen und deine Fähigkeit verbessern Dinge mit dem „Geistigen Auge“ zu visualisieren, deinem Bauchgefühl zu folgen und zur richtigen Zeit am richtigen Ort zu sein. Kurz gesagt lädt dich dieser Pfad ein, das Mysterium der Natur zu erforschen.

Die Naturwahrnehmungsübung

Wir halten dich an, einige Übungen über den Tag verteilt zu praktizieren. Wir haben dazu Übungen gewählt, die in jeden Zeitplan und Arbeitsalltag passen, so dass du hierfür keine Zeit von deinen üblichen täglichen Verantwortungen abziehen musst. Es wird zwei Arten von Übungen geben. Die ersten sind kleine Wahrnehmungsspiele, die du absolut überall spielen kannst. Im Auto, beim Lunch, während eines langweiligen Meetings, bei einem Waldspaziergang, oder während du auf den Bus wartest. Überall! Wir nennen sie einfach „Das Spiel“. Magst du Spiele?

Die zweite Art Übungen ist ebenso spielerisch, doch sie erfordern, dass du dich hinsetzt und ohne jede Ablenkung darauf konzentrierst. Du kannst das am Abend tun, vielleicht

Kapitel IV



DEIN NEUES ZUHAUSE

Das Survival Mind

Du und ich, wir wären heute nicht hier, hätten unsere Vorfahren, in den tausenden von Jahren vor Ackerbau und Viehzucht nicht Survival praktiziert. Die naturnahen Kulturen hatten eine Notwendigkeit gemein; in einer wilden Landschaft zu überleben, in der die Gehirnmuster von den Kurven des Landes und den Kräften des Klimas geformt werden und in der laut Stalking Wolf „das Tier ein Instrument ist, das von der Landschaft gespielt wird“. Alle indigenen Kulturen teilen die raue Erfahrung des aufschießenden Adrenalins, der Kampf- oder Fluchtreaktion. Sie alle empfinden ein tiefes Gefühl der Verwandtschaft mit den Elementen ihrer natürlichen Umgebung und erkennen an, dass Menschen nur eine Melodie unter vielen spielen.

Das Survival Mind ist die wichtigste Fertigkeit derer, die mit den Elementen der Natur leben. Für sie ist es Lebensnotwendig, dass jedes ihrer Mitglieder über Einfallsreichtum, Eigenständigkeit und Improvisationstalent verfügt.

Jon Young erzählt dazu gern eine Geschichte, die er bei den San Buschleuten erlebte. Damals besuchte er eines ihrer Dörfer in Namibia, um mehr über ihr Leben und ihre Fertigkeiten zu erfahren. Er saß bei den Frauen, die mit Hausarbeiten beschäftigt waren und beobachtete das Treiben. Vor dem Dorf spielten zwei Brüder mit Pfeil und Bogen. Der größere war zwölf und schoss seine Pfeile auf ein Gebüsch etwa 20 Meter entfernt. Als alle Pfeile verschossen waren, rannte der sechsjährige Bruder los und holte sie wieder. Das trieben sie - mit wenigen Pausen, in denen sie kleineren Entdeckungen nachgingen – den ganzen Morgen.

Als es auf Mittag zuging, fragte sich Jon, wann die Jungs eigentlich Hunger bekommen würden. Zuhause wären die Kinder längst nach drinnen gekommen: „Mamma, Mamma, was gibt es heute zu essen?“ Bei diesen beiden war nichts dergleichen zu erwarten.

Doch von einem Moment auf den anderen erstarrten die beiden Brüder und richteten ihren Blick auf das Gebüsch. Aus Spaß wurde Ernst. Langsam schlich sich der ältere der beiden lautlos in das Dickicht hinein, immer tiefer, bis er ganz aus Jons Blickfeld verschwand. Der kleinere stand noch immer zur Salzsäule erstarrt da. Anspannung lag in der Luft. Plötzlich gab es einen Aufschrei aus dem Gebüsch. Wenige Sekunden später sprang der Große aus dem Gebüsch hervor. Er strahlte über beide Ohren. In der Hand hielt er eine Rotschopftrappe, durchbohrt von seinem Pfeil. Daraufhin sprang der

sechsjährige los und sammelte Hölzer und Zweige. Der große rupfte derweil die Rappe und nahm sie aus.

Als der Kleine zurückkam, setzte er sich neben seinen Bruder, nahm den Stängel einer Königskerze und das weiche Holz einer Pappel zur Hand. Gemeinsam rieben die Brüder den Stängel der Königskerze auf dem Pappelholz, bis es zu Rauchen begann. Wenig später brannte ein Feuer und die beiden Jungs rösteten vor dem Dorf ihr Mittagessen.

Diese Kinder wurden früh von der infantilen Hilflosigkeit in die Selbstwirksamkeit geführt. Dahinter steckt mehr als das bloße Erlernen von Survival Handwerk: Sie entwickeln die Gelassenheit, die Herausforderungen des Lebens zu bestehen. Survivalleben steckt in unser aller Knochen und Blut. Man könnte behaupten, dass die modernen Menschen noch immer Jäger und Sammler sind, doch die Landschaft gibt uns eine andere Rückmeldung. Kinder lernen heute, was sie drücken oder drehen müssen, wann sie anzuhalten haben und welche Wertschätzung man häuslichen und von Menschen geschaffenen Dingen entgegenbringen soll. Das moderne Leben schließt völlig die Notwendigkeit aus, in einer unmittelbaren Beziehung mit der Natur zu bestehen.

Die durch das Survivalleben entstehenden mentalen Gewohnheiten sind verblasst: Einfallsreichtum, Eigenständigkeit und Improvisation. Es sind die mentalen Gewohnheiten, die auch im Alltag darüber entscheiden, wie gelassen wir mit den Herausforderungen des Lebens umgehen. Deshalb lernen wir etwas über eine innere Gelassenheit, wenn wir über Tonweya sprechen. Tonweya ist ein Lakota Wort und bedeutet Scout. Es bedeutet aber auch Überleben. Bei den Lakota musste ein Scout wissen, wie er überlebt, da er meist auf sich allein gestellt war, wenn er meilenweit durch die Wildnis streifte. Diese Scouts mussten die Überlebensfertigkeiten blind beherrschen. Das gleiche galt auch für die Apachen Scouts. Das gleiche galt für alle Kulturen in denen einzelne ohne jede Hilfe von außen und fast ohne Ausrüstung weite Reisen durch die Wildnis unternahmen. Sie waren völlig auf sich allein gestellt, ohne Zuflucht in ein Haus, ohne Google. Sie hatten nur ihren Körper, das Land, ein wenig Kleidung und ihre Survivalausrüstung - wenn sie überhaupt eine mitnahmen. Denn die eigentliche Survivalausrüstung, der eigentliche Survivalgürtel ist Wissen, ist Können. Je mehr man kann und weiß, desto weniger muss man mitnehmen. Je mehr man mit seiner Umgebung vertraut ist, je mehr man sich dort zuhause fühlt, umso weniger Ausrüstung braucht man, um zu überleben. Es geht also nicht nur darum Überlebens-

" Zusammenfassend kann die Survivalerfahrung sehr schwierig sein, wenn du dich absichtlich an deine Grenzen bringst, dein Lager häufig verschiebst oder dich von kalten Füßen, schmutzigen Haaren oder anderen Strapazen des primitiven Lebens stören lässt. Aber wenn du deine eigenen Wünsche von deinen Bedürfnissen trennst und die Schönheiten sehen kannst, die dich umgeben, wenn du dich in guter körperlicher Verfassung hältst und die Herausforderung des Survival mit gut geschliffenen Fertigkeiten meistern kannst, wirst du leicht in einer Überlebenssituation bestehen und das Gefühl des Einssein kennenlernen, dass aus dem Herzen der Wildnis fließt." Tom Brown Jr.

techniken zu Trainieren und sich Survivalwissen anzueignen. Es geht darum sich in der Natur wohl, ja sich zuhause zu fühlen. Es geht darum unsere Komfortzone zu erweitern, den Bereich, in dem wir uns wohlfühlen - uns in immer wilderen Gegenden wohlzufühlen. Wir reden also nicht nur über intellektuelle Fertigkeiten. Es geht auch um diese Gelassenheit in uns, das Bewusste herbeirufen des Gefühls, hier bin ich zuhause, ganz egal wo ich gerade bin.

Das Ende unserer Fertigkeiten

Von Jens Büttner

Als ich 15 oder 16 Jahre alt war, wollten mein Freund Jakob und ich, wie die Scouts oder unser Filmheld Rambo unentdeckt in den Wäldern unterwegs sein. Wir wollten wie sie nur unseren Körper, das Land und so wenig wie möglich Ausrüstung dabei haben. Wir beschlossen unseren olivgrünen Armeeponchos mit Lackfarben ein Tarnfleckmuster zu geben, um unsichtbarer zu werden und unsere Schlafsäcke zuhause zu lassen. An einem bewölkten Freitagnachmittag zogen wir los, in warmer Kleidung, mit unseren Ponchos und unseren Messern am Gürtel. Wir waren bereit, die Abenteuer der Wildnis zu bestehen.

Abseits der Wege schlichen wir uns durch die Wälder mit dem Ziel eine kleine Höhle zu erreichen. In ihrem Schutz wollten wir die Nacht verbringen. Nach etwa einer halben Stunde Wegstrecke begann es zu nieseln. Auch der erste Hunger machte sich breit. Der Niesel ging alsbald in einen ausdauernden Landregen über. Immer größer rannen die Tropfen an den ausladenden Ästen der jungen Fichten herunter und fielen auf die langen Halme der Riedgräser. Mit jedem Schritt streiften wir mit unseren Schuhen, Schienbeinen und unseren Armen dutzende von ihnen ab. Schon nach einer Stunde waren unsere Schuhe durchgeweicht, unsere Jeanshosen und