

Die Kunst des Überlebens

Survival-Experte Tobias Krüger zeigt, wie er ohne Strom und Maschinen in der Wildnis zurechtkommt. Er baut sich eine wärmende Hütte, sucht Nahrung und entfacht ein Feuer. Fertigkeiten, die jedem nützen könnten, wie er glaubt.



Tobias Krüger baut aus Ästen eine Hütte, die er mit Laub abdeckt.

Von Marcus Stöcklin

Wie Rambo sieht Tobias Krüger (26) nicht gerade aus. Eher so, als könnte er keiner Fliege was zuleide tun. Schmal, hoch aufgeschossen, unter einer kleinen Studentenbrille schauen freundliche braune Augen hervor. Er trägt Jeans, Turnschuhe und eine unauffällige Jack-Wolfskin-Jacke. Der martialische Name des Outdoor-Ausrüsters ist aber auch das Einzige an ihm, was entfernt an Survival erinnert. Dabei ist genau das Tobias Krügers Job. Überleben.

„Die Natur muss dein Freund sein“, sagt er. „Mit der richtigen Einstellung entdeckst du, wie viele Angebote sie dir macht.“ Er kniet vor einem morschen Baumstamm, in einem kleinen Waldstück unweit der A 24. Es ist ein eher nasser, kalter Tag, auch wenn es heute nicht regnet. Doch Tobias Krüger würde auch das nicht schrecken. Das Wetter zum Überleben nimmt er, wie es kommt.

Er bricht ein tablettgroßes Stück Holz aus dem Stamm und pult darin herum. Flink windet ein Tausendfüßler sich hervor, versucht emsig krabbelnd zu entwischen. Doch Krüger ist schneller. Mit Daumen und Zeigefinger hält er das In-

sekt, zwickt mit der anderen Hand den Kopf ab und zieht dann den Darm heraus. „Schmeckt so besser“, bemerkt er entschuldigend. „Der Tausendfüßler verdaut ja das morsche Holz, das könnte einen bitteren Beigeschmack geben.“ Er steckt das Krabbeltier zwischen die Zähne, beginnt zu kauen. Seine Augen sind leicht zusammengekniffen, das Gesicht angespannt, wie bei einer Weinverkostung. Es ist das erste Mal, dass er dieses vielfüßige Insekt probiert, verrät er. „Schmeckt auch nicht anders als Heuschrecke oder Spinne.“ Die nächsten Tausendfüßler – es sind genügend davon da – isst er im Ganzen, mit Kopf und Darm. „Der ganze Ekel vor Insekten ist in unserer Gesellschaft nur anerzogen. An sich ist das völlig unnatürlich. Und in anderen Kulturen auch nicht üblich. Da gelten Larven oder Ameisen als Delikatesse.“

Frühstück in der Wildnis. Doch von dem kleinen Imbiss, der Fett und Protein liefert, wird niemand satt. Krüger pflückt etwas Sauerklee, sieht sich kauernd nach weiterer Nahrung um. Mit dem Taschenmesser schält er von einer jungen Fichte etwas Rinde und schabt das direkt darunter liegende Kambium ab. „Das ist die Wachstumsschicht. Die hat viele Vitamine. Gerade jetzt im Winter ist das wichtig.“

Wäre ein Gewässer in der Nähe, würde der Überlebenskünstler versuchen, Rohrkolben-Wurzeln auszugraben. „Die schmecken im Frühling und Herbst wie Spargel.“ Auch Brombeerbblätter sind essbar, genauso wie viele Beeren, soweit sie auf der Zunge kein „pelzi-

ges Gefühl“ erzeugen. „Dann sollte man die Finger davon lassen.“

Wer einen Angelhaken hat oder sich aus Zweigen eine Reuse bauen kann, könnte versuchen Fische zu fangen. Auch Mäuse sind genießbar. Krüger beginnt, aus zwei ineinander verkeilten Stöckchen und einem großen, flachen Stein eine Falle zu bauen. „Ich bringe einen Köder an, ein Stück Obst zum Beispiel. Und zwar so, dass das Stöckchen umfällt und der Stein nachrutscht, wenn die Maus am Köder zieht.“ Andere kleine Tiere würde Krüger mit Schlingen fangen, Eichhörnchen zum Beispiel oder Vögel.

Wenn es ums Überleben geht. Das ist die Grundüberlegung von Tobias Krüger. „Es

ist eine Illusion zu glauben, so wie wir jetzt leben, geht es immer weiter.“ Krüger ist da pessimistisch. „Unsere Lebensweise unterscheidet sich von der im Mittelalter im Wesentlichen dadurch, dass wir heute über Strom und Maschinen verfügen. Stellen Sie sich vor, was los wäre, wenn alleine der Strom mehrere Tage hintereinander ausfallen würde.“

Kein unrealistisches Szenario, glaubt der Survival-Experte. Auch Tage nach dem Hurrikan „Irene“ beispielsweise waren Ende August noch Städte in den USA ohne Elektrizität. Krüger philosophiert über verschiedene Weltuntergangstheorien, vom Asteroideneinschlag, der den Himmel verdunkelt bis zum Mega-Vulkanausbruch. „Dann wären wir auf die Natur angewiesen.“

Wärme ist ein Schlüsselwort. Selbst bei großer Kälte könne eine einfache Hütte aus Holz und Laub die nötige Isolierung verschaffen, so Krüger. Er lehnt einen stabilen Ast an einen Baumstamm, legt seitlich kleinere Äste an.



Mit zwei Stöckchen und einem Stein baut Krüger eine Mausefalle.



Feuer – mit einem Funken und Zunder entfacht.

„Das Innere der Hütte fülle ich mit soviel Laub, dass ich gerade noch hineinkriechen kann.“ Als Dach häuft er ebenfalls trockene Blätter auf, eineinhalb Meter hoch. „Wenn das Laub trocken ist, kann man in so einer Hütte bis zu 20 Grad unter Null überstehen.“

Im Wald einfacher als in der baumarmen Stadt. Doch auch dort wüsste Krüger sich zu helfen. „Es ist gut, das Fenster eines kleinen Zimmers mit Papier abzudichten. Dann baut man sich eine Hütte aus Matratzen und legt viele Decken hinein.“ Aus einem Mülleimer oder einem Metallfass könne man sich zudem einen Ofen bauen. „In den Boden mache ich einige Löcher, oben in den Deckel, sofern ich einen habe, auch eins.“ Eine Regenrinne kann als Ofenrohr fungieren. Eine Öffnung nach draußen muss gewährleisten, dass der Qualm abzieht.

Zum Wärmen, aber auch zum Zubereiten von Nahrung ist ein Feuer unerlässlich. „Streichhölzer oder Feuerzeuge halten im Zweifel nicht ewig vor“, meint Krüger. Er braucht dafür nur Zunder, einen scharfkantigen Feuerstein und ein gebogenes Stück Eisen. Tobias Krüger hat Birkenrinde auf den Boden gelegt, darauf getrocknete Farnblätter und auseinandergezupfte Rohrkolbenfasern. Das Eisen schlägt er gegen den Stein, so erzeugt er einen Funken und bringt den Zunder zum Brennen. Er hebt ihn auf und bläst vorsichtig hinein. Eine rötliche Flamme flackert aus seinen Händen hervor.

Der Horizont hat sich inzwischen rosa verfärbt, die Sonne geht unter – es wird Nacht. Wohl dem, der nun eine Unterkunft und ein Feuer hat. Und vielleicht eine Maus zum Abendessen.

Der ganze Ekel vor Insekten ist in unserer Gesellschaft nur anerzogen. An sich ist das völlig unnatürlich. Und in anderen Kulturen auch nicht üblich. Da gelten Larven oder Ameisen als Delikatesse.“

Survival-Trainer
Tobias Krüger (26)

Tobias Krüger beim Frühstück: Es gibt Tausendfüßler. Sie schmecken ähnlich wie Heuschrecken.

Fotos: Tim Jelonek

Zur Person

Tobias Krüger (26) ist von Beruf Kulturpädagoge. Er stammt aus Hannover und ist Partner des Survival-Spezialisten Heiko Gärtner. Gemeinsam bieten die beiden in ganz Deutschland Schulungen und Kurse für Manager oder Schulklassen an. Die beiden schreiben an einem Survival-Leitfaden mit der Arbeitsüberschrift „Leben und Überleben in der Wildnis“ und an einem Buch über Nautrheilkunst mit Hilfe von Wildkräutern. Ein Buch mit dem Titel „Jetzt reicht's – Gruppendynamik leicht gemacht“ ist in Arbeit und soll dieses Jahr erscheinen. Internet: www.heiko-gaertner.de

„Die Natur ist unser Partner“

Interview mit Survival-Papst Rüdiger Nehberg über anerzogenen Ekel und darüber, was wir von den Naturvölkern lernen können.

Rüdiger Nehberg (76), auch „Sir Vital“ genannt, gilt als der Papst der Überlebenskünstler. Er ist das große Vorbild von Tobias Krüger, die beiden kennen sich jedoch nicht. Nehberg, gelernter Konditormeister aus Rausdorf (Stormarn) bezwang 1972 in einem selbstgebauten Boot den Blauen Nil. 1980 begann sein Kampf für die Rechte der Yanomami-Indianer in Brasilien. 1981 durchquerte er Deutschland zu Fuß und ernährte sich von Gefundenem. 2000 überquerte er den Atlantik auf einer massiven Tanne.

LN: Survival ist Ihr Leben. Viele eifern Ihnen nach. Wie wichtig ist es heute in unserer Gesellschaft, sich mit so etwas auseinanderzusetzen?
Rüdiger Nehberg: Wir alle können jederzeit in Situationen geraten, in

denen Überlebenskünstler wichtig werden. Sei es bei einem Flugzeugabsturz im Urwald, nach Katastrophen oder ganz einfach bei einem Stromausfall.

LN: Heißt das, wir sollten alle einmal probieren Insekten zu essen?

Nehberg: Den Ekel vor Insekten zu überwinden kann einem in bestimmten Situationen das Leben retten. In anderen Kulturen gehören sie zum Speiseplan. Aber wir in Europa müssen deshalb nicht umdenken. Bei uns ist das Nahrungsangebot auch so groß genug.

LN: Hat Ekel nicht auch eine natürliche Schutzfunktion?

Nehberg: Ja. Man muss zwischen begründetem und unbegründetem Ekel unterscheiden. Begründet ist

etwa der Ekel vor Verwesendem. Ekel würde ich mir nie völlig abtrainieren, genau wie Angst. Aber man kann lernen, damit umzugehen. Bevor ich den Atlantik mit einem Baum-Boot überquerte, hatte ich wahnsinnige Angst vor wilden Wassern. Ich nahm an einem Training der Kampfschwimmer in Eckernförde teil. Die warfen mich gefesselt ins Wasser. Ich geriet in Panik und ging unter. Dann habe ich gelernt, kühlen Kopf zu bewahren und oben zu bleiben.

LN: Sie engagieren sich für bedrohte Völker wie die Yanomami-Indianer in Südamerika. Was können wir von Naturvölkern lernen?

Nehberg: Mehr Bescheidenheit. Die Yanomami kennen keine Überbevölkerung, keinen Müll und kei-

nen Fortschrittsglauben. Sie empfinden keine Gier nach Luxus.

LN: Kann es sein, das Naturerleben und Religion zusammenhängen?

Nehberg: Auf sich gestellt in der Natur wird einem klar, dass es eine Schöpfungskraft gibt, der man ausgeliefert ist, die einen ungefragt in die Welt gesetzt hat und einen, wie in meinem Fall, schließlich rapide zu recyceln beginnt. Um damit klarzukommen, hat der Mensch seinen Verstand.

LN: Es gibt viele Survival-Handbücher, Sie haben eines der bekanntesten verfasst. Doch sind wir notfalls nicht auch selbst in der Lage zu erkennen, was zu tun ist?

Nehberg: Ja, Not macht erfindend. Man kommt schnell darauf,

mit einem Grabstock oder einem scharfen Stein in der Erde nach Nahrung zu graben. Und merkt, dass man auch mit seiner Energie sparsam umgehen muss. Die meiste Energie verbraucht der Körper, um seine Temperatur auf 37 Grad zu halten. Warme Kleidung hilft. Die Natur ist nicht unser Gegner – sie ist ein Partner. Wenn wir das verstehen, können wir auch lernen, verantwortungsbewusster mit unserer Umwelt umzugehen.

Interview: Marcus Stöcklin

„Überleben ums Verrecken“, Rüdiger Nehberg, Serie Piper, 12,95 Euro ISBN13 978-3-492-24410-7

Droht der Weltuntergang?

Ein Asteroid könnte theoretisch auf der Erde einschlagen und je nach Größe eine atombombenähnliche Explosion verursachen, die schlimmstenfalls die Sonne verdunkeln würde. Ein ähnlicher Einschlag führte vermutlich zum Aussterben der Dinosaurier.

Der Maya Kalender beendet zur Wintersonnenwende am 21. Dezember 2012 einen seiner großen Zyklen – und hört dann auf. Viele deuten das als Prophezeiung des Endes unseres Erdzeitalters. Es gibt jedoch andere Schriften der Maya, die weit über 2012 hinausgehen.

Eine grausame Kältewelle führt nach der Mythologie der Edda den Weltuntergang herbei: Drei Jahre wird die Erde von einem schrecklichen Winter heimgesucht werden. Die Kälte wird unerträglich sein. Die Kreaturen der Welt werden verhungern. Dem folgen Weltenbrand und Überschwemmung.