Keine zweite Erde

Jürgen Gerzabek weiss, wie man in Krisenzeiten in der Stadt überlebt – vor allem aber ist er mit dem feinen Netz der Natur verbunden und lehrt auch andere, über das uralte «World Wide Web» zu kommunizieren.

VON EVA ROSENFELDER

Vor der Bahnhofspost in Schaffhausen wollen wir uns treffen. Die Stadt am Rhein liegt streckenmässig in der Mitte unserer Aufenthaltsorte. Ich bin zeitig dort, lehne an einer von der Frühlingssonne aufgewärmten Hauswand und beobachte die vorübereilenden Passanten. Vielleicht wird er sich ja unsichtbar machen? Immerhin ist Jürgen Gerzabek Scout und Wildnisspezialist, Meister des Survival, einer, der sich ungesehen anpirschen kann, der physisch und psychisch trainiert ist auf höchste Achtsamkeit und Präsenz.

Gerzabek führt in Österreich eine «Wildnis-Agentur», die es sich zur Aufgabe gemacht hat, zwischen Natur und Mensch zu «vermitteln», die Gesetze der Natur körperlich erfahrbar zu machen und wieder zu lernen, in der Wildnis mit den Gaben der Erde zu leben. Aus Gerzabeks Sicht gehören auch urbane Lebensräume dazu, und er bietet spezielle Seminare an, in denen trainiert wird, wie man im Stadtdschungel überleben kann, auch in Zeiten der Krise.

Seine Ankunft ist unspektakulär, sein Auftreten schlicht. In nichts unterscheidet sich der sportliche blonde Mann von den Passanten, weder ist er barfuss, noch schmückt er sich mit fremden Federn ... Er trägt einen leichten Rucksack. «Hier ist alles drin für den Ernstfall», wird er mir später versichern. Wir machen uns gemeinsam auf in die Altstadt, alsbald ins Gespräch vertieft, während ich versuche auszumachen, was ein versierter Scout denn so beobachtet.

VORAUSSICHT ÜBEN

Wozu braucht es Survival-Fertigkeiten in unserer sicheren Zivilisation, in der alles zu haben ist? Die Wildtiere sind längst gezähmt oder vertrieben, die Gefahren der Natur sind von Technik und Medizin gebannt. Wir haben heute doch ganz andere Probleme: Wirtschaftskrise, Burnout und andere psychosomatische Stresssymptome, Umweltverschmutzung ... Survival – ist das nicht was für fanatische Pfadfinder? «Für mich ist Survival nicht nur das Überleben in Ausnahmesituationen. Survival ist immer präsent. Die Allgegenwärtigkeit von Survival erleben wir täglich, wenn wir unsere physischen Grundbedürfnisse zu stillen haben. In der modernen Welt tun wir das mittels Geld. Es gibt uns die Illusion, unabhängig zu sein von der Natur. Dennoch – müssen wir nicht auch das Geld erjagen, um überleben zu können? Gibt es nicht auch in den Städten ‹Raubtiere›, die uns verschlingen, und Gefahren, die uns zerstören können?»

VOM PFADFINDER ZUM WILDNISTRAINER

Gerzabeks Weg in die Wildnis begann im zarten Alter von zwölf Jahren. Ihm geriet ein Pfadfinderbüchlein in die Hände, das ihn nicht mehr losliess. Mit seinen Freunden erprobte er alle Tricks und das Leben im Wald. Wo und wie schlafen? Wie Feuer machen ohne Streichhölzer? Wo gibt es Wasser? Nahrung? Als Jugendlicher war er bereits so angetan, dass er beschloss, allein in einer Waldhütte zu leben. Selbst seine Eltern konnte er davon überzeugen. In dieser Zeit knüpfte er bereits erste Kontakte mit seinem Tracking-Lehrer und Mentor Tom Brown aus New Jersey, der von Grossvater Stalking Wolf, einem Apachen, in die Weisheit der Wildnis eingeweiht worden war.

Diese Begegnung verfeinerte mehr und mehr seine Wildnisfertigkeiten und die Wahrnehmung gegenüber allem, was ihn umgab. Es waren einfache Überlegungen, die ihn antrieben.

Erst ein zeitgeschichtlicher Wimpernschlag ist es her, seit die Menschen sich davon gelöst haben, als Teil der Natur zu leben. Noch unsere Grosseltern haben ihren Speiseplan in Notzeiten aus der Natur bereichert mit selbst gesammelten Früchten, Wurzeln und Kräutern, oft waren sie bis in den Win-

Was anziehen, wenn man nichts mehr zum Anziehen besitzt? Schuh aus Karton selber herstellen mit Material aus dem Müll.

ter draussen barfuss unterwegs. Heute leben wir immer mehr in einer virtuellen, scheinbar von der Natur gelösten Realität. Und wir fragen uns ernstlich, warum wir Probleme haben mit Zivilisationskrankheiten, Suchtverhalten, Machtmissbrauch, Umweltzerstörung, Krieg ... Je weiter der Mensch sich von seinen Wurzeln entfernt, von der Realität der natürlichen Welt, desto grösser werden die Probleme auf allen Ebenen. Verbinden wir uns doch wieder mit der natürlichen Welt, treten wieder in eine gefühlte Beziehung mit Pflanzen, Bäumen, Vögeln, Tieren und allem, was das Leben ausmacht! So können wir die Zusammenhänge erkennen, woher alles kommt. So heilen wir uns selbst und damit auch die Gemeinschaften, in denen wir leben.

NATUR-AGENTUR

Gerzabek war ein eifriger Schüler. Kaum zwanzig Jahre alt, gründete er bereits eine eigene Natur- und Wildnisschule. Es folgte ein Wildniswerlag, unter dem er heute Fern-Mentoring-Programme vertreibt, etwa die «massgeschneiderte Krisenvorbereitung». Mit dem Angebot von Urban Survival will er die Leute in deren Lebensraum abholen.

«Mein stärkster Antrieb war es, unabhängig und frei in jeder Umgebung leben beziehungsweise überleben zu können. Ich habe erfahren, dass ich das selbst kann, und empfand in der Stadt ein starkes Gefühl der Entmündigung. Wirklich autark zu leben, bedeutet, die wichtigsten Grundbedürfnisse des Menschen unabhängig erfüllen zu können, sei es in der Wildnis oder in urbanen Gebieten – dazu gehört Voraussicht und damit auch Krisenvorsorge.»

Man müsse immer mit dem Schlimmsten rechnen, Gefahren frühzeitig erkennen und die Realität erfassen, ohne sie durch die Brille der eigenen Glaubenssätze zu entstellen. Jedes Tier bereitet sich auf einen langen Winter vor, und so haben es auch unsere Vorfahren getan.

«Dass es heute nicht fünf vor zwölf, sondern bereits schon nach zwölf ist, verrät die Natur jedem, der hinschaut. Geh mal raus und schau dir den Wald an! Kaum ein Baum oder eine Pflanze, die nicht von Kräuselkrankheiten, Pilzen, Ungeziefer befallen oder sonst wie krank ist. In den Medien berichtet man längst nicht mehr von Waldsterben, saurem Regen oder Ozonloch. Wir selbst müssen die Zeichen lesen. Und auch mir soll niemand etwas glauben, ohne es selbst überprüft zu haben!»

AUF DEM PULVERFASS

Arbeitet man sich durch Gerzabeks DVD-Serie *Survival in der Krise*, wird klar, dass hier einer mit dem Schlimmsten rechnet. Hier geht es nicht um naturphilosophische Schwärmerei, sondern um hartes Training, um Fakten, vor denen die meisten von uns wohl lieber die Augen verschliessen. «Unser heutiges Leben basiert auf Zerstörung, wir haben den Planeten geplündert, der Zustand der Erde ist katastrophal – und immer noch lassen wir uns von oberflächlichen Problemen wie etwa einer Finanzkrise einlullen. Das wird uns von den Medien vorgegaukelt, um von wesentlichen Dingen abzulenken. Die Erde ist volligepumpt mit Chemie, die gespeichert ist in Wasser, Luft und Erde. Niemand kann abschätzen, was wirklich geschieht, wenn sich diese Substanzen vermischen, niemand kennt die Langzeitfolgen. Doch wen kümmert's? Noch funktioniert ja oberflächlich alles. Doch das kann sich sehr schnell ändern.»

Der Survival-Trainer findet es dringend nötig, richtiges Verhalten jetzt zu trainieren. «Unter Stress reagieren wir nach unseren eingespielten Mustern. Im Ernstfall bleibt keine Zeit mehr, um neues Verhalten zu erlernen.»

BILD: PD

Jürgen Gerzabek mit Begleitung auf Survival-Trip – hier im Dschungel Thailands.

ANGST AM SCHOPF PACKEN

Wie kann man sich optimal auf Krisen vorbereiten? Gerzabek lässt kein Szenario unbeachtet. Ein Notgepäck sollte man immer bereit haben. Er leitet an, sein Haus krisensicher einzurichten wie in Kriegszeiten mit Notvorräten, Wasser, alternativen Heizquellen, um bis zu drei Monate autark leben zu können. «Wenn nur schon Strom- oder Wasserzufuhr mal unterbrochen sind, kann es ohne Vorsorge bald eng werden ... Was ist, wenn man sogar sein Haus verlassen und fliehen muss? Ursachen dafür könnte es viele geben. Und wie bewegt man sich sicher, wenn eine Stadt zum Krisendschungel geworden ist? Solche Situationen zu üben, weckt auch das Bewusstsein, die alltägliche Umgebung und seine Mitmenschen ganz neu wahrzunehmen.»

Wie erstellt man einen persönlichen Evakuationsplan? Welche Gegenstände sind lebenswichtig? Der Survival-Spezialist lässt nichts unbedacht. Das soziale Netzwerk gelte es zu überdenken, die richtige Fortbewegung in der Stadt. Wo gibt es sichere Orte, an denen man sich verstecken oder schlafen kann? Wie kann man sich aus der Gefangenschaft befreien? Ich staune nicht schlecht, als Gerzabek ein Set vorgefertigter Drähtchen aus der Brieftasche zieht: «Um Handschellen und Schlösser zu öffnen ...!» Seine Augen blitzen schelmisch. Der fast spielerische Umgang mit dem «schlimmstmöglichen Fall» verdutzt mich. Doch sein Credo ist: Stell dich deiner schlimmsten Angst, und sie wird sich auflösen.

INNEREIEN DER STADT

Mit Kursteilnehmern übt er den Ernstfall ganz real. Sie schlafen in Abfallcontainern, klettern über Stacheldrähte und Mauern, erkunden Kanalsysteme und knacken Schlösser. Die Spannung ist hoch, denn ab und zu wird man bei solchem Treiben auch entdeckt – etwa von der Wiener Polizei beim Heraussteigen aus einem Kanalsystem ...

Aus Abfällen werden Werkzeuge, Destilliergeräte, Kleider und Waffen erstellt. Am letzten Kurstag werden die Teilnehmer gar entführt und gefangen genommen. Sie müssen sich ohne jedes Hilfsmittel selbst befreien, schwimmen manchmal gar mit Handschellen durch die Donau ...

Räuber und Poli für Erwachsene? «Erst wenn man Stress real empfindet, lernt der Körper bleibend das richtige Verhalten, auf das er im Ernstfall zurückgreifen kann», so Gerzabek. Dazu gehöre auch, wie man seine Identität verschleiert oder verändert, wie man Hindernisse in der Stadt überwindet oder sich unsichtbar macht – etwas, das zur ganz hohen Stufe der Bewusstseinsschulung gehört.

DAS WAHRE WWW

Echte Vorsorge ist es, Gefahren vorauszusehen, Gefahrenzonen zu meiden und eine erhöhte Präsenz zu entwickeln. Diese Wachheit hilft auch im Alltag; sie ermöglicht es, Situationen zu entschärfen und Mitmenschen wahrzunehmen. Wer erkennt, was ist, kann damit spielen und verfügt über feine Antennen. «Unsere Scout-Leute trainieren in der Wildnis, werden mit verbundenen Augen hunderte Meter weit voneinander im Wald ausgesetzt. Sie alle entwickeln ausnahmslos die Fähigkeit, blind und rein über ihr Gespür den vereinbarten Treffpunkt aufzusuchen. Wer diese Fähigkeiten einmal entwickelt hat, wird unabhängig von Handy, Elektronik und Technik – das ist die beste Art der Vorsorge, seinen Anschluss ans immerwährende World Wide Web herzustellen und sich damit wieder mit den feinen Strängen der Natur zu verbinden ... Nur wer mit der Erde verbunden ist, kann auch von ihr getragen und genährt werden.» ■

www.krisenvorbereitung.com
www.wildnisverlag.at
www.wildnisschulenportal-europa.de