

39-jähriger Familienvater spricht über seinen monatelangen Ausstieg aus der Zivilisation

Von Claudia Marsal

Für ein Jahr hatte Bastian Barucker die normale Welt verlassen. Nach seiner Rückkehr schrieb der 39-Jährige ein Buch, das er nun in der Uckermark vorstellen will.

UCKERMARK. Überlebenstrainer Bastian Barucker hat auf der anderen Seite des Ozeans ein Jahr in der Wildnis verbracht. Der als Prozessbegleiter für Gefühls- und Körperarbeit tätige Ex-Berliner sagt nach diesen zwölf Monaten: „Das war eine Reise in eine Welt, die mir unbekannt war. Mein Weltbild von der Natur und mein bisheriges Bild von mir haben sich verwandelt, und es brauchte das volle Eintauchen in das naturverbundene Clanleben, damit dies geschehen konnte. Die ständige, direkte und sinnliche Verbindung zum sich immerfort verändernden Fluss der Natur haben mir sehr dabei geholfen, meine nicht-menschlichen Verwandten und auch mich selbst wahrzunehmen. Es fühlte sich wie ein Erwachen an. Manchmal war die Zeit sehr herausfordernd, weil es mir währenddessen und auch schon vorher schwerfiel, vertrau-

ensvolle Langzeitbeziehungen zu führen. Ein enormer Aufwand an Heilungsarbeit war notwendig, um meine alten, angstbasierten Gewohnheiten zu ändern. Diese Herausforderung brachte mich an meine Grenzen und manchmal über sie hinaus.“

Der Grund und die Motivation für die Entscheidung, ein Jahr die Zivilisation zu verlassen und in eine erdnahe Lebensweise einzutauchen, sei sehr einfach gewesen, erklärt der 39-Jährige: „Es war klar, dass ich die über mehrere Jahre erlernten Wildnisfertigkeiten wirklich leben wollte. Es war auch klar, dass es etwas in mir gibt, das mich davon abhält, gesunde Beziehungen zu anderen und zu mir selbst zu führen. Deshalb war ich voller Vorfreude und auch Anspannung, als ich mit dem Kanu auf dem See nach Süden fuhr und mir klar wurde, mit welchen Leuten ich das nächste Jahr verbringen würde.“

Gemeinsam mit anderen lebte der Vater eines Sohnes in einem Clan permanent in der Wildnis von Wisconsin bei der Teaching Drum Outdoor School. „In diesem Jahr lernten wir, was es bedeutet, den natürlichen Rhythmen zu folgen und sich ihnen an-



Bastian Barucker spricht über seinen Ausstieg aus der Zivilisation bei einem Vortrag in der Uckermark. FOTO: PRIVAT

zupassen. Wir lernten, dass ein Native (ursprünglich lebender Jäger und Sammler) seiner Umwelt sehr gewahr ist und ihrem Ruf folgt, um die Bedürfnisse seines Clans zu befriedigen. Wir lernten, dass wir, um komfortabel draußen zu leben, auf uns Acht geben müssen und dass wir uns anpassen müssen. Die alte Vorstellung von der Kontrolle über die Umwelt funktioniert nicht, und uns wurde klar, dass wir bei jedem Wetter im Wald leben können, wenn wir spontan und flexibel sind und dem Lied des Waldes lauschen. Jeden Tag sammelten wir Es-



Das Buch „Auf Spurensuche nach Natürlichkeit“ ist im Buchhandel erhältlich

FOTO: SCREENSHOT

sen, fischten, stellten Fallen, machten Feuer ohne Streichhölzer, bauten Wigwams, sammelten Holz, gerbten Leder und vieles mehr. Die Fähigkeiten wurden ein Teil von uns, und wir bauten intensive Beziehungen zu unserer Umgebung auf...“

Das ist ein Auszug aus dem Buch, welches Bastian Barucker 2022 mittels einer Crowdfunding-Aktion bei Startnext veröffentlichen konnte. Für das Projekt hatte der Wilderness Guide 10 000 Euro benötigt, um Layout, Lektorat, Grafikdesign, Druck und Versand bezahlen zu können. Letzt-

lich kamen dank 253 Unterstützern in zwei Monaten 10 614 Euro zusammen. Der Wildnispädagoge möchte seinen Erstling „Auf Spurensuche nach Natürlichkeit“ am 5. Oktober in der Uckermark vorstellen. An diesem Tag wird der Gründer der „Wildnisschule Waldkauz“ ab 18 Uhr in der Kirche Malchow sprechen.

Abschließend sagt der ausgebildete Überlebenstrainer: „Durch die intensiven und gemeinschaftlichen Aufenthalte in der Wildnis Nordamerikas und Skandinaviens und das Studium von Jäger- und Sammlerkulturen habe ich das ursprüngliche Leben als voller Weisheit und Wissen kennen gelernt. Diese alten Schätze des Wissens können uns bei aktuellen gesellschaftlichen Fragestellungen als Inspiration dienen. Mithilfe der Gefühls- und Körperarbeit habe ich zu erst tiefgehende Selbsterfahrungen gemacht und dabei begriffen, wie stark frühe Erfahrungen meine Persönlichkeit geprägt haben.“

Das Buch ist nur im Buchhandel und beim Massel Verlag zu beziehen. Bastian Barucker hat sich dafür entschieden, Amazon zu boykotieren.