

# Inhaltsverzeichnis

|                |          |
|----------------|----------|
| <b>Vorwort</b> | <b>6</b> |
|----------------|----------|

|                  |          |
|------------------|----------|
| <b>Der Autor</b> | <b>7</b> |
|------------------|----------|

|                                              |          |
|----------------------------------------------|----------|
| <b>Grundsätzliches<br/>zum Leben im Wald</b> | <b>8</b> |
|----------------------------------------------|----------|

|                             |   |
|-----------------------------|---|
| Die richtige Geisteshaltung | 9 |
|-----------------------------|---|

|              |    |
|--------------|----|
| Körperpflege | 10 |
|--------------|----|

|             |    |
|-------------|----|
| Tagesablauf | 11 |
|-------------|----|

|           |    |
|-----------|----|
| Am Morgen | 11 |
|-----------|----|

|           |    |
|-----------|----|
| Am Mittag | 12 |
|-----------|----|

|          |    |
|----------|----|
| Am Abend | 12 |
|----------|----|

|              |    |
|--------------|----|
| In der Nacht | 12 |
|--------------|----|

|                                                  |           |
|--------------------------------------------------|-----------|
| <b>Wie man sich<br/>im Wald richtig entleert</b> | <b>13</b> |
|--------------------------------------------------|-----------|

|                                                  |           |
|--------------------------------------------------|-----------|
| <b>Persönliche Ausrüstung<br/>und Bekleidung</b> | <b>15</b> |
|--------------------------------------------------|-----------|

|                 |           |
|-----------------|-----------|
| <b>Kleidung</b> | <b>16</b> |
|-----------------|-----------|

|         |    |
|---------|----|
| Stiefel | 16 |
|---------|----|

|                |    |
|----------------|----|
| Oberbekleidung | 17 |
|----------------|----|

|        |    |
|--------|----|
| Socken | 18 |
|--------|----|

|               |    |
|---------------|----|
| Kopfbedeckung | 18 |
|---------------|----|

|                                         |           |
|-----------------------------------------|-----------|
| <b>Was man immer dabei haben sollte</b> | <b>18</b> |
|-----------------------------------------|-----------|

|          |    |
|----------|----|
| Rucksack | 20 |
|----------|----|

|            |    |
|------------|----|
| Brotbeutel | 21 |
|------------|----|

|       |    |
|-------|----|
| Truhe | 22 |
|-------|----|

|                   |    |
|-------------------|----|
| Seile und Schnüre | 23 |
|-------------------|----|

|          |    |
|----------|----|
| Schaufel | 24 |
|----------|----|

|                 |    |
|-----------------|----|
| Erste-Hilfe-Set | 25 |
|-----------------|----|

|         |    |
|---------|----|
| Nähzeug | 28 |
|---------|----|

|               |    |
|---------------|----|
| Schuhputzzeug | 31 |
|---------------|----|

|                                           |           |
|-------------------------------------------|-----------|
| <b>Messer und<br/>wie man sie benutzt</b> | <b>32</b> |
|-------------------------------------------|-----------|

|                         |    |
|-------------------------|----|
| Das richtige Messer ... | 33 |
|-------------------------|----|

|                     |  |
|---------------------|--|
| ... und wie man das |  |
|---------------------|--|

|                        |    |
|------------------------|----|
| Messer richtig benutzt | 35 |
|------------------------|----|

|                    |    |
|--------------------|----|
| Pflege des Messers | 37 |
|--------------------|----|

|                                     |           |
|-------------------------------------|-----------|
| <b>Äxte und wie man sie benutzt</b> | <b>40</b> |
|-------------------------------------|-----------|

|                      |    |
|----------------------|----|
| Die richtige Axt ... | 41 |
|----------------------|----|

|                         |  |
|-------------------------|--|
| ... und wie man die Axt |  |
|-------------------------|--|

|                 |    |
|-----------------|----|
| richtig benutzt | 43 |
|-----------------|----|

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| Sicherer Umgang mit der Axt | 48 |
|-----------------------------|----|

|                 |    |
|-----------------|----|
| Äste abschlagen | 49 |
|-----------------|----|

|                                          |           |
|------------------------------------------|-----------|
| <b>Sägen und<br/>wie man sie benutzt</b> | <b>50</b> |
|------------------------------------------|-----------|

|                       |    |
|-----------------------|----|
| Die richtige Säge ... | 51 |
|-----------------------|----|

|                          |  |
|--------------------------|--|
| ... und wie man die Säge |  |
|--------------------------|--|

|                 |    |
|-----------------|----|
| richtig benutzt | 54 |
|-----------------|----|



|                                          |           |                                           |            |
|------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------|------------|
| <b>Waffen</b>                            | <b>55</b> | <b>Licht im Dunkeln</b>                   | <b>90</b>  |
| Welche Waffe?                            | 56        | Fackeln                                   | 94         |
| Büchse                                   | 59        | Improvisiertes Licht                      | 95         |
| Flinte                                   | 60        |                                           |            |
| <b>Feuer</b>                             | <b>62</b> | <b>Wasser und Nahrung</b>                 | <b>97</b>  |
| Feuer machen –<br>Grundsätzliches vorweg | 63        | Grundsätzliches                           | 98         |
| Feuerstein und Stahl                     | 65        | Kochen am Feuer                           | 99         |
| Feuerstahl                               | 68        | Weiteres nützliches Zubehör               | 101        |
| Magnesium-Feuerstarter                   | 69        | Früchte aus der Natur                     | 101        |
| Streichhölzer                            | 70        | Proviand für draußen                      | 104        |
| Feuerzeuge                               | 72        | Mehl                                      | 104        |
| Brennstoff                               | 73        | Was macht man aus dem Mehl?               | 105        |
|                                          |           | Speck                                     | 105        |
|                                          |           | Trockenfleisch                            | 106        |
|                                          |           | Salz                                      | 106        |
|                                          |           | Cayenne-Pfeffer                           | 106        |
|                                          |           | Zucker                                    | 106        |
|                                          |           | Getränke                                  | 106        |
|                                          |           | Schnelles Frühstück                       | 106        |
|                                          |           | Dutch-Oven                                | 113        |
|                                          |           | Rezept: Baked Beans im Bean-Hole          | 114        |
|                                          |           | Gestell für Kochgeschirr                  | 119        |
|                                          |           | Kochgerüst aus<br>natürlichen Materialien | 120        |
|                                          |           | <b>Unterkunft</b>                         | <b>123</b> |
|                                          |           | Allgemeines                               | 124        |
|                                          |           | Unterstellen unter einen Baum             | 124        |
|                                          |           | Blockhüttenbau                            | 125        |
|                                          |           | Zelte                                     | 126        |
|                                          |           | Permanentes Camp                          | 127        |
|                                          |           | Der Zeltofen                              | 130        |



|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| Hilfsmittel zum Feuermachen       | 75 |
| Verschiedene Feuerarten           | 75 |
| Zunder                            | 81 |
| Feuerstarter                      | 87 |
| Feuer anmachen ohne Streichhölzer | 88 |



|                                  |     |
|----------------------------------|-----|
| Biwaksack oder Schlafsackhülle   | 133 |
| Regenschutz aus Poncho oder Tarp | 134 |
| Allgemeines zu Decken            | 136 |
| Schlafen unter der Decke am Baum | 137 |
| Schlafen mit einer Decke         | 137 |
| Deckenrolle                      | 140 |
| Lang und dünn                    | 141 |
| Kurz und dick                    | 141 |
| Decke als Mantelersatz           | 144 |
| Bettrolle                        | 146 |
| Wetterschutz                     | 146 |
| Schlafplatz                      | 146 |
| Notunterkünfte                   | 147 |
| Etwas Festeres                   | 148 |

## Was die Natur an Praktischem zu bieten hat 150

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| Knochen                 | 151 |
| Horn                    | 152 |
| Baumrinde               | 153 |
| Harz                    | 154 |
| Klebstoff aus der Natur | 154 |
| Bienenwachs             | 156 |

|                                                 |     |
|-------------------------------------------------|-----|
| Holzkohle                                       | 157 |
| Birkensaft                                      | 157 |
| Ahornsirup                                      | 157 |
| Verschiedene Holzarten<br>und wozu sie gut sind | 158 |
| Borsten                                         | 160 |
| Rohhaut                                         | 161 |
| Hirschhorn                                      | 162 |
| Sehnen                                          | 163 |
| Federn                                          | 164 |

## Praktische Fertigkeiten 165

|                             |     |
|-----------------------------|-----|
| Schnüre flechten            | 166 |
| Mit Zweigen binden          | 167 |
| Dreibein                    | 169 |
| Leder lochen                | 169 |
| Lederschnüre                | 171 |
| Lederschnüre verbinden      | 171 |
| Lederknopf selber machen    | 171 |
| Lederbeutel                 | 172 |
| Packrahmen bauen            | 173 |
| Holz lochen                 | 176 |
| Holz verbinden              | 178 |
| Haken aus Holz              | 180 |
| Einen Stab sauber abtrennen | 181 |
| Kerbe am Ende eines Stabes  | 182 |
| Wanderstab                  | 184 |



## Vorwort

Die meisten Survival-Bücher setzen voraus, dass man als einziger einen Flugzeugabsturz über dem kolumbianischen Dschungel, der Antarktis oder der Wüste Gobi überlebt mit nicht mehr als einem Kugelschreiber, einer leeren Coladose und seiner Uhrkette. Aber wie man es sich im heimischen Wald bequem macht, wenn man Zeit und Muße, seine komplette Ausrüstung und genug Proviant hat, das steht nirgends.



Immer wieder bekomme ich das eine oder andere »Survival-Buch« in die Hand, und jedes Mal tauchen wieder dieselben abgekupferten Fallen auf. In den meisten Fallen wird niemals jemand etwas fangen. Ich stelle seit bald 30 Jahren Wild bevorzugt mit Fallen nach, und daher weiß ich, wie schwer es ist, in einem gut besetzten Revier einigermaßen Strecke zu machen. Von einer ausreichenden Versorgung mit Fleisch kann dabei keine Rede sein. Und wenn ich beispielsweise beim Bisamfang eine größere Strecke erziele, dann nur, weil ich jede Menge richtiger Fallen einsetze und mit meinem Auto so viele Kilometer verfare, wie sie zu Fuß niemals an einem Tag zu bewältigen wären. Mit anderen Worten, beim Leben in der Natur muss man mit andern Mitteln darangehen, es sich so bequem und sicher wie möglich zu machen.

Survival-Bücher gibt es wie Sand am Meer, aber eine Anleitung, wie man bequem im Wald lebt – als Angler, Jäger, Pfadfinder, Camper etc. –, wenn man weder verlorengegangen noch in eine Survival-, sprich: Notsituation, geraten ist, da wird es dünn im Buchhandel.

Aus diesem Grunde habe ich auch darauf verzichtet, die Seiten mit Anleitungen für das Destillieren von Wasser aus Kakteen zu füllen. Wer dieses Buch gelesen, die Ratschläge verstanden hat und umsetzen kann, der wird sein Leben in der Natur in deutschen Landen, den gemäßigten Landstrichen Schwedens und Finnlands

## Der Autor

und den meisten amerikanischen Bundesstaaten angenehm und sicher gestalten können.

Bei der Ausbildung der Jungjäger sehe ich immer wieder, dass die domestizierten und verweichlichten Stadtbewohner selbst die einfachsten Dinge im Wald nicht mehr beherrschen. Wer kann denn einfach so zwei Stöcke zusammenbinden, dass sie halten, ohne dabei eine Heißklebepistole, Spax-Schrauben und einen Akkuschrauber zu Hilfe zu nehmen? Wer kann denn noch ein Taschenmesser aufklappen, ohne sich dabei in die Finger zu schneiden?

Die dazu notwendige Fingerfertigkeit kann ich Ihnen leider nicht mit einem Buch vermitteln. Aber wer schon von Hause aus einigermaßen geschickt ist, der wird genug Hinweise, Tipps und Tricks finden und sich vielleicht bei Gelegenheit daran erinnern.

Carsten Bothe



Hary, im Winter 2013

Carsten Bothe, Jahrgang 1966, hat sich als Autor von verschiedenen Büchern und Zeitschriftenbeiträgen einen Namen gemacht. Er ist studierter Anthropologe und lebte und arbeitet mit Trappern in Amerika, Kanada und Neuseeland. Als Offizier bei der Jägertruppe bildete er Jagdkommandos und Scharfschützen aus. Seit Jahren führt er einen Versandhandel mit allem, was man zum Leben in der Natur und zum Kochen am Lagerfeuer benötigt. In Seminaren führt er Menschen in die Kunst ein, am Lagerfeuer zu kochen. Bothe lebt und arbeitet mit seiner Familie auf einem Resthof in Niedersachsen.

The image shows a dense forest with tall, slender trees and a lush green undergrowth. A semi-transparent green horizontal band is positioned across the upper portion of the image, serving as a background for the title text. The text is white, bold, and sans-serif, with the first line being larger than the second.

# Grundsätzliches zum Leben im Wald

## Die richtige Geisteshaltung

Immer wieder höre ich von meinen Lesern, denen ich erzähle, was ich so in Amerika, Kanada oder Neuseeland auf der Jagd getrieben habe, Sätze wie: »Was, bei dem schlechten Wetter?«, oder: »Nein, im Winter bei Schnee und dann draußen schlafen?«

Es ist immer wieder das Gleiche: Wenn ich mein müdes Haupt im Wald zur Ruhe bette, dann besteht kein Unterschied zum heimischen Bettgestell. Nicht, weil ich eine Superausrüstung dazu verwende, sondern weil ich mit dem Wenigen zufrieden bin und aus dem Vorhandenen das Optimale herausholen kann. Und weil ich mir von den äußeren Umständen nicht den Spaß verderben lasse.

Was ich am Lagerfeuer in einer Stunde an Problemen löse, dafür reicht im Büro eine Woche nicht aus.

Bei Hunden würde man das, was wir für das Leben draußen benötigen, als Weisenstärke bezeichnen. Ich nenne es die richtige Geisteshaltung. Wie fühlen Sie sich, wenn die Sonne sich tagelang hinter dicken schwarzen Wolken verkriecht und Wasserknappheit nun wirklich nicht Ihr Problem ist, wenn die Klamotten nass sind und um das Lager herum alles im knöcheltiefen Matsch zu versinken droht? Zehren Kälte, nasse Kleidung, klamme

Stiefel an Ihren Nerven, sind Sie gereizt und sehnen sich nach einem heißen Bad? Oder finden Sie einen halbwegs trockenen Platz, entfachen schnell ein Feuer und brauen sich ein heißes Getränk, um guten Mutes klamme Finger und Zehen wieder zu beleben?

Unter Geisteshaltung verstehe ich auch, immer einen Schritt weiter vor auszudenken, als man eigentlich von der körperlichen Verfassung her könnte. Die Natur verzeiht keine Fehler, selbst die Lüneburger Heide nicht. Für die Natur sind Sie einfach nur biologisch abbaubare Biomasse. Die Natur hat keine moralische Dimension. Und wenn es einem in deutschen Ländern auch nicht gleich das Leben kostet, so leidet die Lebensqualität doch unter einer langwierigen Erkältung, die man sich »irgendwo im Busch« geholt hat.

In der Natur muss man mit wachem Verstand an die notwendigen Dinge herangehen, und zwar dann, wenn sie erledigt werden müssen. So ist beispielsweise eines der kostbarsten Dinge das Tageslicht. Zwingen Sie sich – auch wenn Sie noch so ermattet sind – im Hellen genug Feuerholz zu sammeln. Nichts ist ärgerlicher, als nach zwei Stunden am Lagerfeuer festzustellen, dass der Vorrat an Holz verbraucht ist. In dem inzwischen stockdunklen Wald wird das Holzsuchen zur Qual und überdies gefährlich. Nicht wegen der bösen wilden Tiere, sondern weil man alle Nase lang stolpert oder in Äste läuft, die man nicht gesehen hat. Außerdem dauert das nächtliche Sammeln deutlich länger als bei Tageslicht.

Glauben Sie nicht, Ihr Abendbrot zu versäumen, das können Sie auch im Dunkeln essen – bei manchen Köchen ist das auch besser so. Mit anderen Worten: Denken Sie bei allem, was Sie tun, darüber nach, welche Konsequenzen auf Sie zukommen können.

## Körperpflege

Gerade unter den eingeschränkten Bedingungen im Busch ist es wichtig, sich ausgiebig zu waschen und seinem Körper ein ausreichendes Maß an Hygiene zukommen zu lassen. Wenn nach einigen Tagen der Wunsch nach einer heißen Dusche abgeflaut ist, weil man sich mit sich selbst und dem Dreck arrangiert hat, zeigen sich die ersten Folgen: Kleinere Verletzungen heilen einfach nicht mehr richtig ab, entzünden sich und werden schlimmer. Die Füße, die seit Tagen in den muffigen Stiefeln stecken, sind aufgequollen und voller Blasen und Scheuerstellen. Schnell versagen sie den Dienst und brauchen Tage, um wieder einsatzbereit zu sein. In der »Kimme« sammeln sich die »Puperzel« (Flocken von abgescheuerter Kleidung), man läuft sich »einen Wolf«, und jeder Schritt wird zur Qual. Mit den dreckigen Fingern befördert man eine Menge Keime in den Mund, die vom Darm mit Durchfall quitiert werden.

Was heißt das nun für den Waldläufer? Ganz einfach: Er muss sich waschen! Das ist mitunter einfacher gesagt als getan. Bei der Bundeswehr ist es immer noch

üblich, dass sich jeder im Morgengrauen in der feuchten Kälte bei einer Waschgelegenheit einfindet, den Oberkörper freimacht und möglichst schnell versucht, ohne Frostbeulen diesen Härtestest der Selbstkasteiung hinter sich zu bringen. Aber es gibt keinen Grund, sich unter widrigen Umständen nicht zu waschen (»Medizin muss bitter schmecken, sonst nützt sie nichts!«). Man wird im Dunkeln mit kaltem Wasser auch nicht sauberer, als im Hellen mit warmem Wasser. Der einzige Vorteil mag sein, dass durch die Kälte die Durchblutung der äußeren Hautschichten angeregt wird. Leider lässt man das Waschen ausfallen, wenn man allein unterwegs ist. (»Es merkt ja doch keiner!«)

Also machen wir es richtig: Wenn die Sonne hoch am Himmel steht, die Luft trocken und warm ist, setzen wir einen Topf mit Wasser aufs Feuer. Eine Nassrasur mit warmem Wasser ist nicht nur angenehm, sie schont auch die Haut, und man schneidet sich nicht so leicht. Dann füllt man eine Schüssel mit kaltem Wasser und beginnt mit dem Zähneputzen. Einmal am Tag sollte man sich völlig nackt ausziehen, um seinen Körper gründlich zu inspizieren. Jetzt besteht die Gelegenheit dazu. Dann wäscht man sich ausgiebig die Hände und entfernt auch die »Trauerränder« unter den Fingernägeln. Dann seift man sich von oben bis unten mit Wasser und Seife gründlich ab. Dann trocknet man sich ab.

Die Füße bekommen noch eine Sonderbehandlung mit Franzbranntwein oder

Hirschtalg, die Wäsche wird eventuell gewechselt, und man zieht sich wieder an. Das Handtuch wird zum Trocknen aufgehängt und ist in der Sonne schnell wieder trocken – anders als bei der Waschtortur im Morgengrauen.

Die Füße sollte man nicht sofort wieder in dicke Stiefel stecken, besser ist es, erst einmal mit Sandalen zu laufen, bis die Füße richtig trocken sind. Die Strümpfe wechselt man täglich, wobei sie nicht unbedingt gewaschen werden müssen. Es reicht, wenn man oft ein trockenes Paar anzieht.

## Tagesablauf

Der Tagesablauf im Wald wird bestimmt vom Tageslicht. Wenn es dunkel ist, herrscht Ruhe. Es ist einfach zu aufreibend, im dunklen Wald mit der Taschenlampe herumzuzufeln und Tätigkeiten zu erledigen, die im Hellen in einem Bruchteil der Zeit getan werden können. Im Wald ist man den wechselnden Umweltbedingungen ganz anders ausgesetzt als in der zentralbeheizten Wohnung.

Jede Tageszeit hat ihre Vor- und Nachteile, und man muss sich anpassen. Was zur rechten Zeit gut von der Hand geht, das will zur Unzeit einfach nicht gelingen. Daher sollte man seinen Tag nach den Gegebenheiten in der Natur richten. Auf die Natur zu hören heißt aber auch, auf den eigenen Körper zu achten. Wenn Sie morgens um sieben Uhr im kalten,

klammen Wald einfach kein Frühstück mögen, dann lassen Sie es eben. Schnappen Sie Ihren Rucksack, brechen Sie das Camp ab und wandern Sie weiter. Wenn Sie um elf Hunger haben, wird eine Pause eingelegt. Die große Mahlzeit gibt es in der Regel abends, weil Sie dann Zeit zum Kochen haben und das Feuer wegen der Gemütlichkeit ohnehin brennt.

### Am Morgen

Den Morgen im Wald empfinde ich immer wieder gleich: Es ist kalt, feucht und ungemütlich, man möchte am liebsten weiter im Schlafsack liegen bleiben. Aber wenn man um sieben Uhr im Sommer aufwacht, singen sich die Vögel schon die Seele aus dem Leib, und bis es angenehm warm ist – vergleichbar der Schlafsack-Innentemperatur – ist es Mittag, und der Tag ist verträumt. Man muss also den inneren Schweinehund überwinden und zusehen, dass man in Gang kommt. Das heißt: raus aus den Federn und möglichst schnell auf Betriebstemperatur kommen. Dazu springt man notdürftig in die Kleider und schürt das Feuer, damit man etwas Warmes zu sich nehmen kann.

Mit der Bewegung in der frischen Luft vertreibt man die Bettwärme und ersetzt sie durch Eigenwärme, und so erwachen auch die Lebensgeister neu. Dann nehmen Sie das Frühstück ein und brechen die Zelte ab, das Tagwerk beginnt.

Im Sommer ist es oft der Fall, dass die Nacht zu kurz war, dann holt man den Schlaf in der Mittagshitze nach. Im Winter sind die Nächte länger, man bekommt

genügend Schlaf, aber das Tageslicht ist zu kostbar, als dass man es verschlafen sollte.

### Am Mittag

Die Mahlzeit am Mittag fällt meist aus, denn in dieser Zeit wandert man oder arbeitet. Nach einem ausgiebigen Frühstück sollten Sie auch keinen großen Hunger verspüren. Höchstens einige Kleinigkeiten nimmt man zu sich. Das Kochen nähme zu viel Zeit in Anspruch.

Wenn Sie lagern und das Essen vorkochen möchten, dann sollten Sie jetzt den Dutch-Oven vorbereiten und das Abendbrot langsam vor sich hin köcheln lassen.

### Am Abend

Der Abend ist die hektischste Zeit für den erfahrenen Walddläufer. Jetzt beginnt der Wettlauf mit dem schwindenden Tageslicht. Alles, was Sie jetzt bei Licht nicht erledigen, dauert nachher im Dunkeln mehrfach so lange. Also sollten Sie rechtzeitig Ihr Bett und Zelt herrichten, auch wenn Sie sich erst in einigen Stunden zur Ruhe begeben werden. Sammeln Sie genügend Feuerholz, und legen Sie auch noch kleines Holz als Vorrat zur Seite und decken Sie es ab. So können Sie am nächsten Morgen, wenn im Wald alles noch vom Tau feucht und klamm ist, das Feuer schnell wieder anfachen.

Die einbrechende Dunkelheit beschränkt den Aktionsradius im Allgemeinen auf den Bereich, der vom Lagerfeuer ausgeleuchtet wird – und der ist nicht groß. Am Abend sollte ohnedies Ruhe im Wald

einkehren. Jetzt ist es Zeit, sich zu entspannen und vielleicht ausgiebiger zu kochen, zumindest zu essen. Das kann im Schein des Feuers sehr romantisch sein.

### In der Nacht

Besonders Neulinge im Wald werden des Nachts von den vielen Geräuschen in der Stille verunsichert. Man hört viel intensiver und täuscht sich über Entfernungen, alles kommt einem viel lauter vor. Der Wald bekommt Augen, alles scheint sich zu bewegen und wirkt bedrohlich. Das macht ja gerade den Reiz von Nachtwanderungen aus: das Abenteuer mit der eigenen Angst und der Herausforderung, diese zu überwinden.

Die Nacht im Wald hat ihre eigenen Regeln und Gesetze. Nicht nur, dass es hier dunkel ist – viel dunkler als in der offenen Landschaft –, es ist auch kalt und feucht. Während des ungemütlichsten Teiles der Nacht, etwa von drei Uhr bis sechs Uhr, ist die Luftfeuchtigkeit am höchsten, die Temperatur am niedrigsten, und der Mensch hat den tiefsten Punkt seiner Aktivitätsphase erreicht beziehungsweise durchschreitet ihn gerade.

Um diesen Teil der Nacht am besten zu überstehen, sollte man schlafen. Das hört sich leicht an, aber wenn man vor Kälte aufwacht und das Feuer erloschen ist, traut man sich nicht aus dem Schlafsack heraus, weil es draußen so kalt und ungemütlich ist. Vielleicht ruft auch noch ein Käuzchen, im Gebüsch knackt es und der Baumstumpf fängt an, sich zu bewegen.