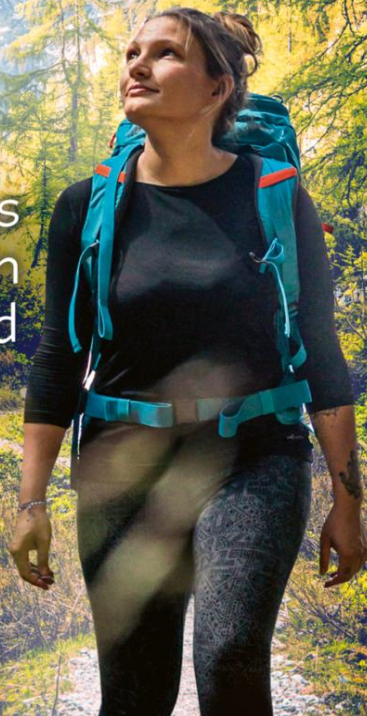


KATHRIN  
HECKMANN

# Fräulein Draußen

Wie ich unterwegs  
das Große in den  
kleinen Dingen fand



ulstein 



»Ich möchte die Geschichten von kleinen Dingen erzählen, die so klein gar nicht sind, allein schon, weil sie Großes in mir bewirkt haben. Ich möchte von den Farben des Himmels und den Formen der Landschaft und dem Geruch der Erde erzählen. Von Begegnungen mit wilden und manchmal auch weniger wilden Tieren. Von der Faszination des Wanderns, des langsamen Unterwegsseins in der Natur und davon, was passiert, wenn man beginnt, genauer hinzusehen.

Ich möchte von Momenten des Glücks erzählen, aber auch von den Herausforderungen und Hindernissen, die eine solche Reise in erstaunlich unbekannte Welten mit sich bringt. Und ich möchte von dem erzählen, was ich in mir fand, nachdem ich begonnen hatte, draußen zu suchen.«

2013 folgte KATHRIN HECKMANN einem Herzenswunsch und schlug zum ersten Mal allein ihr Zelt in der Wildnis der schottischen Highlands auf. Kurz darauf gründete sie ihren Blog »Fräulein Draußen«, der heute zu den erfolgreichsten Outdoor-Reiseblogs im deutschsprachigen Raum zählt. Dort schreibt sie über ihre Reisen, Wanderungen und Erlebnisse in und mit der Natur. Zuvor studierte die Autorin Kommunikationswissenschaft, Journalismus und Skandinavistik an der Universität Wien und arbeitete anschließend einige Jahre als Marketing- und Medienspezialistin für große Konzerne.

Kathrin Heckmann

# *Fräulein Draußen*

Wie ich unterwegs das Große  
in den kleinen Dingen fand

Ullstein

Besuchen Sie uns im Internet:  
[www.ullstein.de](http://www.ullstein.de)



Ungekürzte Ausgabe im Ullstein Taschenbuch  
1. Auflage März 2021

© Ullstein Buchverlage GmbH, Berlin 2020/Ullstein extra

Umschlaggestaltung: zero-media.net, München

Titelabbildung: © Carsten Riedl/Edeka Südwest (Foto);

© Florian Köhler/EyeEm/getty images (Wald und Berge)

Satz: LVD GmbH, Berlin

Gesetzt aus der Sabon

Druck und Bindearbeiten: CPI books GmbH, Leck

ISBN 978-3-548-06469-7

# Inhalt

Prolog	
Raus	7
Kapitel 1	
Der Ruf der Eule	13
Kapitel 2	
Ein Hügel im Nirgendwo	27
Kapitel 3	
Auf (Ab-)Wegen	45
Kapitel 4	
Zahme Bären	59
Kapitel 5	
Das Pony im Nebel	75
Kapitel 6	
Insekten sind Freunde	93
Kapitel 7	
Spuren im Watt	105
Kapitel 8	
Allein unter Bäumen	121

Kapitel 9	
Sehen im Dunkeln	141
Kapitel 10	
Lärmende Schneeflocken	159
Kapitel 11	
Die Schönheit des Nichts	177
Kapitel 12	
Unbekannte Heimat	191
Kapitel 13	
Angekommen	209
Epilog	
Erkenntnisse des Draußenseins	227
Anhang	
Reisen und Naturschutz	233
Zum Nachwandern	239
Danksagung	251
Quellen	253

## Prolog

# RAUS

Ein leuchtend gelbes Zelt auf einem einsamen Berggipfel, im Hintergrund nichts als unendlich erscheinende Weite, der erste sanfte Schimmer eines neuen Tages und Milliarden leuchtender Punkte, die in ihrer Gesamtheit jene Galaxie formen, die unser Zuhause ist. In einigen Milliarden Jahren wird die Milchstraße mit ihrem galaktischen Nachbarn, dem Andromedanebel, zusammenprallen. Und auch wenn dabei vielleicht einige Sterne auf der Strecke bleiben werden, werden sie zusammen einen völlig neuen, noch viel spektakuläreren Nachthimmel bilden. Bis es so weit ist, ist die Milchstraße aber auch nicht gerade der schlechteste Anblick. Oder besser gesagt: der vielleicht schönste Anblick, den ich mir nur vorstellen könnte.

Zeit für einen Blick in diesen Nachthimmel fand ich jedoch bis vor wenigen Jahren viel zu selten. Das kleine gelbe Zelt mit all den funkelnden Sternen existierte in meinem Leben vor allem als Hintergrundbild meines Arbeits-Laptops. Und die Nacht, die wurde viel zu oft von meiner Schreibtischlampe erhellt, sodass ich die Sterne gar nicht hätte sehen können, selbst wenn ich es versucht hätte. Dann war lediglich der Inhalt meiner Kaffeetasse dunkel, die neben der abgenutzten Tastatur stand und in aller Regelmäßigkeit gefüllt wurde.

Koffein, das brauchte ich in diesen Tagen dringend. Nicht etwa, weil ich es war, die da in dem gelben Zelt auf dem Berggipfel langsam erwachte. Nicht etwa, weil ich nach einem langen Wandertag und einer – dank dem auf Berggipfeln oft üblichen Wind – unruhigen Nacht einen frühmorgendlichen Energieschub benötigte. Sondern weil ich unentwegt auf den Bildschirm starren musste, acht Stunden am Tag, fünf Tage die Woche, gerne auch mal mehr und gerne auch mal am Wochenende.

Manchmal fühlte es sich für mich an wie Kurzurlaub im Kopf, meistens aber eher wie Selbstgeißelung, wenn meine Aufmerksamkeit beim hektischen Wechsel zwischen E-Mails und Tabellen, Präsentationen und Briefings auf die Szenerie auf meinem Bildschirm fiel. Da war dann immer dieser kurze Stich ins Herz beim Blick auf den Laptop, der vor kleinen Icons nur so wimmelte, die endlich mal wieder sortiert werden mussten. Für einen Moment wurde mein Blick festgehalten, wie magisch angezogen vom kleinen gelben Zelt. Dann begann sich das Chaos in meinem Kopf und in meinem Herzen aufzulösen. Dann wusste ich, wo ich hingehörte und wo ich sein wollte, und das war definitiv kein gut gepolsterter Drehstuhl in einem großen, grauen Büro.

Trotzdem hatte ich oft darüber nachgedacht, das Bild gegen ein anderes auszutauschen. Gegen ein paar bunte Schmetterlinge vielleicht, oder einen Schnappschuss des Familienlabradors. Vielleicht aber auch einfach gleich gegen das Porträt eines gänzlich seelenlosen roten Ziegelsteins, welches bestimmt irgendwo in den Weiten des Internets zu finden war. Hauptsache irgendetwas, das mich nicht schmerzhaft an die Welt da draußen erinnerte, die seit einigen Jahren einen immer größer werdenden Platz in meinem Herzen einnahm. Eine Welt, die in diesen Momenten nicht weiter von mir ent-

fernt sein konnte und doch direkt außerhalb des Bürogebäudes begann. Geändert habe ich das Hintergrundbild nie, bis heute nicht. Doch es sollte der Tag kommen, an dem ich mein Leben gegen ein neues eintauschen würde.

Es war der Beginn eines neuen Jahres, an dem ich den Entschluss fasste, dieses alte Leben umzukrempeln. Von drinnen nach draußen – im wahrsten Sinne. Eine Zeit also, die wie keine andere gemacht war für fundamentale Lebensentscheidungen. Die Zeit, zu der immer alles ganz anders werden soll und doch selten wird. Wenn Menschen bis an den Rand mit guten Vorsätzen und weisen Entschlüssen gefüllt sind und dann letztendlich doch den Willen oder den Mut oder gar den Wunsch selbst wieder verlieren. Ich hatte mir keine Vorsätze zurechtgelegt, das tat ich eigentlich nie. Auch weil mein Lebensstil alles in allem doch ziemlich akzeptabel war. Vegane und gesunde Ernährung: Check. Regelmäßig Sport treiben: Check. Wieder mehr Bücher lesen: Sowieso. Mit dem Rauchen aufhören: Schon vor vielen Jahren geschehen.

Doch die Bürotür, die ich am ersten Arbeitstag des neuen Jahres aufschloss, öffnete sich nach innen und damit in die falsche Richtung. Und als ich wie so oft etwas widerwillig meinen Laptop aufklappte und das kleine gelbe Zelt auf dem Bildschirm erschien, traf mich die Erkenntnis wie ein Schlag. Ich wollte, dass diese Sterne mehr waren als nur digitale Leuchtpunkte über meiner Tastatur. Ich wollte Luft atmen, die nicht von Klimaanlage gefiltert war, und an ihrem Geruch erkennen, welcher Monat gerade war – nicht durch den Blick auf den Kalender. Ich wollte dem Himmel dabei zusehen, wie er langsam seine Farbe änderte, ohne dabei die meiste Zeit des Tages durch eine Glasscheibe zu starren. Ich wollte nicht über Stapel von Aktenordnern stolpern, sondern über Baumwur-

zeln. Nicht von Weckern, sondern von dem Gezwitscher der Vögel geweckt werden, und wenn irgendetwas in meinem Leben flimmerte, dann sollten es die echten Sterne sein – auch wenn die eigentlich gar nicht flimmern, sondern nur den Anschein erwecken, wenn ihr Licht auf die wabernden Luftschichten der Erdatmosphäre trifft. Und abends wollte ich mir die schmerzenden Schultern reiben. Nicht etwa, weil ich mal wieder acht Stunden oder mehr am Schreibtisch gesessen hatte, sondern weil sich in dem Rucksack, den ich den ganzen Tag auf dem Rücken getragen hatte, alles befand, was ich zum Leben brauchte. Und selbst so ein aufs Wesentliche reduziertes Leben wog eben doch ein paar Kilo, das hatte ich auf meinen vergangenen Reisen und Wanderungen bereits gemerkt.

Da war er also, mein guter Vorsatz für das neue Jahr. Und ich wusste, dass ich keine andere Wahl hatte, als an diesen Wunsch zu glauben und ihn in die Tat umzusetzen, wenn ich glücklich werden wollte. Also kündigte ich meinen gut bezahlten Job, schnürte ein für alle Mal die Wanderschuhe und machte mich nur wenige Monate später auf den Weg. Zu meiner ersten langen Fernwanderung: 1 500 Kilometer durch Großbritannien. Und in mein neues Leben, denn ab jetzt sollte das Draußensein mein Beruf sein.

Meine eigentliche Reise zu dieser Erkenntnis und dieser Entscheidung begann aber nicht etwa an diesem Arbeitsmorgen, sondern schon einige Jahre zuvor. Es war eine Reise, die nicht zu einem bestimmten Ort führte, sondern mir nach und nach die Augen öffnete für all die kleinen Dinge, die die Welt da draußen erst zu dem machten, was sie ist: ein Ort voller Wunder, die zu erkennen ich bis dahin nie so wirklich gelernt hatte.

Um genau diese Reise soll es in dem Buch gehen. Ich möchte

die Geschichten von kleinen Dingen erzählen, die so klein gar nicht sind, allein schon weil sie Großes in mir bewirkt haben. Ich möchte von den Farben des Himmels und den Formen der Landschaft und dem Geruch der Erde erzählen. Von Begegnungen mit wilden und manchmal auch weniger wilden Tieren. Von der Faszination des Wanderns, des langsamen Unterwegsseins in der Natur und davon, was passiert, wenn man beginnt, genauer hinzusehen.

Ich möchte von Momenten des Glücks erzählen, aber auch von den Herausforderungen und Hindernissen, die eine solche Reise in erstaunlich unbekannte Welten mit sich bringt. Und ich möchte von dem erzählen, was ich in mir fand, nachdem ich begonnen hatte, draußen zu suchen.

Die Kulisse für diese Geschichten sind meine Reisen und Wanderungen, all die großen und kleinen Abenteuer, in die ich mich in den letzten Jahren begeben habe. Die Hauptdarstellerin aber, das ist die Natur selbst. Und die spielt längst nicht nur in Blockbustern mit, tritt nicht nur auf den großen Schauplätzen dieser Welt auf. Natur ist überall, und genau dort bin ich ihr begegnet.

Alles nahm seinen Anfang einige Jahre, bevor ich den Entschluss fasste, meine Anstellung zu kündigen und mein Leben vor allem mit dem Reisen, Wandern, Fotografieren und Schreiben zu verbringen. Und an dieser Stelle beginnt auch dieses Buch.

