Das Magazin der Deutschen Bahn

04 | 2020

DB mobil

SCHUHE AUS!
23 WEGE, DAS DRAUSSEN NEU ZU SPÜREN

AUSSER ATEM?
WIE TRIATHLETEN NACH DEM WETTKAMPF AUSSEHEN

ÜBERN BERG
WAS PASSIERT, WENN EINE FAMILIE VON HÜTTE ZU HÜTTE WANDERT

N
W O
S

OUTDOOR-SPEZIAL 2020

Wilder Kerl

Ob auf dem Atlantik, im deutschen Wald oder am Amazonas: **Rüdiger Nehberg** hat aus dem Überleben in der Wildnis eine Kunst gemacht. Ein Gespräch mit Deutschlands großem Abenteurer

dbmobil.de

#dbmobil

Das Magazin der Deutschen Bahn

04 | 2020

DB mobil

Wenige Tage nach Erscheinen dieses Heftes erreichte die Redaktion die Nachricht, dass Rüdiger Nehberg verstorben ist.

Er gewährte uns eines seiner letzten großen Interviews.

Wir trauern um einen Outdoor-Pionier und engagierten Menschenrechtler.

Foto: Arne Lesmann

– AN BORD –
Genuss auf ganzer Strecke
– DEUTSCHE BAHN –

Speisen

Flammkuchen Elsässer Art	**2,50 €**
Focaccia mit Tomate & Olive	**2,90 €**
Pommes frites mit Ketchup oder Mayonnaise	**2,90 €**
Laugenstange mit Maasdamer	**3,90 €**
Vollkornsalamistulle mit Grillgemüse	**3,90 €**
Warmes Schinken-Käse-Baguette	**4,90 €**

Currywurst mit Tortilla-Crunch & Brötchen **4,90 €**

Buttercroissant	**1,90 €**
Belgische Miniwaffeln mit Zimt & Zucker	**3,40 €**
M&M's	**2,90 €**

Kindermenü

Jeweils mit Apfelschorle, Smoothie, Süßigkeit und Spielzeug

Pasta Bolognese	**8,90 €**
Miniwaffeln	**6,90 €**
Pommes	**6,90 €**

Foto: Fabian Hild

Getränke

share Mineralwasser 0,5l sprudelnd oder still,	je **3,00 €**
Rauch Orangensaft 0,2l	**2,90 €**
Proviant Rhabarberlimonade 0,33l	**3,20 €**
Coca-Cola, Coca-Cola Zero 0,5l	je **3,00 €**
Bitburger Pils, Radler oder **0,0 % alkoholfreies Pils** 0,33l	je **3,20 €**
Erdinger Weißbier hell oder **alkoholfrei** 0,5l	je **4,00 €**
Rotkäppchen Sekt 0,2l	**5,90 €**
Dallmayr Kaffeeangebot:	
Kaffee	ab **3,00 €**
Café Crème, Cappuccino	ab **3,20 €**
Café au Lait, Latte Macchiato	ab **3,40 €**
Espresso	ab **2,50 €**
Tee in verschiedenen Sorten	ab **3,20 €**

Dies ist eine kleine Auswahl aus unserem neuen Sortiment. Deklarationen u. Zusatzstoffe finden Sie in unserer Speisekarte.

Foto: Fabian Hild

Großer Blattsalat mit Falafel & Mais **7,90 €**

Alle Speisen auch zum Mitnehmen
Bis gleich im Bordbistro

DB

EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser,

braucht man wirklich beide Beine, um auf den Kilimandscharo zu klettern? Das fragte ich mich während unserer Themenkonferenz, als einer unserer Redakteure von einem Mann erzählte, der mit nur einem Bein den höchsten Berg Afrikas bestiegen hatte. Schnell überboten wir einander mit weiteren Geschichten von Abenteuern, die irgendwer mal irgendwo erlebt und später auf schriftstellerische oder filmische Weise verarbeitet hat. Sie alle haben etwas Einzigartiges gewagt. Ob mit Haustieren, ohne Geld oder zu unorthodoxen Zeiten – eine Besonderheit ließ sich fast immer finden. Wir könnten dies als zwanghaften Drang narzisstischer Naturfreunde abtun. Als Ergebnis einer Marktbeobachtung, nach dem in der immer digitaleren Arbeitswelt die Sehnsucht nach einem als echt empfundenen Erlebnis steigt.

Lieber ist mir aber eine andere Sichtweise: Diese Abenteuer zeigen mir, wie einfach es sein kann, mit Händen und Füßen etwas anderes zu tun, außer Tastaturen oder Telefone zu bedienen. Der britische Autor Alastair Humphreys hat dafür den Begriff „Mikroabenteuer" erfunden. Diese starten, wo auch immer wir sind, dauern oft nur wenige Stunden bis wenige Tage und verlangen von uns etwas Pragmatismus. Müssen wir übernachten, wählen wir den nächstbesten Platz unter freiem Himmel. Wie schön das sein kann, beschreibt Rüdiger Nehberg im Interview mit Katja Heer (ab Seite 28). Der 84-Jährige empfing sie in seinem Anwesen nördlich von Hamburg, das wie ein Naturschutzgebiet wirkt. Um Menschen wie Nehberg, die das Draußensein ständig neu spüren möchten, dreht sich diese Outdoor-Ausgabe 2020. Redakteurin Maria Timtschenko hat das Heftmotto „Mit Händen und Füßen" wörtlich genommen und versammelt zu Beginn unseres Schwerpunkts viele kleine und große Anregungen, was wir diese Saison ertasten und begehen sollten (ab Seite 20). Gemeinsam mit Vera Stegner hat sich Timtschenko auch durch die oben angedeuteten Bücher und Filme gearbeitet und sich zudem ein paar Abenteuer ausgedacht, die man dringend mal angehen sollte. Kommen Sie drauf, welche der Geschichten echt und welche erfunden sind? Das Quiz finden Sie ab Seite 50.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß mit der Outdoor-Ausgabe und eine gute Reise, Ihr Stephan Seiler, **Chefredakteur**

PS: Sie können dieses Heft gern mitnehmen oder unter dbmobil.de/hefte weiterlesen

TITELFOTO: ROBERT RIEGER FÜR DB MOBIL; ILLUSTRATION: ANJE JAGER

04/2020

Bei der UmweltBank investieren Sie wirklich nachhaltig – mit grünen Fonds und Anleihen.

Nutzen Sie Rendite-Chancen und finanzieren Sie damit eine lebenswerte Zukunft für uns alle.

Informieren Sie sich jetzt unter **www.umweltbank.de/anlegen**

Weil es nicht egal ist für welche Bank Sie sich entscheiden!

UmweltBank
Mein Geld macht grün.

Er hat im Tretboot den Atlantik überquert, ist zu Fuß durch die Wüste gelaufen und hat sich ohne Ausrüstung durch den Regenwald gekämpft. Im Titelinterview mit DB MOBIL spricht Rüdiger Nehberg über Gefahr als Antrieb, Abenteuer im Alltag und über seinen unerfüllten Lebenstraum

Interview: *Katja Heer*, Fotos: *Robert Rieger* für DB MOBIL

Rüdiger Nehberg vor seiner Sammlung von Messern und Säbeln (links). Auf seine Reisen nimmt er oft welche mit, um sie zum Beispiel Sultanen als Gastgeschenk zu überreichen.
Zu Hause paddelt der 84-Jährige regelmäßig auf dem See in seinem Garten (rechts)

„DAS *RISIKO* WAR IMMER MEIN *HOBBY*“

Eine von zahlreichen Erinnerungen im Dachzimmer: Das Foto zeigt ein selbst gebautes Bambusfloß, mit dem Nehberg 1992 über den Atlantik fuhr. Die Slogans auf dem Segel prangern die drohende Ausrottung indigener Völker an

In einem Dachgeschoss

voller Säbel, Holzfiguren, Fotos und anderer Erinnerungsstücke empfängt Rüdiger Nehberg den Besuch. Das Titelshooting mit DB MOBIL findet bei ihm in seiner restaurierten Mühle in Rausdorf statt, einem Ort mit gut 200 Einwohnern östlich von Hamburg. Der 84-Jährige führt durch den Raum, in dem getrocknete Piranhas aus trüben Augen von der Wand schauen und die schuppige Haut einer Python von der Decke baumelt. Zu allen Gegenständen hat Nehberg eine Geschichte parat, er schaut auf fast 70 Jahre Reisen zurück. Durch seine Abenteuer, die er in 31 Büchern beschrieben hat, wurde er zu Deutschlands oberstem Überlebensexperten. Auch international erregte er Aufsehen, was er zu nutzen wusste. Mit seinen Atlantiküberquerungen im Tretboot, Floß und auf einem Baumstamm machte er etwa auf die brasilianischen Yanomami aufmerksam, ein bedrohtes indigenes Volk. Inzwischen gelten sie als geschützt.

Herr Nehberg, was war das größte Abenteuer, das Sie je erlebt haben?
Das Größte waren immer die ersten Male – zum Beispiel meine erste Atlantiküberquerung im Tretboot 1987. Alles war für mich neu, ich wusste nichts. Der erste Sturm, die erste große Welle, bei der ich dachte, sie würde mich unter sich begraben. Bei der zweiten und dritten Überquerung kannte ich gefühlt jeden Längen- und Breitengrad. Da war es fast zur Gewohnheit geworden.
Outdoor ist schon länger eine wachsende Branche, viele Leute suchen das Abenteuer. Wie schauen Sie auf diese Entwicklung?
Es wirkt auf mich, als wenn ständig darüber gegrübelt würde, wie man mit immer neuen Ausrüstungen in allen Farben und Formen den Leuten die Abenteuerwelt immer noch stärker schmackhaft machen kann. Es wird alles hochgestylt zu einem Luxuserlebnis. Dabei verliert man aus dem Blick, mit wie wenig man auskommt. Zum Beispiel braucht man kein GPS.
Ein GPS kann Leben retten. Was ist schlecht daran?
Nichts. Aber man kann sich eben auch anders orientieren, zum Beispiel an Gestirnen oder Flussläufen. Ich brauche etwa im brasilianischen Urwald nur ein Bächlein, und dem folge ich. Das windet sich auf Umwegen, fließt aber letztlich – wenn auch nach Monaten – in den Amazonas. Das ist meine Landkarte, darauf verlasse ich mich. Viele sind nicht bereit, sich darauf einzulassen. Und auf organisierten Touren darf ja nichts passieren, alles ist abgesichert. Was heute als Outdoor-Abenteuer deklariert wird, ist in meinen Augen keins mehr.
Gehört echte Gefahr für Sie dazu?
Auf jeden Fall. Abenteuer ist für mich etwas, das ein Risiko beinhaltet. Und eine sorgfältige Vorbereitung, damit dieses Risiko beherrschbar wird. Wenn ich etwas erleben will, überlege ich, welche Probleme mich erwarten, und bereite mich entsprechend vor. Man findet überall Experten, ob Polizei oder Bundeswehr, Jäger oder Fischer, Seeleute. Als ich das erste Mal über den Ozean wollte, da waren mögliche Gefahren: Piraten, Schiffbruch, Trinkwassermangel, Seekrankheit und meine Angst vor Wasser. Gegen alles hatte ich ein Ass im Ärmel. Oder mehrere.
Sie sind dreimal über den Atlantik gefahren – je auf einem Tretboot, einem Floß und einem Baumstamm – und hatten Angst vor Wasser?
Ja, aber die habe ich mir in Lehrgängen von Kampfschwimmern in Eckernförde abtrainieren lassen. Die haben mich an Händen und Füßen gefesselt ins Wasser geworfen und mir gezeigt, wie man sich rettet: in Rückenlage bringen und die ▸

Markenzeichen: eine Jeansmütze (links). Nehberg trägt sie seit rund 20 Jahren. In Vorbereitung auf seine Urwaldtrips wanderte er 1981 23 Tage lang durch Deutschland, ohne Essen. Er nahm mehr als zwölf Kilo ab (rechts oben) Unerfüllter Traum (unten): In ein Foto von Pilgern in Mekka hat Nehberg ein Transparent montiert. Darauf wird Genitalverstümmelung verurteilt – im Namen Allahs

„Ich habe früh angefangen zu *reisen*. Ich bin schon mit 17 heimlich mit dem Fahrrad nach *Marokko* gefahren. Meine Eltern dachten, ich wäre in Paris“

Unterschenkel nutzen – wie ein Fisch seine Schwanzflosse. Oder wie man sich im Notfall über Wasser hält: Hemd dicht am Hals zusammenhalten, unterm Arm hindurch Luft zum Rücken blasen. Das Luftpolster trägt einen. Wenn nötig, bläst man nach. Mit solchen Trainings hat sich meine Angst allmählich relativiert.

Wie haben Sie sich gegen die anderen Gefahren gewappnet?

Ich hatte Medikamente gegen Seekrankheit mit, eine Rinne zum Auffangen von Regenwasser und gegen Piraten einen Revolver und eine mehrschüssige Schrotflinte, die ich zum Glück nicht benutzen musste. Dennoch bleibt bei allem ein Restrisiko. Das macht für mich den Reiz der Unternehmungen aus. Das Risiko war immer mein Hobby.

Dieses Risiko artete allerdings nicht nur einmal in Lebensgefahr aus.

Das stimmt. Beispielsweise bei meiner Kamelkarawane mit zwei Freunden durch die Danakil-Wüste 1977 in Äthiopien und Eritrea, es herrschte Krieg, mit täglich neuen Überraschungen. Wir wurden von marodierenden Banden komplett ausgeraubt und sollten erschossen werden. Unsere zwei einheimischen Begleiter stellten sich vor uns und retteten uns das Leben. Wegen des Krieges mussten wir große Umwege gehen. So wurden aus vier Wochen vier Monate. Unsere Hauptnahrung ging schnell zur Neige, weil sie auch unseren Begleitern schmeckte: Ein Zentner leckerstes Müsli mit Rosinen, Nüssen, Milchpulver. Zuletzt gab es nur noch Datteln.

Warum haben Sie diese Tour überhaupt gemacht?

Aus Neugier auf die Welt, aus Freude am Abenteuer und aus ebenjener Bereitschaft zum Risiko. Diese Wüste galt als undurchquert. Das übte auf mich einen besonderen Reiz aus: Pläne zu realisieren, die eigentlich als unausführbar galten.

Was war das Gefährlichste auf Ihren Reisen?

Der Mensch. Man kann sich auf alles andere einstellen – stürmisches Wetter, gefährliche Tiere, giftige Pflanzen. Nur den Menschen kann man nicht kalkulieren.

Wie haben Sie das festgestellt?

Immer wieder. Aber das Dramatischste geschah 1975 auf dem Blauen Nil in Äthiopien. Tausend Kilometer Ur-Afrika. Wir waren zu dritt auf der Reise. Eines Morgens kam ein Dutzend vermummte Gestalten auf unser Camp zu. Sie schossen aus acht Meter Entfernung, ohne ein Wort gesprochen zu haben, und töteten meinen Freund Michael Teichmann vor meinen Augen. Ich habe mir vor Angst in die Hose gemacht, weil ich dachte, ich sei der Nächste. Wir zwei Überlebenden zogen unsere Revolver, die wir unter den Hemden trugen, und schossen in die Luft. Damit hatten unsere Gegner nicht gerechnet. Sie flohen, und wir entkamen über den Fluss. Michael mussten wir leider liegenlassen.

Sie sind im Laufe der Jahre 26-mal überfallen worden, in Jordanien im Gefängnis gelandet und mussten in Brasilien vor dem Militär in den Urwald fliehen. Hängen Sie an Ihrem Leben?

Ja, sehr. Sonst würde ich mich nicht mit Survival befassen. Aber für mich gehört auch ein bisschen Fatalismus zu meiner Lebenseinstellung. Ich wollte immer schon lieber kurz und knackig leben als lang und langweilig.

Wann ist Ihnen das klar geworden?

Ich sollte eigentlich Banker werden, wie mein Vater. Ich habe es probiert, aber gemerkt, dass ich nie und nimmer einen Beruf haben möchte, bei dem ich auf dem Stuhl sitze und den Reichtum anderer Leute beobachte. Ich brauche Bewegung, Action.

Sie haben nur für einige Monate in der Kreissparkasse Münster gearbeitet, danach eine Lehre zum Bäcker und Konditor gemacht und eine eigene Konditorei mit 50 Mitarbeitern in Hamburg aufgebaut. Hört sich erst einmal nicht nach Abenteuer an.

Ich habe parallel früh angefangen zu reisen. Mit 17 bin ich während der Lehre heimlich mit dem Fahrrad nach Marokko gefahren. Meine Eltern dachten, ich wäre in Paris, Französisch lernen.

Haben Sie ihnen je die Wahrheit erzählt?

Ja, direkt als ich wiederkam. Und sie waren begeistert. Sie sagten, wenn der von dort lebend wiederkommt, können wir ihn loslassen. Von da an hatte ich Narrenfreiheit. Als selbstständiger Konditor konnte ich mir meine Zeit einteilen, mit zuverlässigen Mitarbeitern. Als ich Augenzeuge schlimmer Vorgänge abseits der Weltöffentlichkeit wurde, habe ich das Unternehmen verkauft, mich vor Ort engagiert und mit Büchern und Vorträgen finanziert.

Wie haben Sie sich auf wilde Tiere vorbereitet, denen man auf Touren in entlegene Gebiete begegnet?

Indem ich ihre Stärken und Schwächen studiert habe. Ich habe mich zum Beispiel mal Probe würgen lassen von meiner ▸

Nehbergs Natursee im schleswig-holsteinischen Rausdorf bietet klares Wasser und ist Heimat vieler Fische, außerdem nisten auf eigens angelegten Inseln Enten und Gänse

Vermissen Sie was?

Sollte Ihr Exemplar „Stories – Das Thalia Magazin" an dieser Stelle fehlen, können Sie es sich jederzeit in einer unserer Thalia Buchhandlungen kostenlos abholen.

Mehr Infos unter www.thalia.de/stories

Thalia

Illustrationen Shutterstock

MEIN LIEBSTES STÜCK DEUTSCHLAND
Wo Rüdiger Nehberg gern Hafenluft schnuppert:
dbmobil.de/nehberg

Innerhalb von zwei, drei Minuten hat Nehberg eine Glut entfacht – ohne Feuerzeug. Mit seiner Frau sitzt er oft an der Feuerstelle im Garten. Während des Shootings arbeitet Annette Nehberg-Weber, 60, im Erdgeschoss des Hauses an gemeinsamen Projekten. Nur gelegentlich schaut sie vorbei und sagt liebevoll: „Na, schöner Mann?“

„Ich habe mich mal von meiner *Fünf-Meter-Python* Probe würgen lassen. Ich wollte sehen, ob man als erwachsener Mann *eine Chance hat*. Hat man nicht“

Fünf-Meter-Python, die ich vor vielen Jahren in meinem Haus gehalten habe. Ich wollte sehen, ob man als erwachsener Mann eine Chance hat.

Und, hat man?

Nein. Sie hat jedes Mal, wenn ich ausgeatmet habe, noch fester zugezogen. Nach einer guten Minute war ich erledigt. Meine Freunde mussten sie abwickeln.

Abwickeln?

Ja, vom Schwanz her kann man sie leicht ablösen. Das ist sie nicht gewohnt und lässt los.

Was sind Ihre fünf größten Selbstversuche?

(*Überlegt*) Das Kampfschwimmer-Training, bei dem ich mit gefesselten Beinen ins Wasser geworfen wurde. Oder Wildschweinfang mit der Hand. Das Tauchen von Eisloch zu Eisloch bei Nacht. Vom Hubschrauber im Regenwald ausgesetzt werden nur mit Badehose, Sandalen und einem Feuerzeug – das Herausfinden aus dem Wald dauerte über drei Wochen. Oder Zähne ziehen. Allerdings habe ich es nicht bei mir selbst ausprobiert.

An wem stattdessen?

Während eines medizinischen Lehrgangs für Schiffsoffiziere erlaubte mir ein Zahnarzt, bei einem Patienten einen Zahn zu ziehen, natürlich mit dessen Einverständnis. Dort habe ich gelernt: Man zieht nicht, sondern man ruckelt, bis er raus ist. Das zu wissen war für mich wichtig, genauso wie Wunden oder Adern zu vernähen, kleine Amputationen oder einen Dammschnitt durchzuführen. Im Urwald ist man im Notfall auf sich allein gestellt.

Mussten Sie Ihre Kenntnisse je anwenden?

Nicht an mir persönlich. Aber ich konnte einmal einer Nomadenfrau Erleichterung verschaffen, die infolge von Leberzirrhose einen prallgefüllten Wasserbauch hatte. Ich habe die Flüssigkeit ganz langsam mit einer Einmalspritze herausgeholt. Acht Liter. Damit war die Krankheit jedoch nicht behoben.

Haben Sie Tipps für Anfänger, die statt weit zu reisen erst einmal ein kleines Abenteuer vor der Haustür erleben wollen?

Es ist ein sehr befriedigendes, beglückendes Gefühl, wenn man probeweise eine Nacht im Wald verbringt.

Was braucht man dafür?

Nichts, außer einer Astgabel als Grabstock. Damit scharrt man sich eine tiefe Mulde, legt Äste hinein, um keinen Kontakt mit dem Boden zu haben, der saugt einem die Körperwärme raus. Danach füllt man die Mulde mit Humus, legt sich hinein, bedeckt sich mit weiterem Humus, und zum Schluss legt man noch mal Äste und ein paar Blätter drauf. So ist das schön warm, nur der Kopf guckt raus. Glatzköpfe wie ich tragen eine Mütze, ansonsten reicht das Haar als Kälteschutz. ▸

ANZEIGE

Einmal die Lieblings-Stars aus Film und Fernsehen persönlich treffen: auf der GERMAN COMIC CON ist das möglich!

Eine Comic Con ist so viel mehr, als der Name vermuten lässt. Denn neben Comics, Zeichnern und Verlagen, die in der Regel nur einen kleinen Teil der Veranstaltung ausmachen, geht es vorrangig um Hollywoodstars, Photo Shoots & Selfies, Autogrammstunden, Meet & Greets, Bühnenprogramm, Cosplay, Shopping und Entertainment. Das volle Fan-Erlebnis!

Wer kennt sie nicht: Die SAN DIEGO COMIC CON oder die NEW YORK COMIC CON? Was die meisten aber nicht wissen: Wir haben in Deutschland seit Jahren die GERMAN COMIC CON direkt vor der Tür!

Die erste GERMAN COMIC CON nach amerikanischem Vorbild fand in Deutschland am 5.-6. Dezember 2015 statt. Nun feierte das Event im vergangenen Dezember mit rund 100 geladenen Hollywood Stars fünfjähriges Jubiläum, darunter Schauspieler wie Christopher Lloyd (Zurück in die Zukunft), Tom Felton (Harry Potter) oder Ian Somerhalder (The Vampire Diaries). Und auch in diesem Jahr sind wieder jede Menge GERMAN COMIC CONs und andere Conventions geplant:

4.-5. April 2020 Weekend of Hell Spring, Crowne Plaza Neuss u.a. mit Robert Englund aka. Freddy Krüger
2.-3. Mai 2020 German Comic Con Dortmund Spring, Messe Dortmund u.a. mit Hayden Christensen (Star Wars), Matthew Lewis (Harry Potter), Lucy Hale (Pretty Little Liars), Kevin Sussman (Big Bang Theory), Vanessa Morgan (Riverdale), Carl Weathers (Rocky), Ian McDiarmid (Star Wars), Holly Marie Combs (Charmed)
20.-21. Juni 2020 German Comic Con München, Zenith München u.a. mit Robin Lord Taylor (Gotham, You)
22.-23. August 2020 German Castle Con, Schloss Burg Solingen
7.-8. November 2020 Weekend of Hell, Crowne Plaza Neuss
5.-6. Dezember 2020 German Comic Con Dortmund u.a. mit Millie Bobby Brown (Stranger Things), Christina Ricci (Addams Family), Morena Baccarin (Deadpool), Ian Somerhalder (The Vampire Diaries)

Tickets und Infos: www.germancomiccon.com

Jetzt € 5 auf Tickets sparen!
Rabattcode: DB5EUR
Rabattcode beim Aufrufen des Shops oben links unter WERBECODE EINGEBEN eingeben, vor dem Klick auf ZUR KASSE. Code ist gültig nur solange der Vorrat reicht. Ein Nachlass nach Bestellabschluss ist nicht möglich.
www.germancomiccon.com

Sie haben das Abenteuer oft nicht nur aus Spaß gesucht, sondern mit Ihren selbst gewählten Lebensaufgaben verknüpft: dem Schutz des brasilianischen Regenwaldes und der dort lebenden indigenen Völker. Wie weit sind Sie?
Ich habe mich fast 20 Jahre lang für die Yanomami eingesetzt. Sie wurden von illegalen Goldsuchern bedroht. Heute gelten sie als geschützt. Deshalb haben meine Frau und ich uns den Waiãpi zugewandt, ebenfalls Indigene im brasilianischen Amazonasgebiet. Wir haben mehrere Krankenstationen gebaut. Damit helfen wir den Menschen, autark zu leben. Und wir schützen den Regenwald – solange die Waiãpi dort leben, darf er nicht abgeholzt oder von Goldsuchern ausgebeutet werden.
Ein weiteres Projekt ist Ihr Kampf gegen die Genitalverstümmelung von Mädchen, die vor allem in Afrika weitverbreitet ist. Wie wurden Sie auf dieses Thema aufmerksam?
1977 habe ich bei meiner Danakil-Durchquerung eine junge Frau getroffen, die auf der Flucht vor der Zwangsheirat war und über ihre Verstümmelung gesprochen hat. An diese Frau musste ich immer wieder denken. 1999 lasen meine Frau und ich gemeinsam das Buch „Wüstenblume“, in dem die Autorin Waris Dirie von ihrer Verstümmelung berichtet. Ein Jahr später haben wir den Verein Target gegründet.
Was haben Sie bisher erreicht?
Unsere Strategie ist, mit dem Islam als Partner zu arbeiten, weil die meisten der täglich 8000 Opfer Muslima sind und die Tradition falsch mit dem Koran gerechtfertigt wird. In Kairo haben wir 2006 eine internationale Gelehrtenkonferenz einberufen dürfen, mit Ägyptens Großmufti als Schirmherr. Die Tradition wurde zu einem strafbaren Verbrechen erklärt, das gegen höchste Werte des Islam verstößt.

Im Laufe seines Lebens hat Nehberg 31 Bücher geschrieben (links: ein Teil davon). Das jüngste erscheint am 6. April: „Dem Mut ist keine Gefahr gewachsen. Ein abenteuerliches Leben“

EIN WESTFALE VON WELT

Geboren am 4. Mai 1935 in Bielefeld. Seine Geschwister werden Banker, er macht eine Lehre zum Bäcker und Konditor.
Schon als Jugendlicher beginnt er zu reisen. Er baut eine eigene Konditorei auf, doch in der Freizeit zieht es ihn immer wieder in die Ferne. Später verkauft er den Laden, um hauptberuflich Abenteurer zu sein. Er lebt von seinen Büchern und Vorträgen.

Bei einem dieser Vorträge trifft er 1998 die 24 Jahre jüngere Annette (Foto), die beiden heiraten 2009. Das Paar engagiert sich mit seinem Verein Target für den Schutz der Waiãpi, eines indigenen Volkes im brasilianischen Amazonasgebiet, und gegen die Genitalverstümmelung von Mädchen und Frauen.

Laut UNICEF sind weltweit mehr als 200 Millionen Frauen und Mädchen von der Praxis betroffen. Das Hilfswerk schätzt, dass allein für das Jahr 2020 vier Millionen Mädchen weltweit in Gefahr sind, verstümmelt zu werden. Warum passiert das weiterhin so oft?
Weil das Tabu und die Scham darüber zu sprechen zu groß sind. Die Sündenerklärung hat sich nur regional verbreitet. Deshalb kämpfen wir dafür, dass der saudische König uns helfen möge. In seinem Land wird zum Glück nicht verstümmelt. Aber als oberster Gebieter über Mekka könnte er die Verurteilung als Sünde auf einem großem Transparent über dem Heiligen Platz verkünden lassen. Dort würde man jeden Pilger in seinem tiefsten Herzen erreichen, und das Drama wäre sehr schnell beendet. Das ist mein größter Lebenswunsch! Leider bisher unerfüllt.

FOTO: VISUM

Was sagt der König zu Ihrem Ansinnen?
Wir erhalten keine Antwort aus dem Königshaus. Trotz Hilfe durch das Auswärtige Amt. Wenn er es wüsste, wäre er dabei. Ich bräuchte nur eine Minute, um ihn mithilfe von Fotos zu überzeugen. Allmählich läuft mir die Zeit davon …
Sie werden im Mai 85. Wie oft machen Sie noch weite Reisen?
Etwa zweimal im Jahr. Einmal zu den Waiãpi nach Brasilien, einmal zu unserer Geburtshilfeklinik in Äthiopien, wo wir den verstümmelten Frauen direkte Hilfe bringen. Ansonsten halte ich vor allem Vorträge, um zu informieren, zu motivieren und zu zeigen, dass niemand zu gering ist, die Welt ein wenig zu verbessern.
Woran merken Sie das Älterwerden am meisten?
Es fehlt mir diese (*haut auf den Tisch*) Agilität, die ich hatte. Es geht alles einen Schritt langsamer. Diese Erfahrung, dass einem die Natur eine Grenze zeigt – die habe ich vorher nie machen müssen. Dass auf einmal Verschleiß spürbar ist. Dass man Tabletten braucht oder kleiner wird – ich bin schon fünf Zentimeter geschrumpft! Ich muss Rücksicht nehmen auf diese Restsubstanz, die vor Ihnen sitzt. (*lacht*)
Wie halten Sie sich fit?
Ich arbeite im Garten, fahre mit dem Boot auf den See und kümmere mich um die Bepflanzung der künstlichen Inseln für die Vögel. Es gibt immer etwas zu tun.
Haben Sie Angst vor dem Tod?
Damit möchte ich mich nicht beschäftigen. Dafür fehlt mir die Zeit.
Sie haben Ihre Träume im Leben konsequent verwirklicht. Welchen Preis mussten Sie dafür bezahlen?
Ich glaube, gar keinen.
Was hätten Sie lieber anders gemacht?
Ich hätte die Konditorei früher verkaufen und eher mit meinem Engagement anfangen sollen, sowohl für die Indianer, aber vor allem gegen die Verstümmelung. Wenn ich eher begonnen hätte, wäre diese Praxis vielleicht längst beendet. Aber ansonsten bereue ich nichts in meinem Leben.

AUTOREN FOTO: FRANK EGEL

DB MOBIL-Redakteurin **Katja Heer** kam sich reisemäßig bislang eigentlich ganz cool vor, immerhin unternimmt sie regelmäßig Rucksacktrips, vor allem durch Asien. Im Gespräch mit Rüdiger Nehberg gab sie allerdings keins dieser Erlebnisse preis. Sie hätte sich mit den harmlosen Geschichten nur blamiert.

PATSCHERKOFEL
WWW.INNSBRUCK.INFO/WELCOME
#MYINNSBRUCK
INNS' BRUCK
unlimited
WELCOME CARD
KOSTENFREIE GÄSTEKARTE MIT MOBILITÄTSGARANTIE

Die kostenlose Gästekarte **Welcome Card** mit zahlreichen Vorteilen für Mobilität und Sightseeing erhält man bei einer Aufenthaltsdauer von 2 Übernachtungen bei Partnerbetrieben. Wer 3 Nächte und länger in der Region bleibt, erhält die **Welcome Card plus**, die zusätzlich Freifahrten mit vier Bergbahnen inkludiert. Und wer noch mehr will, für den gibt es die **Welcome Card unlimited**: Als „Upgrade“ zur Welcome Card ist diese Kaufkarte für € 65,00 erhältlich und beinhaltet den Eintritt zu einer Reihe von Tiroler Top-Attraktionen außerhalb der Destination Innsbruck.

Ausführliche Informationen zu den Leistungen unter **www.innsbruck.info/welcome**