

KARL LEOPOLD VON LICHTENFELS

—

LEXIKON DES ÜBERLEBENS

KARL LEOPOLD VON LICHTENFELS

LEXIKON DES ÜBERLEBENS

Handbuch für Krisenzeiten

Mit 148 Abbildungen

Anaconda



Lizenzausgabe mit freundlicher Genehmigung
© 2000 by F. A. Herbig Verlagsbuchhandlung GmbH, München

Alle in diesem Buch gemachten Angaben sind nach bestem Wissen zusammengestellt worden, für ihre Richtigkeit kann jedoch keine Garantie übernommen werden. Die Verantwortung für den sachgemäßen Umgang mit vorliegenden Anleitungen liegt beim Anwender; dieser muß prüfen, ob die Angaben nicht durch neuere Erkenntnisse überholt sind. Autor und Verlag können für Schäden, die aus der Anwendung der in diesem Buch gegebenen Handlungsanweisungen und Methoden entstehen, weder eine juristische Verantwortung noch irgendeine Haftung übernehmen.

Einige der hier direkt oder indirekt empfohlenen Methoden (z. B. Jagen und Angeln ohne entsprechende Berechtigung, medizinische Hilfe durch Laien) sind unter gewöhnlichen Umständen nicht erlaubt, gefährlich oder nicht ratsam und dürfen nur im Notfall angewandt werden.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Buch berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, daß diese Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Wesentliche Teile des *Lexikonteils* sind folgendem Buch entnommen: Gerhard Bönicke, *Tornister-Lexikon für den Frontsoldaten*. Stuttgart: Franck'sche Verlagshandlung 1943.

Das Buchsymbol  kennzeichnet empfehlenswerte Bücher,
der Bücherstapel  Informationen, die auf Prophezeiungen Bezug nehmen;
Verweise → beziehen sich, sofern nicht anders angegeben,
auf Stichworte des Lexikonteils.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet unter <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© dieser Ausgabe 2005, 2022 by Anaconda Verlag,
einem Unternehmen der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,
Neumarkter Straße 28, 81673 München
Alle Rechte vorbehalten.

Umschlaggestaltung: Druckfrei. Dagmar Herrmann, Bad Honnef
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck
ISBN 978-3-938484-26-5
www.anacondaverlag.de

Inhalt

Vorwort des Autors	13
Über die seltsame Entstehungsgeschichte dieses Buches, seinen Verfasser und seine Adressaten	13
Zum Gebrauch des Buches	15
Eine Bitte an den Leser	15
I Einleitung	17
Zukunftsängste	19
Katastrophenszenarien	20
Ein Worst-case-Szenario ☹	26
II Vorbereitungsmaßnahmen	29
1 Vorsorgen – materiell und/oder spirituell?	31
2 Katastrophenschutz für Anfänger – ein 6-Tage-Programm	33
3 Langfristige Vorsorgemaßnahmen	38
III Verhaltensmaßnahmen bei akuter Gefahr	41
Übersicht	43
1 Abspringen von Gebäuden oder aus Fahrzeugen	44
Abspringen von Gebäuden	44
Abspringen von Fahrzeugen	44
2 Brände	45
Allgemeine Regeln zur Brandbekämpfung	45
Brand in einem Gebäude	46
Waldbrand bzw. Buschfeuer	47

3	Erdbeben	48
	Vor dem Beben	48
	Während des Bebens	48
	Nach dem Beben	49
4	Flutkatastrophen	50
	Auf freiem Feld	50
	Mit dem Auto überflutete Stellen queren	50
	Im Haus	51
	Im Wasser	51
	Nach der Flut	52
5	Stürme	53
	Bei Sturmwarnung	53
	Während des Sturms	54
	Nach dem Sturm	54
6	Vulkanausbrüche	55
	Vorzeichen eines Ausbruchs	55
	Flucht bei Vulkanausbruch	56
7	Chemieunfall oder C-Waffen-Einsatz	57
	Anzeichen für das Vorhandensein von Industriegiften oder für den Einsatz chemischer Kampfstoffe	57
	Behelfsmäßiger Schutz im Notfall	57
	Gegenmaßnahmen und Dekontamination	59
8	Seuchenwarnung oder B-Waffen-Einsatz	60
	Anzeichen für den Einsatz von B-Waffen	60
	Allgemeine Schutzmaßnahmen	61
9	Atomunfälle	63
10	Politische Spannungszeiten	65
	Allgemeine Empfehlungen	65
	Verhalten bei Massenpanik	65
11	Krieg	67
	Verhalten bei Kriegsausbruch	67
	Verhalten im Krieg, bei Durchzug fremder Truppen oder bei Besatzung	67

12	Luftalarm und Bombenangriffe	70
	Vor und während des Angriffs	70
	Nach dem Angriff	70
13	Kernwaffeneinsatz	71
	Anzeichen für Kernwaffeneinsatz	71
	Im Freien	71
	Im Haus bzw. Schutzraum	72
14	Verschüttung	74
	Verschüttet von einer Lawine	74
	Verschüttet in einem Gebäude (oder im Fels)	74
	Bergeregeln	75
15	Die »dreitägige Finsternis« ☹	76
	Vorzeichen	77
	Spezielle Anforderungen an den Schutzraum	77
	Verhaltensregeln unmittelbar vor und während der Finsternis	78
	Verhalten nach der dreitägigen Finsternis	80
IV	Lexikonteil	83
	Wichtige Anmerkungen zum Gebrauch des Lexikons	85
V	Checklisten	401
1	Anmerkungen	403
2	Die Checklisten	404
	Lebensmittelvorrat	404
	Wasservorrat	407
	Fluchtgepäck	408
	Ausrüstung für den Bau eines Erdbunkers	411
	Ausrüstung für den Schutzraum	411
	Werkzeug, Roh- und Baustoffe	413
	Hausrat	418
	Kleidung und Schuhe	419
	Gartenbau und Forstwirtschaft	419

Medizin und Körperpflege	422
Fortbewegung	424
Sonstiges	425
Güter zum Tauschen	426
Eigene Notizen	427

VI Karten und Ortsangaben 429

1 Wahl eines Ortes zum Überleben 431

Kriterien für die Ortswahl	431
Gefahr durch Kernkraftwerke ☹	431
Bekannte Erdbebengebiete (und Nähe von Vulkanen)	432
Durch Überschwemmungen gefährdete Gebiete Europas ☹	435
Kriegsexponierte Lagen ☹	436
Zur Frage des Auswanderns ☹	436

2 In Endzeitprophezeiungen erwähnte Orte und Regionen ☹ 437

Die besonders gefährdeten Gebiete der Erde	437
Deutschland	438
Österreich	441
Schweiz	442
Ungarn	443
Italien	443
Tschechische Republik und Slowakische Republik	444
Dänemark, Niederlande, Belgien und Island	444
Schweden	444
Norwegen	445
Frankreich	445
Spanien	446
Großbritannien	446
Naher Osten	447
Südafrika	447
Nordamerika und die Karibik	447
Südamerika	448
Japan	449
Australien und Neuseeland	449

Anhang	451
Weiterführende Literatur	453
Human- und Veterinärmedizin, Erste Hilfe, Phytotherapie	453
Überleben von Katastrophen, Schutzraumbau	456
Überleben in der Wildnis, Improvisation	458
Landwirtschaft, Nahrung herstellen und konservieren	460
Handwerkstechniken, Reparaturen, Rohstofftechnik, Infrastruktur	462
Energietechnik	467
Psychische und spirituelle Vorbereitung	468
Sonstige Bücher	468
Wichtige Adressen	470
Bücher und Zeitschriften	470
Camping-, Jagd-, Berg- und Survival-Ausrüstung	472
Zivilschutz, Erste Hilfe	474
Schutzraumbau und -technik, Bevorratung	476
Saatgut	477
Elektrik und Elektronik	478
Diverse Kurse	479
Sonstige Adressen	480
Internet-Adressen	481
Sicherheitspolitik und Kriegsgefahr	481
Naturkatastrophen	482
Praktische Vorbereitung	483
Prophezeiungen	486
Danksagung	487
Bildnachweis	488
Abkürzungsverzeichnis	489
Stichwörterverzeichnis des Lexikonteils	490

Ein Tornado im Mittelwesten der USA hat eine Spur der Verwüstung hinterlassen und eine Langspielplatte in einen Telefonmast geschleudert. Auch an der Schwelle zum 21. Jahrhundert erinnern die Naturgewalten den Menschen daran, daß nicht alles »machbar« ist. Im Gegenteil: Wie die großen Versicherungsgesellschaften bestätigen, nehmen durch die rapide ansteigenden Siedlungsdichten und das sich verändernde Weltklima Häufigkeit und Opfer der Katastrophen ständig zu. Die größten Gefahren jedoch gehen von uns selbst aus.





Vorwort des Autors

Über die seltsame Entstehungsgeschichte dieses Buches, seinen Verfasser und seine Adressaten

Von *Prophezeiungen* hielt ich bis vor einigen Jahren nicht viel. Zwar hatte ich als Knabe in den Nostradamus-Büchern meines Vaters begeistert die Zukunft zu ergründen versucht, meine spätere naturwissenschaftliche Ausbildung aber ließ mein Interesse an dem Gegenstand im Lauf der Jahre schwinden.

Dann jedoch stieß ich in einem Buch auf die sogenannten »Feldpostbriefe«, die ein bayerischer Soldat namens Andreas Rill zu Beginn des Ersten Weltkrieges an seine Familie geschickt hatte. Sie enthalten Prophezeiungen über die Zukunft Deutschlands, die Rill von einem Kriegsgefangenen gehört haben will. Die beiden Briefe liegen heute noch im Original vor und schildern in verblüffenden Details die deutsche Geschichte vom Jahr 1914 bis heute und darüber hinaus. Angeregt von diesen völlig unzweideutig formulierten Prophezeiungen und ähnlich konkreten wie denen des »Mühlhiasls« oder Alois Irlmaiers, begann ich mich näher mit der Thematik zu beschäftigen und entdeckte, daß es inmitten von sehr viel Unsinn, Zufall, Scharlatanerie und Fälschung durchaus noch weitere Fälle gibt, bei denen das heute noch unerklärliche, aber sehr wohl nachweisbare parapsychologische Phänomen der Präkognition¹ festgestellt werden kann. Später durfte ich selbst eine Person kennenlernen, die zweifellos über diese Fähigkeit verfügt (ohne daraus finanziellen Nutzen zu ziehen). Ihre Aussagen über die Zukunft fügen sich – leider – in das Bild, das die Summe der Seher liefert.

Aus meiner Sammlung von 350 prophetischen Quellen, die ich kritisch verglich, um daraus eine »Geschichte der Zukunft« zu gewinnen, entstand das bei Herbig erschienene *Lexikon der Prophezeiungen*. Die Hauptaussage der aus ganz verschiedenen Kulturkreisen

¹ das Vorauswissen zukünftiger Dinge

und Zeiten stammenden Seher für *unsere* Zukunft ist: *Ungefähr (!) um die Jahrtausendwende wird es in Mitteleuropa einen kurzen, aber schrecklichen Krieg geben und auf der ganzen Welt ein Naturereignis, in dessen Verlauf Millionen Menschen sterben. Dadurch wird die Menschheit technologisch weit zurückgeworfen.* (Mehr darüber in Kapitel II!)

Angenommen, die Voraussagen träfen ein: Was sollen wir tun? Wie können wir uns vorbereiten auf eine Nachkriegszeit, wie sie etwa in den Filmen *The Day After* (USA, 1983), *Mad Max 3* (Australien, 1985), *Postman* (USA, 1997) oder in Büchern wie Walter M. Millers *A Canticle for Leibowitz* oder Carl Amerys *Der Untergang der Stadt Passau* beschrieben ist?

Von dieser Fragestellung ausgehend, begann ich unter Mithilfe von Freunden Lösungen zu erarbeiten, Vorbereitungsmaßnahmen zu überlegen, Überlebensstips aufzuschreiben, Checklisten zusammenzustellen und nützliche Literatur zu sichten.

Aus diesem Projekt, das sich über mehr als vier Jahre erstreckte, ist nun das *Lexikon des Überlebens*, eine Art »Bauanleitung für die private Arche Noah«, geworden.

Das Grundproblem, von dem dieses Buch ausgeht, ist nicht das *individuelle* Überleben eines einzelnen oder einer Gruppe von Menschen in der Wildnis, sondern das *kollektive* Überleben einer Bevölkerung, die sich mit einer Katastrophe von globalen Dimensionen konfrontiert sieht. Es geht darum, wie man sich auf Krisenzeiten vorbereiten und diese überleben kann, um danach am Wiederaufbau mitzuwirken, selbst wenn die gesamte Infrastruktur zerstört, kein Treibstoff, kein Strom und keine Primärindustrie vorhanden und auch keine Hilfe von »außen« (wie etwa in Deutschland nach dem Zweiten Weltkrieg) zu erwarten ist.

Das *Lexikon des Überlebens* wendet sich daher

- einerseits an alle, die sich mit Endzeit- und Katastrophen-Prophезierungen beschäftigen, das Vorhergesagte für unter Umständen möglich halten und längst nach einer Anleitung für die Vorsorge gesucht haben,
- andererseits aber auch an all jene, die Prophezeiungen gleichgültig oder skeptisch gegenüberstehen; denn unbeschadet des dem Buch zugrunde liegenden, auf den Prophezeiungen basierenden

Beispielsszenarios² ist das hier präsentierte Wissen für alle nur möglichen Katastrophenfälle gültig.

Darüber hinaus wird man bei der Lektüre eine Vielzahl von Tips entdecken, die auch in Friedenszeiten nützlich sein können.

Zum Gebrauch des Buches

Das *Lexikon des Überlebens* gliedert sich in folgende Abschnitte: Kapitel I, die *Einleitung*, listet u. a. mögliche *Gefahren* auf, die unserer Zivilisation drohen, und stellt das *Worst-case-Szenario* vor, das den Ausgangspunkt meiner Arbeit bildet.

Anschließend findet sich in Kapitel II eine grobe Übersicht über Maßnahmen zur *materiellen und spirituellen Vorsorge*.

Kapitel III *Maßnahmen bei akuter Gefahr* spricht Empfehlungen für das Verhalten in bestimmten Krisensituationen aus.

Der *Lexikonteil* (Kapitel IV) stellt ein Sammelsurium verschiedenster Informationen dar: Vorbereitungsmaßnahmen, Arbeitsanweisungen, Reparaturanleitungen, Improvisationstips, Rezepte, Maßnahmen zur Ersten Hilfe usw.

Im Anschluß daran stehen in Kapitel V detaillierte *Checklisten* für die Bevorratung.

Kapitel VI *Karten und Ortsangaben* diskutiert allgemein Kriterien für die Wahl eines Ortes zum Überleben und listet – für Prophezeiungsinteressierte – die in den Visionen erwähnten Orte und Regionen auf.

Der *Anhang* enthält u. a. ein *Verzeichnis weiterführender Literatur*, ein *Adressenverzeichnis*, eine Aufstellung interessanter *Internet-Adressen* sowie eine *Liste der im Lexikonteil behandelten Stichwörter*.

Eine Bitte an den Leser

Bei der Zusammenstellung der Information für dieses Buch ließ ich größte Sorgfalt walten, auch wurde das Manuskript von verschied-

² Informationen, die einen Bezug zu den Prophezeiungen herstellen, sind mit einem kleinen Bücherstapel ☞ gekennzeichnet.

denen Fachleuten gelesen; ich bitte jedoch um Verständnis dafür, daß ich nicht alle angegebenen Anleitungen und Verfahren selbst ausprobieren konnte (z.B. Kannibalismus). Der Leser ist eingeladen, sich mit allfälligen Korrekturen, Ratschlägen, Rezepten, Literatur- und Bezugsquellenangaben, die auch für andere von Nutzen sein könnten, an den Verlag zu wenden oder diese Ergänzungen an folgende E-Mail-Adresse zu senden: *karl.leopold@usa.net*.

A handwritten signature in black ink, consisting of a vertical line with several loops and flourishes at the top and bottom.

Karl Leopold von Lichtenfels
Wien, im Juni 2000

I

Einleitung

Zukunftsängste

Seit einiger Zeit begegnen mir des öfteren Mitmenschen, die in der Meinung leben, »daß etwas passieren wird« – wobei sie dieses »etwas« nicht genauer definieren können. Einer aktuellen Umfrage des Instituts DemoSCOPE zufolge glauben 42 % der Schweizer, daß der Menschheit im 21. Jahrhundert eine große Katastrophe droht. So pessimistisch kennen wir die Eidgenossen sonst gar nicht. Sind solche Zukunftsängste legitim in der schönen, neuen Welt des dritten Jahrtausends? Ist Pessimismus angesichts der Triumphe der Technik (z.B. Genforschung) und Politik (Ende des Kalten Krieges) nicht fehl am Platz?

Vielen dämmert bereits, daß dem nicht so ist. *Zukunftsfall* – *Zukunftschance* lautet der Titel eines kürzlich erschienenen Buches von Viktor Farkas, dessen Bestandsaufnahme unserer Zeit zu düsteren Ahnungen Grund gibt:

- Durch die stetig wachsende Weltbevölkerung und die kommende Industrialisierung der sogenannten Dritten Welt werden Verschmutzung und Zerstörung der Ökosysteme nämlich gewaltig zunehmen. Die damit einhergehende Veränderung des globalen Klimas mit ihren katastrophalen Folgen (Verknappung der Nahrung, des Wassers, Desertifikation, Wirbelstürme, Fluten, kein Schnee mehr in den Skigebieten usw.) wird uns mittlerweile schon bewußt.
- Daß ein Wirtschaftssystem, das auf stetigem Wachstum aufbaut, auf einem begrenzten Raum früher oder später kollabieren muß, ist klar. An den internationalen Börsen sind gewaltige Spekulationsblasen entstanden. Der Zusammenbruch ist vorprogrammiert.
- Auch auf medizinischem Gebiet gibt es eine neue Bedrohung: Immer mehr Krankheitserreger werden gegen unsere wichtigste Waffe, Antibiotika, immun; längst besiegt geglaubte Krankheiten könnten bald neue Seuchen auslösen, gegen die wir hilflos wären.
- Die Gentechnik wird nicht zu Unrecht von vielen als ein Damoklesschwert betrachtet. Von jeglicher Ethik entkoppelt, stellt sie eine Zeitbombe für Natur und Gesellschaft dar.
- Aber auch für soziale Spannungen ist gesorgt. In Deutschland beispielsweise wird durch die sinkenden Geburtenziffern (derzeit durchschnittlich nur 1,25 Kinder pro Frau statt der nötigen 2,1)

nach Meinung der UNO eine Zuwanderung von 500 000 Menschen jährlich nötig sein, um die Bevölkerung stabil zu halten und die Renten zu sichern. In den Kindergärten und Schulen der Großstädte werden Kinder ausländischer Abstammung schon in wenigen Jahren die Mehrheit stellen. Im Jahre 2015 wird der Ausländeranteil der unter 20jährigen in Berlin (West) bereits 52 % betragen. Ob da allerorts die Integration so gut gelingt, wie es die Politiker planen? In einer Studie des Bielefelder Soziologen Wilhelm Heitmeyer aus dem Jahre 1997 meinte rund ein Drittel der 1200 befragten jungen Moslems aus Deutschland, den Islam in Deutschland verbreiten zu wollen, 36 % waren bereit, sich auch mit körperlicher Gewalt gegen »Ungläubige« durchzusetzen. Bereit zur Gewalt sind auch rechtsextremen Gruppierungen, die sich regen Zustroms erfreuen. So wurden allein im Jahr 1999 140 neue rechtsextremistische Websites gegründet.

- Zu glauben, daß wir in einer »Friedenszeit« leben, ist eine Illusion, die einem die Medien bald nehmen. Rund um den Globus ist eine Vielzahl von Konflikten und Kriegen im Gange. Der Zerfall Jugoslawiens mit seinen Folgen bewies, daß auch unser Kontinent nicht vor Krieg gefeit ist. Mehr darüber im folgenden Kapitel. Zweifellos gehen wir also – auch hier in Mitteleuropa – unsicheren Zeiten entgegen.

Katastrophenszenarien

Nach Aussage der Versicherungsgesellschaften leben wir in einer Zeit der Katastrophen³. So haben die Schäden durch große Naturkatastrophen seit 1960 (inflationbereinigt) um das Achtfache zugenommen. Das liegt aber nicht nur daran, daß immer mehr Menschen in gefährdeten Gebieten leben, sondern die Häufigkeit und die Schwere extremer Naturereignisse selbst sind in den letzten Jah-

³ Das Wort »Katastrophe« stammt aus dem Griechischen, von *κατά* (gänzlich, völlig; hinunter) und *στροφή* (drehen, wenden, umstürzen). Im antiken Drama bezeichnete es die entscheidende Wendung, die zur Lösung des Konflikts und zum Tod des Helden führt. Im heutigen Sprachgebrauch dominieren aber die negativen Bedeutungen »Vernichtung«, »Zerstörung«.

ren stark angestiegen. Wir können unterscheiden zwischen Katastrophen, die nur eine kleine Region betreffen, Großkatastrophen, bei denen Hilfe von Nachbarstaaten oder sogar internationale Hilfe nötig ist, und globalen Katastrophen, welche mehr oder weniger den gesamten Planeten betreffen. Welche Gefahren sind dies konkret?

Lokale Katastrophen:

- *Lawinen- und Murenabgänge*
- *kleinere Erdbeben*
- *Verkehrsunfälle mit Austritt gefährlicher Substanzen*
- *Waldbrände*

Großkatastrophen:

- *Große Erdbeben*, wie zuletzt in Los Angeles 1994, Kobe 1995, Mittelitalien 1997 und in der Türkei 1999, können uns direkt oder indirekt treffen. Ein Beben wie das von 1923, das damals mit der Stärke 8,3 auf der Richter-Skala die Kanto-Ebene auf der japani-



Abb. 1: Schutt in den Straßen von San Francisco nach dem großen Beben von 1906, bei dem 225 000 Menschen obdachlos wurden. Die Wissenschaftler sind überzeugt, daß in Kalifornien heute wieder ein großes Beben bevorsteht.



Abb. 2: U-Boot der Typhoon-Klasse in der Zapadnaya Litsa-Bucht. Diese 175 Meter langen Boote besitzen je zwei Druckwasserreaktoren vom Typ OK-650. Insgesamt befinden sich auf den in der Kola-Region stationierten Schiffen und U-Booten 18 % aller Kernreaktoren der Welt!

schen Hauptinsel Honshu erschütterte, würde dort heute einen Schaden von etwa drei Billionen Dollar verursachen. Auch ein längst überfälliges großes Beben in Kalifornien oder besonders verheerende Hurrikane an der Ostküste der USA könnten Folgen für das weltweite Finanzsystem haben.

- *Flutkatastrophen* wie in Deutschland, Österreich, Tschechien und Polen 1997, China 1998 oder Mosambik 2000 können binnen kurzer Zeit Tausende bis Millionen obdachlos machen und das staatliche Krisenmanagement damit völlig überfordern.
- *Stürme*: Seit Jahren beobachten wir im Fernsehen, wie Orkane insbesondere in der Karibik und in den USA immer mehr Schaden anrichten. Mittlerweile kommt es auch in Mitteleuropa zu Stürmen mit einer bisher nicht gekannten Heftigkeit (z.B. Orkan in Frankreich 1999).
- *Vulkanausbrüche* stellen in Mitteleuropa derzeit keine Gefahr dar, wohl aber in Südeuropa (Italien) und auf Island. Doch auch

erloschene Vulkane könnten in Zeiten stark erhöhter tektonischer Aktivität wieder ausbrechen.

- *Chemieunfälle*: Unfälle, bei denen es zum Austritt giftiger oder ätzender Stoffe kommt, können innerhalb kurzer Zeit viele Opfer fordern. Beispiele dafür waren Seveso 1976, Bhopal 1984, oder Ufa 1989.
- *AKW-Unfälle*: Der Reaktorunfall in Tschernobyl 1986 hat gezeigt, daß Kernkraft »todsicher« ist, wenn auch nicht im Sinne ihrer Befürworter. Österreichs einziges AKW ging nach Protesten der Bevölkerung nie in Betrieb, in Deutschland findet im Moment ein Umdenken statt. Andernorts aber werden Kernkraftwerke weiterhin ein Risiko darstellen, speziell in den Ländern des Ostens, wo deutlich niedrigere Sicherheitsstandards herrschen. Ein nicht zu unterschätzendes Gefahrenpotential stellen auch die atomgetriebenen U-Boote und Schiffe der russischen Nordflotte dar, die in Murmansk und anderen Häfen der Halbinsel Kola stationiert sind.
- *Versorgungskrisen*: Wirtschaftliche Schwierigkeiten, Naturkatastrophen, Unruhen oder Kriege in den Lieferländern könnten zu Versorgungskrisen im Inland führen. Dies gilt in Mitteleuropa besonders für den Energiebereich (Erdöl und Erdgas).
- *Lokale (Bürger-)Kriege*: Wir hören und lesen davon täglich in den Nachrichten. Bei einigen Konflikten (z.B. Indien-Pakistan) ist auch mit dem Einsatz von Kernwaffen zu rechnen.
- *Terrorangriffe*: Die Giftgasanschläge der japanischen Aum-Sekte von 1995 könnten verblasen gegen die zukünftige Verwendung nuklearer oder biologischer Waffen durch terroristische Gruppierungen.

Globale Katastrophen:

- *Weltwirtschaftskrise*: Eine weltweite Rezession ist nach Ansicht von Experten nur eine Frage der Zeit. Die fetten Jahre sind vorbei. Eines der Hauptprobleme ist, daß unsere Grundbedürfnisse heute durch die modernen Fertigungsmethoden mit sehr wenig Arbeitsaufwand gedeckt werden können. Zum Erhalt von Arbeitsplätzen müssen daher Bedürfnisse für Güter geschaffen werden, die wir eigentlich nicht brauchen – und uns in Zukunft wohl auch nicht mehr leisten können. Auf der anderen Seite sind, wie bereits erwähnt, viele Wertpapiere massiv überbewertet und werden früher

oder später einbrechen. Für die Mitglieder der Euro-Zone bedeutet darüber hinaus die Schwäche des Euro gegenüber Dollar und Yen ein weiteres Problem.

- *Weltkrieg (konventionell oder atomar)*: Nach dem Zusammenbruch der Sowjetunion und dem Ende des Kalten Krieges wollen heute viele nicht mehr an die Gefahr eines Weltkriegs glauben. Tatsächlich aber birgt nicht nur die schwer einzuschätzende künftige Rolle der Supermacht China Stoff für Konflikte, auch die restaurative Politik des ehemaligen KGB-Agenten Wladimir Putin in Rußland gibt Anlaß zur Sorge. Querdenker wie der US-Analytiker Jeff R. Nyquist werden nicht müde darauf hinzuweisen, daß hochrangige Überläufer wie General Jan Sejna und Major Anatoliy Golitsyn schon Anfang der 80er Jahre behaupteten, die UdSSR plane einen kontrollierten Kollaps des Warschauer Pakts, um die NATO zu einer für sie unvorteilhaften Abrüstung zu bewegen und schließlich den Kontinent militärisch zu dominieren. Golitsyns »Voraussagen« in seinem 1984 erschienenen Buch *New lies for old* sind bisher bis hin zum Fall der Berliner Mauer mit bestechender Präzision eingetroffen.



Abb. 3: SS-23
Rakete (Spider) auf
4achsiger mobiler
Abschußseinheit

Alles nur haltlose Verschwörungstheorien? Tatsache ist, daß die neuentwickelte und 1999 in Serie gegangene russische Interkontinentalrakete vom Typ SS-27 (Topol-M) mit einer Reichweite von 10500 Kilometern wohl nicht zum Einsatz in Tschetschenien gedacht ist. Oder wußten Sie, daß bis heute u.a. im slowakischen Martin sowjetische SS-23 Kurzstreckenraketen (ausgelegt für einen 100-kt-Nuklearsprengkopf, das entspricht sechs Hiroshima-Bomben) lagern, die von den Russen dort »vergessen« worden sind? Nach dem von Reagan und Gorbatschow unterzeichneten INF-Abkommen von 1987 dürften diese Waffen längst nicht mehr existieren. Mehr über diesen Problemkreis in meinem *Lexikon der Prophezeiungen* sowie auf den im Anhang empfohlenen Internetseiten.

- *Pandemien (weltweite Epidemien)* können sich in kurzer Zeit über die ganze Erde ausbreiten, wenn ihre Erreger durch Tröpfcheninfektion verbreitet werden. Die »Spanische Grippe« von 1918 forderte binnen weniger Monate weltweit 27 Millionen Opfer, weit mehr also als der gesamte Erste Weltkrieg! Wie in dem amerikanischen Science-fiction-Film *Twelve Monkeys* (USA, 1995) könnte eine solche Pandemie ganze Kontinente lahmlegen; durch den Flugverkehr überschreiten Krankheitserreger heute rasch auch alle natürlichen Barrieren wie etwa die Meere.
- *Impakt eines Himmelskörpers*: Der Einschlag eines Asteroiden oder Kometen auf der Erde, wie er in Filmen⁴ wie *Deep Impact* oder *Armageddon* (beide: USA, 1998) dargestellt wird, hätte verheerende Folgen für die gesamte Biosphäre. Wir kennen heute 547 Objekte, die uns während der nächsten drei Jahrzehnte gefährlich

⁴ Die Tatsache, daß man zu praktisch allen Katastrophen hier ein oder mehrere moderne Spielfilme nennen könnte [ich denke z.B. auch an den Wirbelsturmfilm *Twister* (USA, 1996) oder den Film *Dante's Peak* (USA, 1997) über einen Vulkanausbruch in bewohntem Gebiet], zeigt das ambivalente Verhalten des Menschen in bezug auf solche Ereignisse: Insbesondere mit den modernen Special-Effects läßt es sich schön gruseln; wenn man das Kino aber wieder verläßt, lacht man und denkt nicht daran, sich auf solche Krisen in irgendeiner Weise vorzubereiten. Besonders kraß scheint mir die sorglose Einstellung der Bewohner von Kalifornien, die genau wissen, daß es früher oder später zu einem gewaltigen Beben an der San-Andreas-Störung kommen wird.



*Abb. 4: Impakt eines großen Asteroiden auf der Erde
(Künstlerimpression von Don Davies, NASA)*

werden könnten, dies sind jedoch nur geschätzte 7 % der tatsächlich vorhandenen gefährlichen Objekte. Die Entdeckung gelingt oft erst sehr spät, Gegenmaßnahmen, wie in den erwähnten Filmen gezeigt, könnten wir beim derzeitigen Stand der Technik ohnehin nicht treffen. Einschläge vom Kaliber des »Dinosaurier-Killers« vor 65 Millionen Jahren (Objektdurchmesser 10–15 Kilometer) sollen alle 50 Millionen Jahre stattfinden. Rein statistisch gesehen, ist ein solcher Treffer daher schon überfällig.

Ein Worst-case-Szenario ☞

Wie im Vorwort bereits erwähnt, war meine persönliche Motivation für die Beschäftigung mit Überlebensstrategien das Ergebnis meiner umfangreichen Analyse von 350 Prophezeiungen. Dabei zeigte sich, daß diese Vorhersagen ein erstaunlich kohärentes Bild unserer Zukunft liefern. Es ergibt sich ein Szenario, das im *Lexikon*

der Prophezeiungen detailliert beschrieben ist und hier nur in Stichworten wiederholt werden soll:

In der nahen Zukunft kommt es u.a. durch Wirtschaftskrisen zu zunehmenden Unruhen und bürgerkriegsähnlichen Zuständen unter der Bevölkerung Europas. In Frankreich und Italien brechen Revolutionen aus, in deren Verlauf sogar der Papst aus Rom vertrieben wird.⁵

Dann fällt im Sommer völlig überraschend eine russische Streitmacht in Mitteleuropa ein und versucht in drei Angriffskeilen, von Deutschland bis zum Atlantik vorzudringen. Die NATO ist nicht in der Lage, so kurzfristig eine Verteidigung aufzubauen. Allerdings gelingt es durch eine spezielle Waffe (»gelber Strich« von Prag bis zur Ostsee), diese relativ schwache erste strategische Staffel der Russen vom Nachschub abzutrennen, wodurch sie (rund drei Monate nach Kriegsbeginn) allmählich aufgerieben wird.

Außerdem brechen die Chinesen ein Abkommen mit den Russen und fallen ihnen in Sibirien in die Flanke. In dieser Situation beginnen die Russen mit gezielten Nuklearschlägen auf Städte in Europa und Amerika. Aber – als wäre er durch die Hand Gottes gelenkt, wie viele Seher meinen – gerade zu diesem Zeitpunkt trifft ein gewaltiger Himmelskörper (ein Komet oder Asteroid) die Erde. Durch diesen Impakt kommt es weltweit zu gewaltigen Erdbeben und überaus heftiger vulkanischer Aktivität. Giftige Gas- und Staubwolken rafften über Nacht Millionen von Menschen dahin. (Dutzende Seher, die nichts voneinander wußten, sprechen von einer regelrechten Finsternis mit einer Dauer von drei Tagen, während derer die meisten Menschen umkommen.)

Danach (es gibt keine großflächige Verstrahlung und keinen nuklearen Winter) kommt eine glückliche Friedenszeit, in der die

⁵ Vor kurzem wurde im Vatikan das unverständlich lange gehütete »dritte Geheimnis« von Fatima veröffentlicht. Der angeblich von Maria im Jahre 1917 den drei Seherkindern geoffenbarte Text enthält die Beschreibung einer Christenverfolgung, in deren Zuge sogar der Papst von Soldaten erschossen wird. Handelt es sich bei dem Text nur um eine Metapher für den Kampf der Kirche mit den bösen Mächten, oder gibt er einen Hinweis auf zukünftige Ereignisse – in Übereinstimmung mit vielen anderen Visionen?

Menschen von lokalen »Machthabern« regiert werden. Der technologische Stand entspricht allerdings dem des Spätmittelalters, weil die Primärindustrie (Rohstoffgewinnung und -verarbeitung) weltweit ebenso völlig zerstört ist wie die Kommunikations- und Verkehrsnetze. Es gibt keinen Treibstoff, keinen Strom, keine Züge, keine Autos, kein Telefon, keine Supermärkte, keine Wasserleitung, keine Baumaterialien usw. Die Städte sind nur noch Ruinen. Auf dem Land aber entsteht eine neue, bäuerliche Kultur.

Diese Schilderung muß für einen Leser, der sich mit der Materie noch nicht beschäftigt hat, phantastisch und unglaublich klingen, entspricht aber dem Befund der Seherberichte. Im *Lexikon der Prophezeiungen* habe ich versucht nachzuweisen, daß dieses Szenario (auch was den russischen Angriff auf Westeuropa angeht) keineswegs so absurd ist, wie es auf den ersten Blick erscheinen mag. Auf alle Fälle aber liefert diese Geschichte ein *Worst-case-Szenario*, also einen schlimmst-anzunehmenden Fall. Wer sich auf dieses Geschehen vorbereitet, ist auf alles vorbereitet, was überhaupt passieren kann: Währungskollaps, Unruhen, Krieg mit konventionellen sowie ABC-Waffen, kurzfristige Besatzung, Impakt, vulkanische Emissionen, Wassermangel, Hungersnot und eine völlig zerstörte Infrastruktur.

II

Vorbereitungsmaßnahmen

Wichtige Vorbemerkungen

Dieses Buch versucht, Strategien zur Bewältigung *aller* prinzipiell denkbaren Gefahren im Verlauf einer globalen Krisenzeit zu geben. Die Anweisungen beziehen sich daher, wie im vorigen Kapitel erwähnt, auf ein Worst-case-Szenario. Der Leser sei sich aber bewußt, daß es kaum einen Ort geben wird, an dem *alle* diese Katastrophen eintreten werden!

Im Zusammenhang mit Vorbereitungsmaßnahmen für einen Atomkrieg wird oft das Schlagwort *Die Lebenden werden die Toten beneiden* gebracht. Es sei sinnlos, sich für eine solche Katastrophe vorzubereiten, weil danach ohnehin alles zerstört und verstrahlt sei. Wenn Sie bisher auch dieser Meinung waren, lesen Sie bitte vorab das Stichwort → Atomkriegmythen im Lexikonteil.

Eine Anmerkung für Prophezeiungsgläubige: ☞

Die Seher stimmen darin überein, daß *viele Orte und ganze Regionen* von dem relativ kurzen Kriegsgeschehen *überhaupt nicht betroffen werden*. In zahlreichen Botschaften bei Erscheinungen wird betont, daß viele Menschen auf wunderbare Weise geschützt werden. Die Menschen werden zu *Mut, Hoffnung und Zuversicht* aufgerufen.

Lassen Sie sich also nicht zu panikartigen Reaktionen hinreißen, sondern denken Sie bei all Ihren Vorbereitungen daran, daß ein Teil davon (hoffentlich!) gar nicht nötig sein wird!

1 Vorsorgen – materiell und/oder spirituell?

Von gläubiger Seite hört man bisweilen, eine materielle Vorbereitung auf kommende Katastrophen sei egoistisch und auch überflüssig, denn Gott würde schon retten, wen er retten wolle. Mir scheint diese Meinung auf einer verkürzten Sicht der Dinge zu beruhen. Man gleicht mit ihr einem Passagier, der beim Sprung vom sinkenden Schiff den Rettungsring zurückläßt, weil er sich lieber einzig und allein auf die Kraft des Gebetes verläßt. Mitten im Ozean, so meint er, wäre ein Rettungsring ja ohnehin nutzlos, er würde das Ertrinken doch höchstens ein paar Stunden aufschieben. Wenn nach einer Stunde dann das rettende Schiff eintrifft, ist er bereits untergegangen...

Es wäre daher ganz verfehlt, die Hände in den Schoß zu legen. Man kann ja auch so argumentieren: Gott läßt uns die Warnungen durch die Vielzahl der Prophezeiungen und Erscheinungen gerade deswegen zukommen, damit sich die hellhörigen Menschen eine »Arche« bauen können! Wieviel Zeit und Geld man in Vorbereitungsmaßnahmen für das Überleben der kommenden Ereignisse investieren will, muß jeder für sich selbst entscheiden. Es ist aber sicher unangemessen, auf der Stelle den Beruf aufzugeben, alles zu veräußern und in einer Almhütte in den Bergen auf den Krieg zu warten. Für Menschen, die auf dem Land leben, ist der Einsatz relativ gering: Sie brauchen nicht mehr viel Zeit mit der Planung der Vorsorge zu verbringen, da dieses Buch (und weitere in ihm angeführte) bereits die Information enthalten, *was* zu tun ist. Der finanzielle Aufwand für die wichtigsten Maßnahmen hält sich ebenfalls in Grenzen; sie kosten nicht mehr, als man vielleicht für Unterhaltungselektronik, Schmuck oder Fernreisen ausgibt. Schwieriger gestaltet sich die Situation, wenn Sie in der Großstadt wohnen. Dort ist im Krisenfall die durchgehende Versorgung mit Wasser, Nahrung und Brennstoff nicht gewährleistet. Diejenigen, denen es möglich ist, werden daher versuchen, sich ein Refugium auf dem Land zu suchen, bzw. ganz dorthin zu ziehen (eventuell zusammen mit Gleichgesinnten). Zugegeben, dies ist eine schwierige Entscheidung, die Sie erst treffen sollten, wenn bzw. falls die Zeichen der Zeit wirklich auf Sturm

stehen. Prinzipiell ist das Überleben aber auch in der Stadt möglich!

Ohne die materiellen Grundvoraussetzungen wird das Überleben also schwierig. Wie aber sieht es mit der *spirituellen*, also der *geistigen* Vorbereitung aus?

Ein Materialist mag dabei vielleicht an *psychologische* Vorbereitung denken (positive Grundeinstellung, Wille zum Überleben usw.). Das ist aber nicht damit gemeint. Vielmehr möchte ich auf den Gedanken hinweisen, daß man durch materielle Vorbereitungen, seien sie auch noch so aufwendig, keine »Überlebensversicherung« abschließt. Das Überleben ist, wie das körperlich und geistig gesunde Leben in friedlichen Zeiten natürlich auch, etwas, was nicht in der absoluten Verfügungsgewalt des Menschen steht, eine *Gnade*, wie der Gläubige sagt. Dieser erinnert sich vielleicht auch an die Worte Jesu: *Denn wer sein Leben retten will, wird es verlieren; wer aber sein Leben um meinetwillen und um des Evangeliums willen verliert, wird es retten.* (Mk 8,35)

Ein in den meisten Religionen praktiziertes Mittel der spirituellen Vorbereitung ist das *Gebet*, das stets ein »Reden mit Gott« (samt Hinhören!) sein soll, keinesfalls aber eine magische Beschwörungsformel.

Auch das *Rosenkranzgebet*, das bei vielen Marienerscheinungen immer wieder als *die* Waffe gegen das Böse empfohlen wurde, ist daher nur dann sinnvoll, wenn es nicht heruntergeleiert wird, sondern wenn man beim Beten durch den beruhigend-meditativen Charakter in einen Zustand verstärkter Gottesnähe sinkt, aus dem man sehr viel Kraft schöpfen kann. Sei es durch Gebet, durch den Empfang der Sakramente, durch Unterstützung hilfsbedürftiger Menschen oder zumindest durch die konsequente Anwendung der goldenen Regel *Was du nicht willst, das man dir tu, das füg auch keinem anderen zu!* – jeder kann sich in seinem Rahmen auch spirituell auf eine kommende Krisenzeit vorbereiten.⁶

⁶ All das ist jedoch nur sinnvoll, wenn es ohne den egoistischen Hintergedanken geschieht, »gute Werke« zu sammeln. Gott will, daß wir das Gute aus Liebe zu ihm und unseren Mitmenschen tun und nicht um des Lohnes willen! Der Himmel läßt sich nicht erkaufen!

2 Katastrophenschutz für Anfänger – ein 6-Tage-Programm

Was um alles in der Welt soll das?! Sie reiben sich die Augen. Spürten Sie nicht eben eine Erschütterung? Der Wecker zeigt 4 Uhr 12. Woher kommt der Lärm? Am Sonntagmorgen! Sie öffnen das Fenster. Es regnet. Auf der Straße laufen einzelne Menschen. Einige packen hektisch Gepäck und Kinder ins Auto. In der Ferne heult eine Sirene. Ihr Nachbar taucht am Fenster auf. »Was ist los?« – »Keine Ahnung, habt ihr auch kein Fernsehen?« Sie betätigen den Lichtschalter; es bleibt dunkel – kein Strom im Haus. Irgendwo muß doch noch eine Taschenlampe sein. Auch das Telefon ist tot. Was ist nur geschehen? – Was ist zu tun? ...

Wir müssen uns bewußt sein, daß Katastrophen sich nicht immer voranmelden. Sie können uns zu jeder Tages- und Nachtzeit überraschen. Es gilt daher – wie bei den Pfadfindern –, *allzeit bereit* zu sein. Die Lektüre oder der Besitz dieses Buches allein erhöht ihre Überlebenschancen nur unwesentlich; Sie müssen natürlich auch entsprechende Vorbereitungsmaßnahmen treffen. Dabei könnte es aber sein, daß Sie von der Fülle der hier gebotenen Anregungen erst einmal überfordert sind und sich fragen, wie Sie die Sache anpacken sollen. Für diesen Fall möchte ich Ihnen ein 6-Tage-Programm vorstellen, dessen Maßnahmen schnell und preiswert durchzuführen sind, nach dessen Abschluß aber Sie Ihre Sicherheit entscheidend erhöht haben werden.

Ich gehe dabei vom schwierigsten Fall aus: Sie wohnen in einer Stadtwohnung, haben keine besondere (Wander-)Ausrüstung und wenig Zeit und Geld – jedoch den Willen, für ein Mindestmaß an Katastrophenschutz zu sorgen. Also – es geht los!

1. Tag:

Nehmen wir an, es ist Samstag, so daß wir uns an den ersten beiden Tagen unserer »Vorbereitungswoche« ganz auf die »Theorie« konzentrieren können.

Schmökern Sie zuerst einmal die *Verhaltensmaßnahmen bei akuter Gefahr* in Kapitel III durch und prägen Sie sich diese ein, damit Sie im Ernstfall nicht mehr nachschlagen müssen. Diese

Maßnahmen sind freilich allgemeiner Natur. Es ist daher nötig, daß Sie spezielle, auf Ihre Situation zugeschnittene private Katastrophenpläne für die verschiedenen Krisenfälle erstellen. Nehmen Sie dazu Papier und Schreibzeug zur Hand und lesen Sie im Lexikonteil unter dem Stichwort → Katastrophenplan, was ein solcher enthalten muß.

Dann suchen Sie alle Dokumente zusammen, die nicht verloren gehen dürfen. Von diesen werden Sie bei nächster Gelegenheit Kopien anfertigen, wie auch von den Katastrophenplänen.

Zum Abschluß sollten Sie noch die → Sirensensignale lernen, um sie im Notfall auseinanderhalten zu können. Für den ersten Tag soll uns das genügen.

2. Tag:

Heute soll eine Einkaufsliste für Montag erstellt werden: Werfen Sie einen Blick auf die unter den *Checklisten* angeführten Bemerkungen zum Lebensmittelvorrat. Fürs erste reicht es, wenn wir ein preisgünstiges *dynamisches Lager* für 14 Tage einrichten. Halten Sie Papier, Schreibzeug und eventuell einen Taschenrechner bereit. Multiplizieren Sie die unter der Lebensmittel-»Luxuslösung« angegebenen Mengen mit der Anzahl der Personen, für die Sie vorsorgen wollen. Dann dividieren Sie die berechneten Mengen (die ja für ein Jahr gelten) durch 25, um auf die Mengen für einen 2-Wochen-Vorrat zu kommen. Ein Beispiel: Der Jahresbedarf eines Erwachsenen an Mehl ist mit 24 kg angegeben. Ihre Familie besteht aus 2 Erwachsenen und 2 Kindern, die der Einfachheit halber auch voll zählen – ein kleiner Spielraum zur Sicherheit kann ja nicht schaden. Also rechnen Sie $24 \text{ kg} \times 4 \text{ (Personen)} = 96 \text{ kg}$ (pro Jahr). Weiter dann: $96 \text{ kg} : 25 = 3,84 \text{ kg}$. Sie müssen also 4 kg Mehl kaufen.

Wenn Sie die Lebensmittel-Einkaufsliste fertiggestellt (und nach persönlichem Bedarf) ergänzt haben, prüfen Sie, ob genügend Hygieneartikel für 2 Wochen im Haus sind. Verwenden Sie dazu die entsprechende Aufstellung unter den Checklisten. Notieren Sie das Fehlende. Für den Fall, daß das WC mangels Wasser ausfällt, sorgen Sie mit einem verschließbaren Kübel, Camping-WC-Mittel und Müllsäcken vor.

Schließlich sollten Sie noch die Hausapotheke und das Verbands-

kästchen durchgehen und einen Einkaufszettel für die Apotheke schreiben.

3. Tag:

Heute ist Einkaufstag. Besorgen Sie die gestern notierten Dinge, machen Sie die erforderlichen Kopien von Dokumenten und Katastrophenplänen und nehmen Sie im Supermarkt auch gleich einen wasserfesten Plakatstift mit, mit dem Sie später zuhause die Lebensmittelpakete und -dosen sowie die Arzneimittel beschriften: Ringeln Sie das Verfallsdatum ein und notieren Sie daneben das Kaufdatum. Lagern Sie alles kühl, trocken, lichtgeschützt und kontrollieren Sie es regelmäßig auf Schädlinge. Da es sich um ein dynamisches Lager handelt, nehmen Sie im Alltag bei Bedarf jeweils die älteste Packung aus dem Lager und ersetzen Sie (zuverlässig!) mit einer frischen, die ganz hinten eingereiht wird. Damit haben Sie, was Lebensmittel, Hygieneartikel sowie Medizin und Verbandsmaterial betrifft, für 2 Wochen vorgesorgt.

4. Tag:

Wichtiger noch als die Nahrung ist das Trinkwasser. Rechnet man ein wenig Wasser zum Kochen und für Hygiene hinzu, benötigt eine Person für 2 Wochen etwa 50 Liter. Mit einer rechtzeitig gefüllten Badewanne kommt eine Familie also einige Zeit aus. Besser wäre es allerdings, ständig einen Vorrat in (Falt-)Kanistern oder Wassersäcken bereitzustellen. Diese Behältnisse bekommt man im Trekking-, Camping- oder Yachthandel.^{6a} Dort gibt es auch Wasserentkeimungsmittel, die man dem Wasser beifügt, um den Vorrat zu konservieren. Wenn Sie in einer Stadtwohnung nur wenig Platz haben, können Sie auf das absolute Minimum an Wasser hinuntergehen, das wären dann etwa 10 Liter pro Person (für 2 Wochen, in gemäßigten Zonen, bei vollkommener Ruhe).

– Sind Ihre Behälter (mit entkeimtem Wasser) gefüllt? Ja? Und Sie

^{6a} Falls Sie ein solches Geschäft besuchen, lesen Sie auch die Informationen zu den folgenden Tagen, denn wir werden noch ein paar Dinge vom Ausrüster benötigen. Gibt es in Ihrer Nähe kein derartiges Geschäft, konsultieren Sie das Adressverzeichnis im Anhang, um einen Versand zu finden!

haben sogar noch einige Pakete Fruchtsäfte eingelagert? Sehr gut, damit ist die Wasserversorgung für die erste Zeit gesichert.

5. Tag:

Als nächstes müssen wir an die Möglichkeit denken, daß Strom und Heizung ausfallen könnten. Legen Sie eine Taschenlampe mit frischen Batterien, einige Kerzen und ein Feuerzeug bereit. Dieses Set sollte wirklich nur im Notfall verwendet werden. Um die Nachrichten hören zu können, benötigen Sie ein batteriebetriebenes Radiogerät^{6b}, und um ohne Gas und Strom kochen zu können, einen Campingkocher samt Brennstoff. (Am unkompliziertesten sind Gasbrenner.) Die fehlende Heizung ist in unseren Breiten nur im Winter ein Problem. Die einfachste Lösung stellt ein hinreichend wärmender Schlafsack dar, den Sie für das Fluchtgepäck (was das ist, wird unten erklärt) ohnehin anschaffen sollten. Ersatzweise können Sie Decken verwenden. Bei großer Kälte tragen Sie mehrere Schichten Kleidung, stopfen Zeitungspapier dazwischen und wickeln sich zusätzlich in eine Alu-Isolierdecke (aus der Apotheke oder dem Trekking-Geschäft). So gerüstet, sitzen Sie auch bei Energieausfall nicht im Finstern, können die Nachrichten verfolgen, kochen und schlafen, ohne zu frieren.

6. Tag:

Jetzt ist es Zeit, an das Fluchtgepäck zu denken. Wenn Sie – etwa bei einem Erdbeben – gezwungen sind, das Haus binnen weniger Minuten zu evakuieren, sollten alle wichtigen Dinge zusammen mit guten (Wander-)Schuhen und strapazierfähiger Kleidung bereitstehen. Nehmen Sie einen großen Rucksack (notfalls eine Reisetasche oder einen Koffer) und füllen Sie ihn mit der Dokumentenmappe, einer Unterlagematte, einem Schlafsack (oder einer Decke), etwas Bargeld, einer Wasserflasche mit desinfiziertem Wasser und etwas Notproviant (z.B. Müsliriegel). Damit können Sie zumindest die erste Nacht im Freien überleben, wenn Sie im

^{6b} Es gibt sogar spezielle Geräte im Elektronikhandel, etwa von der Größe einer Videocassette, die man entweder mit Batterien oder mit Strom aus den eingebauten Solarzellen betreiben kann. Gibt es nicht genug Licht, läßt sich das Radio sogar mittels einer kleinen Kurbel aufladen!

Winter evakuieren müssen. Eine Aufstellung für ein weitaus umfangreicheres Fluchtgepäck, mit dem man längere Zeit in der Wildnis überleben kann, finden Sie im entsprechenden Unterkapitel der *Checklisten*.

Unser 6-Tage-Programm ist somit abgeschlossen. Vorausgesetzt, Sie haben mitgemacht und nicht nur mitgelesen, darf ich Ihnen gratulieren: Sie wissen nun, wie Sie sich in den verschiedenen Krisenfällen zu verhalten haben. Sie haben genügend Vorräte eingelagert, um bei Versorgungskrisen zwei Wochen durchzuhalten, und Sie können, wenn eine Evakuierung nötig ist, auf Ihr Fluchtgepäck zurückgreifen. Damit sind Sie für kleine und mittlere Katastrophen gewappnet; der erste Schritt für eine umfassende Krisenvorsorge ist gemacht. Weitere Schritte finden Sie in Form einer Liste von Tips im folgenden Kapitel.

3 Langfristige Vorsorgemaßnahmen

Die folgenden Vorsorgemaßnahmen erfordern schon etwas mehr Zeit, Geld, Mühe – und auch Entschiedenheit:

- Betreiben Sie eine aktive Gesundheitsvorsorge. Nach einer globalen Katastrophe wird es in der ersten Zeit praktisch keine medizinische Versorgung geben. Lassen Sie anstehende medizinische Eingriffe, Zahnsanierungen, Lasik-Augenkorrektur usw. sofort durchführen. Lassen Sie alle möglichen Schutzimpfungen (Tetanus, Poliomyelitis, Hepatitis, Typhus, FSME, BCG usw.) durchführen (Seuchengefahr nach den Katastrophen). Achten Sie auf gesunde Lebensführung und stärken Sie damit Ihr Immunsystem. Härten Sie sich ab durch Schlafen bei offenem Fenster und kaltes Duschen. Entschlacken Sie Ihren Körper durch Kräutertee- und Badekuren.
- Legen Sie sich die in den Checklisten angeführten und auf Ihre Bedürfnisse abgestimmten Ausrüstungsgegenstände und Vorräte zu, und vergraben bzw. verstecken Sie diese.
- Setzen Sie Luxusgüter (Schmuck, Eigentumswohnung in der Stadt usw.) in Geld um. Lösen Sie Sparverträge, Lebensversicherungen u.ä. auf. Verkaufen Sie alle Wertpapiere. Verwandeln Sie allmählich Ihr gesamtes Geld in Sachwerte, solange es noch etwas wert ist. Gold, Diamanten und erst recht Antiquitäten oder Kunstwerke sind keine Absicherung, da man nach einer Großkatastrophe vielleicht jahrelang ausschließlich Naturalien tauschen wird, die wirklich benötigt werden.
- Falls Sie in der Stadt wohnen: Prüfen Sie, ob ein Umzug aufs Land möglich ist! Entweder Sie kaufen oder pachten einen alten Hof, eine Almhütte oder ein Häuschen mit Garten, oder Sie finden eine Gruppe oder Familie, die bereits auf dem Land lebt und Ihnen Zuflucht bietet (siehe → Überlebenssiedlungen). Grundsätzlich ist ein Anwesen leichter zu bewirtschaften und zu verteidigen, wenn es mehr Menschen beherbergt. Wenn Sie als alter, alleinstehender und mittelloser Mensch wenig beitragen können, vertrauen Sie darauf, daß es Menschen gibt, die Ihnen um Gottes Lohn helfen werden. Wichtig ist aber, daß Sie rechtzeitig Kontakte knüpfen, etwa

während eines Urlaubs (Ferien am Bauernhof). Sollten Sie erst im Verlauf einer Großkatastrophe aufs Land fahren, werden Sie wahrscheinlich für einen der zahlreichen Plünderer gehalten und bestenfalls vertrieben. Bei der Auswahl des Standorts sollten Sie die im Kapitel VI angeführten Angaben beherzigen. Bevorzugen Sie im Hinblick auf die Erdbeben kleinere, stabile, eingeschossige Gebäude. Von den Voraussetzungen her ist das Optimum für eine Zuflucht eine Berg- oder Almhütte in einer wasserreichen, abgelegenen Gegend, die nicht zu den in diesem Buch genannten gefährdeten Gebieten gehört.

Ein ➔ *Überleben in der Stadt* ist, wie schon gesagt, schwierig, aber nicht unmöglich.

- Treffen Sie die erforderlichen Brandschutzmaßnahmen (➔ Brandschutz).
- Pflanzen Sie Obstbäume und -sträucher in Ihrem Garten sowie Küchen- und Heilkräuter (notfalls auf dem Balkon).
- Fällen Sie Bäume, die bei einem Sturm oder Beben auf Ihre Gebäude stürzen könnten.
- Tun Sie sich vorsichtig mit Gleichgesinnten zusammen, seien Sie aber auf der Hut vor Fanatikern und sektiererischen Gruppen! Im Anhang finden Sie ein Datenblatt zur Kontaktaufnahme (siehe *Aufbau einer Selbsthilfe-Datenbank*).

☞ Wenn sich die von den Sehern erwähnten Vorzeichen soweit erfüllt haben, daß man Ihnen Glauben schenken wird, können Sie auch Ihre unmittelbare Umgebung durch Vorträge aufklären. Bereiten sich Ihre Nachbarn ebenfalls vor, kann das auch für Sie von Nutzen sein. Verkünden Sie aber nicht überall, wie gut Sie vorgesorgt haben, sonst sind Sie später der erste, der ausgeplündert wird!

- Treffen Sie Vorkehrungen gegen Eindringlinge: siehe ➔ Eindringlinge, Vorkehrungen gegen.
- Bauen Sie einen Schutzraum, oder adaptieren Sie einen bestehenden Raum dafür.
- Halten Sie für den Fall einer verordneten Verdunkelung und zum ABC-Schutz feste, weiß gestrichene Fensterabdeckungen bereit.
- Falls Sie Waffen besitzen, suchen Sie dafür ein schwer zu entdeckendes, aber leicht zugängliches Versteck.
- Trainieren Sie den Ernstfall (Feuer, Erdbeben, Aufsuchen von

Verstecken, Flucht, Tragen von Schutzanzügen und Gasmasken) mit Ihrer Familie.

- Erlernen und üben Sie Techniken, die Ihnen das Überleben erleichtern können (Survival-Training, Erste Hilfe, Selbstverteidigung, Zivilschutz, Wandern, Jagdprüfung, Angelschein, Fortbewegung im Dunkeln, Morsen, autogenes Training, Naturmedizin, Radiästhesie, Umgang mit Waffen usw.).
- Bereiten Sie Ihre Kinder auf das Leben in der Natur vor. (Pfadfinder, Wandertouren, Literatur wie *Robinson Crusoe* oder *Die Höhlenkinder* usw.)
- Erwerben Sie Fähigkeiten, die Ihnen einen Beruf im »Jahr 1« ermöglichen. (Gärtnern, Viehzucht, alte Handwerke usw.)
- Denken Sie über etwaige Fluchtrouten (vorzugsweise unbefahrbare Wege, markierte Wanderwege usw.) nach und halten Sie von Anfang an Ihr Fluchtgepäck (siehe Kapitel V *Checklisten*) bereit.
- Suchen Sie sich einen versteckten Platz in der näheren Umgebung, den Sie aufsuchen können, wenn Sie gezwungen sind, das Haus zu verlassen. Geeignet sind Höhlen, Erdbunker im Wald, Laubhütten, unauffällige Zeltplätze. Verstecken Sie auch dort Ausrüstung und Proviant für einige Tage.