

Barbara Messer

Ich fahr dann mal los

Barbara Messer

Ich fahr dann mal los

Eine Frau, ein Wohnmobil
und die Freiheit, sich selbst zu begegnen

Edition Forsbach

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

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

Edition Forsbach

Bücher mit Herz

© Edition Forsbach, Bamberg 2026
Küchelstraße 9, D-96047 Bamberg
info@edition-forsbach.de
www.edition-forsbach.de

Coverbild: © Tom Jay – Buchcoverdesign
Autorenfoto: © Phil Porter

Printed in Germany
ISBN 978-3-95904-019-8 (Print)
ISBN 978-3-95904-045-7 (E-Book)

Statt einer Widmung:

*Für Martina –
und für alle Frauen, die aufbrechen*

Liebe Martina,

ohne dich würde es dieses Buch nicht geben.

Als du die Lilith gekauft hast, war für mich sehr schnell klar, dass ich dir nicht einfach nur die Fahrzeugschlüssel übergeben möchte.

Ich wollte dir etwas mitgeben, das dich auf deinen eigenen Reisen begleitet, etwas von dem Wissen, das ich in den vergangenen Jahren gesammelt habe, von meinen Erfahrungen, von all dem, was ich gelernt, ausprobiert und manchmal auch mühsam erfahren habe.

Fast jedes meiner Bücher hat seine ganz eigene Geschichte, und dieses hier beginnt mit der Übergabe meines Wohnmobils an dich. Mit dem Gefühl, dass die Lilith bei dir genau richtig ist, dass sie in gute Hände kommt und dass nun ein neuer Abschnitt beginnt, für sie, für dich und auch für mich.

Denn ein Wohnmobil ist für mich viel mehr als ein Fahrzeug. Wir leben darin, wir schlafen, kochen, lachen, weinen und lieben darin, wir fahren mit ihm durch wunderschöne und manchmal auch schwere Zeiten unseres Lebens.

Wir suchen darin Schutz, sitzen morgens mit unserem Kaffee in der geöffneten Tür, schreiben, denken nach, treffen Entscheidungen und entdecken neue Orte.

Die Lilith hat mich durch eine wichtige Zeit meines Lebens begleitet, und deshalb war mir auch nicht gleichgültig, wer sie eines Tages übernehmen würde.

Und dann kamst du.

Aus dem Wunsch, dir etwas von meinen Erfahrungen mitzugeben, ist dieses Buch entstanden, und während ich daran schrieb, wurde mir immer deutlicher, dass es längst nicht mehr nur ein Buch für dich ist.

Es ist ein Buch für all die Frauen geworden, die mit dem Gedanken spielen, allein mit einem Wohnmobil loszufahren, die noch unsicher sind, die Fragen haben, die sich vielleicht noch nicht trauen oder die längst unterwegs sind und trotzdem immer wieder Neues über sich und dieses besondere Leben lernen.

Ich wünsche dir von Herzen, liebe Martina, dass die Lilith dir genauso viele wunderbare und unvergessliche Momente schenkt, wie sie mir geschenkt hat, dass sie dich an Orte bringt, von denen du heute noch nichts weißt, dass du dich in ihr geborgen und zu Hause fühlst und mit ihr deine ganz eigenen Geschichten schreibst.

Und allen anderen Frauen, die dieses Buch lesen, wünsche ich genau das Gleiche: dass ihr euren eigenen Weg findet, euch gut vorbereitet, euch etwas zutraut und erlebt, wie viel unterwegs geschehen kann, wenn wir uns auf das Leben einlassen.

Ich wünsche euch allzeit gute Fahrt, wunderbare Begegnungen und den Mut, eurer eigenen Sehnsucht zu folgen.

Und dir, liebe Martina, danke ich dafür, dass du der Anlass für dieses Buch geworden bist und dass du die Geschichte der Lilith weitererschreibst.

Von Herzen

Barbara

Inhalt

Für Martina – und für alle Frauen, die aufbrechen 5

Und das PS 13

Teil 1: Ich mach das jetzt

Auf gehts 18

Warum Frauen allein aufbrechen 18

Warum verlieben wir uns in ein Wohnmobil? 25

Die Angst fährt immer mit 28

Ein Brief an mich 30

Die häufigsten Ängste 33

Was mir Sicherheit gibt 34

Der schwierigste Kilometer – die ersten Nächte 36

Das Gedankenkarussell fährt mit 38

Freistehen – die Königsdisziplin 40

Die zehn wichtigsten Sicherheitsregeln für unterwegs 43

Wie ich mir ein Zuhause auf Rädern schaffe 47

Ankommen 50

Was ich nicht mache 52

Wie mein Alltag im Wohnmobil aussieht 54

Wer darf hereinkommen? 58

Teil 2: So geht Wohnmobil

Rund ums Wohnmobil 63

Ein Wohnmobil ist mehr als ein Fahrzeug 63

Welches Wohnmobil passt zu dir? 64

Lerne dein Wohnmobil kennen 66

Strom, Wasser und Gas 67

Warm und gemütlich unterwegs 69

Toilette und Badezimmer 70

Tanken, Reifen und kleine Kontrollen 71

Wenn etwas passiert 72

Die wichtigsten digitalen Helfer 73

Ordnung ist Freiheit 75

Küche: das Herzstück meines Wohnmobils 78

Unterwegs zu Hause – Stellplätze, Campingplätze und Freistehen 83

Parken ist nicht automatisch Campen 84

Freistehen mit Verantwortung 85

Verhalten auf Stell- und Campingplätzen 88

Wie plane ich eine Reise, die zu mir passt? 90

Wonach sehnst du dich gerade? 91

Wie viel Zeit habe ich eigentlich? 92

Was möchte ich unterwegs erleben? 93

Welche Menschen möchte ich unterwegs treffen? 94

Und jetzt kommen die Fakten 94

Teil 3 – Und plötzlich verändert sich alles

Alleinsein ist nicht einsam	104
Wovor hast du eigentlich Angst?	110
Zelebriere die Zeit mit dir	113
Allein essen gehen – eine Königsdisziplin	116
Rituale für gute Stunden mit dir	120
Die Welt ist freundlicher, als wir glauben	123
Der Glückskreislauf des Helfens	125
Wenn du Hilfe brauchst	127
Die KI fährt mit – dein digitaler Reisebegleiter	130
Die KI fährt mit – eine kleine Bedienungsanleitung	132
Die Menschen sind freundlicher, als wir denken	136
Grenzen setzen gehört dazu	138
Freiheit beginnt im Kleinen	141
Reisen, die uns verwandeln	143
Spanien 2021 – eine Reise, auf der ich mich selbst besser kennenlernte	144
Skagen – an einen Ort zurückkehren und ihm eine neue Bedeutung geben	148
Rituale und Zeremonien für unterwegs	153
Was ich heute anders machen würde	163

Fragen, die mir Frauen immer wieder stellen	169
Fragen über das Alleinreisen	170
Fragen über das Leben unterwegs	183
Über Beziehungen	185
Über die innere Reise	189
Fragen, die fast jede Frau stellt, aber selten laut ausspricht	196
Nachwort: Wenn dieses Buch dich losfahren lässt	200
Zur Autorin	204

Und das PS

Liebe Martina,

du musst überhaupt nicht mutig sein. Du darfst Angst haben und kannst trotzdem losfahren.

Wenn du diese Zeilen liest, dann sitzt du vielleicht schon das erste Mal allein in deinem Wohnmobil. Du hast deine Sachen gepackt, dein Hund ist bei dir, und jetzt willst du los.

Vielleicht hast du den Schlüssel gerade umgedreht oder hältst ihn noch in der Hand und fragst dich, ob das wirklich eine gute Idee war. Vielleicht hast du gezögert. Vielleicht hast du gezweifelt. Vielleicht sogar die ganzen letzten Tage, denn ein Wohnmobil zu kaufen ist nicht nur eine große Investition. Es ist eine Entscheidung für einen neuen Lebensabschnitt.

Genau das ist dieser wunderbare, köstliche Moment zwischen Aufbruch und Zweifel, zwischen Freiheit und Angst, zwischen „*Ich freue mich.*“ und „*Was mache ich hier eigentlich?*“

Diesen Moment gibt es immer wieder. Ich habe ihn bestimmt hundertmal erlebt.

Nicht nur auf meinen beruflichen Reisen, sondern auf all den anderen Reisen, die mein Leben verändert haben.

Und weißt du, was ich dir sagen möchte? *Fahr einfach los.*

Mehr musst du im ersten Moment gar nicht tun.

Natürlich wird es besondere Momente geben.

Es wird Abende geben, an denen du weinst.

Und es wird andere Abende geben, von denen du dir wünschst, sie mögen niemals zu Ende gehen.

Es wird Nächte geben, in denen dir jedes Geräusch viel zu laut erscheint und du Angst bekommst.

Es wird Stellplätze geben, die sich einfach nicht richtig anfühlen. Dann fahr weiter.

Und dann wirst du Stellplätze finden, auf denen du aussteigst und sofort weißt: *Hier bin ich richtig*. An diese Orte wirst du immer wieder zurückkehren.

Du wirst Menschen kennenlernen, die du vorher nie gesehen hast und die dir helfen, einfach so. Und du wirst merken, dass auch du Lust hast, anderen zu helfen. Plötzlich entdeckst du Begegnungen, die es in deinem bisherigen Alltag vielleicht gar nicht gegeben hat.

Und dann gibt es diesen einen Moment. Ich wünsche ihn dir von Herzen, und ich glaube, dass auch du ihn erleben wirst.

Du öffnest morgens nach einer guten Nacht die Tür deines Wohnmobils. Du setzt dich mit einer Tasse Kaffee nach draußen, schaut in die Natur und merkst auf einmal, dass du angekommen bist.

Du bist nicht auf irgendeinem Stellplatz angekommen, den dir die App vorgeschlagen hast, du bist bei dir angekommen, mitten in deinem Leben, mitten in einem Moment, der sich unendlich und stimmig anfühlt.

Ich wünsche dir, dass dieses Wohnmobil für dich viel mehr wird als ein Fahrzeug. Dass es ein Ort der Freiheit und des Friedens ist.

Ein Ort, an dem du lachen, weinen, schweigen und träumen darfst.

Und vielleicht auch ein Ort, an dem du dir selbst wieder begegnest.

Ich freue mich von Herzen, dass meine *Lilith* dich nun begleiten darf.

Hab eine gute Reise.

Barbara

PS: Und all die anderen Frauen auch.

Teil 1: Ich mach das jetzt

Irgendwann beginnt es: also die Sache mit dem Wohnmobil und dir und dieser herrlich verrückten Idee, allein unterwegs zu sein.

Es beginnt mit einem Gedanken und einer Sehnsucht oder so etwas Ähnlichem.

Vielleicht hast du irgendwo ein Wohnmobil gesehen und gedacht: **Wie wäre das wohl?** Oder du kennst eine Frau, die allein unterwegs ist oder war.

Vielleicht folgst du Menschen in den sozialen Medien und spürst jedes Mal dieses kleine Ziehen im Herzen.

Oder du sitzt gerade zu Hause, schaut aus dem Fenster und merkst, dass da noch etwas auf dich wartet.

Bei mir waren es auch die vielen Wohnmobil-Frauen-Facebook-Gruppen, die sich mit ihren ermutigenden und sehnsuchtsvollen Beiträgen (und den Fotos!!!) mehr und mehr in mein Bewusstsein geschoben haben und mir den Mut gaben, allein loszufahren.

Und – das Reisen habe ich schon immer geliebt.

Vielleicht soll es nur ein Wochenende werden oder nur eine Woche. Oder du hegst schon länger den Traum in dir, einmal mehrere Monate unterwegs zu sein. Womöglich fragst du dich sogar, wie es wäre, eine Zeit lang ganz im Wohnmobil zu leben.

Egal, wo du gerade in deinem Leben stehst, ich persönlich freue mich sehr, dass du dieses Buch in den Händen hältst.

Es ist nicht nur ein Wohnmobillbuch geworden. Es ist ein Buch über Mut und über Freiheit. Natürlich auch über Zweifel und das große Thema des Alleinseins.

Ein Buch über Begegnungen, über das Leben unterwegs und über das, was unterwegs mit uns geschieht.

Ich nehme dich mit in meine Erfahrungen aus vielen Jahren auf der Straße und dem Unterwegssein.

Ich erzähle dir von meinen Fehlern, meinen Ängsten, meinen schönsten Momenten und von all den Dingen, die ich heute anders machen würde. Du bekommst praktische Tipps und Ideen von dem, was ich mir selbst am Anfang gewünscht hätte.

Dabei habe ich nicht nur aus meinem eigenen Leben geschöpft, doch auch das, was ich an Informationen recherchiert habe, verändert sich.

Vor allem aber möchte ich dir eines mitgeben: Du musst nicht mutig sein, bevor du losfährst, denn der Mut wächst unterwegs von ganz alleine.

Und nun?

Da ist womöglich genau der Moment gekommen, an dem aus deiner Sehnsucht langsam ein Plan wird.

Dann lass uns losgehen, gerne gemeinsam.

Warum Frauen allein aufbrechen

Warum fährt eine Frau überhaupt allein los? Ist es vielleicht so etwas wie eine kaum bezwingbare Abenteuerlust, eine stille oder auch laute Sehnsucht, ein Schicksalsschlag oder Trauer nach einer Trennung? Ist es der Hunger nach Freiheit, nach Ausbrechen, nach etwas Neuem? Vielleicht ist es auch der Wunsch nach mehr Ruhe, Stille und innerer Einkehr? Oder die Lust, sich selbst wiederzufinden oder neu zu entdecken?

Warum habe ich das eigentlich gemacht, dieses Alleinreisen und mit mir selbst Unterwegssein? Wieso machst du das? Diese Frage stelle ich gleich an den Anfang dieses Buches, denn sie ist vielleicht das besondere Band zwischen dir und mir, das sich hier durch die Zeilen zieht.

Mein eigener Start zum „Alleinreisen“ war im Oktober 2021. Da brach ich allein nach Spanien auf, nur meine treue Katze begleitete mich. Obwohl ich in einer Beziehung war, fuhr ich allein los, mit schlotternden Knien und sehnsuchtsvollem Herzen.

Zuvor hatte ich jedoch mit meiner damaligen Partnerin ein ganzes Jahr im Wohnmobil gelebt. Ich war also kein absoluter Beginner.

Anfangs sollte es eine Art Experiment werden, doch dann machten wir weiter. Weil es so viel zu lernen gab, weil es uns so gutgetan hatte.

Im August 2014 waren wir in ein Wohnmobil gezogen. Wir waren frisch zusammen und hatten beide große Lust auf ein Abenteuer. Gleichzeitig hatte ich beruflich unglaublich viele Aufträge, denn ich war als Trainerin in der gesamten DACH-Region unterwegs und ständig an einem anderen Ort. Also überlegten wir: Warum eigentlich zwei Wohnungen bezahlen? Warum überlegen, wer zu wem zieht? Welche Stadt wäre die richtige? Das erschien uns plötzlich alles viel zu klein gedacht. Uns war nach etwas anderem.

Wir sagten einfach: Dann ist unser Zuhause eben unterwegs. Aus dem geplanten halben Jahr wurde dann ein ganzes Jahr. Eine unglaublich lehrreiche Zeit. Doch war ich damals eher diejenige, die für den Innenbereich des Fahrzeugs zuständig war. So war die Küche mein Reich und Revier und die Sitzecke war mein mobiles Büro. Ihr Refugium war alles rund ums Fahren, Gepäck und die übrige Logistik. Ich fuhr unser Wohnmobil damals so gut wie nie, denn ich traute es mir nicht zu. Stattdessen konzentrierte ich mich auf meine Aufträge.

Da ich fast nie gefahren war und ihr die ganze Technik & Co. überlassen hatte, bezeichnete ich mich bei meinem ersten Aufbruch allein eben nur als halben Profi.

Schon damals war meine Katze Hexe dabei und wir vollbrachten das Wunder, ihr das Freigehen auch unterwegs möglich zu machen. Sie schien es zu genießen, denn von Anfang an stieg sie mit uns ein und wieder aus. Gut, ein paar Ausnahmen gab es, bei denen wir sie als Freigängerin suchen mussten. Die waren dramatisch genug, sind aber wohl ein eigenes Buch wert.

Und über dieses Jahr im Wohnmobil habe ich später sogar ein Buch geschrieben. Aber davon handelt dieses Buch eigentlich gar nicht. Denn gemeinsam unterwegs zu sein ist etwas völlig anderes, als allein loszufahren.

Das kennen viele Frauen, die erst zusammen mit ihrem Partner oder ihrer Partnerin gereist sind und dann alleine. Gründe dafür gibt es viele, darauf gehe ich hier im Buch auch ein.

Und damit begann im Herbst 2021 meine erste wirklich große Reise allein im Wohnmobil.

Es zog mich nach Spanien, dort wollte ich den Winter gemeinsam mit anderen Frauen, die sich in ein Haus eingemietet haben, verbringen. Mein Plan war, mit meinem Wohnmobil davor zu stehen und tagsüber Teil dieser Gemeinschaft zu sein. Es klang nach einer guten Idee, denn damals hatte ich noch sehr viel Angst, so lange allein zu reisen und auch so lange allein zu sein. Um mich zu üben, machte ich erst noch eine kleine Probetour durch Deutschland. Ich übernachtete an Orten, die ich schon kannte und die mir Sicherheit gaben, als das Gefühl von Sicherheit. Und ich probierte bereits auf dieser Testfahrt aus, allein frei zu stehen.

Allein die Fahrt von Mecklenburg-Vorpommern bis nach Spanien war bereits eine Reise für sich.

Die erste Nacht verbrachte ich noch vorsichtig auf dem Garagenstellplatz von Freunden.

Dann tastete ich mich langsam heran. Schritt für Schritt. Das war sehr passend für mich. Ausgerüstet mit Pfefferspray und einem Elektroschocker (beides habe ich niemals benutzt) versuchte ich diese ersten Nächte gut herzubringen. Im Nachhinein muss

ich schmunzeln, wie sehr ich mich damals verrückt gemacht habe. Vollkommen unnötig, wie ich finde.

Dann die lange Reise nach Spanien, die nächsten Schritte – erst einmal durch Deutschland. Eine Nacht bei Bad Nauheim, auf einem Platz, der immer noch zu meinen Lieblingsplätzen gehört. Dann auf einem Weingut mit Blick auf die Vogesen. Und dann: allein über die Grenze, meine erste Nacht im Ausland, in Frankreich. Wo ich doch kaum französisch spreche.

Um mich geborgen zu fühlen, wählte ich einen wunderschönen Campingplatz an einem kleinen Fluss, so dass meine Katze abends noch gut vor dem Wohnmobil herumtollen und ich noch mit einem Glas Wein auf den Stufen meines Campers sitzen konnte. Eingemummelt in meinen blauen Fleeceumantel.

Das war ein wundervoller Abend – das erste Mal allein im Ausland – eingebettet in eine friedliche Nachsaisonstimmung, Ende Oktober. Heimlich klopfte ich mir selbst auf die Schulter, dass ich es schon so weit geschafft hatte.

Dann ging es weiter Richtung Süden und ich wurde jede Nacht ein kleines Stück mutiger.

Und ich lernte immer mehr, meinem eigenen Gefühl zu vertrauen. Passt dieser Ort zu mir? Fühle ich mich hier sicher? Kann ich hier ruhig schlafen? Oder fahre ich lieber noch zwanzig Kilometer weiter? Diese innere Stimme leitete mich nicht nur abends bei der Suche nach einem Stellplatz, sondern auch bereits bei Parkplätzen für Pausen.

Diese Reise dauerte vier Wochen. Ganze vier Wochen allein mit dem Camper durch Frankreich und Spanien. Das spontane Ende