

8 unterschätzte Fähigkeiten der Ureinwohner Nordamerikas

Unser behütetes Aufwachsen in Häusern, die beheizbar und geschützt vor Witterung sind, schafft Sicherheit und Wohlbefinden.

Kühlschränke und Landwirtschaft sichern uns die Nahrungsgrundlage, und der Wasserhahn schenkt uns scheinbar unendlich viel Trinkwasser.

Doch all das trennt uns auch von der Außenwelt. Ohne Vorerfahrung und Wissen wären wir in der Wildnis aufgeschmissen.

Um dort zu überleben, müssen wir uns längst vergessene Fähigkeiten wieder aneignen.

Dazu habe ich mich besonders in der Wildnispädagogik an den Praktiken der Urvölker in Nordamerika orientiert. Denn sie haben noch den direkten Zugang, den wir bereits verloren haben.

Durch den Völkermord und die Vertreibung der indigenen Stämme sind nur noch wenige Menschen übrig, die nach diesen alten Traditionen leben.

Umso wichtiger ist es, diese Kultur in Ehren zu halten und selbst davon zu lernen. Selbst unsere Vorfahren haben als Naturvölker nicht anders gelebt.

Hier möchte ich allerdings nicht über die offensichtlichen Praktiken sprechen, sondern möchte viel mehr auf das Weltbild und deren Mentalität eingehen.

Wie schauen die Apachen, Irokesen, Shoshonen oder Cree auf die Erde und in welcher Verbindung stehen sie zu ihr?

Im Folgenden habe ich versucht, ein Abbild zu schaffen und die mir zur Verfügung stehenden Informationen zusammenzutragen. Möchtest auch du davon lernen, dann lies unbedingt weiter!

1. Dankbarkeit – lerne das wertzuschätzen, was du bekommst und besitzt



1977 machten sich Delegierte der Haudenosaunee (Irokesen-Konföderation) auf den Weg nach Genf, um an einer UN-Konferenz teilzunehmen und einen Appell an die westliche Welt zu verkünden.

Hier stellten die Haudenosaunee ihren Blick auf die Erde dar und verwiesen auf das Netz des Lebens.

Teil dieses Netzes sind auch wir Menschen und darin eng verwoben mit Bäumen, Tieren und anderen Organismen auf dieser Welt.

Doch nicht nur das Leben selbst wird geehrt, sondern alles, was dieses Leben überhaupt ermöglicht. Das Wasser aus dem Fluss, die Sonne und der Mond sind ebenfalls Teil des übergeordneten Bewusstseins.

Kern dieser Weltanschauung ist die Dankbarkeit für alles, was mit uns in Verbindung steht und uns erst ermöglicht, auf dieser Erde zu überleben.

Denn Fakt ist: Allein könnten wir auf dieser Erde nicht fortbestehen und Dankbarkeit ist ein kraftvolles Werkzeug, um diese Verbundenheit in Ehren zu halten und dahin gehend ein Bewusstsein zu schaffen.

Dabei liegt die Betonung der Dankbarkeit nicht auf Besitztum oder dem persönlichen Glück. Vor allem liegt sie auf den Geschenken, die alle Menschen von ihrer natürlichen Mitwelt bekommen.



Dazu gibt es eine einfache Übung, die ich gerne vor dem Einschlafen praktiziere. Ich frage mich nach drei Dingen, für die ich am heutigen Tag dankbar war und warum.

Außerdem versuche ich mich erneut in die Momente hineinzusetzen und alles wahrzunehmen, was auch in dieser Situation präsent war.

Mir gibt Dankbarkeit sehr viel Kraft und schafft ein allumfassendes Vertrauen, daher habe ich [über die Dankbarkeit auch einen größeren Beitrag geschrieben](#). Dort findest du auch eine Danksagungsansprache der Irokesen als PDF-Dokument.

2. Die Natur hat alles, was du brauchst

Dieses Mantra ist wohl die Basis des Bushcrafting und auch die Indigenen Nordamerikas mussten sich alle Ressourcen aus der Natur holen.

Vom Feuerstein ([Finde in meinem Ratgeber hier alle wichtigen Fakten zum Feuerstein](#)) bis zu Tierhäuten, um Tipis oder andere Unterschlüpfen zu bauen, musste alles selbst gesammelt oder gejagt werden.

Solch eine Abhängigkeit bietet einen direkten Zugang zur Natur und schließt gut an den vorangegangenen Punkt der Dankbarkeit an. Nackt und ohne Ausrüstung wären die meisten von uns in der Wildnis aufgeschmissen. Für Indigene ist dies jedoch Alltag.



Als die westlichen Siedler kamen, waren viele Stämme begeistert von den einfachen und massenweise hergestellten Werkzeugen, die für die Stämme normalerweise stundenlange Arbeit bedeuteten.

Sie gingen Handelsbeziehungen mit den Europäern ein und zahlten dafür einen hohen Preis. Ihre Freiheit ging durch diese Abhängigkeit verloren. Ganz zu schweigen von den Krankheiten, die durch die Europäer eingeschleppt wurden und einen Großteil der indigenen Bevölkerung dahinraffen ließ.

Was ich damit sagen will: Die Natur bietet uns alles an, was du für dein Überleben benötigst. Du musst nur wissen, wie du die Ressourcen für dich nutzen kannst.

Dabei solltest du jedoch nicht vergessen, dass es in Deutschland kaum noch echte Wildnis gibt. Nur 0,3 Prozent des Waldes in Deutschland ist naturbelassen. Der Rest steht unter der Forstwirtschaft, sind oft Monokulturen und liefern nicht ausreichend Vielfalt, um dort zu überleben.

3. Gemeinschaftlich denken

Kommt es zu einer großen Krise, gibt es meiner Meinung nach zwei Szenarien, wie sich die Menschheit entwickelt.

Das erste Szenario ist: jeder für sich selbst. Nach dem Motto: Der einsame Wolf braucht keine Hilfe von anderen Menschen. Alle Menschen denken an sich und noch maximal an ihre Familie und verhalten sich auch dementsprechend. Es wird geplündert, gehortet und der eigene Vorrat wird, wenn nötig, mit Gewalt verteidigt.

So passiert es momentan auch in großen Teilen der Welt und wenn wir nicht aufpassen, kann auch uns diese Realität ereilen.

Der zweite Weg führt über Gemeinschaft. Dazu braucht es also einen Bewusstseinswechsel. Wir müssen anerkennen, dass wir gemeinsam stärker sind und besser füreinander sorgen können. Allerdings müssen wir dafür unsere eigenen Bedürfnisse manchmal zurückstellen und ein größeres Bewusstsein

entwickeln. Ein gemeinschaftliches Bewusstsein.



So haben auch die Indigenen Nordamerikas früher gelebt. Sie kümmerten sich umeinander und hatten die Rollen klar verteilt, sodass die ganze Gemeinschaft am Leben blieb.

Alte Menschen besitzen Weisheit und spielen ihre Rolle als Ratgeber. Dies ist aber nur möglich, wenn diese auch mit von den jüngeren Stammesmitgliedern versorgt werden.

Ich halte die letztere Variante für sehr viel nachhaltiger. Und es ist auch vollkommen in Ordnung, sich auf Krisen vorzubereiten, allerdings werde ich meinen angelegten Vorrat auch teilen.

Um das ganze Stammesleben nicht nur zu romantisieren, steht dem gegenüber, dass die Konflikte zwischen den Stämmen der Urvölker oft auch blutig ausgetragen wurden.

Doch hier appelliere ich an unsere eigene Vernunft und daran, dass wir auch aus dieser Vergangenheit lernen und es im Zweifelsfall besser machen können. Das ist zwar sehr utopisch, aber die Hoffnung besteht trotzdem.

BUCHTIPP: Dein Begleiter in die Natur

Wie wird man in der Natur wirklich heimisch? Das Buch "[Freundschaft mit der Natur](#)" von Matthias Blaß ist dein praktischer Wegweiser. Von Naturwahrnehmung über Naturwissen bis hin zu Naturhandwerk - in 32 Kapiteln lernst du alles, was du für eine tiefe Naturverbindung brauchst.

4. Zeichen deuten – oder im Einklang der Natur

Gegen die Erwartung lebten viele Stämme der Indigenen Nordamerikas auch in Häusern. Die Tipis fanden zwar auch bei sesshaften Stämmen Verwendung, wurden jedoch bei nomadischen Stämmen erst wichtig.

Die Irokesen beispielsweise lebten in Häusern, die bis zu 25 Meter lang waren. Entgegen dessen lebten die Bewohner jedoch hauptsächlich draußen und fanden sich nur zum Schlafen in den Häusern ein.

Dieser enge Bezug zur Natur schulte auch den Blick für Veränderungen. Bekanntlich wurden Fährten gelesen, um Tiere aufzuspüren. Dies erforderte besonders geschärfte Sinne und höchste Achtsamkeit. [Lies dazu meinen Ratgeber, in dem ich dir viele Tierspuren zeige](#). Auch Wetterumschwünge konnten anhand von Zeichen der Natur vorhergesagt werden.



Das Trittsiegel von einem Dachs

Vögel spielen dabei eine entscheidende Rolle, da sie sehr viel empfindlicher für Veränderungen reagieren als wir Menschen. Aufgescuchte Vögel, die alle in eine Richtung fliegen, deuten oft auf eine Gefahr (Raubtier, Greifvogel, Sturm) hin.

Falls du mehr zur Vogelsprache lernen möchtest, dann lege ich dir meinen Ratgeber „[Ein Leitfaden zur Annäherung an Vogelsprache und wie du selbst lernen kannst, Vögel zu verstehen](#)“ ans Herz.



Ein aufgeregter Star

Ein weiteres Beispiel in unseren Breitengraden ist das uns allen bekannte Gänseblümchen, das sich bei Regen verschließt, um ihre wertvollen Pollen zu schützen. Dies geschieht noch lange, bevor wir die erste dunkle Wolke am Himmel sehen. Sie kann dir Auskunft über den nahenden Regen geben.

[Über das Gänseblümchen und ihre Heilkraft habe ich auch schon hier geschrieben.](#)

Die Natur gibt uns noch weit mehr Zeichen, du musst nur lernen hinzusehen.

5. Wissen weitergeben

Die Indigen auf der ganzen Welt hatten weder einen Survival-Workshop noch eine [Wildnisschule](#), um sich auf die Welt vorzubereiten.

In der Regel lehrten die Eltern den Kindern das Überleben. Versagen die Eltern in ihrer Lehre oder vernachlässigen diese Verantwortung, kann dies schnell den Tod des Kindes bedeuten.



Denn in der Regel werden die Kinder zum Übergang ins Erwachsenenalter in die Wildnis geschickt. Hier müssen sie überleben und ihren Weg zurück in die Gemeinschaft finden.

Dazu gehören dann auch essenzielle Fähigkeiten, um eigenes Werkzeug herzustellen. Der Bogen, das Messer, aber auch der Unterschlupf mussten selbst gebaut werden.

Daher ist es unsere Aufgabe, unsere gelernten Fähigkeiten und unser Wissen weiterzugeben. Die Lehre ist ein essenzieller Teil für eine vielversprechende Zukunft. Andernfalls versickert das alte Wissen.

Lies auch

[Das westliche Bildungssystem und das Lernsystem unserer Vorfahren – zwei total unterschiedliche Bildungsphilosophien im Vergleich](#) – Das westliche Bildungssystem und das Lernsystem unserer Vorfahren – zwei Traditionen, die sich in vielerlei Hinsicht diametral gegenüberstehen.

6. Kein Abfall

Verschwendung und Müll waren vor der Ankunft der Europäer in Nordamerika fast nicht existent. Alles wurde verwertet, was nur verwertet werden konnte. Dies ist in Bezug auf Nachhaltigkeit wahnsinnig interessant, aber wie sichert dies dein Überleben?

Wenn du lernst, deine Ressourcen effizient für dich zu nutzen, hast du entsprechend viel weniger Aufwand, weitere Ressourcen zu erschließen. Denn du nutzt dein Material ganzheitlich für dich.



Tiere wurden auch bei unseren Vorfahren ganzheitlich verarbeitet

Schlüssel dazu ist, zu wissen, was du aus den ganzen Resten machst. Das einfachste Beispiel wäre das Erlegen eines Büffels für Nahrung.

- Das Fell als Decke, Sitzkissen oder Behälter
- Die Haut zum Bau von Tipis oder für Behälter
- Die Knochen für Waffen (Messer, Pfeilspitzen, Angelhaken) und für Werkzeug
- Die Sehnen für Seile
- Die Zähne und Krallen für Schmuck

Du siehst: Ein Tier wurde bei den Indigenen zu allen Teilen verwertet.

7. Der Wert von medizinischen Pflanzen

Die indigenen Stämme Nordamerikas sind für ihr Wissen über heilende Pflanzen weltweit bekannt. Es herrscht das Gerücht, dass die heilenden Pflanzen durch das Beobachten von kranken Tieren entdeckt wurden.

Haben sich Tiere in ihrer Krankheit an diese Pflanzen gewandt, so versuchten es auch die Menschen. Dabei wurde stets auf die Verfügbarkeit der Pflanzen geachtet. Einerseits um die Pflanze nicht zu gefährden und andererseits den Tieren genug Medizin und Nahrung übrigzulassen.



Selbstverständlich wachsen in Nordamerika andere Pflanzen als in Europa. Angesichts dessen ist es wichtig, unser eigenes Wissen über Pflanzen aufzubauen. Fällt die medizinische Versorgung in Krisen mal aus, können wir uns ebenfalls an die Natur wenden.

In meinem Blog bin ich schon auf einige Pflanzen eingegangen, die bei uns vorkommen und einige gesundheitliche Vorteile bieten. Lies dazu:

- [Essbare Pflanzen: diese Notnahrung findest du im Wald \(Liste + Bilder\)](#)
- [Mit diesen wirksamen Heilkräutern pflanzst du dir deine eigene Hausapotheke an](#)

8. Sich im Einklang mit der Natur bewegen

Eine entscheidende Fähigkeit der Ureinwohner Nordamerikas ist das Schleichen. Besonders den Jägern war es möglich, sich fast lautlos durch die Natur zu bewegen.

Dabei war das Auftreten nicht wesentlich lauter als das Rascheln der Blätter im Wind. Langsame und achtsame Bewegungen sind der Schlüssel dazu, um nicht frühzeitig entdeckt zu werden. Denn die Menschen hatten damals zwar Pfeil und Bogen, mussten dafür trotzdem sehr nah an die Tiere heran.

Für dich ist es dabei wichtig, eine möglichst dünne Sohle zu wählen oder im idealen Fall [barfuß zu laufen](#). So kannst du spüren, was unter deinen Füßen geschieht, und nach ein wenig Übung brauchst du nicht mal mehr deine Augen.



Die Gangart nennt sich Fuchsgang.

Dabei sind ein stabiler Stand und achtsame Bewegungen essenziell. Hierbei setzt du einen Fuß vor den anderen und spürst mit den Zehenspitzen zunächst vor.

Hat dein Fuß den idealen nächsten Stand gefunden, setzt du den Fuß über die Zehenspitzen ab und trittst langsam mit dem Rest des Fußes auf.

Für mich ist dies eine unheimlich gute Übung, um mit meiner Umgebung in Einklang zu kommen und alles wahrzunehmen, was um mich geschieht.

Lies auch

[Gehe barfuß! Etliche Gründe, warum du es noch heute machen solltest](#) – Barfuß gehen ist eine tolle Möglichkeit, sich wieder mit der Erde zu verbinden und sich zu erden. Ich zeige dir Gründe, warum Barfußlaufen sinnvoll ist.

Fazit: Viele Fertigkeiten haben wir verlernt, die unser Leben bereichern würden

Es gibt hier noch weitaus mehr zu lernen, und jeder Punkt könnte einen Artikel für sich beanspruchen.

Dennoch wollte ich dir hier eine kleine Übersicht über die Fähigkeiten geben, die zunächst nicht direkt sichtbar sind, aber einen entscheidenden Unterschied machen.

Die Mentalität und das Bewusstsein sind nicht nur für dein Überleben in der Wildnis wichtig, sondern besonders im **Erleben und Durchdringen der Natur** ein tragender Faktor.

Ich wünsche dir nun viel Spaß beim Ausprobieren der Übungen und schaue dich gerne noch mehr in der [Kategorie der Wildnispädagogik](#) um. Dort findest du noch mehr Übungen.

Über den Autor des Ratgebers

Martin Gebhardt



Hey, ich bin Martin und ich bin Wildnis-Mentor. Auf meinem Blog lernst du die Basics sowie zahlreiche Details zum Outdoor-Leben. Schnapp dir meine [35 einfach umsetzbaren Survival-Hacks](#), um ab morgen nicht mehr planlos im Wald zu stehen. Lies mehr über mich auf meiner [“Über mich”-Seite](#).

Besuche ihn auf seiner Website <https://survival-kompass.de>