

Darcia Narvaez und Gay A. Bradshaw

Das
gewachsene
Nest



Die natürliche Art, Kinder aufzuziehen *und*
vernetzte Gemeinschaften zu bilden

Vorwort von Gabor Maté

NEUE  ERDE

Bücher haben feste Preise.

1. Auflage 2024

Darcia Narvaez, PhD und G.A. Bradshaw, PhD

Das gewachsene Nest

Der Titel des englischen Originals lautet »The Evolved Nest«.

Diese Übersetzung wird veröffentlicht in exklusiver Lizenz von North Atlantic Books und durch Vermittlung der Agentur von Christian Schweiger.

Übersetzt aus dem Englischen von Andreas Lentz.

Copyright © 2023 von Darcia Narvaez und G. A. Bradshaw. Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil dieses Buches, mit Ausnahme von Kurzbesprechungen, darf ohne schriftliche Genehmigung des Herausgebers in irgendeiner Form oder mit irgendwelchen Mitteln – elektronisch, mechanisch, durch Fotokopie, Aufzeichnung oder auf andere Weise – vervielfältigt, in einem Datenabrufsystem gespeichert oder übertragen werden.

Illustrationen von Jasmine Hromjak

© für die deutsche Ausgabe Neue Erde GmbH 2024

Alle Rechte vorbehalten.

Umschlag:

Illustration: Jasmine Hromjak

Gestaltung: Dragon Design, GB

Satz und Gestaltung:

Dragon Design, GB

Gesetzt aus der Palatino

Gesamtherstellung: Appel & Klinger, Schneckenlohe

Printed in Germany

ISBN 978-3-89060-868-6

Neue Erde GmbH

Cecilienstr. 29 · 66111 Saarbrücken

Deutschland · Planet Erde

www.neue-erde.de



Für Erde

Inhalt

Vorwort <i>von Gabor Maté</i>	xv
Ein Hinweis zur Terminologie und zu den Quellen	xviii
1 Der Weg der Natur	1
2 Soll ich Kinder haben? Braunbären	15
3 Füreinander da sein: Afrikanische Elefanten	37
4 Stillen: Pottwale	61
5 Gemeinsame Fürsorge: Kaiserpinguine	81
6 Freies Spiel: Biber	109
7 Berühren: Amazonas-Papageien	127
8 Emotionen: Oktopusse	145
9 Moralische Verantwortung: Wölfe	169
10 Der Frieden der wilden Dinge	193
Empfohlene Lektüre und Informationsquellen	210
Danksagungen	211
Anmerkungen	212
Über die Autorinnen	265
Stichwortverzeichnis	266

Vorwort

In Überschätzung dessen, was wir gerne als unsere zivilisierte Kultur bezeichnen, neigen wir dazu, uns im Hinblick auf Intelligenz und Errungenschaften unseren evolutionären Geschwistern – den anderen Tieren, mit denen wir die Erde teilen – als überlegen zu betrachten. Wir blicken überheblich sogar auf jene unserer menschlichen Brüder und Schwestern herab, die wir gerne als »primitiv« abtun, etwa die indigenen Völker und vor allem die wenigen kleinen verbliebenen Jäger- und Sammlergruppen, die sich angesichts des unerbittlichen »Fortschritts« noch an ihre gefährdete Existenz klammern. Der Anthropologe und Autor Wade Davis nennt es »kulturelle Blindheit«, das Gefühl, dass »andere Völker gescheiterte Versionen von uns sind. Oder dass sie alte, überholte Gebilde sind, dazu bestimmt, zu vergehen; wunderliche und schillernde Menschen, die Federn tragen. Doch es sind lebendige, dynamische Menschen, die etwas zu sagen haben.«¹ Dieses Juwel von einem Buch, sparsam im Umfang, aber gehaltvoll an Gelehrsamkeit und Einsichten und reich an verblüffenden wissenschaftlichen Beobachtungen, wird den Leser sowohl demütig als auch dankbar machen. Es untergräbt unsere egoistische Selbstzufriedenheit und beleuchtet, wie die Menschheit ihre eigene Natur vergessen und sich darüber hinaus von der Natur abgewandt hat, die uns über Millionen von Jahren geformt und erhalten hat. Dabei zeigen die beiden Autorinnen, die Psychologinnen Darcia Narvaez und G.A. Bradshaw, auch den Weg zur Befreiung auf. Hier gibt es keine phantastische Sozialutopie, sondern nur ein tiefes Verständnis dessen, was unsere Grundbedürfnisse sind, und zwar von Anfang an, und was wir von den uralten menschlichen und tierischen Seinsweisen, wie sie im Schmelztiigel der Natur herausgebildet wurden, lernen müssen.

Die heilsame Subversion von *Das gewachsene Nest* besteht darin, dass es unsere Gemeinsamkeit mit Mitgeschöpfen wie Papageien, Elefanten, Walen, Wölfen, Pinguinen und sogar Kraken im tiefsten

emotionalen Sinne aufzeigt. Die Großschreibung* ist ein Mittel der Autorinnen, uns daran zu erinnern, dass diese anderen Wesen ihre eigene Persönlichkeit und psychologische Komplexität haben; Wesen, von denen wir annehmen, dass sie sich sehr deutlich von unserer eigenen Gattung, dem *Homo*, unterscheiden.

Anders als Menschen, die noch mit der Natur verbunden sind, glauben die meisten von uns nicht, dass unsere emotionale Dynamik dieselbe ist wie bei anderen Tieren. Doch aus Sicht der modernen Neurowissenschaft haben die indigenen Völker von Alaska bis zum Amazonas recht, wenn sie Tiere als unsere Verwandten bezeichnen, die es in Ehren zu halten gilt. Neurowissenschaftler haben gezeigt, dass unsere evolutionär bedingten, grundlegenden emotionalen Prozesse mit denen einer Vielzahl anderer Arten übereinstimmen. Die Schaltkreise im Gehirn, die der Mensch mit anderen Lebewesen gemeinsam hat – wie dieses Buch auf elegante Weise anhand von Beispielen illustriert, die den Leser mehr als einmal staunen lassen –, umfassen fürsorgliche Liebe, Freude, Spiel, Angst und Trauer. Da ist zum Beispiel die herzerreißende Geschichte eines jungen Elefanten, der in seinem kurzen Leben zweimal den Verlust seiner Mutter erleiden musste. Wie die Autorinnen zeigen, haben auch Tiere Bewusstsein, Gefühle, Gedanken und Träume. Ein Krake hat ein neuronales Substrat für Kognition, Selbstbewusstsein und Bewusstsein? Ja.

Die emotionale Dynamik, die von diesen Gehirnschaltungen erzeugt wird, dient dem Wohlbefinden, dem Mitgefühl, der Selbstregulierung, dem Selbstvertrauen und anderen gesunden Qualitäten, so wie sie sein sollen; aber nur, wenn sie durch die richtigen Umstände ermöglicht werden – das heißt, nur wenn ihre Entwicklung durch das gewachsene Nest unterstützt wird. »Gewachsene Nester«, so erklären Narvaez und Bradshaw in ihrem Einführungskapitel, »sind Entwicklungssysteme, die darauf ausgerichtet sind, seelische, soziale und körperliche Bedürfnisse auf eine artspezifische Weise zu erfül-

* Im Englischen werden Tierarten ja kleingeschrieben; diese Bemerkung trifft also nur auf die englische Ausgabe zu. [Anm. d. Übers.]

len.« Für den Menschen, so erläutern sie weiter, ist das gewachsene Nest die Gesamtheit der Vorgänge und Strukturen, die Kindern eine soziale und ökologische Nahumgebung bieten, die perfekt auf optimales Wachstum und beste Gesundheit abgestimmt ist. Um es ganz offen zu sagen: Wir haben im Streben nach wirtschaftlichem und technischem Fortschritt den Faden verloren. Dies ist eine traumatische Entwicklung in der Geschichte unserer Spezies, deren Auswirkungen wir nur allzu deutlich in der Epidemie von Krankheiten, psychischen Störungen, Aggressionen, sozialen Spaltungen und anderen Plagen erleben, die unsere heutigen Gesellschaften heimsuchen. Es ist weder eine Beleidigung für den menschlichen Einfallsreichtum noch eine Verunglimpfung der wahrhaft wunderbaren Erfindungen und Errungenschaften der Moderne, wenn die Autorinnen der Meinung sind, dass wir viel von unseren menschlichen Vorfahren und von den Tieren und ihren »gewachsenen Nestpraktiken« lernen können, die sie so anschaulich dokumentieren.

Wussten Sie, dass ein neugeborenes Elefantenbaby von einer Schar anderer Mütter sanft gestreichelt wird? Dass Kaiserpinguine während der Trächtigkeit die Aufgaben zwischen Männchen und Weibchen aufteilen und dass die Betreuung des Nachwuchses, ebenso wie bei den Walen, eine Gemeinschaftsaufgabe ist? Dass Wölfinnen, selbst wenn sie kinderlos sind, andere Kinder säugen, wenn die Bedürfnisse des Rudels es erfordern? In diesem Buch erfahren wir, wie die Natur Zusammenarbeit, Einfühlungsvermögen, Gemeinschaftsethos und gegenseitige Unterstützung als notwendiges Erbe für die optimale Entwicklung ihrer Kinder in jeder Spezies verankert hat. Das gilt auch für den Menschen, obwohl man das kaum vermuten würde, wenn man sieht, wie wir heute unsere Säuglinge und Kleinkinder austragen, gebären und aufziehen. Mit dem Verlust des gewachsenen Nests haben wir uns von den gutartigen Instinkten für die Kindererziehung entfremdet, mit denen uns die Natur über Äonen hinweg ausgestattet hat. So sind wir beispielsweise die einzige Spezies, die Säuglinge schreien lässt, ohne auf ihre Notlage zu reagieren, um ihnen das Einschlafen »beizubringen«, wodurch ihre

Gehirnentwicklung beeinträchtigt und ihre künftige geistige Gesundheit gefährdet wird, wie Darcia Narvaez an anderer Stelle gezeigt hat. In menschlichen Kulturen, die sich an der Natur orientieren, werden die Kinder auch nicht geschlagen, hart bestraft oder von ihren Bezugspersonen isoliert, um sie zu maßregeln. Im Gegenteil, die Autorinnen stellen in diesem Band fest, dass »in den Kleinkindjahren jede aggressive Handlung mit einer spielerischen Reaktion bedacht wird, da jeder weiß, dass kleine Kinder noch nicht recht empathisch oder sich der Auswirkungen ihrer Handlungen bewusst sind«. Da unsere Spezies ihre evolutionäre Heimat verloren hat, fügt sie ihren Mitgeschöpfen Leid zu, wie Dr. Gay Bradshaw bereits in ihrer bemerkenswerten Arbeit über posttraumatische Belastungsstörungen (PTBS) bei Elefanten dokumentiert hat. Auch in diesem Buch finden sich zahlreiche beklagenswerte Beispiele für Tiergemeinschaften – etwa Wölfe im Yellowstone- oder sogar im Denali-Nationalpark in Alaska –, die durch den westlich orientierten Menschen traumatisiert wurden, der sich im Gegensatz zu den meisten indigenen Völkern gar nicht vorstellen kann, Teil der Natur zu sein, da er durch den traumatischen Verlust des gewachsenen Nests von seiner eigenen Natur entfernt wurde.

Daher ist in diesem wunderbar gestalteten Buch fast ebenso viel Traurigkeit wie Schönheit enthalten. Dennoch geben uns die Autorinnen einen positiven Ausblick: Sie haben kein Klagelied geschrieben, sondern ein Loblied auf das Dasein, auf die Möglichkeiten, die uns trotz unserer Verluste innewohnen, und einen Aufruf für eine Zukunft, die durch das, was die Vergangenheit und die ewige Natur uns lehren können, geprägt und getragen wird.

Dr. Gabor Maté

Ein Hinweis zur Terminologie und zu den Quellen

Unser Ziel ist es, Einsichten und Überlegungen aus der westlichen Wissenschaft, der Wissenschaft der Ureinwohner (*sensu* Cajete),¹ von anderen Tieren und aus unseren persönlichen Erfahrungen als Fäden eines großen Gewebes zusammenzubringen, um Frieden und Wohlbefinden für alles Leben wiederherzustellen. Um die Integrität der Quellen zu bewahren, haben wir uns bemüht, die Stimmen so oft wie möglich direkt zu zitieren (*sensu* Younging),² und im Einklang mit anderen, die an ontologischen Kreuzungspunkten arbeiten, »huldigen wir demütig den Traditionen, die in diesem Papier diskutiert werden, wissend, dass es nicht nur eine repräsentative Realität für das gibt, was präsentiert wird, und in Anerkennung der Grenzen unserer eigenen Fähigkeiten, diese Arten des Lebens, Denkens, Seins überhaupt zu diskutieren.«³ Da zu den Herausforderungen der interdisziplinären Arbeit auch der dynamische Gebrauch von Sprache und Begriffen gehört, deren Bedeutungen je nach Disziplin, Kultur und Zeit variieren können, führen wir hier auf, wie Schlüsselbegriffe und Konzepte gemeint sind.

Kontext der Abstammung: die übereinstimmenden Merkmale, wie die Menschheit (*Homo*) 95–99 Prozent ihrer Existenz als nomadische Sammler verbrachte und die es auch heute noch bei den Sammlern gibt.

Großschreibung*: In Anlehnung an den bei vielen Stammesvölkern üblichen Sprachgebrauch sowie an die Erkenntnisse der Neurowissenschaften, die die Unterschiede zwischen den Arten wie die Unterschiede zwischen den Kulturen behandeln,⁴ schreiben wir Tiernamen (z. B. Wolf) in Übereinstimmung mit der Großschreibung der Namen menschlicher Nationen (z. B. Tewa) groß*. »Tier« und »Pflanze« werden großgeschrieben, um dieses Verständnis zu unterstreichen.

* Im Englischen werden Tierarten ja kleingeschrieben; diese Bemerkung trifft also nur auf die englische Ausgabe zu. [Anm. d. Übers.]

Obwohl solche Kategorien eine dualistische Perspektive beibehalten, die Phänomene aufspaltet und daher eine bestimmte menschliche kulturelle Sichtweise widerspiegelt – eine Sicht, die dem Rahmen dieser Arbeit und den behandelten Wissenschaften widerspricht –, wird diese Konvention aus Gründen der Klarheit der Kommunikation übernommen. Letztlich stützen sich die Arbeit und die hier vertretene Ansicht auf nichtdualistische Denkweisen wie den Buddhismus und die Quantenmechanik, die Namen und Wörter wie »Tier« als Überbleibsel des Dualismus und nicht als Definitionen betrachten.

Betreuer: Bei vielen Arten, wie z. B. Säugetieren, ist die *erste* und *wichtigste* Bezugsperson die Mutter. Bei anderen Arten, wie dem Kaiserpinguin, ist die Mutter die *erste* Bezugsperson, weil sie das Ei ausbrütet, aber die Hauptbezugsperson nach der Geburt ist der Vater. In vielen Tierkulturen, z. B. bei Afrikanischen Elefanten, gibt es eine Konstellation von Betreuungspersonen, eine Gemeinschaft von Erwachsenen (die als *Allmütter* oder *Alleltern* bezeichnet werden) und jüngeren Familienmitgliedern. In menschlichen und nichtmenschlichen Kulturen können die Betreuungspersonen von primären Bezugspersonen (z. B. Müttern) bis hin zu unterstützenden Betreuungspersonen (z. B. Allmüttern oder Alleltern) reichen, die alle für kontinuierliche Betreuung und Sicherheit sorgen. Die gleiche Konvention gilt für die Verwendung von **Mutter**, **Vater**, **Eltern** und anderen familiären Begriffen, die nicht immer an ein Geschlecht gebunden sind.

Betreuung durch die Gemeinschaft und Eingebundensein: *Eingebundensein* beschreibt spezifische sozio-ökologische Erfahrungen (z. B. angenehme Geburtserfahrungen, Stillen, Berührung, Spiel, zugewandte Fürsorge), die auf den Beziehungsmerkmalen Achtsamkeit, aufmerksame Fürsorge, Liebe und moralische Verpflichtung beruhen, die von den Betreuern und anderen in der Artgenossenschaft und der breiteren natürlichen Gemeinschaft bereitgestellt werden. Das Eingebundensein ist auf die Bedürfnisse der einzelnen Arten zugeschnitten, aber die Grundsätze sind allen Tierarten gemeinsam. Die *Partner-*

schaftspflege bezieht sich auf den breiteren Kontext von Beziehungen, die über die Artgenossen hinausgehen und auf den Bedürfnissen und sensorischen Fähigkeiten der jeweiligen Art beruhen. Diese variieren je nach Ökologie und Umwelt (der einzigartigen Wahrnehmungs- und Sinneserfahrung eines Tieres in der Welt); daher variiert die Partnerschaftspflege je nach Art.

Dominante Kultur: die westliche Weltanschauung, die den Menschen als von der Natur getrennt und ihr überlegen ansieht und ihm eine selbsternannte Herrschaft über die Natur zuspricht. Die vorherrschende Kultur ist eine, die die Trennung von der Natur und vom Körper sowie den Verlust von Beziehungsfähigkeit und einer ökologischen Einbettung als normal empfindet.

Eingeborene Völker, First Nations, Stammesangehörige: Mitglieder von Gruppen, die mit einer bestimmten Landschaft verbunden sind, aus der eine einzigartige Sprache, eine über Generationen hinweg aufgebaute tiefe und auf Beobachtung beruhende Weisheit sowie respektvolle Traditionen für ein Leben im Einklang mit der nichtmenschlichen Natur hervorgegangen sind. Dazu gehört, an einem bestimmten Ort auf der Erde zu leben, wo die Menschen die Natur durch Praktiken der Gegenseitigkeit und des Respekts kennen und würdigen. Aufgrund von Völkermorden durch Siedler, erzwungener Migration, dem Verbot kultureller und sprachlicher Traditionen und anderer Gewalttaten wurden viele Völker der First Nations vertrieben und leben heute in einem anderen Land als dem, in dem ihre Vorfahren lebten.

Erdzentriert und **naturbasiert:** allgemeine Begriffe für Menschen und Kulturen, deren Ethik und Prinzipien mit denen der (nichtmenschlichen) Natur übereinstimmen und die sich als Partner der Natur verstehen, nicht als von ihr getrennt oder ihr überlegen. Erdzentrierte und naturbasierte Lebensweisen sind regenerativ und nicht extraktiv konsumierend, wie es bei der dominanten Kultur der Fall ist.

Familiäre Begriffe: Statt artspezifischer wissenschaftlicher Namen (*im Sinne von* Carl Linnaeus) für tierische Nachkommen verwenden wir im allgemeinen »Kind«. Tierfamilien werden als mit menschlichen Familien vergleichbar angesehen.

Indigene: Dieser Begriff kann auf alle Menschen angewandt werden, die als Ureinwohner der Erde gelten, wird jedoch in der Regel auf zeitgenössische Kulturen angewandt, von denen viele (sich selbst) als Stammes-, Eingeborenen- oder First-Nations-Völker bezeichnen (siehe unten). Die indigene oder verwandtschaftliche Weltsicht spiegelt sich im allgemeinen in naturbasierten Kulturen wider und wird von diesen übernommen; sie betrachtet den Kosmos als Einheit, als heilig und sinnerfüllt.⁵

Natur: wird im Gegensatz zu »Mensch« verwendet, jedoch in dem Verständnis, dass der Mensch Teil der Natur ist.

Nomadische Sammlergemeinschaften: wandernde Gruppen von fünf bis fünfzig Menschen unterschiedlichen Alters, die keine Tiere domestizieren oder Pflanzen versklaven, nicht übermäßig viel Besitz sammeln und im allgemeinen egalitär leben.

Siedler-Kolonisatoren-Kultur:⁶ das anhaltende (dominante oder dominierende) Machtsystem auf der Grundlage des Kapitalismus, das den Völkermord und die Unterdrückung indigener Völker, ihrer Sprachen und Kulturen fortsetzt. Siedler-Kolonialisten betrachten sich und ihre Kultur als den indigenen Kulturen überlegen und identifizieren sich mit dem Konzept des »Fortschritts«. Der Siedler-Kolonialismus zielt darauf ab, indigene Kulturen und Gesellschaften zu verdrängen, zu ersetzen und auszulöschen.

Westlich/verwestlicht: eine Kultur und Weltanschauung, die ihren Ursprung in Europa und Nordamerika (Turtle Island) hat.

Wissenschaft: Wissenschaft wird im allgemeinen als ein systematischer analytischer Prozess und die Sammlung von Wissen verstanden. Der Physiker F. David Peat schreibt, dass in der **westlichen Wissenschaft** »nicht so sehr die Fragen selbst das Problem sind, sondern der hartnäckige Wunsch, Wissen auf einem bestimmten analytischen Weg zu erlangen. Es gibt Zeiten, in denen es besser ist, zuzuhören als zu fragen, zu fühlen als zu denken, in der Stille zu verharren als in der Sprache nach Antworten zu suchen.«⁷ **Die Wissenschaft der Ureinwohner** ist umfassender und interdisziplinärer als die westliche Wissenschaft, informiert und geformt durch ein Verständnis des Kosmos als ständige Veränderung, Bewegung und Fluss, als ein miteinander verbundener, belebter, von Geist erfüllter Ort. Gregory Cajete (Tewa), Leiter der Native American Studies an der University of New Mexico, schreibt: »Die Wissenschaft der Ureinwohner entsteht aus einer gelebten und geschichtsträchtigen Beziehung zur natürlichen Landschaft. Um ein Gefühl für die Wissenschaft der Ureinwohner zu bekommen, muss man an der natürlichen Welt teilhaben.«⁸ Sie ist »ein Spiegelbild der schöpferischen Teilhabe, ein Tanz mit dem Chaos und seinem Kind, dem schöpferischen Geist«.⁹ In der Wissenschaft der Ureinwohner beinhaltet das Kennenlernen von etwas eine persönliche Transformation.



Der Weg der Natur

EIN VATER STEHT mit seinen Schwimmhäuten auf dem Eis der Antarktis und beugt sich herab, um seinen Sohn zu füttern. Hoch in den Baumkronen des Amazonas heben Nestlinge ihre Schnäbel, um in den Familiengesang einzustimmen. Unter der Hitze der afrikanischen Sonne strecken Mutter und Tanten ihre Rüssel aus, um dem Neugeborenen auf die Beine zu helfen. Unter dem Glitzern der Atlantikwellen gleitet ein Walbaby neben seiner Mutter her. Ob Groß oder Klein, ob an Land oder im Wasser geboren, sie sind von Liebe umschlungen. Ihre Herzen schlagen mit demselben Lied, das von Generation zu Generation weitergegeben wurde, Lehren von der Mutter aller, der Natur. Diese Melodien sind heute in unserem menschlichen Leben nur noch schwach zu hören. Schwer vom Vergessen, sind Herz und Verstand müde und brüchig geworden. Wie können wir dieses ehrwürdige Lied des Wohlbefindens wiederfinden? Indem wir den Weg der Natur wiederfinden, uns ihm öffnen und ihn neu beschreiten.

* * *

Im Schillern der außerordentlichen Vielfalt der Natur kann man leicht übersehen, wie ähnlich wir uns sind. Auch wenn Menschen und andere Tiere sich äußerlich unterscheiden, sind wir uns innerlich – unter dem Fell, den Schuppen, den Federn, den Panzern und der Haut – sehr ähnlich, sogar mit unserem Gehirn. Tiere wie der riesige Pottwal oder der Pinguin, der uralte Afrikanische Elefant oder der erstaunliche Krake haben mit dem Menschen Gehirnstrukturen und -prozesse gemeinsam, die die Fähigkeit zu Bewusstsein, Denken, Fühlen, Lieben und Träumen verleihen.¹ Wir haben auch übereinstimmende Methoden für die Aufzucht unserer Jungen: das *gewachsene Nest*.²

Gewachsene Nester sind Entwicklungsweisen, die darauf ausgerichtet sind, die seelischen, sozialen und körperlichen Bedürfnisse auf artgemäße Weise zu befriedigen.³ »Nester« sehen nicht immer aus wie die schalenförmigen Konstruktionen aus Zweigen und Ästen, wie sie viele Vögel bauen. Das Nest des Afrikanischen Elefanten ist ein soziales und ökologisches Umfeld, in dessen Mittelpunkt die Geburtsfamilie steht – Mütter, Tanten, Cousins und Cousinen, Schwestern und Brüder –, die einen Umkreis der Fürsorge bildet. Das gleiche gilt für Pottwale. Ihre gewachsenen Nester werden von den Meeresströmungen und einer matrilinearen Familie gebildet, die den Geist und den Körper der jungen Wale in einer ihrer Heimat, dem Wasser, entsprechenden Weise aufzieht.

Das Nest jeder Spezies wurde im Laufe der Evolution perfektioniert, um von der Empfängnis bis zum Erwachsenenalter Gesundheit und Wohlbefinden bestmöglich zu gestalten. Es sind über Millionen von Jahren hinweg erprobte und bewährte Systeme. Je besser sich ein Tier und seine Kinder in die natürliche Umgebung einfügen, desto größer sind die Chancen für ihr Gedeihen. *Das gleiche gilt für den Menschen*. Uns und unseren Kindern geht es am besten unter Bedingungen, die denen entsprechen, unter denen wir uns als Spezies entwickelt haben.

Die heutige Kultur der Autos, der Fertighäuser und der Technik, in die die meisten Kinder eingebunden sind, ist jedoch weit von unseren

evolutionären Wurzeln entfernt. Wie Jean Liedloff herausfand, hat die Kluft zwischen der Lebensweise unserer Vorfahren und unserer heutigen Lebensweise zu Problemen und Auswüchsen in unserer Jugend und Gesellschaft geführt, die in Kulturen, die das natürliche Erbe der Menschheit bewahren, nicht vorkommen. Der schlechte geistige und körperliche Zustand der Menschen in den Industrieländern mag weit verbreitet sein, aber er ist in keiner Weise »normal«, wenn wir ihn mit unseren in die Natur eingebetteten menschlichen Vorfahren vergleichen.⁴

Jean Liedloff lebte in den 1950er Jahren in den gehobenen Kreisen von New York und Paris, bis sie sich eines Tages spontan einer Expedition in den Dschungel von Venezuela anschloss, um nach Diamanten zu suchen. Diese Entscheidung nahm eine unerwartete Wendung, die ihr Innerstes umwälzte und sie dazu brachte, das bahnbrechende Buch *Auf der Suche nach dem verlorenen Glück* zu schreiben.⁵

Während mehrerer Besuche im Laufe von zweieinhalb Jahren lebte Liedloff bei den amazonischen Ye'kuana, die diese Fremde aus einem weit entfernten Land aufnahmen und an ihrem Alltag teilhaben ließen. Zunächst war Liedloff sowohl begeistert als auch entsetzt – begeistert von der Schönheit der Natur und entsetzt vom Dorfleben. Ungläubig beobachtete sie die mühsame und zeitraubende Art, wie die Gemeinschaft zu funktionieren schien. Sie konnte nicht verstehen, warum die Frauen, wenn sie mehrmals am Tag einen tückischen, rutschigen Berghang hinunterkletterten, um Wasser aus einem Bach zu holen, dabei ihre Babys an den Hüften oder auf dem Rücken trugen.

Liedloff war der Meinung, dass es einen besseren Weg geben müsse. Sie hielt das ganze Unternehmen für unnötig gefährlich, mühsam und ineffizient. Darum ginge es beim modernen Fortschritt: die Art, wie man früher die Dinge erledigte, zu verbessern. Noch verblüffender war der Unterschied zwischen den Mühen beim Wasserholen, Wäschewaschen und Maniokkochen und der Art, wie die Ye'kuana-Frauen diese Arbeiten verrichteten. Sie waren fröhlich und liebevoll und hatten Freude und Vergnügen an ihrer gemeinsamen Arbeit, auch wenn sie noch so schwierig war. Liedloff fand das alles überaus

befremdlich. Dann hatte sie eine Offenbarung, die alles wegbrechen ließ, was sie später als kulturell bedingte Wahrnehmungen erkannte. Es öffnete ihr die Augen für eine völlig neue Sicht auf das Leben.

Als sie eines Morgens ihren europäischen Freunden und den Ye'kuana-Männern dabei zusah, wie sie ein schweres Einbaumkanu das Flussufer heraufzogen, war Liedloff von dem Gegensatz schockiert. »Hier waren mehrere Männer an ein und derselben Aufgabe«, dachte sie später. »Zwei, die Italiener, waren angespannt und ungehalten, verloren immer wieder die Fassung und fluchten ununterbrochen.« Die Ye'kuana-Männer hingegen »lachten über die Unhandlichkeit des Kanus, machten ein Spiel aus dem Kampf, entspannten sich zwischen den Schüben, lachten über ihre Schrammen und amüsierten sich besonders, wenn das Kanu, sobald es vorrückte, erst einen, dann einen anderen unter sich begrub.

Sie machten alle die gleiche Arbeit, erlebten dieselben Anstrengung und denselben Schmerz. Es war für alle dieselbe Situation, doch wir waren durch unsere Kultur darauf konditioniert zu glauben, eine solche Kombination von Umständen stelle fraglos einen Tiefpunkt auf der Skala des Wohlbefindens dar, und uns war nicht klar, dass wir in dieser Frage eine Wahl hatten.« Die Ye'kuana-Männer, so erzählte sie weiter, »waren in einer besonders fröhlichen Stimmung und schwelgten in der Kameradschaft... Jeder Schritt nach vorn war für sie ein kleiner Sieg.«⁶

Liedloff hat auch bemerkt, wie sie sich verändert hatte. Zu ihrer großen Überraschung »blühte sie auf«,⁷ ihr Körper wurde geschmeidiger, ihr Geist klarer und ihre Stimmung heiterer. Das Leben war *glücklicher*. Im Vergleich zu ihren nordamerikanischen und europäischen Verwandten erwiesen sich die Ye'kuana als Vorbilder für eine ausgezeichnete geistige und körperliche Gesundheit. Sie arbeiteten hart, aber es gab keine Spur eines im System angelegten sozialen Verfalls, der die moderne Gesellschaft heimsucht: Krankheiten, Süchte, Kindesmissbrauch, häusliche Gewalt und Selbstmorde.

Die Ye'kuana lebten in enger Verbundenheit mit dem Gefüge der natürlichen Welt. Anstatt zu versuchen, das Land nach einem abstrak-

ten Ideal zu formen, richteten sie ihr Leben nach den Gegebenheiten und Vorkommen der Natur aus. Tiere, Pflanzen und Menschen im Amazonasgebiet gediehen, das Wasser war sauber und frisch, niemand war obdachlos, und es gab ein tiefes Gefühl der Zugehörigkeit.⁸ Die Natur wurde nicht als Gegenkraft betrachtet, mit der man rechnen musste, sondern als ein Fluss der Veränderung, an dem alles Leben teilhatte.

Die Ye'kuana lebten in der Geschenkökonomie der Natur, in der Nahrung und Fürsorge als Antwort auf die Bedürfnisse eines anderen geteilt und nicht als Mittel der Kontrolle zurückgehalten werden.⁹ Nahrung, Zeit und Aufmerksamkeit wurden frei geteilt. Haunani-Kay Trask beschreibt, wie eine ähnliche Ethik auf den Hawaii-Inseln existierte (bevor sie durch das europäische Paradigma des Tauschs verdrängt wurde, bei dem man gibt, um etwas zu bekommen): »Vor der Kolonialisierung war die Gesellschaft der Ureinwohner eine familiäre Beziehung, die in Stämmen oder Häuptlingstümern organisiert war, in denen die lebensnotwendigen Güter – Land, Wasser, Nahrung, gemeinschaftliche Identität und Unterstützung – allen zur Verfügung standen.«¹⁰

Was Liedloff am meisten beeindruckte, war, wie sich diese Philosophie auf die Kinderbetreuung auswirkte. Im Vertrauen auf die innere Führung der Kinder bot die Gemeinschaft bei Bedarf Unterstützung an, etwa wenn ein Kind gestillt werden wollte. Amazonas-Babys wurden bedingungslos geliebt. Im Vergleich zu dem, was Liedloff in den Vereinigten Staaten und Europa beobachtete, weinten Ye'kuana-Babys kaum, und ihre Ess- und Schlafgewohnheiten wurden ihnen nicht vorgeschrieben. Sie wurden überallhin mitgenommen, wo die anderen hingingen, und sie wurden im Kontakt mit ihren Müttern, ihrer Familie und anderen Gemeinschaftsmitgliedern getragen und geknuddelt, wobei sie zugleich die Freiheit hatten, ohne Einmischung von Erwachsenen umherzustreifen und zu spielen.

All diese Beobachtungen stimmen mit den Ergebnissen einer langen Reihe von systematischen Studien über Naturvölker durch Anthropologen wie Barry Hewlett, Melvin Konner, Michael Lamb, Richard B. Lee, Margaret Mead und Elizabeth Marshall Thomas überein.¹¹ Liedloff

nannte dieses Zusammenspiel von Mensch und Natur ein Beispiel für das *uralte Kontinuum*.¹² Sie vertrat die Ansicht, dass die Menschen ihr Leben wieder in Einklang mit der Natur und den Gewohnheiten unserer Vorfahren bringen müssen, um Gesundheit und Wohlbefinden zu kultivieren, wie es von den Ye'kuana verkörpert wird und wie sie es selbst erfahren hatte – nur so können wir uns vom Anthropozentrismus zum Ökozentrismus umorientieren.¹³ Laut dem Tewa-Pädagogen Gregory Cajete umfasst dieses Verständnis der menschlichen Natur »die der Natur innewohnende Kreativität als Grundlage für Wissen und Handeln«, die »das dynamische Gleichgewicht und die Harmonie mit allen Beziehungen«¹⁴ bewahrt.

Das uralte Kontinuum bietet einen Fahrplan zur Genesung und zum Ausheilen unseres individuellen Selbst und unserer Gesellschaften, die durch Entfremdung und Intoleranz gespalten und aufgeheizt sind. Wenn wir neu lernen und unseren Geist und unsere Beziehungen so gestalten, dass sie mit den Wegen des Kosmos übereinstimmen, können wir weise Praktiken und einen moralischen Pfad entwickeln, auf dem wir innerhalb der Kapazität der Natur leben. Wie Vine Deloria Jr. (Standing Rock Sioux) feststellt:

Der weise Mensch wird sich seiner Grenzen bewusst und handelt mit einem gewissen Maß an Demut, bis er über genügend Wissen verfügt, um mit gutem Grund zu handeln. Jede Information muss im Zusammenhang eines ethischen Urteils gesehen werden, weil sie für den einzelnen und die Gemeinschaft von Bedeutung ist. Kein Wissen existiert um seiner selbst willen und außerhalb des ethischen Rahmens. Wir sind im wahrsten Sinne des Wortes zusammen mit den höheren Mächten Schöpfer oder Mitschöpfer, und was wir tun, hat für das übrige Universum unmittelbar Bedeutung.¹⁵

Liedloffs Kontinuum-Konzept revolutionierte die gängigen westlichen Ansichten über Kultur und Kindererziehung. Seit der Veröffentlichung von *The Continuum Concept* im Jahr 1975¹⁶ (deutsch: *Auf der Suche nach dem verlorenen Glück*, 1980) sind viele wissenschaftliche Studien hinzu-

gekommen, die Liedloffs persönliche Beobachtung bestätigen, dass frühe Lebenserfahrungen weitreichende Auswirkungen haben, nicht nur auf die Gesundheit und das Wohlbefinden des Kindes, sondern auch auf die gesamte menschliche und nichtmenschliche Welt.¹⁷

Forscher haben sich nicht nur mit dem Verhalten, sondern auch mit Psychologie und Ethik früherer und zeitgenössischer naturverbundener Kulturen befasst, die von einer verkörperten Weisheit der Gegenseitigkeit und des Respekts geprägt sind.¹⁸ Der Anthropologe Wade Davis beschreibt, wie »jedes Tier und jedes Objekt im Puls eines uralten Ereignisses schwingt, während es ins Leben geträumt wird. Die Welt, so wie sie existiert, ist perfekt, obwohl sie sich ständig im Entstehen befindet. Ins Land ist eingeschrieben, was jemals gewesen ist, und alles, was jemals sein wird, in jeder Dimension der Wirklichkeit. Über das Land zu gehen, bedeutet, sich auf einen ständigen Akt der Bejahung einzulassen, einen endlosen Tanz der Schöpfung.«¹⁹

Es geht nicht darum, das einem Rousseau ähnliche Bild eines idyllischen Edens zu malen, sondern einen wesentlichen Unterschied zwischen den heutigen, auf Herrschaft beruhenden menschlichen Gesellschaften und denjenigen, die vor der globalen Kolonisierung blühten, herauszuarbeiten. Der Grund, dass die Lakota-Sioux, die Quechua, die Ye'kuana und Bären, Wölfe und Biber viele Jahrtausende lang lebten und gediehen, ohne ihre Lebensräume zu zerstören, wie es die modernen Industriegesellschaften getan haben, liegt darin, dass sie versucht haben, sich in die Natur einzufügen.²⁰ Naturverbundene Kulturen zeigen, wie Menschen und Tiere Landschaften miteinander teilen und alles Leben auf der Erde verbessern,²¹ indem sie sich in ihren Ernährungsgewohnheiten, Bewegungsmustern, ethischen Grundsätzen und in der Kinderbetreuung gegenseitig beeinflussen.²² Das wirft Fragen auf: Warum ist das alte Kontinuum angesichts seines evolutionären Erfolgs in den heutigen menschlichen Gesellschaften weitgehend verschwunden? Was ist geschehen?

Vor etwa zehntausend Jahren, vielleicht aufgrund von Klimaveränderungen oder Bevölkerungsdruck, veränderten sich in verschiedenen Gebieten die menschlichen Kulturen. Die Gemeinschaften begannen,

sich von ihrem evolutionären Erbe zu lösen und mit der Geschenkökonomie der Natur zu brechen. Im Laufe mehrerer Jahrtausende begannen diese wenigen menschlichen Gruppen, Pflanzen und Tiere zu versklaven.²³ Die Gesellschaften wurden immer abhängiger von der Landwirtschaft und gingen weniger auf Nahrungssuche.²⁴ Anstatt Tiere und Pflanzen als Verwandte zu betrachten, sahen diese Gemeinschaften sie als Güter für menschliche Zwecke an und nutzten sie entsprechend.²⁵ Als sich dichtbevölkerte Siedlungen dieser Kulturen entwickelten, benötigten sie immer mehr Land, um ihre Wirtschaft aufrechtzuerhalten. Naturverbundene Kulturen, menschliche und nichtmenschliche, wurden ausgelöscht und von der Agenda des »Fortschritts« vereinnahmt.²⁶ Dieses Vorgehen hat nicht aufgehört. Überall ringen indigene Kulturen darum, Gesundheit und Integrität ihrer Gemeinschaften zu erhalten und den Ansturm der erzwungenen Globalisierung zu überleben.²⁷

Ein einziger Gedanke, der vor Tausenden von Jahren aufkam, hat eine tiefe, lebensverneinende Wunde geschlagen: Statt *Teil* der Natur zu sein, sei der Mensch von der Natur *getrennt*. Dieser eine Gedanke hat eine Illusion genährt – eine auf den Menschen ausgerichtete, vom Menschen konstruierte, vom Menschen kontrollierte falsche Realität, in der die Natur eine untergeordnete, utilitaristische Rolle spielt. Im Laufe der Zeit weitete sich diese dramatische Abweichung von der Evolution aus und trieb den Planeten ins Kapitalozän, eine Ära, die durch massive Umweltverschmutzung, Klimakrisen, Völkermorde und ökologische Zerstörung gekennzeichnet ist.²⁸

Ein weiterer Nebeneffekt der Abkehr von der Natur ist, dass sich die Art und Weise, wie Menschen Kinder aufziehen, dramatisch verändert hat. Das uralte Kontinuum wurde aufgegeben – eine Lebensweise, die eine fließende und flexible Art des Seins kultiviert und sich auf Würde und Beziehungsqualität ausrichtet,²⁹ auf die Arbeit mit der Natur, nicht gegen sie. Die Auswirkungen dieser Abkehr vom gewachsenen Nest sind überaus weitreichend.³⁰

In den ersten Lebensjahren werden die grundlegenden Weichen dafür gestellt, was aus einem Kind wird. Die Art und die Qualität des

frühen Lebens eines Kindes spielen eine Schlüsselrolle beim Aufbau seiner geistigen und körperlichen Gesundheit und seiner Beziehung zur Welt.³¹ Die Ideen und Werte einer Kultur, die einem Kind vermittelt werden, prägen die Ethik und die Beziehungen, die es als Erwachsener annehmen wird.³² Kurz gesagt: Wie ein Kind behandelt wird, gibt vor, wie es die Welt behandeln wird. Der Biologe Humberto Maturana geht davon aus, dass sich der Mensch als *Homo sapiens-amans amans* entwickelt hat, eine Spezies, die von einer Biologie der Liebe geprägt ist. Wir alle brauchen in der Kindheit zärtliche, unterstützende Fürsorge, um unsere kooperativen Fähigkeiten voll zu entwickeln.³³ Mit dem Aufkommen der anthropozentrischen Zivilisation entstanden jedoch zwei andere Formen von Menschen, die der Biologie der Liebe widersprachen: eine aggressive Form, *Homo sapiens-amans aggressans*, und eine arrogante Form, *Homo sapiens-amans arrogans*.

Das Ergebnis ist die heute vorherrschende traumatisierte Kultur. Statt förderlicher, einschließender, auf der Natur beruhender Lebensweisen haben die kolonialisierenden industrialisierten Menschen einen Lebensstil angenommen, den Psychologen heute als traumatisierend bezeichnen.³⁴ Die normative Grundlage für das Aufwachsen von Kindern hat wenig bis gar keine Ähnlichkeit mit unserem natürlichen, von den Vorfahren entwickelten Nest. Anstatt in alle Belange einer tragenden Gemeinschaft eingebunden zu sein, erleben die meisten Kinder tagtäglich Stress, Isolation und Absonderung. Anstelle der Einbindung in ein gewachsenes Nest mit der entsprechenden Geborgenheit und Fürsorge erfährt das nicht eingebettete Kind Entfremdung, Entbehrung und Trauma, was oft schon vor der Geburt beginnt.³⁵

Mütter und ihre Babys sind entmachtet worden. Die Medikalisierung der Geburt untergräbt die Verbindung der Mutter zu ihrem eigenen Körper und ihr Vertrauen in ihn.³⁶ Viele Babys dürfen nicht mehr »über ihren Geburtstag entscheiden«³⁷ und werden stattdessen durch geplante Kaiserschnitte, Wehen einleitende Methoden oder Frühgeburten auf die Welt gezwungen, was aus dem intensiven oder chronischen Stress resultiert, dem viele heutige Mütter ausge-

setzt sind.³⁸ Solche Störungen werden durch den Körper der Mutter auf das Kind übertragen.³⁹ Der mütterliche und väterliche Stress wird über die DNA an das Kind weitergegeben.⁴⁰ Es ist bekannt, dass die im zwanzigsten Jahrhundert verbreitete medizinisch unterstützte Geburt die gesunde Entwicklung von Kindern beeinträchtigt. Praktiken wie die Trennung von Mutter und Kind,⁴¹ der medizinisch unnötige, aber erzwungene Ersatz von Muttermilch durch Säuglingsnahrung,⁴² vorgeschriebene Essens- und Schlafrhythmen und institutionelle Betreuung (durch Kinderbetreuungseinrichtungen und Vorschulen) stehen, wie Jean Liedloff beschrieb, im Widerspruch zum uralten Kontinuum. Als das gewachsene Nest aufgegeben wurde, war auch das Wohlbefinden dahin.

Das generationenübergreifende tragende Netz von Tanten, Onkeln, Geschwistern und Großeltern, das für ein Kind so prägend ist, wurde in allen Kulturen über Generationen hinweg durch Sklaverei, Industrialisierung, Krieg, erzwungene Migration und andere zerstörerische politische Maßnahmen und Programme zerrissen. Heutzutage leben westliche Kinder in der Regel in einem Ein-Generationen-Haushalt ohne altersübergreifende Gemeinschaft.⁴³ Anstelle von selbstbestimmtem sozialem Spiel im Freien verbringen Kleinkinder die meiste Zeit in Tragetaschen oder Kinderwagen, mit einem Smartphone oder Computer und in Bildungseinrichtungen, die das Spiel und andere natürliche Ausdrucksformen einschränken. Abgesehen von den Beziehungen zu Familienhunden, Katzen, Pferden oder anderen Haustieren, deren Leben, Geist und Körper durch die Domestizierung für menschliche Ziele geformt wurden, wachsen Kinder nicht im Einklang mit den Rhythmen der Natur auf. Anstatt sich in der Natur zu Hause zu fühlen, spiegeln sie oft die unbegründete und übertriebene Angst ihrer Eltern vor der Wildnis wider.⁴⁴

Darüber hinaus sind Kinder mit einer bedrohlichen und feindseligen sozialen Welt konfrontiert. Jedes Kind, egal wo es lebt, ist direkt oder indirekt mit sozialen Störungen durch Gleichaltrige und Erwachsene konfrontiert, die sich in Form von weit verbreiteten Depressionen, Angstzuständen, Missbrauch, Sucht und Mobbing

äußern. Der Arzt Gabor Maté erklärt: »Da wir in einer Gesellschaft leben, die die menschlichen Entwicklungsbedürfnisse weitgehend leugnet – sie nicht einmal versteht, geschweige denn für sie sorgt –, wird es viele Menschen geben, die in negativer Weise betroffen sind: der größte Teil der Bevölkerung, um genau zu sein. Die Verleugnung von Entwicklungsbedürfnissen hat erhebliche Auswirkungen auf das Gehirn und den Körper von Kindern, die sich bis ins Erwachsenenalter fortsetzen.«⁴⁵ Junge Generationen werden mit den Hinterlassenschaften ihrer Vorfahren bombardiert: globales Leid, Ausrottung der Wildnis und drohender ökologischer Kollaps.⁴⁶

Aber wir müssen nicht so leben. Wir müssen unsere Kinder nicht einer traumatisierenden Behandlung unterwerfen. Es gibt eine andere Möglichkeit. Wir können einen auf Wohlbefinden orientierten Weg einschlagen. Wir können so leben und gedeihen wie jene Menschen, die die Natur und das Nest ihrer Vorfahren nicht aufgegeben haben. Eine Fülle von Forschungsergebnissen aus den Neurowissenschaften, der Psychologie, der Immunologie, der Endokrinologie, der Anthropologie, der Soziologie, aus verschiedenen Gesundheitsberufen und aus der Fülle von Weisheiten, die aus naturverbundenen Kulturen stammen, bestätigen das.⁴⁷ Die Menschheit und der Planet können sich regenerieren, »indem wir gemeinsam neue Wege der Fürsorge füreinander einschlagen, Wege des Umgestaltens, Überdenkens und Wiedererlebens unserer grundlegendsten Beziehungen.«⁴⁸ Wie die Psychologin Alison Gopnik anmerkt, geht es bei einer gesunden Kindheit darum, »ein vielfältiges, stabiles und sicheres Umfeld zu schaffen, in dem viele unterschiedliche Arten von Blumen blühen können. Es geht darum, ein robustes, flexibles Ökosystem zu schaffen, das es den Kindern ermöglicht, selbst viele verschiedene, unvorhersehbare Möglichkeiten ihrer erwachsenen Zukunft herauszubilden.«⁴⁹

Traditionelle naturverbundene Gemeinschaften wissen, dass Kinder sich entwickelnde Menschen sind. So wird zum Beispiel jede aggressive Handlung im Kleinkindalter mit einer spielerischen Reaktion beantwortet, denn jeder weiß, dass kleine Kinder noch nicht voll empathisch und sich der Auswirkungen ihrer Handlung

gen nicht bewusst sind. Es dauert Jahrzehnte, bis man zum Menschen heranwächst und sein volles, einzigartiges Potential verwirklicht. Es gibt entscheidende Entwicklungen im Gehirn bis weit in das sechste Lebensjahrzehnt hinein; das sind dann solche, die zur Weisheit führen, weil hier Informationen aus verschiedensten Bereichen und Erfahrungen zusammengeführt werden.⁵⁰ Die Entwicklung von Gehirn und Körper setzt sich von der Geburt über die Jugendzeit bis weit ins Erwachsenenalter fort und vermittelt dem Individuum ein ganzheitliches Gefühl für sich in der Welt, in der Beziehung und zuhause in der Welt.⁵¹ Wie die Reifung von Elefanten, Eichen und Mammutbäumen brauchen auch das Gehirn und der Verstand des Menschen Zeit und Fürsorge.

Für diejenigen mit Kindern, seien sie noch klein oder schon erwachsen, deren Erziehung nicht dem Aufbau des gewachsenen Nests und dem uralten Kontinuum entsprach, gibt es keinen Grund für Selbstwürfe, Schuldgefühle oder Verurteilungen. Auch wenn diese Kinder die Verflechtung nicht in ihrer ganzen Fülle erfahren haben, können die Familien die Essenz und die Prinzipien des gewachsenen Nests vermitteln, um Gesundheit und Glück zu fördern. Liedloff sagte: »Ich glaube, es ist möglich, dort anzufangen, wo wir sind [...] und trotzdem einen Weg zurückzufinden. Selbst in einer Kultur, die sich entwickelt hat, ohne die wirklichen Bedürfnisse der Menschen zu berücksichtigen, gibt es mit einem Verständnis für das menschliche Kontinuum den Raum, unsere Chancen zu verbessern und unsere Fehler, wenn auch in kleinen alltäglichen Schritten, wiedergutzumachen.«⁵²

Das ist unsere Kernaussage: Wir können Kindererziehung, Familienleben, Gesellschaften und Beziehungen durch die Wiederbelebung naturverbundener Werte und einer Ethik der Einheit beeinflussen und verändern.

Die Notwendigkeit, das Nestbewusstsein wiederherzustellen, könnte nicht dringlicher sein. Mehr könnte nicht auf dem Spiel stehen. Entscheidungen darüber, ob man Kinder haben will und wie man sie aufzieht, wirken sich direkt auf das Schicksal des Planeten und das unserer tierischen und pflanzlichen Verwandten aus, die sich am Rande des

Aussterbens befinden. Die Lehren dieser uralten, aber für uns neuen Weltsicht in die Praxis umzusetzen, ist unsere Verantwortung gegenüber den gegenwärtigen und zukünftigen Generationen sowie gegenüber denen der Vergangenheit, die sich um die Wahrung der Ethik der Natur bemüht haben. Wie Sherri Mitchell (Weh'na Ha'mu Kwasset), indigene spirituelle Lehrerin der Penobscot, erklärt: »Wir müssen aufhören zu versuchen, unsere Kinder in die Welt einzupassen, in der sie sich befinden, und damit beginnen, eine Welt zu schaffen, die zu ihnen passt.«⁵³ Die Natur hat eine solche Welt geschaffen.

Die Rückkehr zu einem Eingebettetsein in einem »Nest« ist entscheidend für die Zukunft der Menschheit und des Planeten. Nicht eingebettete Kulturen werden chaotisch und gewaltbereit bleiben und einen Mangel an Empathie für andere an den Tag legen, statt flexibel auf andere einzugehen, was unserer Entwicklung entspräche.⁵⁴ Dies gilt insbesondere dann, wenn uneingebettete Menschen Institutionen und politische Praktiken schaffen, die es ihnen erlauben, die Lebenswelt anderer Arten zu übernehmen (zum Beispiel Wasserwege, Landschaften, Zugang zu Nahrungsquellen) und damit alle – Menschen, Tiere, Pflanzen und alles Leben auf der Erde – in Gefahr zu bringen. Tiefgreifende, positive Veränderungen zur Wiederherstellung des Einsseins sind bereits im Gange. Die Herzen der Menschen erwachen für die Notwendigkeit einer globalen Umkehr, zurück zur Verbindung, zurück zur Partnerschaft, zurück zum Einssein.⁵⁵ Unsere tierischen Verwandten, die uns körperlich und geistig so nahe sind, bieten einen hilfreichen Leitfaden, um unsere Spezies wieder auf den Weg zu einem Wohlbefinden im Einssein zu bringen. Anhand von Zeugnissen aus dem Leben und der Liebe von Elefanten, Wölfen, Pinguinen und anderen Tieren, die mit wissenschaftlichen Erkenntnissen verknüpft sind, beschreibt *Das gewachsene Nest*, wie wir dies erreichen können – wie wir erste Schritte auf einem Weg tun können, der die Menschheit zu Wohlbefinden und friedlicher Koexistenz mit der übrigen Natur zurückführt. Lassen Sie uns diese Reise nach Hause gemeinsam antreten.