

Vorwort 1:

... ich bin jetzt alt genug

... vom Wachstum zur Nachhaltigkeit

Irgendwann, nachdem ich schon lange 60 Jahre alt war, kam mir plötzlich aus dem Nichts heraus dieser Satz in den Sinn: "... ich bin jetzt alt genug". Die drei Punkte vor dem Satz sollen mein bisheriges Leben symbolisieren. Der Satz " ich bin jetzt alt genug" soll bedeuten, dass ich jetzt beginne, ernsthaft über das zu reflektieren, was ich als "Mein Leben" bezeichne. Dieses Nachdenken sehe ich als Teil des Lebens an. Man macht es jede Minute, jede Stunde, jedes Jahr, in unregelmäßigen Zyklen. Jetzt bin ich in einem Alter, in dem ich schon sehr vieles selbst erlebt habe. Deshalb kann ich jetzt auch beginnen, in einem ganzen Lebenszyklus zu reflektieren. Es ist kein Zufall, daß ich JETZT beginne, zu reflektieren. Es ist Teil meiner Persönlichkeit.

Warum überhaupt nachdenken, reflektieren, urteilen ? Mir kam der Gedanke, daß ich in eine Welt hineingeboren wurde, die durch die Kriegserfahrungen unserer Eltern geprägt war. Die Nachkriegszeit war ein Neubeginn mit vielen Entbehrungen, aber auch mit vielen Chancen. Alles das, was zu zwei Weltkriegen geführt hatte, konnte jetzt besser gemacht werden.

Es sollte eine andere, bessere Welt entstehen. Der Inbegriff allen Handelns war "Wachstum". Alles sollte wachsen. Um mit dem Sport zu reden: Höher, Schneller, Weiter. Wie es in früheren Kulturen schon oft abgelaufen war, wiederholte sich dieser natürliche Verlauf, der zunächst dazu führt, daß die Wälder abgeholzt werden, dann die Ackerflächen erodieren, und nachdem die Menschen wegen Hungers gegangen sind, kommen die Ziegen und ernähren sich vom kargen Rest der Böden. Dieser Ablauf ist nachvollziehbar in den stolzen Kulturen von den Mesopotamiern über die Ägypter, Römer, Incas, Mayas, Azteken etc. Auch die stolzen Kolonialmächte Spanien und Portugal, die einst die Welt unter ihr Regiment gebracht hatten, endeten so.

Allerdings hatte der Vorgang nach dem 2. Weltkrieg einen entscheidenden Unterschied. Er lief über Zentraleuropa und den nordamerikanischen Staaten von Anfang an global ab, und er hatte eine bis dato nicht gekannte Geschwindigkeit.

Inmitten dieser Zeit wuchs ich als Kind, Schüler und Student heran. Mein Vater war Polizist, meine Mutter Schneiderin. Meine Kleinkindzeit verlief beschützt im Kreise meiner Familie. Ich kannte einige wenige Kinder in der Nachbarschaft. An Ostern, im Sommer und im Herbst wurde ich auf den elterlichen Bauernhof meines Vaters im Vogelsberg gebracht, weil mein Vater in seiner Freizeit in Frankfurt das vom Krieg zerbombte Haus mit seinen Händen wieder aufbaute und ich bei meiner Oma besser aufgehoben war. Einen Kindergarten

gab es damals nicht. Ich hatte eine behütete, beschützte, normale Kindheit. Ich mußte auch nie hinterfragen, ob es mir gut ging. Es war einfach so. Alles war gut. Wir waren eine glückliche kleine Familie in Frankfurt ohne zu viele Gefühls-Auf- und Abs.

Mit 6 Jahren kam ich in die nahe gelegene Grundschule. Ich konnte hinlaufen. Die vier Jahre Grundschulzeit waren für mich sehr schön. Ich konnte die Anforderungen der Lehrerin gut erfüllen, war mündlich einer der schnellsten und brauchte nur kurze Zeit für die Schulaufgaben. Ein Mädchen, Angelika, war besser in der Schule als ich. In der 4. Klasse startete ich einen Versuch, sie zu überholen. Sie stellte mich zur Rede und fragte mich, warum ich das täte. Ich dachte nach und kam zu der Überzeugung, daß sie recht hatte. Warum eigentlich? Es war doch auch so schon alles gut. Interessanterweise habe ich die Situation, als sie mich fragte, heute noch als Bild vor Augen.

In der Freizeit ging ich zweimal pro Woche in die Jugendmusikschule Frankfurt, deren Unterricht in der Grundschule stattfand. Ich lernte das, was man heute als musikalische Früherziehung und Harmonielehre bezeichnet, und ich lernte, Akkordeon und Gitarre zu spielen. Das wurde angeboten. Herr Krupp war mein Musiklehrer. Witzigerweise hatte ich Akkordeonunterricht vor Ort und brachte mir Gitarre spielen zu Hause bei. Ich hatte im Radio Musik von Jimi Hendrix und den Rolling Stones gehört und wollte unbedingt so spielen können. Wenn mich heute einer fragt, warum mir das gefallen hat, so hätte ich die Frage damals nicht beantworten können. Heute weiss ich es sehr genau.

Dann ging ich nach Sachsenhausen ins Gymnasium. Ich war weiterhin ein super Schüler. Die Schule machte mir Spaß, und so ging es auch weiter bis zum Abitur. Probleme hatte ich nur mit Lehrern die selbst konzentrationsgestört waren, und bei denen man nicht so recht wußte, was sie wissen wollten. Das habe ich auch erst Jahrzehnte später kapiert. Aber trotz dieser Lehrer machte ich ein tolles Abitur.

Auf der Oberstufe im Gymnasium bekam ich mit, daß sich parallel zum Wirtschaftswachstum in den westlichen Ländern eine Parallelkultur aus vor allem jungen Menschen gründete. Sie nannten sich "Hippies". Sie lehnten das sogenannte Establishment ab. Insbesondere waren sie gegen Autoritäten, Unterdrückung, Kriege.

Ihre Schlagworte waren "Make peace, no war" und "Antiautoritärer Umgang". Im Gegensatz zu früheren kommunistischen Ideen ging es nicht um Gesellschaftsstrukturen und Staatsformen, sondern um den Umgang einzelner Individuen miteinander.

Die Menschen sollten ohne Gewalt leben. Sie sollten die Welt als Garten für ein friedfertiges glückliches Leben nutzen. Sinn des Lebens sollte das Wohlbefinden des Einzelnen sein.

Es sollte keine Beeinträchtigung oder Gewalt gegen den einzelnen Menschen geben, und die Erde sollte als Ganzes ein Ort des Glücks werden.

Interessen einzelner Individuen oder von Personengruppen oder gar von ganzen Staaten sollten dem untergeordnet werden.

Es ging nicht darum, alle Menschen gleich zu machen, sondern in diesem System die Möglichkeiten aller Menschen so zu nutzen, daß ein Gesamtwohl aller Beteiligten herauskam.

Letztendlich wollte man zurück ins Paradies. Das Ausleben niederer Instinkte zum Vorteil Einzelner sollte geächtet werden. Es sollte nur noch ein "Großes Ganzes" geben.

Im Unterschied zu heute hatten die Hippies damals aber weder Sonnenenergie noch Windkraft. Sie hatten zwar gesunde Ernährung um sich herum, aber der Wandel zur Giftindustrie vollzog sich schneller als kluge Gedanken mithalten konnten. Wir heute haben ganz vieles um uns herum, was wir zum gesunden Leben nutzen können. Damals gab es viele Ideen, aber noch keine Umsetzung.

Unter Konsum diverser Drogen war für die Hippies ein kurzfristiges Abgleiten in eine andere Welt möglich. Die längerwährenden Prozesse konnten nur in der Realität ablaufen. Wir hatten es damals in uns, das weiss ich heute, aber die Zeit war schneller als wir.

Ich war damals als Gymnasiast extrem angetan von dieser Denkweise. Positives Denken zum Nutzen aller und kreative Fortentwicklung der Welt zum Glück aller Menschen fiel bei mir auf fruchtbaren Boden. Ich war ein junger Mensch voller Tatendrang, der sein Leben noch vor sich hatte.

Heute weiss ich, was damals in mir abgelaufen ist. Der Übergang von Wachstum auf der einen Seite und Nachhaltigkeit auf der anderen Seite lief von Anfang an parallel in mir ab.

Was bedeutet Wachstum, und was ist Nachhaltigkeit ?

WACHSTUM

NACHHALTIGKEIT

Ich will es an einem Beispiel erläutern. Wenn ich auf einer einsamen Insel strandete, auf der es nicht immer warm ist, muß ich Bäume fällen, um mit dem Holz zu heizen. Irgendwann wird der Punkt kommen, daß alle Bäume abgeholzt sind. Dann werde ich erfrieren. Also beginne ich frühzeitig, neue Bäume zu pflanzen, damit genügend nachwachsen. Das nennt man WACHSTUM. Ich schaffe es, Naturressourcen zu ersetzen, um nicht eines Tages zu erfrieren. Wenn ich genau so viele Bäume neu anpflanze wie ich verbrauche, habe ich immer genügend Heizmittel und brauche mir keine Sorgen zu machen. Das nennt man NACHHALTIGKEIT. Pflanze ich jedoch sehr viel mehr Bäume an als ich benötige, wird irgendwann die Insel nur noch aus Bäumen bestehen. Die Artenvielfalt wird kräftig zurückgehen. Ich werde zwar immer Wärme haben, aber ansonsten werde ich leider verhungern, weil alle Felder mit Bäumen bewachsen sind. Kein Platz mehr für das Anpflanzen von Nahrungsmitteln.

Solche Gedanken gingen mir damals schon durch den Kopf. Es gab in den meist amerikanischen Filmen ja auch immer den reichen Bergminenbesitzer oder den reichen Rancher, der den Farmern eingeredet hat, daß sie Bäume pflanzen müssen, auch wenn man sie nicht braucht. Er machte ein super Geschäft mit den überschüssigen Bäumen. Die Farmer wurden damit geködert, daß sie einen kleinen Anteil des Ertrages bekamen. Der gegenseitige Neid und das Machtstreben unter den Farmern führte dazu, daß jeder von dem kleinen Anteil den größten Brocken wollte. Die kapierten gar nicht, daß sie völlig falsch gepolt waren. Erstens hätten sie keine weiteren Bäume anpflanzen müssen. Es ging ihnen gut. Ihre nachhaltige Landwirtschaft hatte dazu geführt, daß sie immer genügend Brennmaterial hatten.

Zweitens, hätten sie, wenn schon, dann ihr überschüssiges Brennholz selbst gegen großen Profit verkaufen sollen. Aber der Neid verhinderte ein vernünftiges Miteinander. Im Gegenteil. Sie pflanzten immer mehr Wald an und verwüsteten ihre Ackerflächen.

Ich verstand diese Mechanismen ganz schnell. Inmitten des Wirtschaftswunders in Deutschland nach dem Weltkrieg war mir nicht verborgen geblieben, daß es Profitstreben über das Nachhaltigkeitsstreben hinaus gab. Das erregte in mir von Anfang an einen großen Widerstand. Ich spürte das, aber ich konnte sehr lange Zeit nicht einordnen, was da in mir ablief.

Die Musik der damaligen Zeit war ebenfalls in einer Aufbruchstimmung. Die Ära des Swing war vorbei, und der Rock n Roll hatte zwar viel musikalische Befreiung gebracht. Aber was fehlte, waren die Inhalte. Die kamen mit der Hippiebewegung. Die Liedermacher beschrieben genau die Aufbruchstimmung, in der sich die damalige Jugend befand. Musik und Freiheitsdrang waren eins. Protest gegen machterzeugendes Gewinnstreben war das andere.

Heute im Alter von 63 Jahren bin ich ein erfolgreicher Kinderarzt, Herzspezialist für Kinder, habe eine wunderbare Frau, einen Sohn von 31 Jahren und eine 30 Jahre alte Tochter. Alle sind gesund. Ich lebe im eigenen Haus mit wunderbarem Garten, arbeite noch, aber habe auch viel Freizeit. Ich bin wohlhabend, kann mir sehr vieles leisten.

Dennoch bin ich umgeben von einer sehr kranken Welt. Luft- und Meeresverschmutzung und ein kranker Alltag prägen mein Leben, und ich frage mich, wie es kommen konnte, daß ich trotz der tollen Ideen aus meiner Jugend jetzt in einer kranken Welt lebe und vor allem Teil dieser Entwicklung war.

Die Gefühle des Wachstums und der Nachhaltigkeit, wie ich sie oben beschrieben habe, sind mein Leben lang in mir gewesen. Das war mir nur nicht klar. Wahrgenommen habe ich im wesentlichen das Wachstumsgefühl. Abitur machen, studieren, arbeiten, Familie gründen, Kinder bekommen, eigenes Haus bauen, Praxis eröffnen waren alles unglaublich angenehme leicht zu ertragende Gefühle.

Totale Kriegsdienstverweigerung mit der Konsequenz Gefängnis, Mitgliedschaft bei den Jusos und später bei den Grünen, Aktivität in der Anti-Atomkraftbewegung und Widerstand gegen Castor-Transporte waren anstrengend und aufwändig. Solche Tätigkeiten waren auch umso anstrengender, je mehr man sich im etablierten System befand.

Aber mein Körper hat mir schon immer signalisiert, wann der Übergang vom Wachstum zur Nachhaltigkeit erreicht war.

Ich hatte während meiner ersten Tätigkeit als Assistent in Hanau viele Nachtdienste, weil wir nur 5 Assistenzärzte waren. In stiller Absprache mit unserem Chef führten wir drei freie Stunden vor Beginn des Nachdienstes von 13 Uhr bis 16 Uhr ein. Da manche Dienste recht anstrengend waren, führten wir zusätzlich ein, daß man am Tag nach dem Dienst um 13 Uhr gehen konnte. Das war auch sinnvoll, um sich zu erholen. Da der ganze Job mit ständigen Nacht- und Wochenenddiensten anstrengend war, führten wir für jeden einen zusätzlichen freien Nachmittag ein. Diese drei freien Nachmittage pro Woche führten dazu, daß wir Assistenten in der Regel gut ausgeruht waren und die Patienten immer kompetent versorgt waren. Es war quasi ein Gleichgewicht entstanden, das allen diente, glücklich ihren Job zu

machen und trotzdem ein Optimum an Patientenversorgung garantierte. Das verstehe ich unter Nachhaltigkeit. Ich denke an die Assistenzarztzeit in Hanau auch sehr gerne zurück. Ich empfand damals großes Glück.

Später in der UNI in Gießen lief das anders. Früher gehen war nicht. Eher später. Alle beäugten sich gegenseitig. Das Konkurrenzdenken war in vollem Gange. Die Patienten waren keinen Deut besser versorgt als in Hanau. Der Umgang miteinander war ein anderer. Ich fühlte mich von anfang an unwohl und war froh, als ich das hinter mir hatte. Mein Inneres hatte mal wieder rebelliert. So wie damals als Schüler.

Als ich schon in der Praxis arbeitete, achtete ich immer darauf, viel Urlaub zu machen. Ich hätte in dieser Zeit sehr viel mehr Geld verdienen können, aber es war mir wichtig, auch Zeit ausserhalb der Praxis zu verbringen. Dazu kam mein Drang, viel Sport zu machen und später auch die Musik. Es war immer der Drang nach dem Ausgleich in mir. Ich strebte immer nach meinen persönlichen Glücksmomenten. Das ging am besten, wenn man sie auf vielen Ebenen auslebte.

Beim Sport achtete ich zum Beispiel auch darauf, keinen Kontaktsport zu betreiben. Ich wäre aufgrund meiner Schnelligkeit sicher ein sehr guter Fußballer geworden. Aber ich spielte Volleyball. Da gab es keinen direkten Kampf Mann gegen Mann. Später im Tennis und beim Surfen war das genauso.

Ich habe begonnen, zu verstehen, warum ich mein Leben so gelebt habe und nicht anders. Ich habe immer das Gleichgewicht von Wachstum und Nachhaltigkeit in mir gespürt, weil die Nachhaltigkeit mir den Teil des Glücks im Lebens beschert hat, den ich mit Wachstum nicht erreichen konnte. Leider ist das Pendel - wie beim Auto - manchmal nach der falschen Seite ausgeschlagen. Deshalb frage mich, was ich als Einzelner heute noch tun kann, um dieser Entwicklung entgegenzuwirken. Die Beantwortung dieser Fragen soll Inhalt dieses Buches sein.

Ich hinterfrage ausdrücklich nicht mein Leben, um die Welt für spätere Generationen zu retten. Bei konsequenter Anwendung meiner Gedanken geschieht das von selbst. Der UNTERSCHIED ist nur, daß VERNUNFT der einzig reale Weg ist. Mit Verordnungen und Gewalt wird man nur Interessen verschieben. Die Mechanismen der Weltzerstörung werden gleich bleiben. Ich habe eine Reihe von sehr guten Abhandlungen gelesen, die alles erklären, aber keine echten Lösungswege ausser Interessenverschiebung aufzeigen. Wichtig ist, daß der Mensch die nächste Stufe des Menschseins erklimmt. Er muß erkennen, daß Einzelinteressen unweigerlich zum Untergang der Menschheit führen werden. Wohlgemerkt: Nicht der Planet wird untergehen, sondern die Menschheit. Der Planet wird sich sehr schnell erholen. Die nächste Generation Lebewesen, die dann entsteht, wird herausfinden, daß es um das Jahr 2000 bis 2100 Menschen gegeben hat, die sehr viel aus Plastik hergestellt haben. Vieles spricht dafür, daß sie informationstechnisch auch schon sehr komplex gewesen sein müssen. Am Untergang unserer Kultur hat das nichts geändert. Das wars dann schon.

Ich werde immer wieder verständnislos angeschaut, wenn ich die Schulfächer "Ethik" und "Moral" als Ergänzung unserer wissensorientierten Schulhalte fordere. Später müßte noch "Philosophie und Aufklärung" dazukommen. Egal in welcher Schulform. Wir sind im Moment dabei, auszuprobieren, wie man Informationen am schnellsten und besten organisiert und verschiebt. Es wird Zeit, mit diesen Informationen inhaltlich umzugehen. Die Intention der Aufklärer des 17. Jahrhunderts, Informationen sachkundig zu hinterfragen, ist aktueller

denn je. Die Ethik und Moral muß Schülern die Mechanismen von Verhalten aufzeigen, das auf dem Ausleben niederer Instinkte basiert. Es muß aber vor allem auch der Weg zum persönlichen Glück aufgezeigt werden. Wann Columbus von A nach B gesegelt ist und welches Schiff er benutzt hat, haben 11 jährige heutzutage im Blitztempo herausgefunden. Es geht um die Vermittlung der Inhalte, warum einer losfährt, obwohl es ihm in Portugal gut geht, um Länder zu entdecken und nebenbei Ureinwohner umzubringen. Aus südamerikanischer Sicht würde ich nicht verherrlichend ins Geschichtsbuch schreiben: Da kam einer und hat Amerika entdeckt. Ich würde schreiben: Da kam aus Europa ein Eroberer, unterjochte unseren Kontinent, schleppte Krankheiten ein und ermöglichte, daß massenweise Ureinwohner umgebracht wurden. Ich kann mich nicht daran erinnern, daß irgendein Inca, Maya oder Azteke nach Europa gesegelt ist und den Kontinent entdeckt hat. Man beachte, daß die alten südamerikanischen Kulturen als sehr hochstehend geschätzt werden. Würde heute ein Maya in meinem Vorgarten stehen und sagen, daß er Europa entdeckt habe und jetzt seine Kultur hier einführen möchte, würde ich mich wehren.

Ich möchte die Gedanken in meinem Buch mit einer persönlichen Bestandsaufnahme verbinden. Ich möchte alle Facetten meines Lebens beleuchten und mich fragen: Wie kann ich nachhaltiger und glücklicher leben, obwohl es mir jetzt schon richtig gut geht. Jahrzehntelang haben wir Hippies und Blumenkinder von damals auf Lösungen von außen gewartet. Jetzt ist mir klar geworden, die Lösung muß von innen kommen. Die Lösung bin ich selbst.

Obwohl ich als Bommi ein geschlossenes System bin, werde ich doch einzelne Teilaspekte meiner Umgebung getrennt beleuchten, um alles zum Schluß wieder zum ganzen Menschen Bommi zusammensetzen.