



### Als Familie – bei mir – bei uns

Wenn wir heute als Familie versuchen, einen guten Weg in Leben und Gesellschaft zu finden, sind wir vor viele Entscheidungen gestellt. Glücklich können wir uns schätzen, wenn wir es schaffen, durch Information, gemeinsames Nachdenken und Diskussion dem richtigen oder zumindest bestmöglichen Weg auf die Spur zu kommen. Oder unser Handeln zumindest kritisch zu hinterfragen. Solange die Kinder noch klein sind, kann man vieles vorgeben – was bestimmt auch nicht immer gut ist. Dann mit dem Älterwerden kommen auch – durchaus kritische – Fragen. Warum machen wir das so und nicht anders?

So werden dann viele zur Gewohnheit gewordenen Verhaltensweisen hinterfragt und müssen gemeinsam neu bewertet und manchmal auch geändert werden.

Eines steht für mich fest: Je besser es uns geht, d. h. je mehr Geld zur Verfügung steht, desto mehr Möglichkeiten habe ich, mich freiwillig zu entscheiden. Umso mehr sehe ich aber auch bei mir die Pflicht, dass ich mein Leben in der Welt bewusst gestalte – es muss ja nicht immer mit Einschränkungen verbunden sein –, insbesondere mit dem Wissen um unseren Lebensstil hinsichtlich des überproportionalen Ressourcenverbrauchs.

Ein knappes Budget vereinfacht viele Entscheidungen. Andererseits hat man dann nicht so die Möglichkeit, gute, „teurere“ Entscheidungen zu treffen.

Wir allein werden die Welt nicht retten können. Aber dennoch sind wir verpflichtet, uns über das Thema Nachhaltigkeit und Bewahrung der Schöpfung Gedanken zu machen. Und das greift in alle Bereiche des Lebens:

Als Eltern und Familie mussten wir all die folgenden Punkte nach und nach neu bedenken und vor allem entscheiden. Denn: „Nicht entscheiden“ ist

immer ein „sich treiben lassen“ und „mit dem Strom schwimmen“. Und dieser Strom ist in den meisten Bereichen nicht so erfreulich.

### Beim Metzger

Wir Leben „auf dem Dorf“. Da ist die Welt noch in Ordnung – sollte man meinen. Wir gehen seit Neuestem wieder bewusst zum Metzger im Ort. Lange Zeit hatten wir dies aus Kostengründen nicht getan. Als wir im Fernsehen Berichte über Massentierhaltung und die Lebensumstände der Tiere sahen, kam es zur Frage: Warum kaufen wir bei ALDI Wurst ein? Ja, warum eigentlich? Bequemlichkeit und der Preis sind sicherlich die Hauptargumente. Doch wenn wir weniger und gezielt einkaufen, für jeden genau die Menge, die er im Laufe der Woche essen will, ist der Preis nicht höher. Und wenn die Wurst aufgegessen ist, ist es halt so. Es gibt noch was anderes. Keiner muss hungern. Ich weiß, dass unser Metzger selbst schlachtet und woher die Tiere kommen, die er zu Wurst verarbeitet. Ja, für viele auch erstaunlich: Wurst war ursprünglich mal lebendiges Tier. Den Kindern muss ich erzählen, wie das früher war und wie es ist, ein Tier zu füttern, um es hinterher verspeisen zu können. Der Wert des Tieres wird mit diesem Hintergrund auf jeden Fall größer.

Doch selbst beim Metzger hatten unsere Kinder eine berechtigte Frage: Warum wird eigentlich jede Wurstsorte in dünne Plastikfolie verpackt? „Aus hygienischen Gründen“, war die Antwort. Nach einigen Gesprächen machen wir es jetzt so, dass wir die mitgebrachten Dosen auf die Theke stellen und sie dort direkt mit der Wurst und Fleisch befüllt werden. Sie dürfen nämlich vom Personal nicht berührt werden (aus hygienischen Gründen). Aber so geht es.

### Urlaub

Der Urlaub, die schönste Zeit des Jahres! Es ist schön und bequem, in den Urlaub zu fliegen. In aller Herren Länder. Aber muss ich das? „Ich kann es mir

doch leisten, warum also nicht?“ Vielleicht haben wir an dieser Stelle das Glück, dass wir es uns mit vier Kindern *nicht* leisten können. Dennoch haben wir schon grundsätzlich darüber diskutiert. Die Kinder wollen auch „mal fliegen“. Unser Spruch dazu: „Ihr werdet noch oft genug in eurem Leben fliegen.“ Aber inhaltlich: Es geht um Entfernungen zum Urlaubsort. Deshalb versuchen wir nach Möglichkeit in Deutschland zu bleiben. Auch das Argument „Wetter“ hat sich die letzten Jahre ja eher zu unseren Gunsten entwickelt. In Spanien, Italien und Südfrankreich ist es inzwischen im Sommer schlicht zu heiß, um da Urlaub zu machen. Aber das ist das eine. Denn wir fahren auch nur einmal im Jahr weiter weg. Zuhause ist es auch schön. Leider ist uns selbst die nächste Umgebung teilweise unbekannt. So versuchen wir, erstmal die nähere Umgebung kennen zu lernen.

Klar ist es schön, dreimal im Jahr zum Skiurlaub in die Berge zu fahren. Nur sind die Berge von uns aus 500 km weg. Und muss es mehrmals sein? Abgesehen davon, was die Skipisten (die Menschen, die Skipisten anlegen und nutzen) der Natur antun. Auch das in diesem Zusammenhang immer wieder genannte Argument „Tourismusarbeitsplätze“ in diesen Regionen lasse ich so nicht gelten. Sonst hätten wir immer noch keine Bagger, sondern viele Leute mit Schaufeln – wegen der Arbeitsplätze. Stichwort „sanfter Tourismus“ wäre eher ein Ansatz.

### **Mobilität**

Eng damit zusammen hängt auch die PKW-Nutzung. Oder nennen wir es besser: den Umgang mit Mobilität. Ich hier „auf dem Land“ bin groß geworden mit dem PKW, denn es gibt kein vernünftiges ÖPNV-Netz. Und da dieses nur dort ausgebaut wird, wo Bedarf ist, wird dieser Bedarf auch nie entstehen. Deshalb wäre hier die Politik am Zuge. Aber: Ich selbst muss wieder anfangen darüber nachzudenken, wann ich das Auto nutze. Dann wird sich schon vieles ändern. Ich glaube nicht, dass die Leute, die

150 m zum Bäcker fahren, dies bewusst tun. Sie tun es, weil das Auto vor der Tür steht und weil man sich da hineinsetzt, wenn man irgendwo hin will. Ich will niemandem unterstellen, dass er oder sie tatsächlich darüber nachgedacht hat, denn dann wäre er oder sie zu Fuß oder mit dem Fahrrad da. Und das ist entscheidend. Nachdenken über Handlungsweisen. Zudem stellt sich in diesem Zusammenhang die Frage, ob man immer das neuste Fahrzeugmodell fahren muss. Die Herstellung eines neuen PKW verbraucht mehr Energie als der vermeintliche ökologische Nutzen durch weniger Verbrauch. Daher kann man auch sein Auto so lange fahren, wie es eben geht und eine Reparatur schließlich nicht mehr sinnvoll ist.

### **Medien**

Noch eins der großen Themen: Mediennutzung. Ich spreche hier nicht von der Tageszeitung. Schön wär's. Ich selbst bin doch jeden Tag wieder in der Versuchung, das Handy oder Tablet zu 95 % für Unnützes zu nehmen. Warum ist das nur so? Und warum bekomme ich es nicht hin, meinen eigenen Konsum einzuschränken? Mit den Kindern wird das Ganze ja noch viel schlimmer: Zum einen sehen sie mein Verhalten als Vorbild. Zum andern haben sie eigene Interessen und Dinge, die sie online machen *müssen*. Auch der Fernsehkonsum ist immer wieder ein Streitpunkt gewesen. Schon früh haben wir (Eltern) beschlossen: Da wir uns nicht zum Sklaven des Sandmännchens beim abendlichen Ablauf machen wollen, gibt es unter der Woche kein Fernsehen am Abend. Den Kindern fehlt nichts. Freitag- und Samstagabend sind dafür etwas Besonderes.

Bei der Handynutzung haben wir die Regelung, dass es frühestens ab der 5. Klasse ein Handy gibt. Die per Fritzbox eingestellte tägliche Onlinezeit variiert je nach Alter zwischen 0,5 h und freiem WLAN. Sonst hängen „die lieben Kleinen“ nur noch dran. Mit besonderen Leistungen im Haushalt (z. B. Laub zusammenkehren) können sie sich Tickets von 0,75 h

Zugangszeit dazuverdienen. Als Regel gilt: Das Handy muss bei dem 11-jährigen abends um 21.00 Uhr abgegeben werden. Generell muss ich mich auch selbst fragen, wie viel ich im Internet unterwegs bin. Denn dieses braucht ja bekanntermaßen sehr viel Energie (Server). Klar kann ich wie bei allem sagen: Auf mich kommt's doch nun auch nicht mehr an. Aber ich denke doch. Auf mich, auf jeden kommt es an. Und wenn ich mir Gedanken mache und das weitererzähle, machen es andere vielleicht auch. Und dann sind es auf einmal ganz viele, und es bewegt sich etwas, weil sich Gewohnheiten ändern.

### **Kleidung**

Wie wichtig ist es mir, stets modisch gekleidet zu sein? Wie modern muss meine Wohnung eingerichtet sein? Welche Kriterien habe ich beim Kauf? Ist es mir wichtig zu fragen, wo und wie und von wem etwas produziert wurde? Warum müssen meine Kinder Kleider einer bestimmten Marke tragen? Wie werden die produziert? Bekommen die eigentlichen Hersteller etwas davon? Warum lasse ich mich von anderen unter Druck setzen? Was mache ich mit alten Kleidern? Viele Fragen, die nicht einfach zu beantworten sind. Bei mir persönlich kann ich eine Position entwickeln und auch durchhalten. Doch in der Familie? Wie kann ich meine Kinder so selbstbewusst machen, dass sie sich solchen Fragen und sozialem Druck stellen können und auch mal andere Positionen aushalten? Dies geht nur durch viele Gespräche, in denen solche Dinge besprochen, recherchiert und gemeinsam betrachtet werden. Und natürlich durch Vorleben. Ich persönlich (Oliver) habe das Glück, dass ich Arbeitskleidung trage. Daher halten meine privaten Sachen unwahrscheinlich lange. Doch dieses Glück haben nicht alle ...

### **Wohnen**

Bei der Einrichtung kann man es so sehen wie Angelika: „Beim Einzug in mein Haus vor 33 Jahren habe ich die Wohnzimmermöbel noch aus unserer kleinen Altbauwohnung mitgebracht. Bis auf die Sitzmöbel

ist die Wohnzimmereinrichtung so geblieben bis heute. Und ich beabsichtige, auch zukünftig mit diesen Möbeln zu leben. Auch das Schlafzimmer steht seit 33 Jahren. Leider haben 33 Jahre intensive Küchenbenutzung – die Küche ist sozusagen der am meisten genutzte Raum im Haus – Gebrauchsspuren hinterlassen. Ich lasse deshalb eine neue Spüle mit Armatur und eine Abdeckplatte einbauen. Der Küchenberater versuchte mich davon zu überzeugen, dass nach so vielen Jahren eine neue, modernere Küche ein Gewinn wäre – und zudem würde ich einen Sonderrabatt erhalten. Da lachte ich einfach und meinte, dass der Stil meiner Küche gewiss wieder modern werden würde und meine ‚Retro-Küche‘ mir immer noch gefalle. Nein, ich brauche nichts Neues, nur weil es dem Trend entspricht.“

Ruth: „Zu den Möbeln kann ich nur Ähnliches beitragen wie Angelika: Bis auf wenige Neuanschaffungen habe ich größtenteils mit ererbten, überlassenen, geschenkten Möbeln gelebt. Z. B. habe ich immer noch das Sofa, das uns mein Vater vor gut 30 Jahren geschenkt hat, obwohl es einiges an Gebrauchsspuren hat.“ Hier wurde die Entscheidung getroffen, dass der Zweck des Wohnens durchaus auch mit alten, benutzten Möbeln erreicht wird. Manchmal sind sie durch Erinnerungen sogar mehr wert als neue Sachen: Jede Delle in unserer Treppe erinnert mich daran, dass wir hier in unserem Haus wohnen dürfen und dass unsere Kinder auch mal Dinge aus dem ersten Stock geworfen haben. Eigentlich keine schlechten Erinnerungen, oder?

### **Beruf und Arbeitsplatz**

Die Kinder fragen sich und uns: Was soll ich mal werden? Da gibt es durchaus ein paar Kriterien: Was interessiert dich? Welche Berufe gibt es in diesem Feld? Willst du das beruflich oder in der Freizeit machen, oder beides (d. h. selbstständig)? Wo gibt es diese Berufe? Wie sieht der weitere Werdegang aus? Was macht mein Papa/meine Mama eigentlich? Das wichtigste: Kann ich vom Einkommen leben?

Also viele Dinge, die geklärt werden müssen. Ich finde auch den Aspekt: „Wo gibt es Arbeitsstellen und will ich dorthin?“ wichtig. Denn je nach Beruf kommen da erhebliche Fahrzeiten zustande. Willst du wirklich zwei Stunden deiner Lebenszeit am Tag auf der Autobahn oder im Zug verbringen? Gibt es nicht Alternativen? In Gesprächen erlebe ich immer wieder, dass wir Berufstätigen es uns einfach selbst vormachen; „Es ist halt so.“ „Das bringt (heute) mein Beruf mit sich.“ Da ist dann keine Rede von: „Das wollte ich immer so.“ „Das ist der Traum meines Lebens.“ Aber natürlich gibt es auch Zwänge.

Andererseits werden verzweifelt Fachkräfte gesucht. Also eigentlich eine starke Position der Arbeitnehmer. Aber wir sind bequem und der Job ist sicher. Wirklich? Dann: Warum kann ich nicht mal fragen, ob ich manche Arbeiten auch von zu Hause aus machen kann? Gibt es eine Zweigstelle in der Nähe? Kann ich eine Fahrgemeinschaft bilden? Oder den ÖPNV nutzen? Gibt es nicht auch ähnliche interessante Arbeitgeber in der Nähe, bei denen sich eine Probewerbung mal lohnen würde?

Wenn die Kinder sich schon früh (ab ca. 15) mit diesen Fragen beschäftigen, werden Dinge, über die sie sich später vielleicht ärgern oder die sie dann verdrängen, schon frühzeitig in den Blick genommen.

### Freizeit

Zum Schluss: Was mache ich in meiner Freizeit? Mein Plädoyer für Ehrenamt und Vereinsarbeit: Es gibt so viele Möglichkeiten, seine Freizeit sinnvoll zu nutzen. Auch hier sind wir Eltern wieder Vorbild für die Kinder. Wenn ich bei der Feuerwehr bin und das mit Leidenschaft, dann werden meine Kinder dies auch sein. Wenn ich mich in der Gemeinde politisch engagiere, erleben es die Kinder positiv und werden sich irgendwann vielleicht auch mal für ein Amt zur Verfügung stellen. Und auch in Glaubenssachen sind wir entscheidendes Vorbild. Wichtig sind hierbei nicht nur der Verein oder die Tätigkeit selbst, sondern der Wert, der dahintersteht (auch bei „Kirchens“). Im

Prinzip: Lebe nicht für dich allein. Kümmere dich um andere, die das vielleicht nicht können. Übernimm Verantwortung auch für sie und sei auch deren Handelnder. In diesem Sinne ist es erstmal fast egal, wo ich etwas tue. Auch im Männergesangsverein oder Tennisclub kann ich sinnvolle und wichtige Aufgaben übernehmen. Vor allem kann ich den Umgang miteinander pflegen und ins Gespräch kommen, um auch hier die Welt etwas besser zu machen.

### Weitere Lebensbereiche

- Gartengestaltung: „Blumenwiese gegen Steingarten“
- Wahl des Energieversorgers (Gas-/Stromanbieter): „Billig gegen ökologisch“
- beim Hausbau/Renovieren: Wahl der Bauart/Energiebetrachtung/Bezug von Materialien
- Einkaufsverhalten: „Amazon gegen Einzelhandel“

Bei den meisten Sachen spielen die Zeit, sich damit zu beschäftigen (Information), die Kosten (sowohl finanziell als auch Lebenszeit) und eine persönliche (gemeinsame) Priorisierung wesentliche Rollen.

Und – es nutzt alles nichts – dies muss jeder irgendwie selbst machen. Alleine – mit dem Partner – in der Familie. Oder auch in der GCL-Gruppe. Und schließlich entscheiden.

Keiner hat gesagt, dass bewusstes Leben ein einfaches Leben ist.

Insgesamt scheint uns: Weniger ist mehr.

Eigene freiwillige Einschränkung gibt mehr Freiheit und weitet den Horizont.

Dorothea und Oliver Neuroth  
mit der Gruppe Hofheim