

# Die Problematik des

WAS VERSTEHEN WIR UNTER BEWUSSTEM LEBEN? WAS IST DAS ÜBERHAUPT? KANN DER MENSCH SO EIN LEBEN FÜHREN? AUF WELCHE HINDERNISSE STÖSST DER MENSCH?

Es gibt viele Organisationen, die sich für unsere Erde einsetzen. So zum Beispiel findet jedes Jahr am 5. Juni der Tag der Umwelt statt. Der Bevölkerung möchte man deutlich machen, welchen Gefahren unsere Erde ausgesetzt ist. Damit will man erreichen, dass die Gesellschaft bewusster lebt. Aber wie kann man das erreichen? Eigentlich ist es eine schwierige Aufgabe. Es ist keine Tätigkeit in dem Sinne, sondern vielmehr eine Umstellung im Kopf. Der Mensch muss sein Denken ändern und sein Leben umkrepeln. Alles spielt sich im Kopf ab!

Es gibt zahlreiche Schwierigkeiten, durch die sich der Mensch hindurch kämpfen muss. Denken wir nur einmal an Deutschland und die Mülltrennung im Haushalt – ein Kind möchte die Verpackung seines Müsliriegels in den Müll schmeißen, vor ihm stehen aber ein Haufen von Mülliemern – wohin mit der Verpackung? In den Restmüll, Sondermüll, Papier, Kompost oder Plastikmüll? Wissen wir immer, wohin mit dem Müll? Im Gegensatz zu Deutschland hat Ungarn eine einfachere Rolle, glauben wir. Hier muss sich die Gesell-

schaft keine Gedanken machen, wohin mit dem Zeug. Wer den Müll teilweise (!) trennen möchte, kann ihn sammeln und später zu einem Container bringen. Was ist aber mit denen, die auf dem Land leben, und mit denen, die auch im Haushalt ihren Müll trennen wollen? Keine der beiden Lösungen der zwei Länder bringt uns für die Zukunft weiter. In Deutschland müsste man der Bevölkerung diese Aufgabe vereinfachen, man sollte nicht jedes Mal zweifeln müssen. In Ungarn sollte man den Menschen die Möglichkeit geben, auch im Haushalt den Müll trennen zu können.

Zum bewussten Leben bzw. für ein umweltfreundliches Leben reicht eine Mülltrennung nicht aus! Wie sieht es mit der Ernährung unserer Gesellschaft aus? Hat jeder die Möglichkeit, Produkte aus biologischer Landwirtschaft zu kaufen? Laut Statistiken leider nicht. Die Unterschiede zwischen Deutschland und Ungarn sind enorm. In den deutschen Läden ist die Auswahl an Produkten größer, dort finden wir alle Arten von Produkten aus biologischer Landwirtschaft. In Ungarn müssen wir

durch zahlreiche Geschäfte laufen, bis wir das gewünschte BIO-Produkt finden. Meine Untersuchung der Preise stellte fest, dass es dort keine großen Differenzen gibt. Dies könnte daran liegen, dass Ungarn die strengsten Auflagensysteme der Bioproduktion in Europa hat. Das führt schon dazu, dass Hersteller aus Europa ihre BIO-Produkte mit ungarischer Ware aufwerten. Was macht eine ökologische oder biologische Landwirtschaft aus? Kurz gesagt: Das sind naturschonende Produktionsmethoden. Das Konzept ist, einen eigenständigen Kreislauf auf dem Bauernhof aufzubauen. Die Tiere des Bauernhofes erstellen natürlichen Dünger. Der Dünger beinhaltet wichtige Nährstoffe für den Boden. Diese Nährstoffe im Boden dienen dazu, dass der Boden eine gute Ernte abwirft. Damit ist das Futter der Tiere gesichert. Dieser Kreislauf ist für die Bauernhöfe wichtig. Unter strengen Auflagen wird regelmäßig kontrolliert, wie die Bauern die Tiere halten, was die Tiere zu essen bekommen, welche Samen in den Boden eingeplant wurden usw. Dies sichert eine kontinuierlich hohe

# bewussten Lebens

Qualität der Bio-Produkte.

Naturkosmetika haben ähnliche Vorschriften. Leider stellte ich aber ähnlich wie bei den Lebensmitteln fest, dass hier das Angebot in Ungarn geringer ist. Die Preise der Naturkosmetik sind zudem höher als in Deutschland. Trotzdem finde ich Naturkosmetik wichtig, weil diese Produkte schließlich auf die Haut gelangen.

Bei mir ist das deswegen von großer Bedeutung, weil ich eine empfindliche Haut habe. Nach dem Wechsel der Produkte konnte ich nach ca. zwei Monaten einen Unterschied erkennen. Das lange Warten hat sich gelohnt!

Was man im Abfluss herunterspült, verschwindet übrigens auch nicht nur so, alle Gifte gelangen irgendwohin, meist leider in unser Trinkwasser ... lecker und gesund ... Deswegen benutze ich Putzmittel, die sanft zur Natur sind.

Diese Produkte sind deswegen naturschonend, weil sie frei von Konservierungsstoffen sind, weil die Verpackung aus Recycling-Material besteht, das Produkt biologisch abbaubar ist, natürliche Duftstoffe beinhaltet und die Inhaltsstoffe auf Basis nachwachsender

Rohstoffe bestehen. Das Schöne daran ist, dass diese Produkte nicht teurer sind als die üblichen Markenprodukte. Ich entschied mich vor einem guten Jahr dazu, ein bewussteres Leben zu führen, weil wir nur einen gesunden Körper haben, den man nicht nur so im Supermarkt kaufen kann. Deswegen finde ich es so wichtig, nicht bei den Lebensmitteln zu sparen. Leider können sich viele dies nicht leisten, aber man kann etwas ändern, auch mit wenig Geld! Man muss nicht immer gleich BIO-Produkte kaufen, man kann bessere Qualität kaufen. Ein Besuch auf dem Markt statt im Supermarkt ist schon ein riesiger Schritt! Auf dem Markt sind die Produkte frischer und dazu auch noch günstiger. Hier können wir auch bei Omas und Opas kaufen, die ihre Sachen aus dem eigenen Garten mitbringen. In einer Halle können wir auch frische Kuhmilch kaufen, Käse und andere Milchprodukte.

Außerdem bin ich der Meinung, dass eine falsche Ernährung nicht nur auf unseren gesundheitlichen, sondern auch auf unseren psychischen Zustand Einfluss hat. Wie soll ich ein Stück

Fleisch genießen, wenn dieses Tier sein ganzes Leben lang gequält wurde? Wie soll sich mein Körper wohl fühlen, wenn ich ihn mit Giften vollstopfe? Medikamente können wir kaufen, helfen sie uns aber wirklich? Man sollte es mal mit den natürlichen Quellen unserer Erde versuchen, die vollbringen wahre Wunder! Es gibt zahlreiche Heilpflanzen, die bei kleineren Erkrankungen weiterhelfen. Man muss sich nur ein bißchen Zeit nehmen und googeln!

/Elisabetha Dötlaff/