

Dr. ECKART von HIRSCHHAUSEN

# MENSCH, ERDE!

Wir könnten es so schön haben

Persönlich,  
pointiert,  
gesund!

**SPIEGEL  
Bestseller**

Jetzt als Taschenbuch

dtv

Dr. ECKART von HIRSCHHAUSEN

# MENSCH, ERDE!

Wir könnten es so schön haben

Persönlich,  
pointiert,  
gesund!

**SPIEGEL  
Bestseller**

Jetzt als Taschenbuch

dtv

Ein Buch für alle, denen Gesundheit wichtig ist. Die Gesundheit von Mensch, Tier und Erde. Spätestens seit der Flutkatastrophe im Ahrtal ist klar: Wir müssen nicht das Klima retten – sondern uns. Für unsere Gesundheit brauchen wir Menschen als Allererstes etwas zu essen, zu trinken, zu atmen – und erträgliche Außentemperaturen.

Eckart von Hirschhausen leistet mit diesem Buch Pionierarbeit. Er zeigt, wie eng die sogenannte »planetare Gesundheit« mit unserem Körper und unserer Seele zusammenhängt. Er trifft Forschende, Vordenker:innen und Vorbilder und macht sich auf die Suche nach guten Ideen für eine bessere Welt. Und die gibt es! Dieses Buch ist eine Fundgrube an überraschenden Fakten, Reportagen, Essays und Querverbindungen. Und lustig ist es auch. Denn: Wir könnten es so viel schöner haben auf der Erde. Und gesünder.

**»Klimawandel und Artensterben machen uns Menschen krank. Zum Glück gibt es eine Therapie.«**  
Stern

**»Wir brauchen solche populären Leute für den Kampf gegen die Klimaapokalypse.«** Die Zeit

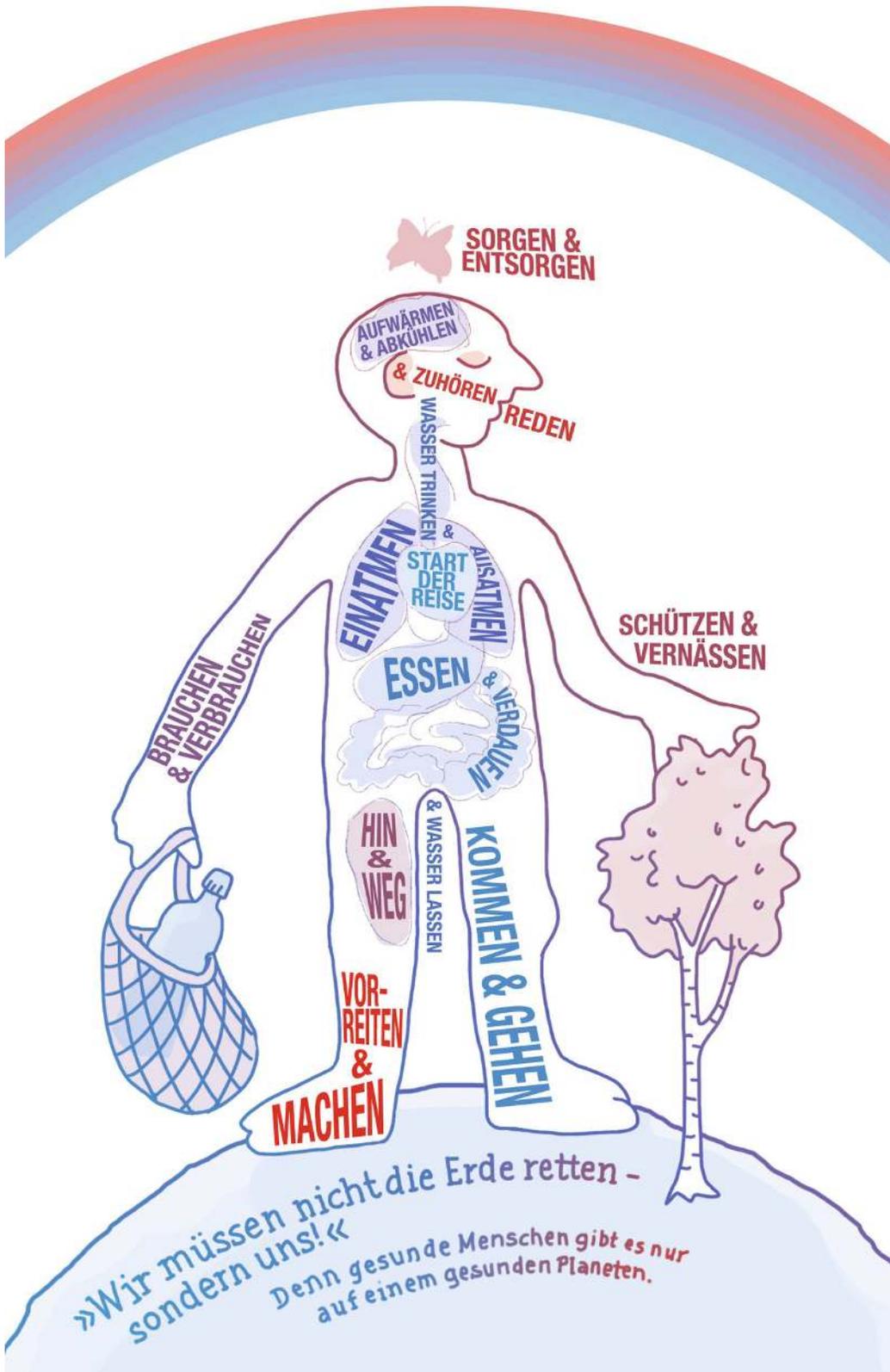
**Dr. ECKART von HIRSCHHAUSEN**

# **MENSCH, ERDE!**

**Wir könnten es so schön haben**

**dtv**

***Für meine Familie,  
alle zukünftigen Generationen  
und eine enkeltaugliche Erde***





*Je größer die Insel unserer Erkenntnis, desto größer ist unvermeidlich das Ufer zum Ozean unserer Ignoranz.*

## **WILLKOMMEN LIEBE LESERIN, LIEBER LESER VON »MENSCH ERDE!«**

Jetzt also das Taschenbuch. Ich hoffe, Ihre Tasche ist groß genug für das Format. Und Ihre Neugier auch. Jeder, der in dieser Zeit mit offenen Sinnen durch die Welt geht, spürt, dass etwas Grundsätzliches nicht mehr stimmt. Wir haben gerade so viele Krisen gleichzeitig, dass wir gar nicht mehr wissen, wo uns der Kopf steht oder das Herz. Krise ist das neue Normal.

Viele Dinge, über die wir uns normalerweise aufregen, erscheinen angesichts des Krieges in Europa nichtig. Millionen Menschen sind auf der Flucht vor den Bomben, viele Tausende haben schon ihr Leben verloren, keiner weiß, was noch kommt. Und auch fernab vom unmittelbaren Kriegsgeschehen leiden Menschen an den Folgen. Sie hungern, weil die Getreidepreise explodieren, weil Ernten ausfallen, weil es an Düngemitteln und funktionierender Logistik fehlt. Wir können uns aus der globalen Verflechtung und Verantwortung nicht herauslösen, aber wir können ganz viele Dinge besser machen: weniger Getreide an Tiere verfüttern und dafür Menschen satt machen, weniger wegschmeißen, weniger Energie verbrauchen. Und dabei glücklicher und gesünder werden. Die Verstrickungen mit Russland durch die Abhängigkeit von fossilen Energien verdeutlichen, dass erneuerbare Energien auch »Freiheitsenergien« sind. Und dass wir mit 100 Prozent Sonne, Wind und Erdwärme freier, friedlicher, demokratischer leben könnten. Es ist ermutigend zu sehen, dass plötzlich

Genehmigungsverfahren beschleunigt werden, weil kein Zweifel daran besteht, dass mehr Tempo ein Gewinn für uns alle ist.

Spätestens seit der Flutkatastrophe im Ahrtal ist jedem klar: Wir müssen nicht das Klima retten – sondern uns. Wie viele »Jahrhundertereignisse« brauchen wir denn noch, um zu verstehen, dass dieses Jahrhundert anders ist als die bisherigen? Uns gehen die Superlative aus und die Puste. Wir können die Pandemie und die Extremwetterereignisse in Deutschland als einen Weckruf begreifen. Als ein Aufgerüttelt- und Herausgefordertwerden. Als historische Momente und Chancen. Die Klimakrise findet nicht irgendwann und irgendwo statt, sondern hier und jetzt, bei uns in Deutschland ebenso wie im globalen Süden, wo sie diejenigen am Härtesten trifft, die am wenigsten ursächlich dazu beigetragen haben.

Während ich schreibe, leidet Indien unter Hitzewellen mit über 50 Grad. Menschen, Tiere und Pflanzen sterben. Während ich schreibe, verschwindet so schnell wie noch nie zuvor der Regenwald am Amazonas, durch Abholzung und Brände wird mehr CO<sup>2</sup> in die Atmosphäre geblasen, als er noch binden kann. Das bedeutet: Einer der befürchteten Kipppunkte im Erdsystem ist überschritten. Dabei ist der Regenwald nicht die »Lunge der Erde« – er ist unser aller Beatmungsgerät. Während ich schreibe, entstehen aber auch gerade an ganz vielen Orten weltweit neue Ideen, neue Initiativen, neue Bündnisse für eine enkeltaugliche Zukunft.

Jeden Tag lerne ich dazu, durch Studien, Konferenzen, inspirierende Menschen und Gespräche, und ich höre von

tollen Lösungsmöglichkeiten. Deshalb habe ich meinen Frieden damit gemacht, dass in dem Taschenbuch bis auf kleine fachliche Korrekturen (danke an alle, die mir ihre Kommentare geschickt haben) nur dieses Vorwort ganz neu sein wird. Die grundsätzlichen Zusammenhänge stimmen heute noch so wie in der Hardcover-Ausgabe. Über alles Brandneue werden Sie eh viel besser auf den Seiten im Netz informiert, die wir mit der Stiftung Gesunde Erde – Gesunde Menschen ([www.stiftung-gegmd.de](http://www.stiftung-gegmd.de)) verlinkt haben.

Alles, was wir verbrennen, erzeugt nicht nur unsichtbare Treibhausgase, sondern auch jede Menge Luftverschmutzung. Das ist weltweit der Killer Nummer eins mit über sieben Millionen Menschen, die jährlich daran sterben. Auf der Weltklimakonferenz in Glasgow Ende 2021 traf ich am Stand der Weltgesundheitsorganisation WHO eine engagierte Frau, Rosamund Kissi-Debrah, die mir vom Tod ihrer neunjährigen Tochter Ella erzählte. Sie wohnten damals an einer großen Straße in London. Ella litt dadurch an Asthma und starb an einem Tag mit besonders hohen Abgaswerten in der Luft. Durch dieses Gespräch bekam für mich die abstrakte Zahl der vielen Millionen Opfer von fossiler Energie plötzlich ein Gesicht, eine Geschichte, eine Tragik. Die Mutter kämpfte sieben Jahre vor Gericht, bis Ella die erste Person weltweit wurde, als deren Todesursache ganz offiziell »Airpollution«, also Luftverschmutzung, juristisch anerkannt wurde.

Im April 2021 gab es auch in Deutschland eine juristische Sensation, kurioserweise genau zum Erscheinen meines Buches und passend zum Kapitel »Wir sehen uns vor

Gericht«: Das Klimaschutzgesetz von 2019 wurde in Teilen als verfassungswidrig eingestuft, weil ausreichende Vorgaben für die langfristige Emissionsminderung fehlten. Den Anstieg der globalen Durchschnittstemperatur wie geplant auf möglichst 1,5 Grad, zumindest auf deutlich unter zwei Grad zu begrenzen, so hieß es, sei nur mit immer dringenderen und kurzfristigeren Maßnahmen machbar. Das verletze die Freiheitsrechte der Beschwerdeführenden. Damit wurde klar entschieden, dass ein »freiheitsschonender Übergang in die Klimaneutralität« im Sinne der Grundrechte auch der nächsten Generation oberste politische Priorität haben muss. Geklagt hatten vor allem junge Menschen, zum Beispiel eine 22-jährige Bewohnerin der Nordseeinsel Pellworm oder Luisa Neubauer von Fridays for Future, die dabei von mehreren Umweltverbänden wie Germanwatch und Greenpeace unterstützt wurden. Wirksamer Klimaschutz muss jetzt umgesetzt werden und nicht erst in zehn Jahren, wenn es zu spät ist. Nachhaltigkeit ist kein Modewort oder »nice to have«, es geht um unsere Lebensgrundlage, unsere Grundrechte, unser Menschsein. Und die Kernfrage bleibt: Wie kommen wir vom Wissen ins Handeln?

Wer die Netflix-Satire ›Don't look up‹ noch nicht gesehen hat: wärmste Empfehlung. In der Besetzung von Jennifer Lawrence, Leonardo di Caprio und weiteren Hollywoodstars geht es darin um einen Asteroiden, der die Welt zerstören wird, wenn keiner etwas unternimmt – sowie darum, dass diese Botschaft keine Sau interessiert, weil die Frage, wer gerade was mit wem hatte, die Medien mehr beschäftigt. Mir blieb oft das Lachen im Halse

stecken. Sowohl hinsichtlich der Pandemie als auch in Bezug auf die Klimakrise kann man sich fragen, wie es besser gelingen kann, dass die Politik auf die Wissenschaft hört und somit wirksam wird.

Unsere neue Regierung hat sich laut Koalitionsvertrag vorgenommen, ernsthafte Klimapolitik zu machen und globale Gesundheit zu fördern, und zum ersten Mal ist auch von »one health« die Rede - der Zusammenschau der Gesundheit von Mensch, Tier und Umwelt. Nur kommt vor lauter Krisenbewältigung gerade keiner zum langfristigen und nachhaltigen Regieren. Das ist der Klimakrise leider egal, sie geht unvermindert weiter, ob wir uns nun um Viren, Waffenlieferungen oder Ohrfeigen bei Oscarverleihungen kümmern. Immerhin ist das Thema »Klimawandel und Gesundheit« auch bei dem G7-Treffen unter deutschem Vorsitz auf die Agenda der größten Industriestaaten gekommen.

Die Hoffnung, dass wir im Lockdown geläutert und lernen würden, mit weniger auszukommen, war leider trügerisch. Aber man spürte zumindest, was einem am meisten gefehlt hat: menschlicher Kontakt, positive Gemeinschaftserlebnisse, ansteckendes Lachen, Festivals, Musik, Tanzen, Feiern. Auch haben viele die Schönheit der Natur als Kraftquelle in der unmittelbaren Umgebung wiederentdeckt, waren mehr draußen, fuhren Rad und gingen spazieren. Eigentlich alle Aktivitäten, die nicht automatisch an das Verballern von Ressourcen gekoppelt sind. Und die zeigen, dass ein nachhaltigeres Leben ein Gewinn an Lebensqualität sein kann.

Was hat sich bei mir nach der Buchpremiere getan? Es gab tolle Rückmeldungen, Einladungen zu großen Talkshows, die Ernennung in den Nachhaltigkeitsbeirat der Landesregierung Nordrhein-Westfalen und die Einladung zu unzähligen nationalen und internationalen Kongressen. All das bestätigte mir, dass ich mit den Inhalten des Buchs einen Nerv getroffen und eine Lücke geschlossen hatte und dass das Bewusstsein dafür wächst, dass es genau das braucht: zu verstehen, dass es einen Zusammenhang gibt zwischen den gesundheitlichen Auswirkungen der Erderhitzung, der Pandemien und des Artensterbens. Der internationale Begriff »Planetary health« lässt sich schlecht ins Deutsche übertragen, weil in unserer Sprache anders als im Englischen »Planet« mehr für Pluto als für Mutter Erde steht. Doch seit dem Frühjahr 2022 gibt es nach langem Bohren dicker Bretter in der ARD mit dem Format »Wissen vor 8 - Erde« eine eigene Sendung zur Gesundheit von Mensch und Erde. Auch mein Kommentar in den Tagesthemen zum IPCC-Bericht ist online und hat für wenigstens 59 Sekunden viele Millionen Menschen erreicht.

Bin ich jetzt gar nicht mehr einfach »der lustige Doktor«? Meine schwerste Entscheidung war, nach 2022 mit dem Tourleben zu pausieren, auf absehbare Zeit also kein neues Bühnenprogramm zu spielen, um so mehr Zeit für mein neues Herzensthema zu haben. Und wie so oft, wenn eine Tür zugeht oder ein Vorhang fällt, öffnen sich neue Wege. Ich bin extrem dankbar, in den drei Jahren, seit ich diesen ziemlich einschneidenden Wandel vollziehe, so tolle neue Mitstreiter:innen gefunden zu haben und mit ihnen und der

Stiftung Gesunde Erde – Gesunde Menschen so viel bewegen zu können. Fest steht: Wir brauchen eine andere Form des Erzählens, ein Wohin, ein Wozu, eine positive Kommunikation darüber, warum wir uns eigentlich anstrengen sollen, die entscheidenden kommenden Jahre zu einer großen (und sicher auch ruckeligen) Transformation zu nutzen. Sowohl mit unserer Social-Media-Kampagne »What if – in 80 Fragen um die Welt« als auch auf nationalen und internationalen Ärztekongressen sorgen wir dafür, dass der Fokus auf die Gesundheitsdimension der Klimakrise gerichtet wird, denn die ist für ganz viele Menschen nachvollziehbar, partei- und generationsübergreifend. Auch in Zusammenarbeit mit anderen Stiftungen und NGOs wirken wir an der Schnittstelle von Politik, Öffentlichkeit und Zivilgesellschaft. Am besten abonnieren Sie unseren Instagram-Kanal, damit Sie nichts verpassen.

Das Wichtigste, was ein Einzelner, eine Einzelne tun kann, ist: nicht alleine zu bleiben! Auch brauchen wir mehr Menschen, die sich nicht nur in ihrer Freizeit engagieren, sondern sich voll und ganz in professionellen Organisationsformen einbringen und vernetzen. Die helle Seite der Macht darf nicht schlechter aufgestellt sein als die dunkle, die sich mit viel Lobbygewalt und Geld gegen Veränderung sträubt. Immer noch fließen Milliarden Steuermittel in die Subvention von fossiler Energie, in zerstörerische Landwirtschaft und Verkehrskonzepte der Vergangenheit. Geld ist da, nur an der falschen Stelle. Was mir immer klarer wurde: Die großen Hebel sind neben

bewussten Entscheidungen der Konsument:innen neue politische Rahmenbedingungen.

Was werden uns zukünftige Generationen weniger verzeihen: temporär gestiegene Spritpreise oder für immer gestiegene Meeresspiegel? Das Konzept der »Irreversibilität« habe ich in einer Talkshow so erklärt: Wenn man ein rohes Ei in warmes Wasser legt, und dazu reichen 45 Grad, dann wird es hart. Und wenn das Wasser wieder kalt wird, wird das Ei nie mehr weich. Es hat seine Konsistenz und seine Möglichkeit, sich zu etwas anderem zu entwickeln, für immer verloren. Woraus besteht ein Ei? Aus Eiweiß, Fett und Wasser. Woraus bestehen wir, woraus besteht unser Gehirn? Aus Eiweiß, Fett und Wasser. Wir können uns aus unserer Biologie nicht freikaufen, wir sind verletzlicher, als wir gedacht haben. Wenn wir nicht in unserem eigenen Hitzebad gekocht werden wollen, müssen wir unser Hirn einsetzen und unsere Hände und Herzen auch. Jeder kann an seiner Stelle etwas bewegen, was wieder andere bewegt, so wie ich das in der »Challenge« am Ende des Buches anrege. Mehr verrate ich nicht. Aber ich hoffe sehr, dass Sie von dem, was Sie lesen, nicht nur viel mitnehmen, sondern dass Sie auch viel Energie tanken, etwas weiterzugeben und selber aktiv zu werden.

Als Elon Musk 100 Millionen Dollar auslobte für eine Erfindung, die CO<sup>2</sup> binden kann, schrieb jemand bei Twitter zurück: »Dürfen sich auch Bäume bewerben?« Das ist mein Humor! Also: Es ist ernst, aber nicht hoffnungslos. Es lohnt sich zu kämpfen – um jede vermiedene Tonne CO<sup>2</sup>, um jedes Zehntel Grad, das wir uns weniger überhitzen, um jede gute Idee, die wir schneller verbreiten als das

Lauffeuer. Es geht darum, sich zu vernetzen, mitzumischen, sich einzumischen und unterwegs die Freude, den Mut und die Hoffnung nicht zu verlieren. Genau das versuche ich auch.

»Mensch Erde - wir könnten es so schön haben!« ist nicht mein erstes Buch. Aber mein wichtigstes. Ich freue mich, dass Sie sich diesem dicken Brett widmen, und ich verspreche Ihnen, beim Lesen wird es sich leichter anfühlen als erwartet. Das jedenfalls haben mir viele, die es schon gelesen haben, rückgemeldet. Wenn Sie dennoch immer mal wieder ein wenig durchschnaufen wollen, betrachten Sie einfach die vielen Fotos. Sie werden sehen: Wir könnten es wirklich schön haben.

## AUFWACHEN KANN DAUERN

Seit Kindertagen liebe ich Sommerurlaub in Österreich, die Berge, die Natur, die Seen und den Kaiserschmarrn. Alles sehr erholsam. Eigentlich. Aber diese Idylle bekommt zunehmend einen Knacks. Letztes Jahr erzählte mir ein befreundeter Bergführer, dass sein Kumpel abgestürzt sei: »Er war einer der erfahrensten Bergsteiger überhaupt. Aber der Fels, über den er schon viele Male sicher gegangen war, brach einfach so unter ihm weg. Das hat mit dem Klimawandel zu tun.« Wie bitte? Kein Einzelschicksal? Warum bröckelt es in den Alpen? Was ich nicht wusste: Hoch oben werden Berge im Inneren oft durch Kälte zusammengehalten. In den vielen kleinen Spalten und Rissen im Stein wirkt das Wasser wie ein Kitt. Wenn es wärmer wird, schmilzt es, und der Verbund, der Jahrtausende gehalten hat, geht verloren. Die Einschläge kommen näher.

Was gerade auch massiv verloren geht, ist der Wald. Das fiel mir schon in Deutschland beim Wandern auf, aber noch krasser in unserem Feriendomizil auf Zeit. Dort ist der Wald an einzelnen Hängen nicht mehr grün, sondern braun vor Hitze und Trockenheit. Wo man hinschaut: kahle Bäume, die mitten im Sommer ihren Geist aufgegeben haben. Es ist gespenstisch zu spüren, wie sie, die dreimal höher gewachsen sind als ich, von mir Hänfling einfach mit der Hand umgeworfen werden können, weil sie nichts mehr richtig im Boden hält.

Auch das Wetter ändert sich. Statt dem einen regelmäßigen Sommergewitter, das am Nachmittag

abregnet, staut und sammelt sich die Energie in den Wolken jetzt über mehrere Tage und entlädt sich dann in geballten Extremwettern. Ein Stück hinter unserem Hotel war ein komplettes Tal nicht mehr passierbar, Dämme waren gebrochen, Häuser überflutet. Schlamm- und Gerölllawinen zerstörten ganze Dörfer. Jetzt werden die Mauern erhöht, es soll wieder schön werden. Aber der Knacks ist da.



*Erst wenn man mal in den Abgrund geschaut hat, versteht man die Dimension des Kohlewahnsinns. An einem extrem heißen Tag in Garzweiler mit Theresa Krüger von #healthforfuture.*

Einen Sommer vorher in Italien. Weil ich das Salzwasser nicht so gerne in den Augen habe, schwamm ich im Mittelmeer mit Schwimmbrille. Ich hatte den Eindruck, dass sie beschlagen war, daher nahm ich sie im Wasser ab, spülte sie von innen, spuckte im Vertrauen auf den selbstproduzierten Anti-Fog-Special-Speichel einmal rein und setzte sie wieder auf. Wieder trübe Sicht unter Wasser. Ich verstand die Welt nicht mehr. Waren die Plastikgläser stumpf geworden, weil ich die Schwimmbrille nie vorschriftsmäßig im Etui verstaue? Bekomme ich grauen Star? Da fiel es mir wie Schuppen von den Augen: Nicht die Brille war das Trübe – das Wasser selbst war es. Und das, was ich für ein lokales Sichthindernis im Inneren der Plastikbrille gehalten hatte, war außen, rund um mich herum. Das Meer war voller kleiner Plastikswebeteile, die das Licht brachen. Hier und da erkannte man auch noch eine von Sand, Gesteinen und Gezeiten zermahlene Plastiktüte, die gerade von ihrer Makro- in die Mikroexistenz übergang und uns noch Jahrzehnte nicht den Gefallen tun wird zu verrotten.

Mir wurde schlecht. Ich ekelte mich und hätte heulen können über diese trüben Aussichten. Über den Grad an Verschmutzung, über die Erkenntnis, Teil dieser Missachtung der Natur zu sein und gleichzeitig »Opfer«, weil mir die Freude am Schwimmen, am Meer, an der Weite über und unter Wasser genommen war. Und weil mir in dem Moment auch klar wurde, wie viel leichter es ist,

Wasser zu verdrecken als diese ganze diffuse Menge an Zeug, was da nicht hingehört, wieder zu entfernen.

Es war Sommer, der Hitzesommer 2018, wir besuchten Freund:innen in Frankreich. In ihrer Dachgeschosswohnung war es einfach unerträglich heiß. Am schlimmsten waren die Nächte, ich konnte nicht schlafen. Die Sonne war zwar weg, aber es kühlte schlichtweg nicht mehr ab. Wir hängten feuchte Handtücher auf, verhängten tagsüber auch die Fenster, duschten dauernd, um uns herunterzukühlen. Aber die Hitze blieb unerbittlich. Mit viel Glück ergatterte ich eins der rar gewordenen Klimageräte, doch die Kiste war laut. Sie bewegte die Luft und sorgte so scheinbar für Kühlung, aber der Strom für den Motor, den sie schluckte, wärmte auf der Rückseite den Raum wieder auf. Auch keine Lösung.

Warm war es in der Region schon immer gewesen, aber diesen Sommer waren es einfach die entscheidenden Grade zu viel. An Erholung war nicht zu denken, alles, was eigentlich Spaß machte, wurde anstrengend. Fahrradfahren war zu schweißtreibend, der Pool heizte sich so auf, dass er keine Erfrischung mehr bot, die Felder waren braun und trocken, die Aprikosen verdorrten an den Bäumen, die wir im Jahr zuvor noch so freudig abgeerntet hatten. Und am Meer war der Sand so heiß, dass man nicht barfuß gehen konnte. Von »Sommerfrische« keine Spur.

Zugegeben: Ich kann Hitze einfach schlecht ab. Als Medizinstudent hatte ich verschiedene Klimazonen kennengelernt, hatte in Südafrika einen Teil meines praktischen Jahrs verbracht, war in Brasilien im tropischen

Regenwald unterwegs gewesen, und meine Berliner Wohnung hatte große Fenster, auf die die Sonne direkt draufbrutzelte. Aber anders als zur Studienzeit war ich mittlerweile über fünfzig. War meine Klage über die Hitze etwa ein Zeichen des Alterwerdens? Oder ein Zeichen dafür, dass der Klimawandel jetzt auch uns in Europa ereilt?

Von Eilen kann eigentlich keine Rede sein, die Klimakrise ist eine Katastrophe mit Ansage. Vom menschengemachten Treibhauseffekt hatte ich schon in der Schule gehört. Theoretisch war mir das alles klar. Aber bei den drei Aha-Momenten, dem bröckelnden Fels, dem sterbenden Wald und dem verschmutzten Wasser, ging es nicht mehr um eine fiktive Zukunft oder um ferne Länder, es ging ums Hier und Jetzt, mitten in Europa, mitten in Österreich, Italien, Frankreich. Auch in Deutschland hatten wir schon 42 Grad. Die Hitze war keine »Welle«, sie war ein Brett, das einem überall entgegenschlug. Wie Sauna ohne Tauchbecken. Man steht im Freien und will ein Fenster aufmachen, so sehr steht man neben sich. Die Hitze ging mir 2018 das erste Mal so wirklich unter die Haut, schlug mir aufs Gemüt, raubte mir Lebensfreude und Substanz. Ich merkte, wie mein Körper und mein Geist überfordert waren, wie ich träge und mürrisch wurde und nur noch weg wollte. Aber wohin?

Ich las den Wetterbericht, der immer neue Rekorde meldete, ich las von Hitzetoten, von Waldbränden, von indischen Städten mit über 50 Grad, in denen die Wasserversorgung zusammengebrochen war. Und ich stellte mir die Frage: Was, wenn das jetzt nicht mehr die

Ausnahme ist – sondern die Regel? Was, wenn alles noch trockener, noch heißer, noch lebensfeindlicher wird? Und was können wir alle, was kann ich tun, oder ist der Zug schon abgefahren? Es gibt Momente, in denen man bestimmten Fragen nicht mehr ausweichen kann.

Im selben Hitzesommer 2018, am 20. August, saß eine schwedische Schülerin, deren Namen damals noch keiner kannte, zum ersten Mal statt in der Schule vor dem Parlamentsgebäude in Stockholm. Sie hatte sich ein Pappschild gebastelt: »Schulstreik für das Klima«, *Skolstrejk för Klimatet*. Greta Thunberg war da erst fünfzehn, ihre Eltern hatten noch versucht, ihr die Idee auszureden, aber Gretas Entschlossenheit war da – und ungemein ansteckend. Am ersten Streiktag war sie noch allein, dann schlossen sich ihr mehr und mehr junge Menschen an. Die Bilder wurden in den sozialen Medien geteilt und gingen um die Welt, im Dezember beteiligten sich weltweit schon zwanzigtausend Schülerinnen und Schüler. Eine globale Bewegung entstand, »Fridays for Future«. Im selben Monat wurde Greta zum UNO-Klimagipfel nach Kattowitz eingeladen. Ihre Rede dort traf einen Nerv: »Mir geht es nicht darum, bekannt zu sein. Mir geht es um Klimagerechtigkeit und um einen lebenswerten Planeten. Unsere Biosphäre wird geopfert, damit reiche Menschen in Ländern wie meinem in Luxus leben können.«

Meinte die etwa auch mich? Eigentlich hielt ich mich insgeheim immer für einen von den »Guten«, so wie das wahrscheinlich jeder tut. Aber während jene Greta von Schweden nach Davos mit dem Zug fuhr, um klimaschädliches Fliegen zu vermeiden, überlegte ich noch,

welche Prämien ich mir von meinen gesammelten Flugmeilen aussuchen könnte.

Keine vier Wochen später bekam ich eine E-Mail: »Hallo Eckart, wir waren zusammen auf dem Shadow-Gymnasium. Am letzten Freitag haben Tausende Schüler aus dem ganzen Bundesgebiet gegen den Klimawandel demonstriert. Ich würde mich wirklich sehr freuen, wenn du dich am 15.03. auf einer der Demos von ›Fridays for Future‹ mit ein paar Worten an die Schüler wenden könntest. Bully Herbig hat das neulich auch schon gemacht.« Darunter waren die Kontaktdaten von einer Luisa Neubauer. Nie gehört. Aber ich war neugierig geworden.

Luisa hatte Greta in Kattowitz kennengelernt und angefangen, die Idee der öffentlichen Klimastreiks in Deutschland umzusetzen. Wir telefonierten und trafen uns zusammen mit einem ihrer Mitstreiter:innen in Berlin – bei meinem Bruder Christian und seiner Familie. Mein Bruder ist Forschungsdirektor am Deutschen Institut für Wirtschaftsforschung und beschäftigt sich mit der Energiewirtschaft, dem desaströs verzögerten Kohleausstieg und den versteckten Kosten der Kernenergie. Ich dachte, das kann nicht schaden, wenn die jungen Leute Zugang zu Fachwissen bekommen. Weit gefehlt. Die beiden brauchten keinen Nachhilfeunterricht, sie kannten sich bestens aus und wussten, wie zentral die erneuerbaren Energien für das Erreichen des 1,5-Grad-Ziels sind, das Deutschland im Paris-Abkommen ja zugesagt hatte. Da war ich still und dachte: Was für eine Menge an

ungelösten Fragen und Verantwortung halsen wir da der nächsten Generation auf?

An dem Abend entstand der Plan, dass ich auf der Demo etwas aus ärztlicher Sicht sagen würde, aber nicht alleine, sondern wenn schon, dann zusammen mit Christian und seiner Tochter, um zu zeigen, dass dieses Thema Generationen und Fachgebiete verbindet. Durch den Impuls von außen kam familienintern plötzlich eine ganz eigene Dynamik in Gang, und wie wahrscheinlich in vielen Familien waren auch wir nicht immer einer Meinung. Aber wir fingen an, andere Gespräche zu führen, neue Gemeinsamkeiten zu entdecken und über das zu sprechen, was jeden von uns bewegte.

Schleichend verschob sich bei mir auch meine Rolle in der Öffentlichkeit. Durch die Gruppe »Scientists for Future« nahm ich zum ersten Mal an der Bundespressekonferenz teil, nicht als Journalist, sondern auf der anderen Seite, auf dem Podium. Siebenundzwanzigtausend Wissenschaftler:innen hatten eine Petition unterschrieben, um gegenüber der Politik zu bestätigen: Das Anliegen der Jugendlichen ist völlig berechtigt. Plötzlich wurde ich so etwas wie ein Klimaaktivist, wozu ich mich eigentlich nie berufen gefühlt hatte. Ich war ja kein Alt-68er, wie auch, mit Jahrgang 1967. Aber ist jeder, der nicht mehr länger passiv bleibt, gleich ein Aktivist?

Die Jugendlichen stießen mich mit ihrem Elan und ihrer Konsequenz aus der Selbstzufriedenheit in eine mittlere Midlife-Crisis. War es jetzt Zeit, sich zurückzulehnen oder aufzulehnen? Mir klang der Ruf in den Ohren: »Wir sind

hier, wir sind laut, weil ihr uns die Zukunft klaut!« Was hinterlassen wir, die Kinder von Wirtschaftswunder, Wachstumsglaube, Freiheit und Frieden, den nächsten Generationen? Wie viele Ressourcen darf jeder von uns verbrauchen? Stimmt es, dass wir in den letzten fünfzig Jahren so viele fossile Brennstoffe in die Luft gejagt haben wie noch nie zuvor in der Menschheitsgeschichte, dass so viele Arten ausgerottet wurden wie seit den Dinosauriern nicht mehr und wir vor einem Kollaps unserer Zivilisation stehen, den wir uns selber eingebrockt haben? Und wenn das so ist: Warum regt das nur so wenige wirklich auf? Haben wir das Thema gezielt ausgeblendet oder falsch kommuniziert?

Seit dem Hitzesommer war mir klar, dass es schon lange nicht mehr nur um Eisbären und den Regenwald geht, sondern auch um die Gesundheit hier bei uns in Deutschland. Da war es, das Verbindungsstück, nach dem ich gesucht hatte. Obwohl Themen wie die globale Gesundheit in meiner Ausbildung mit keinem Wörtchen vorgekommen waren, interessierte ich mich schon lange für Querschnittsfragen, für Vermittlung, für Zusammenhänge. Und scheiterte selber regelmäßig dabei, in der globalisierten Welt die richtigen Entscheidungen zu treffen. Allein sich gesund zu ernähren war ja eine Wissenschaft für sich geworden: Soll ich den Bioapfel aus Neuseeland kaufen oder den regionalen, der mit großem Aufwand frisch gehalten wird? Sind die Fette in der Avocado so gut, dass die fetten Nebenwirkungen für die Klimabilanz gerechtfertigt sind? Und was hat Palmöl eigentlich in jedem Keks und sogar in meinem Tank

verloren, wenn dafür das Beatmungsgerät der Erde, der tropische Regenwald, abgeholzt wird?

Mir wurde schnell klar, dass es nicht reicht, wenn ich als Privatperson den Strohhalm aus Plastik weglasse und den Jutebeutel heraushole, wenn ich mit dem Auto zum Großeinkauf fahre - so wenig ich es mir als öffentlicher Mensch erlauben kann, weiter keine Haltung zu all diesen Fragen zu haben. Vielmehr muss ich die Möglichkeit nutzen, Menschen darauf hinzuweisen, welche Risiken die Klimakrise für unsere Gesundheit in sich birgt. Und dass unsere Gesundheit nicht nur an Arztpraxen, Kliniken und Tabletten hängt, sondern auch an einem gesunden Planeten.

Ich beschloss, Experten und Expertinnen aufzusuchen, die mir Antworten auf meine vielen Fragen geben konnten. Meine Reise führte mich ins Potsdam-Institut für Klimafolgenforschung, in die Ministerien für Gesundheit, Umwelt, wirtschaftliche Zusammenarbeit und ins Auswärtige Amt, auf Podien beim Evangelischen Kirchentag und Deutschen Pflahtag. Ich sprach mit NGOs (Nicht-Regierungsorganisationen) wie Greenpeace genauso wie mit der katholischen Landjugend. Ich lernte Vordenker:innen wie Jane Goodall und Ernst Ulrich von Weizsäcker kennen und sprach mit Harald Lesch darüber, warum Naturgesetze nicht verhandelbar sind. Auf dem Hof von Sarah Wiener aß ich mit gutem Gewissen mal wieder Fleisch, und Dirk Steffens erklärte mir, warum uns der Verlust von Artenvielfalt und Insekten mehr raubt als nur den Honig. Ständig stieß ich auf Probleme, von deren Existenz ich vorher noch nicht einmal wusste, geschweige

denn, wie sehr wir gerade auf dem Holzweg sind. Da konnte auch einem Berufskomiker das Lachen vergehen. Aber vielleicht fehlte ja gerade auch der Humor, der Perspektivwechsel, das Um-die-Ecke-Denken, um zu verstehen, wie tief wir in der Tinte sitzen?

Dieses Buch ist ein Reisebericht, kein Endergebnis. Denn noch während ich am Schreiben war, brach die nächste Krise über uns herein: Corona. Etwas völlig Neues. Stimmt. Aber nicht völlig unerwartet. Hat das nicht auch etwas damit zu tun, wie wir mit den Lebensräumen von Tieren umgehen und mit Tieren handeln, wenn Viren von einer Art auf die andere, sprich auf den Menschen überspringen? Corona präsentierte uns ungebeten weitere Themen: Wo sind die Grenzen der Medizin, was ist uns jedes Leben wert und wie sehr hängt meine Gesundheit von der Gesundheit derer ab, die in meiner Umgebung leben – oder sogar am anderen Ende der Welt? Haben wir vergessen, dass wir verletzlich sind, sterblich und endlich? Luftverschmutzung durch fossile Brennstoffe war schon vor 2020 weltweit der Killer Nummer eins. Und wie Studien bald nach Ausbruch der Pandemie zeigen konnten, waren vorgeschädigte Lungen besonders anfällig für die Viren. Dort, wo die Luft am dreckigsten ist, sterben mehr Menschen an schweren Verläufen von Covid-19.

Klimaschutz, Artenschutz, Gesundheitsschutz – ohne zu Verschwörungstheorien zu neigen: Da gibt es einen Zusammenhang! Daher ist dieses »subjektive Sachbuch« der Versuch, einen Teil der Grenzen, in denen Themen oft verhandelt werden, aufzuheben. Wissenschaft lebt davon, nach Wahrheiten jenseits der subjektiven Wahrnehmung zu

suchen. Genau aus diesem Grund testen wir Medikamente doppelblind gegen Scheinmedikamente: um unsere Erwartung und den Placeboeffekt beim Patienten auszuschließen. Aber wenn es für die heilsame Wirkung so wichtig ist, was Ärzt:in und Patient:in wechselseitig denken, fühlen und erwarten, folgt doch daraus, dass es sowohl rational erforschte Medikamente als auch empathische Information braucht. Deshalb finden Sie hier eine wilde Mischung aus Sachinformation und Geschichten, Privates, Politisches und Poetisches. So kann ein Teil meiner Entdeckungen hoffentlich an Ihre Bedürfnisse, Vorerfahrungen und Hoffnungen andocken. Damit Sie für sich alles in Ruhe einsortieren können.

Im Nachhinein müssen wir wohl den Hitzewellen 2018 und 2019 dankbar sein. Durch diesen Vorgeschmack auf die Hölle waren viele – wie auch ich – »weichgekocht« und bereit, das, was die Wissenschaftler:innen schon seit Jahrzehnten angekündigt hatten, ernst zu nehmen: Der Klimawandel ist die größte Gesundheitsgefahr der Gegenwart. Und deshalb auch die größte Chance.

Trotz aller Dramatik, die in den Themen steckt, um die es hier geht, gibt es Hoffnung. Es braucht mehr Mut zum Spinnen und Träumen, zum Staunen und Lachen, zu Ideen, die nicht aus einem alleine kommen, sondern aus der Kraft der Gemeinschaft, denn das gehört auch zu dem, was Menschen eigentlich gut können: kooperieren, erfinden und durch aktives Handeln Krisen überwinden. Es gibt viele gute Konzepte, die inspirieren. Wir wissen, was zu tun ist, wir müssen es nur ernsthaft wollen, politisch und privat. Anders zu leben bedeutet nicht zwangsläufig,

auf etwas zu verzichten, sondern oft einen Zugewinn an Lebensqualität. Dafür brauchen wir aber ein inneres Bild davon, wie es anders gehen kann. Und schöner. So ist der Titel auch gemeint: Mensch, Erde – wir könnten es so schön haben!

Sind Sie bereit, sich auf diese Reise zu begeben?

Na dann los,  
viel Freude,

Ihr



### **Zu Risiken und Nebenwirkungen**

Ob Sie das Buch am Stück oder in Scheiben zu sich nehmen, durchblättern oder sich »verbeißen«, achten Sie darauf, dass Sie Überdosierungen vermeiden. Irgendwann raucht einem der Kopf. Überforderung gehört im 21. Jahrhundert einfach dazu. Wir sind in diesen seltsamen Jahren alle mehr oder minder im Krisenmodus, leben »auf Sicht« und haben schon mit den eigenen Problemen genug zu tun. Wann soll man denn dann noch die Welt retten?

Zum Aufbau des Buches beziehungsweise zur Reihenfolge der Kapitel: Ich orientiere mich an den Grundbedürfnissen von uns Menschen und versuche bei allem, eine Beziehung zur Gesundheit herzustellen. Das Männeken, das Sie auf Seite 4 bereits gesehen haben, veranschaulicht den Aufbau des Buches entlang der körperlichen Funktionen: Es beginnt mit der Endlichkeit,