

# Die Kunst der Reparatur

Ein Essay



Wolfgang Schmidbauer  
oekom Verlag 2020  
München. 192 Seiten.

Schnelles Wegwerfen hat Konjunktur – mit fatalen Folgen. Massenhafte Produktion, gedankenloser Verbrauch, baldiges Entsorgen: Unser Konsummodell setzt nicht nur der Umwelt zu, sondern auch uns selbst.

Wir verlieren zunehmend die Fähigkeit, stabile Bindungen aufzubauen. Auch unsere Arbeit büßt an Wert und Würde ein, wenn sie allein dem schnellen Nutzen dient und Menschen austauschbare Glieder einer Produktionskette werden.

Für den Psychologen und Bestsellerautor Wolfgang Schmidbauer ist klar: Wir müssen Reparaturen (wieder) erlernen und wertschätzen. Sie ersparen uns nicht nur Neukäufe, sondern strahlen zugleich positiv in unsere emotionalen Beziehungen aus – zu Dingen, aber auch zu anderen und uns selbst.

[Leseprobe](#)

---

# Cheaponomics

## Warum billig zu teuer ist



Michael Carolan  
oekom verlag 2015  
München. 304 Seiten.

„Carolan argumentiert anschaulich und sachlich. Am Ende von Cheaponomics ist man überzeugt: Die Welt kann uns gar nicht teuer genug sein.“ ZEIT Wissen, 6/2015, Jens Lubbadeh

Glauben Sie wirklich, dass eine Mikrowelle für 14,99 Euro ein gutes Geschäft ist, und es mit rechten Dingen zugeht, wenn ein Kilo Fleisch 2,99 kostet? Und wer bezahlt, was Kleidung und Smartphones aus Fernost wirklich kosten?

„Billig ist nichts als eine Illusion, die versteckten Kosten niedriger Preise sind exorbitant hoch“, schreibt Michael Carolan. Anhand zahlreicher Beispiele von der Plastiktüte bis zur automobilen Gesellschaft erklärt er, wie unser Billig-Konsum und sein zerstörerisches System am Leben erhalten wird, und er macht deutlich, dass höhere und gerechte Preise notwendig und möglich sind, ohne dass wir auf Wesentliches verzichten müssen.

„Carolan hat ein interessantes Buch vorgelegt, das die (...)

Zusammenhänge klug erhellt“ (Adrian Lobe) und das Phänomen „Billig“ in einem neuen Gesellschaftsmodell aufhebt, von dem jeder profitieren kann.

*„Carolans Vorschläge, das Wirtschaftssystem zu verändern sind nicht neu, manche schon konventionell, manche werden von der Politik diskutiert, wenngleich auch nicht wirklich umgesetzt – etwa die Steuerlast für Unternehmen an deren CO2-Bilanz zu koppeln – und gelegentlich ist der Autor so von seinen eigenen Argumenten überzeugt, dass er über das Ziel hinausschießt. Ob etwa die These zu halten ist, dass bei jedem Produkt, dem durch Verarbeitung Wert hinzugefügt wird, gleichzeitig Kosten sozialisiert werden, ist fraglich. Dennoch ist Cheaponomics ein sehr gut lesbares, griffig formuliertes Buch, das auch dank vieler verblüffender Beispiele zu manch angeregter Diskussion führen dürfte.“* [Stefan Maas, 7.12.2015 Deutschlandfunk](#)

[Leseprobe](#)

---

## **Geplanter Verschleiß**

**Wie die Industrie uns zu immer mehr und immer schnellerem Konsum antreibt – und wie wir uns dagegen wehren können**



Christian Kreiß  
Europa Verlag 2014  
Berlin. 240 Seiten.

## HEUTE GEKAUFT, MORGEN ENTSORGT

Ob Drucker, Mobiltelefon oder Fernseher – bereits kurz nach Ablauf der Garantie sind viele Geräte reif für den Müll. Eine Reparatur lohnt sich nicht oder ist gar nicht erst möglich. Kalkuliert sorgen die Hersteller mit geplantem Verschleiß dafür, dass ihre Produkte frühzeitig kaputtgehen, damit wir Verbraucher mehr konsumieren. Sinnlose Müllberge und ein enormer Ressourcenverbrauch sind die Folge.

Christian Kreiß zeichnet die moralisch fragwürdigen Methoden der Großkonzerne nach, zeigt, warum geplanter Verschleiß eine gesamtwirtschaftlich völlig unsinnige Strategie ist und wie die Werbung uns gezielt in die Irre führt.

Als Gegenmaßnahmen schlägt er konkrete Gesetze zur Verbesserung der Haltbarkeit und Abgaben auf Großvermögen vor. Insbesondere aber fordert er eine Kultur der Nachhaltigkeit, in der Reparatur, Sharing-Modelle und Konsumverzicht ihren festen Platz haben.

Nach „Profitwahn“ stellt der Volkswirt Kreiß anschaulich Formen von Verbrauchertäuschung und Kundenbetrug zwecks Gewinnerzielung vor. Zur geplanten Obsoleszenz (Verkürzung von Gebrauchsdauer und Produktlebenszeit) gehören auch Strategien bei Ersatzteilen, Reparaturen und schnelle Abfolge neuer Modelle. Und das kann er belegen an vielen Beispielen zumeist

bekannter Markenprodukte. Er schlüsselt zum Teil nach Branchen auf mit aufschlussreichen Berechnungen, den Zwängen von Wettbewerb und Preisgestaltung. Besonders kritisch sieht er die Rolle der Werbung. Bemerkenswert, wie er das Für und Wider von Verbraucherschutz und Testergebnissen beurteilt. Oft bezieht er sich auf kürzlich erschienene Medienberichte und Bücher, die er schätzt, darunter „Lebensmittel- Lügen“; oder „Die Kultur der Reparatur“; von W.M. Heckl. Sehr klar werden die negativen Folgen reiner Profitinteressen verdeutlicht. Die abschließenden Reformforderungen und Alternativen sind großenteils bekannt, aber hier besonders eindringlich präsentiert. Mit vorbildlichem Anhang. Hoffentlich bald Bestseller! (Elke Günther; ekz.bibliotheksservice 15/2014)

---

# Verzichten wir doch mal auf Trägheit

*von Petra Stechele*

„Wer in den Zoo geht und ein Krokodil betrachtet, betrachtet Mitteleuropa. Wohlgenährt, träge und bewegungslos liegt es da. Schon erledigt vom pausenlos guten Leben, ist ihm der Hunger nach Aufregungen schon vergangen. Deshalb stehen in vielen Städten Türme herum, von denen die Ruhelosesten in die Tiefe springen. Kein Reiseversicherungspaket begleitet sie nach unten, um heil davonzukommen. Nein, nur ein Bungee-Gummiband verspricht letzte Rettung. Unglaublich, welche Kraftakte man auf diesem Erdteil unternehmen muss, um sein Herz noch schlagen zu hören.“ (Andreas Altmann. 34 Tage, 33 Nächte)

Neuerdings gibt es andere Aufregungen, andere Ängste, die uns klar machen, dass etwas in eine Richtung läuft, die uns nicht

gefallen kann. Ein anderes Unten, eine andere Tiefe, in deren Bodenlosigkeit wir nicht fallen wollen. Wir beginnen die Folgen unseres Tuns zu spüren, wenn wir die Flüchtlingsströme aus dem Nahen Osten sehen. Peter Scholl-Latour hat sein Buch über die Entwicklungen in diesem Raum „Der Fluch der bösen Tat“ titulierte. Wir sollten zu vermeiden suchen, noch mehr Flüche „böser“ Taten erleben zu müssen. Wir zerstören Lebensräume anderer Menschen durch unseren Lebensstil.

Und es gibt meines Erachtens noch eine andere Form des Verzichts, als den auf Dinge, auf die man einen Anspruch hat, nämlich den auf Dinge, auf die man jahrelang glaubte, einen Anspruch zu haben, weswegen sich dann eine Gewohnheit bildete.

„Es ist einfacher ein guter Mensch zu sein, wenn man dabei nichts zu verlieren hat,“ sagte Harald Martenstein einmal in seiner Kolumne im ZEITmagazin. Ähnlich ist es auch mit dem Verzicht. Ich kann gut auf beheizte Fußballstadien und Rasenheizung verzichten, weil mich dieser Sport nicht interessiert. Meinetwegen muss man nirgendwo in Wüsten oder unterentwickelten Ländern teure Olympiastadien bauen. Den Sportfan wird das dagegen hart treffen.

In seiner negativ besetzten Ausprägung bedeutet der Verzicht eine Einbuße an Lebensfreude, nämlich genau dann, wenn ich auf all jene Dinge verzichte, die mir Freude bereiten. Aber muss das unbedingt so sein? Durch ein bisschen Nachdenken kann man in einfacher Weise neue Gewohnheiten und neue Freuden entwickeln, Neues ausprobieren. Auch alles, was nicht dauernd oder wiederholt im Übermaß betrieben wird, entlastet die Umwelt und kann den eigenen Horizont erweitern, mir neue Erfahrungen bringen. Um beim Beispiel zu bleiben: Niemand muss auf Fußball verzichten, aber muss er bei Eis und Schnee stattfinden, muss Olympia in der Wüste abgehalten werden? Viele dieser Dinge kann ich nicht direkt verhindern, aber durch mein Interesse treibe ich sie indirekt voran, durch mein Verhalten entscheide ich mit. Ich muss nicht alles mitmachen, ich kann stattdessen etwas anderes tun, anderes auswählen –

vielleicht bereichert es sogar mein Leben, wenn ich mir ab und an ein anderes Vergnügen wähle.

Manchmal kann ich supergut auf ein Flugzeug verzichten, weil ich Bahnreisen schöner und erlebnisreicher finde, auch wenn sie länger dauern. Sogar dann, wenn mal ein Anschluss nicht klappt. Im überfüllten Zug beim Bahnstreik sind mir, eingepfercht auf einem engen Gang, die interessantesten Menschen begegnet – und auf so engem Raum kamen wir uns auch menschlich näher und haben mehr miteinander geredet, als wenn jeder auf seinem eigenen Sitz eingequetscht wäre. Als ich in einer kleinen französischen Stadt einen Anschluss verpasste, musste ich im Café auf den nächsten Zug warten. Es war herrlich. Dieser Vormittag ließ das Leben der Stadt und ihrer Menschen vor mir Revue passieren, bescherte mir interessante Lektüre, gutes Essen und Gespräche. All das wäre mir nicht begegnet, wenn ich den geplanten Zug genommen hätte.

Aber als mein Sohn im Ausland studierte, konnten wir nicht immer auf das Flugzeug verzichten, weil sonst manchmal aus Zeitmangel nicht möglich gewesen wäre, einander zu besuchen. Dazu habe ich beim Thema Reisen schon einiges gesagt. Zudem ist die Preispolitik der Bahn manchmal schwer zu verstehen und mit mehreren Personen ist es oft günstiger, Auto zu fahren, was nicht den realen Kosten entspricht.

Bleiben wir bei der Bewegung. Wie viel Geld wird in Deutschland und weltweit ausgegeben für Fitnessseinrichtungen, für Sportgeräte, Sportvereine, und schließlich für Folgeschäden von Sportverletzungen oder für die Schäden, die unsere körperliche Trägheit verursacht!? So haben wir Fernbedienungen, damit wir nicht einmal mehr die paar Bewegungen tun müssen, um das Garagentor zu öffnen und es hochzuschieben. Aufzüge, Rolltreppen, obwohl wir noch bestens auf den Beinen sind, Haushaltsgeräte, die uns jede Mühe erleichtern und eine Menge Tätigkeiten abnehmen, Elektrogeräte, die uns den Rechen im Garten ersetzen, den Rasenmäher, die Heckenschere. Ankauf, Instandhaltung und

Ersatz defekter Geräte kosten uns viel Geld und Zeit. Wir müssen dafür mehr Erwerbsarbeit leisten, um das Geld zu verdienen. Wenn wir einige dieser Tätigkeiten in unser tägliches Fitnessprogramm einbauen, ersparen wir uns eine Menge Geld und sparen uns die Zeit im Fitnesscenter.

Sogenannte Eigenarbeit, Arbeit für den eigenen Zweck also, wird in unserer Gesellschaft wenig geschätzt. Sie hat einen geringen Prestigewert, weil sie mit wenig öffentlicher Beachtung oder messbaren Erfolgen einhergeht. Dennoch kann sie uns viel Freude machen, sie steigert unsere Kreativität und vermittelt den *Flow*. Das ist ein Begriff aus der Psychologie, für das höchst gesunde Gefühl ganz in einer erfüllenden Tätigkeit aufzugehen, an der wir Freude haben und der wir uns ganz konzentriert hingeben, statt immer der gleichen Routine und dem gleichen Trott in Schule, Job und Büro zu folgen oder uns von allen Medien gleichzeitig unterhalten zu lassen. Eigenarbeit ist in vielen Fällen umweltfreundlicher und gesünder als der Erwerb der Fertigprodukte, wie etwa das Kochen und Backen, aber auch der Anbau von Nahrungsmitteln. Denn sogar auf einem Balkon kann man schon viele Pflanzen selber ziehen.

Wenn man dann auch noch seine geistige Trägheit überwindet und ab und an darüber nachdenkt, alte Gewohnheiten durch neue zu ersetzen, wie etwa nähergelegen einzukaufen, mal dabei zu Fuß, und öfter zu gehen oder mit dem Fahrrad oder dem öffentlichen Verkehrsmittel, schon wieder hat man etwas für Fitness und Umwelt getan. Man kann hier durchaus manchmal auf das Auto verzichten. Kritisch muss ich allerdings einwerfen, dass man in größeren Städten nicht unbedingt leicht und gern mit Fahrrad und Anhänger mitten durch den Verkehr fahren will, weil das doch sehr unfallgefährdend sein kann und man ebenso wenig gerne seine Milch-oder Getränkemehrwegflasche weit tragen möchte. Ich sehe durchaus, dass manchmal die Infrastrukturen unserer Umweltfreundlichkeit Grenzen setzen, weil ja die vielen kleinen Läden in der direkten Nachbarschaft

in den letzten Jahren verschwunden sind. Verschwunden sind sie aber, weil wir ja gerade sie nicht mehr wollten, denn wir wollten ja mit unseren fetten SUVs lieber bequem parken und das war nur in den Gewerbegebieten möglich. Dafür nahmen wir bereitwillig in Kauf, dass unsere Landschaft mit Betonbaracken und Parkplätzen zugepflastert wurde. Es ist eine selbstverschuldete Entwicklung, die wir durch unser Verhalten in Gang setzten und so auch wieder rückgängig machen können.

Müll kann man reduzieren, indem man weniger Verpackung benötigt und selber Dosen und Tüten mitnimmt, auch, indem man die Art der Verpackung wählt, also auf Plastik verzichtet. Ein bisschen Mitdenken hält den Kopf fit und reduziert Abfälle leicht um zwei Drittel. Bewusst konsumieren, das heißt für mich auch, dass ich überlege, was ich mit meinem Einkauf unterstützen will. Manchmal kann ich nur wählen, entweder Bio oder weniger Müll. Manchmal sind eben die Produkte nicht perfekt umweltfreundlich.

Ich spare Papier, aber vor allem, Drucker- und Kopierpapier, das kann ich bedenkenlos reduzieren. Ich rege in meiner Stadt den Gebrauch von Recyclingpapier an Ämtern und Schulen an, aber auch als Hygienepapier in privaten Haushalten.

An Büchern und Zeitungen spare ich nicht so gern, weil sie für mich meist, wenn auch nicht immer, Kultur und Bildung repräsentieren, geistige Auseinandersetzung mit wichtigen Themen, weil von ihnen Autoren und Journalisten leben, die sich diesen Aufgaben verschrieben haben und meist nur sehr wenig Geld dafür bekommen, nicht selten sogar noch einen Broterwerb zusätzlich ausüben müssen. Ich will sie daher unterstützen dabei, wichtige Gedanken unter die Menschen zu bringen, denn wenn sie es nicht tun würden, wäre kritische politische Meinungsbildung aber auch kulturelle Auseinandersetzung nicht möglich. Zudem kann ich anders mit einem Buch arbeiten, als mir dies am Bildschirm möglich ist. Beides hat Vorteile und ich versuche es sinnvoll abzuwägen.

Ich kann auch ganz leicht auf jene Sparte des Konsums verzichten, die sich in bunten Plastiktrettern, Geschenk- und Dekoartikeln manifestiert, in billigem Plastikspielzeug für Kinder, das meist scheußlich aussieht, unästhetisch ist und auch schnell kaputt. Gerade zu den Festzeiten überschwemmen uns die Läden mit ihren meist chinesischen Billigprodukten, die danach bedenkenlos entsorgt werden.

Seit beinahe vierzig Jahren habe ich dieselben Möbel, weil ich mir einmal qualitativ gute, zeitlose Stücke gegönnt habe, die optimal in meine Räume passen und daher noch immer einwandfrei aussehen. Auf einige davon habe ich sogar länger gespart. Mit Kleidung verhält es sich ähnlich. Man muss nicht dem Trend folgen und wöchentlich nach der neuesten Mode gekleidet sein, nur weil der Laden schon wieder neue Stücke hat. Auch mit längeren Zyklen kann man attraktiv aussehen.

Überflüssiger Konsum, der sich in billigen Werbegeschenken, Probchen und Beigaben zu anderen Waren darstellt, muss manchmal mit etwas Mühe abgelehnt oder sogar zurückgeschickt werden, was mit etwas weniger Trägheit ganz einfach ist: zurück an den Absender drauf und rein in die Post. Das kommt in der Regel nicht wieder.

Gewünschte Veränderungen kann man mit etwas Kreativität durch Wiederverwendung und Zweckentfremdung, wenn man aus Altem Neues macht, schnell erreichen. Dann kann schon gar nicht mehr von Verzicht gesprochen werden, er ist gar nicht dazu nötig. Man erspart sich den Erwerb neuer Produkte, man produziert sie selbst durch eigene Kreativität. Zum Beispiel hatte ich Handtuchhalter aus nicht benötigten Drahtkleiderbügeln zurechtgebogen, Vorhänge aus übrigen Geschirrtüchern genäht, Kissenbezüge aus Halstüchern und Verpackungen als Windlichter und Blumenvasen verwendet.

Manchmal hätten wir schon viel erreicht, wenn wir auf ein bisschen Trägheit verzichten könnten, wenn wir uns die Mühe machen würden, vorher über unser Tun und unsere

Konsumentenscheidungen nachzudenken, wenn wir manchmal etwas weniger oft tun würden. Die Wirkung wäre vortrefflich! Aber so flüchten wir uns in die Ausrede: Wenn ich nicht alles tun kann, dann tu ich lieber gar nichts.

Nicht zuletzt auch deshalb, weil wir einem ewigen Rechtfertigungszwang unterliegen, ganz besonders im Umweltschutz. Er wird von manchen dogmatisch gehandhabt und betrieben mit dem Moralismus, manchmal sogar dem Fanatismus einer Religion. Dann wundert man sich, wenn manche Menschen nicht mehr mitmachen wollen, obwohl doch so logische Gründe dafür sprechen. Denn natürlich sind wir alle nicht perfekt, denn natürlich haben wir manchmal triftige Gründe, das Auto zu nehmen, Transporte, das Wetter, ein kaputtes Knie, ein Baby, unzureichende Verkehrsmittel! Es ist Unsinn, sich das gegenseitig vorzuwerfen.

Dennoch gilt, manchmal auf träge Gewohnheiten zu verzichten, bringt allen etwas!

Andreas Altmann schildert in *Gebrauchsanweisung für die Welt* folgende Beobachtung: „Doof sein ist leicht, viel leichter, als das Hirn in Betrieb zu nehmen. Das erinnert mich an Passagiere, die nach einem 12-Stunden-Flug in der Ankunftshalle die Rolltreppe benutzen, statt sich vor die erste Treppe zu knien, aus Dank, wieder den Leib spüren zu dürfen. Nichts würde sie physisch hindern, aber sie wollen träge sein. Dieses geistig-körperliche Versumpfen, dieses Fettwerden oben und unten, ist es das, wofür wir leben?“

„Ah, die Routine. Sie ist eines der gefährlicheren Gifte. Vor dem keiner von uns gefeit ist. Sie ist der Erzfeind der Neugier, sie ist das träge Fleisch, der innere Schweinehund, eine wahre Massenvernichtungswaffe.“

---

# Minimalismus versus Opulenz

*von Petra Stechele*

Karl Lagerfeld hat vor Jahren einmal gesagt: „Zu viel darf nicht genug sein.“

Man könnte das beinahe als DAS Manifest des entfesselten Kapitalismus bezeichnen.

Aber dieser Satz spottet natürlich jeder Logik, denn zu viel ist zu viel. Das ist die schlichte Bedeutung der Wörter. Und dennoch die Natur lehrt uns nicht Knappheit, nicht Freudlosigkeit. Die Natur lehrt uns Opulenz, Fülle, Schönheit. Wenn wir sie nicht stören, ist sie durchaus fähig das hervorzubringen. Sie tut dies, indem sie ihre Abfälle als Nahrung wiederverwendet nach dem Prinzip: Waste is Food. Wir brauchen uns dabei nur einmal einen Kirschbaum in voller Blüte vorzustellen. Nur lehrt sie uns dabei auch die Regel der geschlossenen Kreisläufe.

Fülle, Reichtum und Opulenz sind nur in geschlossenen Kreisläufen möglich, wie das schon Michael Braungart vor langer Zeit festgestellt hat. Solange unsere Produktion, unsere Wirtschaft, unsere Zivilisation dazu nicht in der Lage ist, kann sie sich Opulenz und Fülle nicht erlauben. Sie kann es sich dann nicht erlauben, wenn sie die ihr zur Verfügung stehenden Ressourcen in einem Maße verbraucht, das sich zerstörerisch auf das Leben der Zukunft auswirken muss. Zur Zeit wirbt der World Wild Life Fund (WWF) mit einem Plakat auf dem steht: „5€ retten eine bedrohte Art: dich! Der Amazonaswald schützt auch unser Leben. Schützen wir ihn.“ Das ist ein ernster Aufruf, uns darüber klar zu werden, wie viel wir zerstören von unseren eigenen Lebensbedingungen. Am besten schützen wir ihn, wenn wir uns für den Klimaschutz und gegen die Abholzung einsetzen. Schuld daran ist unser Lebensstil. Wir verbrauchen den Wald für Papier, für Plantagen, für Möbel.

Deshalb sollten wir hier mal den Minimalismus von seiner positiven Seite betrachten. Minimalismus heißt: ich beschränke mich auf das minimal Notwendige. In meinem privaten Leben kann ich das durchaus im Rahmen der geschlossenen Kreisläufe aufbrechen. Wenn ich es schön haben will, kann dekorieren mit Dingen, die ich in der Natur finde, mit Dingen, die ich wiederverwende, die ich aus dem Kreislauf für eine Zeit entferne, um sie später zurückzugeben.

Kürzlich war ich zu Besuch in Amsterdam, in einer Wohngegend mit sehr großen Fenstern zu den kleinen Gassen. Im Vorübergehen bei Dunkelheit sah ich plötzlich in einen hellerleuchteten vorhanglosen, loftartigen Wohnraum – und erschrak: denn er war bis auf den letzten Zentimeter vollgestellt mit Kram, die Leute hatten kaum Platz sich zu bewegen. Küchentheke und Esstisch waren voll mit Fläschchen, Figürchen, Geschirr und, und, und. Die Personen schienen beinahe darin zu verschwinden, erdrückt von all dem Zeug. Sie wirkten unbeweglich, eingeschränkt. Wie ein Teil ihres eigenen Museums. Ich stellte mir vor, darin leben zu müssen.

Ab und an wunderte ich mich, warum meine Nachbarn dreimal so viel Müll haben wie ich, warum bei ihnen ständig der Sperrmüll kommt und der ganze Hausrat vor der Tür landet. Ab und an wunderte ich mich, warum manche Menschen über nichts anderes mehr reden, als über ihre Shoppinggewohnheiten und -gelegenheiten. Ab und an wunderte ich mich, warum die Wohnungseinbrüche die Autodiebstähle an Zahl inzwischen überholt haben. Seit ich dieses Bild sah, wundere ich mich nicht mehr.

Minimalismus entlastet. Ich versuche seit einiger Zeit monatlich einen Wäschekorb voll nicht mehr benötigter Dinge, an das Sozialkaufhaus oder andere Einrichtungen zu spenden. Mit jedem Korb, den ich aus meinem Haus entferne, erleichtere ich mir gleichzeitig das Leben, weil sie meinen Haushalt verkleinern. Ich muss diese Dinge nicht verwalten, nicht umräumen, nicht anwenden, nicht benutzen und nicht pflegen.

Zunehmend gewinne ich Zeit für Dinge, die mir wichtiger sind. Vor allem für soziale Kontakte. Selten benötigte Dinge kann man auch einmal ausleihen.

Auch hierzu findet sich ein schönes Zitat bei Andreas Altmann „Und so schleichen die einen davon, während die Müllmänner und Müllfrauen – all jene eben, die gern Müll shoppen – zurück in ihrem Viel-Tonnen-Haus bleiben, vor der Fünf-Tonnen-Garage, der Zwei-Tonnen-Blechkuh, ja sie selbst – die unbeweglichen Stubenhocker – schon zur Tonne mutierten: Weil so viel Besitz keinen Auslauf mehr erlaubt, weil er bewacht, umzäunt, diebstahlversichert, wasserversichert, feuersichert, sturmversichert, alarmknöpfe-vermint, ja abgestaubt, neu gestrichen, frisch geschmiert, vertieft, erweitert, vergrößert werden muss. Damit sie im Kuhdorf Quakenbrück (nur ein Beispiel) jeden Tag um die Wette protzen können: Wer hat am dümmsten seine Lebenszeit vertan? Wer stirbt als Erster an Raffsucht? Wer will der Reichste auf dem Friedhof sein?“

Ja, so von der Hand zu weisen ist auch dieser Gedanke nicht, denn wie viele erkranken an dieser typischen Krankheit unserer gierigen Zeit, die man Burn-out nennt, arbeiten zu viel shoppen zu viel, oder sitzen zu viel oder zu lange im Büro oder vor den Bildschirmen. Denn zu viel ist eben zu viel! Sie bewegen sich zu wenig?

Ja, ich stelle täglich fest, wie es entspannt, wie es befreit, weniger Dinge benutzen, pflegen und sauber halten zu müssen. Es bringt Klarheit ins Leben. Und auf einmal brennt nichts mehr aus. Auf einmal hat man Zeit, Zeit für das, was Nathalie Knapp in ihrem Buch *Kompass neues Denken* als Resonanzerlebnisse bezeichnet: intensive Begegnungen und Gespräche mit interessanten Menschen. Begegnungen, die nichts kosten. Oder jene *Flow*-Erlebnisse, Tätigkeiten, die uns so viel Freude machen, dass wir darin völlig aufgehen.

Zeit eben. Die Zeit, zu leben.

Die Schriftstellerin Colette schrieb einmal: „Ich hatte eigentlich ein wunderschönes Leben. Leider habe ich es zu spät gemerkt.“

---

# Verzicht

*von Stefan Simonis*

## Was ist Verzicht?

Bei einem Treffen umweltbewegter Menschen in Freiburg ging es darum, wie jede bzw. jeder von uns den eigenen Ökologischen Fußabdruck verkleinert. Eine Teilnehmerin des Treffens sagte, dass sie in diesem Jahr auf Bahnreisen nach Paris und Berlin zu Freunden und Verwandten verzichte. Darauf antwortete ich ihr, dass ich der Meinung sei, sie müsse ja nicht auf alles „verzichten“, zumal Bahnreisen einen kleinen Footprint hätten. Denn das Leben solle ja nach wie vor Spaß machen. Außerdem gefiele mir der Ausdruck „Verzicht“ nicht, weil er negativ besetzt sei. Da schwingt für mich Entsagung, Enthaltensamkeit aber auch so etwas von „gnädigem Überlassen“ mit. Darauf entflammte eine rege Diskussion zum Thema „Verzicht“, die mit der Feststellung endete, dass es legitim sei, den Ausdruck „verzichten“ zu verwenden, wenn die Unterlassung einer Handlung als solches empfunden wird.

Das Ergebnis der Diskussion ließ mir auf dem Heimweg keine Ruhe. Zu Hause angelangt nahm ich ein Herkunftswörterbuch zur Hand, um für mich zu klären, was mit „verzichten“ eigentlich gemeint ist. Danach bedeutet das von „Verzicht“ abgeleitete Verb „einen Anspruch aufgeben“, wobei mit Anspruch „eine rechtliche Forderung“ gemeint ist. Also heißt „verzichten“, dass ich etwas nicht einfordere oder tue, auf das ich ein

Recht besitze. Ich kann also auf meinen Lohn verzichten, denn ich habe einen Anspruch darauf, weil ich dafür gearbeitet habe. Ich kann auch auf mein Wahlrecht verzichten, weil mir das vom Gesetz zugesichert ist. Oder ich kann darauf verzichten, einen Betriebsrat zu wählen, obwohl ich einer Firma mit mindestens fünf wahlberechtigten ständigen Arbeitnehmern angehöre. Aber ich kann nicht auf Flugreisen, Fleischkonsum oder ein neues Handy verzichten. Es gibt keinen rechtlichen Anspruch darauf, das Klima zu schädigen, Mensch und Umwelt zu vergiften, Tiere zu töten oder andere Menschen auszubeuten. Zumindest habe ich das noch nirgendwo gelesen. Selbst das „Dominum terrae“ des alten Testaments „Seid fruchtbar und vermehrt euch, bevölkert die Erde, unterwerft sie euch und herrscht über die Fische des Meeres, über die Vögel des Himmels und über alle Tiere, die sich auf dem Land regen.“ kann so nicht verstanden werden. Hier geht es um Kultivierung und den verantwortungsvollen, fürsorglichen Umgang mit der Erde ([https://de.wikipedia.org/wiki/Dominium\\_terrae](https://de.wikipedia.org/wiki/Dominium_terrae)).

## **Ich verzichte auf nichts!**

Ich empfinde es nicht als „Verzicht“, nicht mit dem Flugzeug zu fliegen. Es gibt so viel in Europa zu erleben, dass ich kein Flugzeug brauche. Die schönsten Urlaube waren meine Fahrradtouren in Frankreich. Dabei habe ich Landschaften viel intensiver erlebt als das mit dem Auto möglich ist. Und ich habe dabei viele nette Menschen kennengelernt. Außerdem ist es billiger als die Reise mit dem Flugzeug, wodurch ich nicht so viel arbeiten muss.

Irgendwann wollte ich ausprobieren, ob eine vegane Ernährung etwas für mich wäre. Anfangs war ich skeptisch, weil ich dachte, die Vermeidung tierischer Produkte sei schwierig und sowieso haftete dem Veganismus für mich etwas krankhaftes an, denn Vitamin B12 kommt nur in tierischen Produkten vor und muss deshalb irgendwie anders zugeführt werden. Aber meine

Bedenken haben sich schnell verflüchtigt. Meine Zahnpasta enthält Vitamin B12 und ich bin nicht so streng mit mir. Wenn ich auf Reisen bin, ist mir eine vegane Ernährung zu umständlich. Dann gibt es eben vegetarisches Essen, das bekommt man fast überall. Und wenn ich irgendwo zu Gast bin, pule ich nicht die Speckwürfel aus dem Essen. Solange ich nicht ständig tierische Produkte essen muss. Zu Hause probiere ich aus, was es an Möglichkeiten der veganen Ernährung gibt. Und es gibt viele leckere Möglichkeiten. Sie haben ihre eigene Qualität und Geschmack, den ich nicht mit tierhaltigem Essen vergleiche. Aber ich habe auch Rezepte für Gerichte gefunden, die im Geschmack kaum von nicht-veganem Essen zu unterscheiden sind.

Dass man Ängste hat, seine Gewohnheiten zu ändern, kann ich gut verstehen. Ich hatte selbst ein Auto, das ich jedoch recht selten nutzte. Als wieder einmal der TÜV-Termin anstand, fuhr ich mit dem Auto in der Werkstatt, um – wie ich dachte – kleine Mängel beheben zu lassen. Das Auto für den TÜV fit zu machen, sollte jedoch mindestens 2.000 € kosten, obwohl ich in den zwei Jahren seit dem letzten TÜV-Termin nur 5.000 km gefahren war. Das war mir entschieden zu teuer und ich beschloss, mein dreizehn Jahre altes Auto abzuschaffen. Als ich das Auto auf dem Schrottplatz abgegeben hatte, überkam mich Panik. Wie sollte ich jetzt meine Einkäufe machen? Wie sollte ich in die nächste Stadt kommen? Konnte ich noch abends zu Veranstaltungen gehen? Mit der Zeit lösten sich diese Ängste auf. Ich kaufte mir einen Fahrradanhänger, mache aus jedem Stadtbesuch eine gemütliche Fahrradtour und übernachte nach Abendveranstaltungen bei Freunden. Ich fühle mich heute ohne Auto freier, weil viel Ballast weggefallen ist. Ich spare mir die Kosten für Autoreparatur, neue Autoreifen, Steuern, Versicherung, Tanken und Parkhaus. Jetzt muss ich nicht mehr das Geld verdienen, um mir das Auto leisten zu können. Größere Strecken fahre ich mit der Bahn und genieße es, selbst wenn die Bahn manchmal Verspätung hat. Auch mit dem Auto bin ich oft zu spät zu einem Termin gekommen, weil ich im Stau

gestanden habe. Nur konnte ich im Auto nicht lesen oder mal ein Nickerchen machen. Und sollte ich wirklich ein Auto brauchen, dann leihe ich mir eins oder fahre mit dem Taxi. Mit dem Geld, das ich durch die Abschaffung meines Autos gespart habe, kann ich mir das hin und wieder leisten.

## **Ich bin doch nicht blöd.**

Was viele Menschen als Verzicht bezeichnen, nenne ich Befreiung von Zwängen und Ballast. Warum soll ich Dinge konsumieren, die ich nicht brauche? Dafür müsste ich doch wieder mehr arbeiten. Warum soll ich mir mit Geld, das ich nicht habe, Dinge kaufen, die ich nicht brauche, um Menschen zu beeindrucken, die ich nicht leiden kann? Ich fühle mich wohler, wenn ich nicht auf Kosten der Umwelt und anderer Menschen lebe. Ich versuche so zu leben, dass ich die Natur und die Menschen möglichst wenige schädige. Das hat nichts mit „Gutmenschentum“ zu tun und ist erst recht keine besondere Leistung. Es klappt vielleicht nicht immer, aber es macht mir Spaß, herauszufinden, welche Möglichkeiten ich habe und sie umzusetzen. Das nicht zu tun, wäre für mich Verzicht.

---

# **Über Schönheit und Konsum**

von Petra Stechele

*„Im Ausland stellte sie fest, dass die Verwandlung von Musik in Lärm ein weltweiter Prozess war, der die Menschheit in die historische Phase der totalen Hässlichkeit eintreten ließ. Die Totalität der Hässlichkeit äußerte sich zunächst als allgegenwärtige akustische Hässlichkeit: Autos, Motorräder, elektrische Gitarren, Pressluftbohrer, Lautsprecher, Sirenen. Die Allgegenwart der visuellen Hässlichkeit würde bald folgen“, sagt Milan Kundera in „Die*

*unerträgliche Leichtigkeit des Seins“.* „Ohne es zu wissen, komponiert der Mensch sein Leben nach den Gesetzen der Schönheit, sogar in Momenten tiefster Hoffnungslosigkeit.“

Wahrnehmung ist individuell und unterliegt zeitbedingtem Wandel. Schönheitsideale verändern sich. Globalisierung und „Massenkonsum“ haben eine Welt der „Massen“ entstehen lassen, in der alles auf ein grausiges jämmerliches Mittelmaß nivelliert wird. Da nützt uns auch das Guinness-Buch der noch viel traurigeren Rekorde nichts, die nur beweisen, was Menschen tun, um einmal im Leben „jemand zu sein“. Immer absurder werden die Versuche, denn leicht ist es nicht, sich hervorzutun – und hervortun müssen wir uns.

Wer sich die meisten Reißzwecken durch die Zunge pierct oder einbeinig über Flaschenhalse balancieren kann, fühlt sich als Held, als Held der Flaschenhalse und Reißzwecken. Wir müssen Bungee springen, um unser Herz schlagen zu hören, weil man uns schon Shopping als Abenteuer verkauft. Herausragen aus der Masse! Irgendwie muss es doch möglich werden! Der Konsum wird beständig angekurbelt damit, dass man uns einredet, wenn wir ein Produkt erwerben, dann sind wir ein ganz anderer Mensch, ein viel besserer, ein ganz besonderer. Und wenn wir feststellen, dass es auch diesmal wieder nicht geklappt hat, dann kaufen wir das nächste, fallen auf ein anderes Produkt herein. Diesmal – aber wirklich! – macht es uns schöner, begehrenswerter, erfolgreicher, gefragter, besonders!! Für wie lange?

Das bringt uns die verlorene Schönheit nicht wieder. Architekten betrauern die tristen gleichförmigen Vorstädte, Horte ideenloser Fadheit und Monotonie. Gebäude, die nach 12 Jahren abgerissen werden, billig und hässlich erbaut, nur auf kurzfristigen Nutzen getrimmt, rücken sie uns als Geschwüre im Stadtbild ins Blickfeld. Geschäfte verkommen zu Baracken in Gewerbezentren, ein Shoppingkarree reiht sich an das andere, Konzentrationslager des Konsums. Der fahle leidende Konsument darin hechelnd im Entscheidungszwang, unfreundlich misshandelt von gehetzten Verkäufern, frönt seinem zwanghaften Wahn, fürchtet zu „verhungern“, wenn er nicht sofort wieder „Nahrung“ bekommt, „Food“, das morgen schon „Waste“ ist. Die meist rotgelben, ab und an noch blauen, um Aufmerksamkeit buhlenden Werbeschilder gieren

billig billig billig nach uns und lassen uns noch fahler erscheinen. Nuancen verblassen zur Farblosigkeit unter den Knalleffekten und bringen der Ästhetik den raschen Tod auf pinkfarbenen und speigrünen chinesischen Gummitretern, frisch entronnen dem 1Euroshop, der nichts hat, was irgendjemand wirklich bräuchte.

Ferienhaussiedlungen, die ganze Gebirgszüge säumen, Landflächen bedecken, für die Hügel abgetragen wurden, um ihnen Reihenhäuser aufzusetzen, die die meiste Zeit unbewohnt sind. Seen und Flüsse entwässert, um Swimmingpools zu füllen in endlosen Siedlungen von einförmiger Künstlichkeit und Golfplätze zu berieseln. Felder, die folienbedeckt und giftbesprüht sich erstrecken, soweit das Auge reicht, Strände gesäumt von Betongeschwüren.

Megacities, leerstehende Hochhaustürme, Kunstinseln, die sich das Meer zurückholt. Menschen schrumpfen zu Ameisen und Käfern, im Dunkel von U-Bahnschächten bleich und zerknittert in Ölmief und Gestank überhitzter Bremsen, ohne Licht, ohne Sonne, ohne einen Hauch von Luft, außer der Zugluft, die die Ausdünstungen Hunderter hastender Menschen durch die Schächte peitscht. Nichts sehen von der Stadt, von der Welt, bleiche Maden, die irgendwo blinzelnd ans Licht kommen, orientierungslos auftauchen im Abgas der sich stauenden Pkws durch bombastische Regierungs- oder tote Büroviertel.

Orte, Natur, die man früher als schön empfand, werden nun unbetretbar, ohne Gegenwehr zerstört, was einst alle anzog. Tourismus fällt wie Heuschrecken ein, weidet Gebiete ab, den Kahlschlag ästhetischer Vernichtung zurücklassend.

Die Macht der Verführung , die Schwäche der Verführbarkeit weltweit, der kein Volk letztlich widerstand. Weil wir nichts durchschauen, übernehmen wir die Verantwortung für unsere (politischen) Entscheidungen nicht. Wir haben ein fehlgeleitetes Schönheitsideal: Normiertes, Wiederholbares, „Geschöntes“, Monotones erscheint als schön, nicht das Einzigartige, das Besondere. So erzeugen wir Massenkultur und Langeweile – und gieren nach Neuem, immer wieder Neuem. Und doch bleibt es bloß Masse, Massenware. Welch ein Widerspruch! Unser Versuch einzigartig sein zu wollen, erreicht das

genaue Gegenteil.

*„Lieber flüchten, um der Niedertracht des Alltags zu entkommen, dem Geheul der Wachstumsnarren und ihren penetranten Aufrufen zum Anhäufen von Klimbim. Nie habe ich einen dieser Marktschreier plärren hören: „Lasst euer Hirn anschwellen! Mehrt euren Mut! Werdet tapferer! Verschwendet mehr Liebe! [...] Steigert euren Empathie-Quotienten! Vervielfacht eure Sehnsucht nach den – André Gide hat darauf bestanden – émotions fortes, den starken Gefühlen! Ja, denkt mehr! Lest mehr! Spürt mehr!“ Nie gehört. Nur ihren ultimativen Krimskrams wollen sie loswerden, dessen Erwerb die Glücksspanne von fünf Minuten nicht überschreitet.*

*[...] Wollen wir nicht, wenigstens ab und zu Aristoteles zuhören, der eines blau strahlenden Morgens vor 2400 Jahren auf dem Marktplatz von Athen stand und entzückt ausrief. „Noch nie sah so viele Dinge, die ich nicht brauche!“*

*Und so schleichen die einen davon, während die Müllmänner und Müllfrauen – all jene eben, die gern Müll shoppen – zurück in ihrem Viel-Tonnen-Haus bleiben vor der Fünf-Tonnen-Garage, der Zwei-Tonnen Blechkuh, ja sie selbst – die unbeweglichen Stubenhocker – schon zur Tonne mutierten: Weil so viel Besitz keinen Auslauf mehr erlaubt, weil er bewacht, umzäunt, diebstahlversichert, alarmknöpfe-vermint, ja abgestaubt, neu gestrichen, frisch geschmiert, vertieft, erweitert, vergrößert werden muss. Damit sie im Kuhdorf Quakenbrück (nur ein Beispiel) jeden Tag um die Wette protzen können: Wer hat am dümmsten seine Lebenszeit vertan? Wer stirbt als Erster an Raffsucht? Wer will der Reichste auf dem Friedhof sein. Wer hat noch immer nicht kapiert, dass hinter Quakenbrück die Welt anfängt?*

*Die intensive Beschäftigung mit erlesen abgestimmtem Zubehör als Ersatz für ein lauwarmes Herz.*

*Aber ich fühle, als wäre ich die Erde selbst. Jede Warze Hässlichkeit, jeder Betonklotz, jede Schneise Raffgier in einen Wald, jeder Ruf nach noch mehr Luxus, nach noch mehr Fressen, nach noch mehr Ansprüchen, nach noch mehr „Nie-den Hals-Vollkriegen“ ist ein Schwinger auf mein*

*Herz. Ich verkrafte sie einfach nicht mehr, die Profitganoven, deren Maß aller Dinge einzig ihre Maßlosigkeit ist.*

*Wie sagte es Karl Lagerfeld kürzlich: „Zu viel darf nicht genug sein.“  
( gesamter Textauszug aus „Gebrauchsanweisung für die Welt“ von Andreas Altmann)*

„Romantischere“ Lebensstile blühen zum Glück als Gegenbewegung auf: Generationenhäuser, Selbstversorgerdörfer, (Künstler-)Wohngemeinschaften, Sharing und Upcycling-Ideen, Nahrungsmittelkooperativen und vieles mehr. Warum nicht hier Einzigartiges leisten? Warum nicht ohne Ausbeutung der Natur, der Welt, kreativ leben, wirklich etwas erleben, etwas erzeugen, etwas kreieren? Warum nicht hier etwas Neues wagen?

---

# Fleischatlas extra

## Abfall und Verschwendung 2014



Heinrich-Böll-Stiftung.  
Berlin. 22 Seiten.

**Hinweis:** Der „Fleischatlas extra: Abfall und Verschwendung“ ist nur als PDF-Version erhältlich. Der „[Fleischatlas 2014](#)“ und der „[Fleischatlas 2013](#)“ können auch als Print-Version bestellt werden.

Essen ist wertvoll. Aber häufig gehen wir so nicht damit um. Wenn nur noch die Filetstückchen auf unseren Tellern landen und der Rest des Tieres zur Energieproduktion oder als Düngemittel eingesetzt wird, hat das mit Wertschätzung wenig zu tun. Dabei hat ein schonender Umgang mit Nahrungsmitteln eine Schlüsselfunktion im Kampf gegen Hunger und Umweltzerstörung.

Gerade der heutige Fleischkonsum aus industrieller Produktion zehrt an den Ressourcen der Erde. Und er verschärft die Ungleichheit zwischen denen, die verschwenden können, und denen, die zu wenig haben, um satt zu werden. Um wertzuschätzen, ist Wissen nötig. Daher stellen wir Ihnen in diesem „Fleischatlas extra“ über Abfall und Verschwendung vor allem Informationen über die Tiere bereit, die Sie *nicht* essen.

- [Den Fleischatlas extra auf dem Smartphone und Bildschirm lesen](#)
- [Download als PDF-Datei](#)
- [Zur Fleischatlas-Übersichtseite](#)

## **Inhaltsverzeichnis:**

### **Die große Vergeudung (S.4)**

von *Christine Chemnitz*

Nur knapp die Hälfte eines zur Schlachtung vorgesehenen Tieres landet als Fleisch und Wurst bei den Konsumentinnen und Konsumenten. Und selbst bei ihnen wird noch viel weggeworfen.

### **Der Tierverbrauch im Lebensverlauf (S.11)**

von *Dietmar Bartz*

Wie viele Tiere verzehrt ein Mensch in seinem Leben? Eine Frage, die mehrere Antworten erlaubt – und einen Blick in die Statistiken erzwingt.

---

# Stadt, Land, Überfluss

Warum wir weniger brauchen, als wir haben.



Jörg Schindler  
S. Fischer Verlag 2014  
Frankfurt am Main, 271 Seiten.

IMMER MEHR, IMMER BESSER, IMMER SCHNELLER?

Es geht auch anders: Da ist der ehemalige Bankdirektor, der jetzt Suchtkranke betreut und plötzlich wieder Zeit hat. Die Designerin, die keine Lust mehr hat auf Dinge, die die Welt nicht braucht und jetzt nicht normgerechtes Gemüse vor dem Abfall rettet. Da ist der Fußballverein, der sich nicht ausverkauft und trotzdem erfolgreich ist.

Jörg Schindler erzählt in *Stadt, Land, Überfluss* von Menschen, denen es nicht um Profit geht, deren Ziel nicht Wachstum um jeden Preis ist. Was sie verbindet, ist keineswegs purer Verzicht oder weltabgewandtes Aussteigertum. Durch ein bewusstes Weniger ergibt sich ein Gewinn an Lebensqualität, mehr Zeit und Zufriedenheit. Schindlers spannende Geschichten aus unserem Land des Überflusses sind Anstiftungen zum Umdenken: die Gesellschaftsdebatte zum Konsum- und Wachstumswahn

\*\*\* Dieses Buch macht Lust auf weniger – und ist deshalb ein Gewinn! \*\*\*

---

# Kompass neues Denken

Wie wir uns in einer unübersichtlichen Welt orientieren können



Natalie Knapp  
Rowohlt Verlag 2013  
Reinbeck. 336 Seiten.

Gemeinsam die Zukunft gestalten.

Immer mehr Menschen fühlen sich den Anforderungen unserer Zeit nicht gewachsen. Sie fragen sich, woran sie sich orientieren sollen, wie sie kluge Entscheidungen treffen können und was ihnen Stabilität und Sicherheit vermittelt. Denn offenbar funktioniert in einer hochgradig dynamischen und vernetzten Welt unsere bisherige Art des Denkens und der Zukunftsplanung nicht mehr. Unerwartete Ereignisse werfen unsere Pläne und Ideen immer öfter über den Haufen. Deshalb müssen wir lernen, Ungewissheiten auszuhalten und flexibel auf Unvorhergesehenes zu reagieren. Wir brauchen die Fähigkeit, neue Denkwege zu beschreiten und unerwartete Lösungen zu finden.

Mit „Kompass neues Denken“ hilft uns Natalie Knapp dabei, einen neuen Orientierungssinn für die moderne Welt zu entwickeln und den Alltag wieder leichter in ein glückendes Leben zu verwandeln.