Konsum pur

Die Macht der vielen Dinge.

Jede:r Deutsche besitzt durchschnittlich 10.000 Dinge. Kein Wunder, dass diese Schränke verstopfen, im Weg stehen und verstaut werden müssen, und das, obwohl man Muffinsbleche, das Nachschlagewerk mit 14 Bänden und den extradicken, für besondere Anlässe gekauften Wintermantel doch nur ein oder zweimal im Jahr „braucht" und Erinnerungsstücke im Regal eh nur einstauben. Julia Grabler ist überzeugt, dass ein Weniger an Dingen das Leben einfacher, glücklicher und fokussierter macht und ganz nebenbei auch noch die Welt retten kann.

Von Angelina Blon.

Adobe Stock, Paylessimages

Julia Grabler
Masterstudentin Umweltethik, Bachelor der Sozialwissenschaften mit Abschlussarbeit zu Nachhaltigkeit, Minimalismus und Konsum, eigenes Minimalismusexperiment, Mitglied im Forum Plastikfrei Augsburg

Ein Blick in Julia Grablers Wohnung zeigt, dass die Masterstudentin der Umweltethik mit einem Kleiderschrank, der nur 80 Zentimeter breit ist und sogar ihren Winterjacken Platz bietet, klar kommt. Es gibt nur wenige, ausgewählte Möbel aus den 50er- und 70er-Jahren, allesamt gebraucht bei Ebay oder im Sozialkaufhaus erstanden. Und doch – oder gerade deswegen? – wirkt die Altbauwohnung einladend gemütlich. „Ich habe 2018 verbissen und ziemlich radikal angefangen, minimalistisch zu leben", gibt Julia Grabler zu. Inzwischen lebt sie mit ihrem Partner, einem Nicht-Minimalisten, zusammen. Ihre Definition von Minimalismus lautet, bewusst zu konsumieren und ihren Konsum zu hinterfragen.

Konsum für Fortschritt und Wohlstand?

Als um 1900 die Industrialisierung einsetzte, wurde die Herstellung von Dingen in großer Stückzahl erst möglich. Dazu kam eine verbesserte Einkommenssituation der Menschen, die den Erwerb produzierter Güter erst ermöglichte. Seitdem stellen die Menschen immer weniger selbst her und erstehen stattdessen immer mehr Dinge, die – in einer Endlosschleife – in immer größerer Stückzahl immer noch günstiger produziert und verkauft werden. Werbung wurde allgegenwärtig und Shoppen zur Freizeitbeschäftigung: man zeigt was man kauft, man ist was man hat. Kleidung, Smartphone, Auto – Shopping macht nicht nur Spaß, es bietet auch Identifikation und Bestätigung. Es schafft Glücksgefühle, die meist nur kurz anhalten, oder kompensiert Gefühle, hilft, sich nicht mit sich selbst auseinandersetzen zu müssen. „Ich war sehr auf Oberflächlichkeit fokussiert und wusste nicht, wo ich in der Gesellschaft stehe." So beschreibt sich Julia Grabler, die zu dieser Zeit in einer Einzimmerwohnung wohnte. Ihr erarbeitetes Geld steckte sie in Kosmetik, Mode und Deko, es sammelte sich extrem viel an. „Ich war überfordert mit der Masse der Gegenstände und der Arbeit damit. Irgendwann wurde mir bewusst, dass zu viele Dinge zu viel Arbeit bedeuten, spätestens beim Umzug, als ich sah, wie viel ich besaß."

„Minimalismus – mehr Zeit, mehr Geld, mehr Freiheit!"

Der Wert der Dinge

Es war vor allem Kleidung, die Julia Grabler in Massen konsumierte und dann nur selten trug. Nach dieser Selbsterkenntnis begann sie ihr Zuviel an Kleidung zu verkaufen und zu verschenken: „Je mehr ich weggab, umso mehr Freude empfand ich. Ich sah, dass sich andere über etwas freuen, das ich nicht mehr nutze." Das Pareto Prinzip, auch 80/20-Regel genannt, besagt, dass 20 % der Dinge 80 % der Zeit genutzt werden. Im Umkehrschluss: den Großteil seiner Habseligkeiten nutzt man so gut wie nie. „Wichtig ist, ein Bewusstsein zu schaffen: Was brauche ich? Was nutze ich regelmäßig?", empfiehlt Julia Grabler. Und der Rest? Weg damit! Das gilt für jeden Lebensbereich, für die Wohnung genauso wie für Erinnerungsstücke, Freundschaften oder Beziehungen: „Was hat Mehrwert für mich? Wie geht es mir nach einem Treffen oder einem Gespräch? Womit fühle ich mich glücklich?" Beziehungen aufzuräumen, das allerdings ist die Königsklasse auf dem Weg zu einem minimalistischen Leben. Julia Grabler hat auch dies geschafft, denn beim Ausmisten hat sie vieles reflektiert: „Man beschränkt sich auf das Nötigste und findet heraus, was und wen man wirklich braucht."

Neuer Sinn für ungenutzte Dinge
Eine Überblickskarte, wo deine ausgemisteten Dinge in und um Augsburg neue Besitzer:innen finden:
www.purpur-magazin.de/ueberblick-pur-neuer-sinn-fuer-ungenutzte-dinge

Warum kaufen, wenn man leihen kann?
Eine Überblickskarte über Dinge, die man in und um Augsburg leihen kann:
www.purpur-magazin.de/ueberblick-pur-warum-kaufen-wenn-man-leihen-kann

„Das Fokussieren auf das Wesentliche ist eine Vereinfachung des Lebens."

Eine Übung

Was ist da drin?

Stell dir einen Schrank oder eine Kiste deiner Wohnung oder auch deine Handtasche vor. Schreibe auf, was du denkst, dass sich darin befindet – jedes einzelne Teil. Dann kontrolliere. Dinge, von denen du nicht mal mehr weißt, dass du sie besitzt – brauchst du diese wirklich?

Challenges

30 Tage – 30 Gegenstände

(für Anfänger:innen)

Trenne dich 30 Tage lang von jeweils einem Gegenstand.

30 Tage – eins mehr

(für Fortgeschrittene oder die, die es wirklich wissen wollen)

Trenne dich am ersten Tag von einem Gegenstand, am zweiten von zwei, am dritten von drei usw.

Brauchen, Haben oder Inszenieren?

Es gibt Dinge, die jeder Mensch braucht: ein Dach über dem Kopf, Kleidung und Nahrung. Zu einem Leben im 21. Jahrhundert gehört, zumindest für den Teil der Menschen, der in den (hoch-)industrialisierten Ländern lebt, durchaus mehr: Möbel, elektrische Geräte wie Kühlschrank oder Waschmaschine, eine technische Ausstattung mit Smartphone, PC oder Fernseher, ein Fahrzeug – alles Dinge, die uns einen Nutzen bringen und auf die man nicht mehr verzichten „kann" und mag. Aber es gibt auch unendlich vieles mehr, Dinge, die – Hand aufs Herz – kein Mensch braucht und die rein der Inszenierung oder Ausstaffierung des Lebens dienen. Minimalist:innen verzichten freiwillig auf viele dieser Dinge. Das grenzt sie von den Menschen ab, die unfreiwillig entbehren und in Armut leben. Minimalismus ist somit auch Ausdruck von Überfluss und Privileg. „Wir – also die im globalen Norden Lebenden – sind in der Lage aussuchen zu können, was wir brauchen", sagt Julia Grabler und fühlt sich deswegen als „manchmal nur Quasi-Minimalistin".

Das „System Wachstum"

Wir leben in einer kapitalistischen Welt, in der Gewinnmaximierung und Wirtschaftswachstum einen sehr hohen Stellenwert haben. Ohne Wachstum scheint das Weiterbestehen der Welt kaum vorstellbar. Und so wird massenhaft möglichst günstig produziert, mit all den Verlagerungseffekten meist in den globalen Süden: Kinderarbeit, Niedriglöhne und schlechte Arbeitsbedingungen, giftige Produktionsrückstände und hoher CO_2-Ausstoß. Um das „System Wachstum" am Laufen zu halten, muss immer weiter konsumiert werden, obwohl die Müllberge höher werden, Plastik Meere und Trinkwasser verseucht und die planetaren Grenzen längst erreicht sind. Auch wenn eine Green Economy durch Kreislaufwirtschaft Rohstoffe und durch Effizienz Energie einspart, steigt der Verbrauch durch die um ein mehrfaches wachsende Weltwirtschaft. Eine Verringerung von Produktion und Konsum und damit eine Abkehr vom Wachstumsgedanken ist unumgänglich, wenn der Klimakollaps verhindert werden soll. Alternativutopien gibt es bereits: Etwa Niko Paechs Idee der Postwachstumsökonomie, die nicht auf Verzicht gründet, sondern auf die Vermeidung von überflüssigen Gütern, die keinen Nutzen haben, viel Geld kosten und ökologische Ressourcen beanspruchen.

Fokussieren auf das Wesentliche

Minimalist:innen besitzen und kaufen keine überflüssigen Dinge. Sie verzichten, um Überkonsum und die damit einhergehende Zerstörung unseres Planeten zu vermeiden. Sie verzichten aber auch, um sich selbst vor einem Zuviel zu beschützen: „Alles was in meiner Umgebung ist, braucht Aufmerksamkeit, ist in meinen Gedanken", weiß Julia Grabler. Wenn sie in eine fremde Wohnung kommt, fühlt sie sich von den vielen Gegenständen angeschrien: mach was mit mir, räume mich auf, putze mich! Man steht vor einem Entscheidungsproblem, welchem dieser vielen Dinge man seine Zeit widmet, anstatt sich auf das Wesentliche fokussieren zu können. Julia Grabler fasst es so zusammen: „Minimalismus bringt Ruhe ins Zuhause, in die Gedanken und macht Platz für das Wesentliche ".

Buchtipp

Leben ohne überflüssigen Konsum

Welchen Einfluss hätte es auf die Wirtschaft, unsere Arbeit, unser Leben und unser Denken, wenn wir plötzlich alle aufhörten zu shoppen? Der Autor hat Expert:innenstimmen zu den Folgen gesammelt und Gesellschaften besucht, die seit jeher ohne überflüssigen Konsum leben. Anhand vieler Beispiele zeigt er, welchen Gewinn es darstellt, weniger zu kaufen – für unseren Planeten, für unsere Gesellschaft und für jede:n einzelne:n von uns.

J. B. MacKinnon: Der Tag, an dem wir aufhören zu shoppen

Penguin House, ISBN: 978-3-328-60090-9, 20 €

Adobe Stock: kamenuka, nikiteev