

Lebenskunst

Nutzen wir das, was wir uns leisten? Und was leistet das überhaupt? Wie befriedigen wir künftig Grundbedürfnisse, wie etwa das Wohnen? Stellen wir uns jetzt diesen Fragen! Denn unser westlich geprägter Lebensstil vermässelt uns die Zukunft.

von Fred Frohofer

Die Menschheit ist mit fünf schweren Krisen konfrontiert: Erhitzung des Klimas, Verlust der Artenvielfalt, Übernutzung der Ressourcen, Blasenbildung im Finanzsystem und Ungleichheit beim Wohlstand. All diese Krisen haben einen gemeinsamen Nenner: der grassierende Markt fundamentalismus mit seiner expliziten Ausrichtung auf Wachstum und Profitmaximierung. Nichts gegen Märkte an sich, sie haben wunderbare Eigenschaften, die uns Wohlstand und Vielfalt verschaff(t)en. Und Märkte können Bedürfnisse befriedigen. Doch das tun sie je länger, desto weniger: Die heute vorherrschende industrielle Marktökonomie schafft aufgrund ihrer Paradigmen laufend neuen Bedarf, sie muss wachsen und Geld akkumulieren. So werden wir mit Dingen überflutet, die uns kaum nützen, schnell kaputt sind oder die wir gar nie brauchen. Wir kaufen den Krempel, da er billig ist, und sehen dabei über den anfallenden Ressourcenverschleiss und die Emissionen hinweg. Wir realisieren nicht, wie stark wir von Werbetreibenden und Influencern beeinflusst werden. So auch von unseren Nachbarinnen und Nachbarn: Der neue Grill von nebenan etwa spornt uns an, das noch extravagantere Modell anzuschaffen. Die Markt-Player freuen sich, das Bruttoinlandprodukt (BIP) steigt – gleichzeitig zerstört unser Konsumverhalten die Umwelt und damit unsere Lebensgrundlage.

Eigene Ansprüche hinterfragen

In den Haushalten, in der Freizeit, im Verkehr und bei der Arbeit oder im Studium erzeugen wir 97 Prozent der gesamten Umweltbelastung; die restlichen drei Prozent generiert die staatliche Nachfrage. Das entlastet die Politik keineswegs, vielmehr hat sie jeglichem Raubbau an der Natur und jeglicher Schädigung des Klimas mit entsprechenden Regeln und Anreizen zu begegnen, was sie bisher sträflich vernachlässigte. Klimajugend sei Dank kommt jetzt endlich Bewegung in die Sache. Als Privatpersonen müssen wir uns an der Nase nehmen und die eigenen Ansprüche



Multifunktionale Nachbarschaften erhöhen die Lebensqualität: Dank kurzer Distanzen gewinnen wir Zeit, bessere Aufenthaltsqualität, gute Versorgung und schöpfen erst noch soziales Kapital.

hinterfragen. Je länger wir das unterlassen, desto ungemütlicher wird es auf dem zunehmend übernutzten Planeten – auch in der Schweiz. Dabei könn(t)en wir unser Konsumverhalten recht einfach systematisch optimieren: Das gelingt mit der Ausrichtung auf Suffizienz. Dieser Begriff wird meist mit Verzicht gleichgesetzt. Das ist falsch: Suffizienz stammt vom lateinischen Wort *sufficere* ab, was mit ausreichen, genügen und mit imstande sein übersetzt wird. Bei einem Verzicht dagegen gibt es nichts. Wer suffizient lebt, hat sich vom Überfluss befreit und verfügt über das, was sie oder er wirklich braucht – dies in guter Qualität. Und das lohnt sich, denn mit einem suffizienten Verhalten retten wir nicht nur den Planeten, sondern sparen auch Zeit und Geld und erhöhen erst noch unsere Lebensqualität.

Genussreiche Entdeckungen

Wer sich auf den Weg macht, suffizient zu leben, merkt schnell: Suffizienz ist wahre Lebenskunst! Es bieten sich ungeahnte Möglichkeiten, es ergeben sich genussreiche Entdeckungen, wertvolle Begegnungen – und der Spass wird keineswegs auf der Strecke bleiben, im Gegenteil.

Weihnachten etwa dürfte ohne singende Weihnachtsbäume aus China und Berge von aus Verlegenheit eingekauftem Ramsch ein schöneres Fest sein – gerade auch, wenn wir uns stattdessen gemeinsame Zeit schenken. Zeit gewonnen haben wir bereits bei der ausgebliebenen Geschenke-Jagd.

Wir vertilgen durchschnittlich sechzig Kilogramm Fleisch pro Jahr. Wenn wir künftig auf hochwertiges, antibiotikafreies Fleisch aus regionaler Haltung setzen und einen Jahreskonsum von 15 Kilogramm anpeilen, dann können wir Geld sparen und tun unserer Gesundheit Gutes. Einen 15-Kilogramm-Durchschnitt liesse sich hierzulande übrigens ohne Futtermittelimporte in Weidehaltung erzeugen. Das schmeckt nicht nur viel besser, sondern macht auch Tiere sowie Produzentinnen und Produzenten glücklicher.

Dichte und Diversität

Wir sollten uns bei jeder Anschaffung fragen: Brauche ich das wirklich? Lässt sich so etwas nicht mitnutzen? Oder ist es gebraucht verfügbar? Alles, was neu gekauft wird, muss erst produziert werden.

Je mehr wir dies vermeiden, desto suffizienter leben wir.

Wenn es um das Wohnen geht, braucht es hingegen mehr als nur den eigenen Entscheidungswillen. Wohl können wir über unser Verkehrsverhalten und die Wahl der Wohnung selber bestimmen. Doch sind wir einigen Zwängen unterworfen: Einerseits ist der Preis ausschlaggebend, andererseits sind wir abhängig von Angebot, Raumplanung und Siedlungsgestaltung. Was also können Politik, Raumplanung und Architektur tun, um einen suffizienten Lebensstil zu ermöglichen?

Die Raumplanung stützt sich zu sehr auf den Individualverkehr. So entstehen Einkaufszentren auf der grünen Wiese, Schlafquartiere in den Agglomerationen und Einfamilienhaus-Streusiedlungen. Arbeitgeber werden in Gewerbearealen konzentriert oder sie adeln sich mit vertraut klingenden Standorten wie Genf, Basel, Zug oder Zürich. Resultat: Durchschnittlich sind wir deswegen neunzig Minuten pro Tag unterwegs – oft im Stau.

Raumplanung und Zonenordnung haben eine hohe Dichte sowie Diversität vorzusehen. Das gilt auch für die Entwicklung bestehender Siedlungen: Wohnen, Arbeiten, Dienstleistungen, Begegnungsorte und Kultur gehören in fussläufiger Distanz konzentriert und mit attraktivem öffentlichen Verkehr erschlossen. So gewinnen wir Zeit, bessere Aufenthaltsqualität, gute Versorgung und schöpfen erst noch soziales Kapital, weil man sich besser kennt, da man sich öfter über den Weg läuft. Und so braucht man auch kein eigenes Auto mehr. Das ist ein grosser Schritt hin zu mehr Suffizienz, zu wesentlich weniger Kosten und damit ein Gewinn an Freizeit, falls sich das Arbeitspensum entsprechend reduzieren lässt.

Vielerorts wird sich die Ansiedelung von kommerzieller Gastronomie und Detailhandel nicht rechnen – Grossverteiler winken bei einem Einzugsgebiet von unter 3000 Menschen ab. Doch wenn wir das suffiziente Leben geniessen und auskosten, pfeifen wir eh auf die meisten der 8900 Lebensmittel, welche uns das Sortiment eines Supermarktes unterjubeln will.

Neue Lebensqualität

Kleine Dörfer ohne Nahversorgung oder Nachbarschaften von rund 500 Personen können sich in Vereinen oder Genossenschaften organisieren. Sie mieten wegen kommerziellen Drucks leer stehende Gewerbeflächen vor Ort. So lassen sich Depots für die solidarische Landwirtschaft einrichten. Bauernbetriebe liefern direkt



Fred Frohofer

Kein Bad ohne Seifen-Ablage: Auch Duschen mit Seife statt Duschmittel ist ein Beitrag zur Suffizienz.

Lebensmittel an, die an einem bestimmten Ort von den Mitgliedern abgeholt oder gleich verarbeitet und konsumiert werden – mittels Vereinsgastronomie. Diese kennt auch wesentlich weniger gesetzliche Auflagen. Die Depots können mit einer «FoodCoop» ergänzt werden, einer Einkaufsgemeinschaft, die ihre Waren direkt im Grosshandel bezieht.

Und so werden auch Neubausiedlungen suffizienztauglich und attraktiv entwickelt. Für rund 500 Personen sollte jeweils 1000 bis 2000 Quadratmeter Erdgeschossfläche zur kollektiven Nutzung bereitstehen. Dort können ein Depot der solidarischen Landwirtschaft sowie eine interne Gastronomie eingerichtet werden. Zudem kann etwa eine familienexterne Kinderbetreuung etabliert werden, in der sich Eltern kollektiv, in der (juristischen) Form von Spielgruppen und Mittagstischen, selber organisieren.

Ein solches Nachbarschaftszentrum lässt sich über die Mieteinnahmen finanzieren: Der Mietzins jeder Person umfasst zwei bis vier Quadratmeter mehr, als sie selbst bewohnt. Ein Sparpaket. Für Parkplätze braucht es dann keine oder sehr viel weniger Fläche, ein Auto ist ja, wie schon erwähnt, nicht mehr nötig. Auch die individuelle Wohnfläche pro Person lässt sich reduzieren, denn mit der siedlungsinternen Gastronomie und weiteren kollektiv geschaffenen Angeboten verbringen Kinder wie Erwachsene viel weniger Zeit zuhause. Denn eine solch suffiziente Nachbarschaft schafft neue Lebensqualität – direkt vor der Wohnungstüre.

Links und weitere Infos:

www.pusch.ch/themaumwelt



Fred Frohofer

Fazilitator für Suffizienz,
www.frohofer.ch,
fred@frohofer.ch