

Minimalismus für ein gutes Lebensgefühl

Gedanken von Michael Droste-Laux

Über viele Jahre bestimmten nicht intelligente Konzepte, philosophische Ideen oder moralische Prinzipien den Zeitgeist. Das Interesse galt wirtschaftlicher Macht, Wachstumsraten und Handelsbilanzen. Jeder dachte an nichts anderes als an sein eigenes Wohlergehen, an seinen erarbeiteten Wohlstand. Der Erfolg wurde zum Maßstab und die Wichtigkeit vielfältiger sinnlicher Erfahrung blieb oft auf der Strecke.

Der Einzelne, dem es heute in den meisten Fällen besser geht, als in irgendeiner vergangenen Generation, ist merkwürdigerweise „gefühlte“ gar nicht entsprechend glücklich. Konsumieren macht anscheinend nicht froh, aber es gestattet uns, in einer stressgeplagten Jammergesellschaft auf verhältnismäßig angenehme Weise unglücklich zu sein. Das System verbraucht uns und wir lassen uns verbrauchen. Das macht alt!

WOHER SOLL VERÄNDERUNG KOMMEN?

Woher kommen neue Ideen und Veränderungen, wenn Politiker, Manager und Führungskräfte heute im eigentlichen Sinne keine Philosophen mehr sind? Denn offensichtlich reichen ein hoher Lebensstandard und optimale Lebensqualität allein nicht aus. Der Mensch will einen Sinn in seinem Leben sehen. Wir spüren, dass wir es uns nicht mehr erlauben können, einen Teil der Welt vom Wohlstand auszuschließen. Wir erkennen, dass wir das Äußere erst verändern können, wenn wir uns selbst in unserem Inneren geändert haben.

LOSLASSEN ALS PRINZIP?

Ein wesentlicher Aspekt der Innerlichkeit liegt im Loslassen, materiell und immateriell. Ich muss mich um weniger Dinge kümmern, wenn ich weniger besitze. Loslassen schafft Freiraum und Klarheit über die Begrenztheit unserer Lebenszeit. Mutig Aussortieren und das Trennen von Materie, Aufräumen und Ordnung schaffen kann eine körperliche und geistige Erleichterung sein. Die eigene Welt, der innere Kosmos, wird überschaubarer und weniger komplex.

WAS IST MINIMALISMUS?

Minimalismus zeichnet sich nicht durch besitzloses Leben aus. Im Gegenteil. Minimalistische Lebensweise kann zu einem Maximum an Lebensqualität führen. Weniger schädlicher Überfluss, weniger billiger Konsum. Dem gegenüber stehen beste Qualität, fairer Handel, faire Preise, anständige Löhne und mehr Freude an den schönen Dingen des Lebens. All das zusammen würde bei uns eine höhere „gefühlte“ Zufriedenheit bewirken. Ich bin überzeugt, dass wir Qualität auf allen Ebenen mehr zu schätzen wissen, als Quantität vom Falschen. Bei der Gelegenheit gilt es Angebot und Nachfrage wieder auszubalancieren.



Michael Droste-Laux zu Besuch in der Zotter Schokoladen Manufaktur. Auch hier geht Qualität vor Quantität. Foto: Mag. Manfred Luef

DIE SEHNSUCHT NACH SOLIDEM

Ex und hopp ist also keine Option. Der Wunsch nach dem Soliden wächst synchron mit dem Niedergang der Wegwerfgesellschaft. Was Zukunft haben will, muss möglichst gut und dauerhaft sein. Schließlich wollen wir uns bei weniger Konsum und fröhlichem Minimalismus nicht maximal verzetteln und immer wieder daran erinnert werden, die richtige Wahl getroffen zu haben.

Eine minimalistische Lebensweise kann zu einem Maximum an Lebensqualität führen.

Michael Droste-Laux

VERBINDLICHE WERTE

Liebe Leser, ich maße mir nicht an, mit erhobenem Zeigefinger mahnend einen Ratgeber zur richtigen Lebensweise herausgeben zu wollen. Das Zweiergespann Geld und Güter sind weder gut noch böse. Sie haben dennoch etwas Moralisches, weil es nicht egal sein kann, auf welche Art und Weise unsere Kultur Wohlstand auslebt. Eine vernünftige Reduktion im erweiterten Sinne macht uns nicht ärmer. Sie steht für einen Grundkonsens verbindlicher Werte, für Verantwortung und einen Weltethos, der sich nicht im ätzenden Säurebad des Mainstreams auflöst. Was tut Ihnen gut und was hält Sie jung? Das Reformhaus® bietet Ihnen aus Tradition Orientierung für das wirklich Wichtigste, nämlich Produkte für eine gesunde Lebensweise und ein gutes Lebensgefühl.