

## Über den Umgang mit den Dingen –

### Vom Abnutzen zum Fast Fashion

## Der Mensch - ein Prothesengott

Was meinen wir, wenn wir von Dingen oder einer Dingwelt sprechen? Dinge sind zunächst solche, die der Mensch zur Befriedigung seiner Bedürfnisse herstellt, nutzt oder verbraucht. Man unterscheidet zunächst Gebrauchsgüter und Verbrauchsgüter. Verbrauchsgüter verbrauchen sich während des Konsumakts, z.B. Nahrungsmittel, Benzin. Viele Verbrauchsgüter verderben nach einer gewissen Zeit, wenn sie nicht verzehrt werden. Gebrauchsgüter können über einen längeren Zeitraum genutzt werden z.B. Kleidung, Möbel. Sie unterliegen allerdings durch den wiederholten Gebrauch der Abnutzung, dem Verschleiß.

Die Dinge entstehen, indem der Mensch sich Naturstoffe aneignet und sie einer Formveränderung unterwirft. Man spricht hier auch von einem Stoffwechsel zwischen Mensch und Natur. Um Dinge herzustellen, müssen zunächst Materialien aus der natürlichen Umgebung gewonnen werden. Dabei greift der Mensch in den Naturhaushalt ein und zerstört entweder etwas Lebendiges (z.B. einen Baum, aus dem er Holz gewinnt) oder unterbricht langsamere Naturprozesse indem er der Erde beispielsweise Steine oder Erze entnimmt. Jeder Stoffwechsel, den der Mensch vornimmt, greift in vorhandene Naturkreisläufe ein und verändert sie.

Die **Herstellung von Dingen ist gegenüber der Natur gewalttätig**; denn die Dinge können nur durch die Unterbrechung und Zerstörung vorhandener natürlicher Abläufe entstehen. Mittlerweile ist es für jedermann offensichtlich, dass die Prozesse, die der Mensch bei der Produktion und durch den Konsum von Gütern herbeiführt, die natürlichen Vorräte erschöpft und das ökologische Gleichgewicht, das auch seine eigene Lebensgrundlage darstellt, zerstört. Deshalb müssen wir über den Stoffwechselprozess zwischen Mensch und Natur, über unseren Umgang mit den Dingen dringender denn je nachdenken.

Die hergestellten Gegenstände sollen den Lebensvollzug des Menschen bequemer machen und ihn zugleich vor Naturgewalten schützen. Die ersten Dinge, die der Mensch herstellte, waren Werkzeuge aus Stein, Knochen oder Holz. Die hieraus hergestellten Gegenstände dienten ihm zum Schaben, Zerkleinern oder Teilen anderer Rohstoffe und von Nahrungsmitteln, als Waffen oder auch zum Schutz vor Witterungseinflüssen.

Im Verlauf der Geschichte entwickelte der Mensch zunehmend komplexere Werkzeuge und Hilfsmittel. Freud bezeichnete den Menschen deshalb als „**Prothesengott**“ (Freud 1941/2000, 57): „Mit all seinen Werkzeugen vervollkommnet der Mensch seine Organe ... oder räumt die Schranken für ihr Leistung weg. Die Motoren stellen ihm riesige Kräfte zur Verfügung, die er wie seine Muskeln in beliebige Richtungen schicken kann, das Schiff und das Flugzeug machen, dass weder Wasser noch Luft seine Fortbewegung hindern können. Mit der Brille korrigiert er die Mängel der Linse in seinem

Auge, mit dem Fernrohr schaut er in entfernte Weiten, mit dem Mikroskop überwindet er die Grenzen der Sichtbarkeit, die durch den Bau seiner Netzhaut abgesteckt werden.“<sup>1</sup>

## Die große Flut - Überflussgesellschaft

Der menschliche Umgang mit den Dingen hat sich im Laufe der Geschichte und insbesondere seit dem Beginn der Industrialisierung grundlegend verändert. Zentrale Begriffe für den Umgang mit den Dingen, deren Bedeutsamkeit sich im Verlauf der Zeit veränderte, sind das Gebrauchen und Verbrauchen, das Abnutzen, das Reparieren, (Warten und Pflegen), das Umnutzen, und die Wiederverwertung (hinzu kommen noch das Wegwerfen oder Entsorgen). Diese Begriffe verweisen immer auch auf eine Zeitdimension des Umgangs mit den Dingen.

Ein wichtiges Kriterium für Veränderungen im Umgang mit den Dingen war das Verhältnis zwischen dem Materialwert der Gegenstände und dem Arbeitsaufwand beziehungsweise den Lohnkosten ihrer Produktion. Weil in früheren Zeiten das Lohnniveau relativ niedrig und die Materialkosten hoch waren, hegte und pflegte man allen Besitz weit mehr. Die Dinge wurden erworben, um sie zu behalten und man nutzte sie solange nur irgend möglich. Noch im 19. bis Mitte des 20. Jahrhundert gehörten die Abnutzung von Gebrauchsgegenständen, ihre Umnutzung, Wiederverwendung und Reparatur zur Alltagskultur. So hatten besondere Bekleidungsstücke einen Abstieg vom Sonntag zum Alltag zu durchlaufen. „Bei ‘guten’ Kleidern wurde die Abnutzung durch das nur gelegentliche Tragen in Grenzen gehalten. War die Sonntagshose eines Jungen nicht mehr in gutem Zustand, konnte sie für längere Zeit noch als Schulhose dienen, bis sie abgenutzt war. Anschließend wurde die Hose nur noch am Nachmittag und schließlich als Arbeitskleidung verbraucht. Selbstverständlich war das Stopfen von Socken, von Pullovern etc., das Wenden von Kleidungsstücken, von Kragen und Manschetten. Das Aufribbeln von z.B. Handschuhen bis zur Beschädigungsstelle und neues Anstricken des schadhafte Teils wurden oft geübt, wie auch das Aufnähen von Flickern (die wiederum aus nicht mehr reparierbarem Stoff hergestellt waren). ... In Zeiten, als noch durchgängig Schürzen getragen wurden, konnte man Flickstoff für den sonst noch guten Rock dort herauschneiden, wo die Schürze sitzt und so passendes Flickmaterial für die abgenutzte Rückseite gewinnen. Aus einem gestrickten Pullover wurden Socken, Handschuhe oder ein Topflappen gefertigt. Aus Zucker- oder Mehlsäcken wurden Unterröcke und Schürzen. Kartoffelsäcke wurden zu Arbeitsschürzen oder dienten zusammengerollt als Dichtung an zugigen Türen“ (Reimers 1986, 7). Auch wenn solcher Umgang den historisch bedingten geringeren technischen Möglichkeiten geschuldet war, zeugte er doch auch von einer besonderen Wertschätzung der Dinge.

Heute leben wir in der sogenannten Überflussgesellschaft, in der jeder Durchschnittseuropäer etwa 10.000 verschiedene Gegenstände besitzt (Bigalke 2011). Wir müssen heute nicht mehr wie in früheren Zeiten unmittelbar mit den Naturgewalten, sondern gegen die Warenfluten kämpfen.

---

1 **Freud:** „Der Mensch ist sozusagen eine Art Prothesengott geworden, recht großartig, wenn er alle seine Hilfsorgane anlegt, aber sie sind nicht mit ihm verwachsen und machen ihm gelegentlich noch viel zu schaffen.“ (Freud 1930/2000, 56 f.)

## Ohne Tempolimit - Die Beschleunigungsgesellschaft

Die Entwicklung von der „Flickkultur“ vergangener Zeit hin zum heutigen Umgang mit den Dingen ist von einer enormen Beschleunigung geprägt. In früheren Zeiten lautete das Motto des Umgangs mit den Dingen „**alt ist schön**“. Man hegte und pflegte alles, was man besaß, und benutzte es solange nur irgend möglich. Die heutige Devise im Umgang mit den Dingen lautet hingegen: „Erwerben – vorübergehend besitzen und benutzen – wegwerfen (oder wenn möglich profitabel gegen ein besseres Modell eintauschen) bzw. aufs Neue erwerben: das ist der Kreislauf; ...“ (Fromm 1980, 75). Die heutige Devise im Umgang mit den Dingen lautet „**neu ist schön**“.

Der aktuelle Umgang mit den Dingen ist durch die Schnelllebigkeit eines Papiertaschentuchs zu charakterisieren.<sup>2</sup> Die Dinge werden hergestellt um im Gebrauch so schnell wie möglich verbraucht zu werden. Die Dinge sollen - so der Wunsch der Industrie - möglichst in der einmaligen Begegnung mit der Welt zugrunde gehen (vgl. Anders 1986, 54) und dadurch das Wirtschaftswachstum antreiben; denn das Funktionieren unserer Wirtschaft beruht darauf, dass die Dinge in einer immer beschleunigten Geschwindigkeit erscheinen und verschwinden. Die Häuser, die Bekleidung, das Mobiliar, die Autos, alle diese Dinge müssen so schnell als möglich verbraucht werden. Unser Wirtschaftssystem würde vermutlich zusammenbrechen, wenn wir wieder beginnen würden, die Dinge zu gebrauchen, sie zu respektieren, zu pflegen und zu erhalten. Ein Investmentfachmann brachte seine Befürchtungen und damit allgemein die Ängste der Wirtschaft vor einem vernünftigen und mäßigen Konsum mit folgenden Worten zum Ausdruck:

*„Die Kleidung würde um ihrer Nützlichkeit willen erworben, Nahrungsmittel würden wegen ihrer Billigkeit und ihres Nährwertes gekauft, Automobile würden auf das Wesentliche beschränkt und vom gleichen Besitzer während der gesamten zehn oder fünfzehn Jahre ihrer Lebensdauer gefahren, Häuser würden allein als Unterkunft und ohne Rücksicht auf ihren Stil oder die Nachbarschaft gebaut und instand gehalten. Und was würde aus unserem Markt, der auf ständig neue Modelle, neue Formen und neue Ideen angewiesen ist?“ (P. Mazur zit. nach Fromm 1981, 42f.)*

Um die Menschen zur Beschleunigung des Konsums anzuregen, setzt die Industrie viele psychologische und technische Mittel ein. Man bezeichnet die von der Industrie eingesetzten Mittel als geplante Obsoleszenz. Der Ausdruck Obsoleszenz kommt aus dem Lateinischen („obsolescere“) und bedeutet wörtlich Abnutzung, Veralterung oder außer Gebrauch kommen. Bei den modernen Marketingstrategien kann man **eine geplante, bewusste Steuerung des Abnutzungs- und Alterungsprozesses der Dinge** beobachten und hier drei verschiedene Strategien unterscheiden:

**1. Funktionelle Obsoleszenz:** Ein vorhandenes Erzeugnis veraltet durch Einführung eines neuen, das seine Funktionen (oft vermeintlich) besser erfüllt. (iPhone-Generationen, VW- Golf-Modelle usw.)

Die funktionelle Obsoleszenz/Alterung ist zunächst durchaus positiv zu beurteilen; es geht darum, dass ein Produkt aufgrund von technischen Verbesserungen durch ein neues ersetzt wird (z.B. das schnurgebundene Telefon durch das schnurlose Handy). Wenn es aber darum geht, dass eine Modellgeneration nur aufgrund marginaler - sprich geringfügigster - technischer Veränderungen

---

<sup>2</sup> Eine bekannte Marke für Papiertaschentücher heißt ja bezeichnenderweise „Tempo“-

durch eine neues Produkt abgelöst wird und es letztlich nur darum geht, die Kunden zum Wechsel des Produkts zu animieren um sozusagen up-to-date zu bleiben, wird die funktionelle Obsoleszenz zu einer psychologischen. Man kann zum Beispiel kaum glauben, dass der technische Fortschritt beim iPhone so groß war, dass er innerhalb der 13 Jahre seit der Einführung des ersten iPhones 22 Modellwechsel gerechtfertigt hätte. Das furiose Tempo, in dem ein Modell das vorige ablöst, hat kaum noch seinen Grund darin, dass der Verbraucher etwas Besseres braucht.

**2. Qualitative Obsoleszenz:** Ein Erzeugnis versagt oder verschleißt zu einem bestimmten geplanten, gewöhnlich nicht allzu fernen Zeitpunkt.

Bei zahlreichen Produkten versuchen die Unternehmen den Konsum durch eine geplante, qualitative Obsoleszenz zu beschleunigen. Dabei sorgen sie durch verschiedene Mittel dafür, dass ihre Produkte frühzeitig veralten und kaputtgehen. Ein Beispiel: Die Glühbirne, die seit 1901 nahezu ununterbrochen leuchtet. 1925 gründeten international führende Glühlampenherstellern ein Kartell und sprachen sich ab, künftig die Lebensdauer von Glühlampen auf 1.000 Stunden zu begrenzen.

Zu den fragwürdigen die fragwürdigen Methoden der Großkonzerne

- keine oder eine erschwerte Reparierbarkeit der Produkte
- keine Ersatzteilverhaltung
- keine Wartung / keine Service / keine Updates
- geplante Inkompatibilität (z.B. bei Ladekabeln) (Christian Kreiß 2014)

Die Konsumenten werden durch solche gesamtwirtschaftlich und ökologisch unsinnigen Strategien zum Konsum nahezu gezwungen.

**3. Psychologische Obsoleszenz:** Ein Erzeugnis, das qualitativ und in seiner Leistung noch gut ist, wird als überholt und verschlissen betrachtet, weil es aus Modegründen oder wegen anderer Veränderungen weniger begehrenswert erscheint.

Mode ist eine Maßnahme, die die Industrie anwendet, um ihre eigenen Produkte ersatzbedürftig zu machen. Den noch gut wärmenden Mantel macht sie, da sie ihn physisch nicht ruinieren kann, sozial unverwertbar. (vgl. Anders 1986, 48) Fast Fashion ist ein aktueller Trend, bei dem Modeketten in immer kürzeren Zeitabständen Kollektionen auf den Markt werfen. Bis zu 24 Kollektionen bieten Marktführer wie Zara und H&M jedes Jahr an. Durch Fast Fashion verändert sich der Umgang mit Kleidung: „Jeder Deutsche kauft etwa 60 neue Kleidungsstücke pro Jahr und trägt diese halb so lange wie vor 15 Jahren. Dabei sind die Kleiderschränke bereits voll: Verschiedene Umfragen belegen, das so gut wie jeder Kleidungsstücke im Schrank liegen hat, die nie getragen werden.“ (Greenpeace 2017, 3)

Eine weitere Stufe von widersinniger Produktion und entsprechenden Konsum stellt der sogenannte Vintage-Trend dar. „Da Repariertes bereits Seltenheitswert besitzt, werden (und zwar von der Wegwerfindustrie selbst) ‚repariert‘ und damit ‚geschichtlich‘ aussehende Produkte hergestellt.“ (Anders 1986, 283) Der aktuelle „used-look“ der Textilindustrie, bei dem geflickte, zerrissene oder abgeriebene Bekleidungsstücke zum Trend stilisiert werden, verdeutlicht diese Entwicklung. In der Einrichtungsbranche bezeichnet man ähnliche Entwicklungen als „shabby chic“.

Den Dingen werden industriell oder auch durch Handarbeit deutliche **Gebrauchsspuren künstlich aufgebracht**, die ein Erscheinungsbild bezwecken, das so wirkt, als sei der Gegenstand alt und hätte eine Geschichte, sei auf dem Flohmarkt gekauft oder vererbt worden. Das, was man in früheren Zeiten als „**Gebrauchsspuren**“ bezeichnete, wird künstlich erzeugt.

Hiermit ist allerdings noch nicht das Endstadium des verschwenderischen Umgangs mit den Dingen erreicht. Die letzte Stufe ist die Vernichtung von neuen, unbenutzten Dingen; d.h., es werden hergestellte Dinge ohne jemals genutzt zu werden unmittelbar zu Abfall. Dieses Phänomen ist im Online-Handel zu beobachten. Dort werden neue Gebrauchsgüter, die vom Kunden zurückgeschickt werden, einfach verschrottet, weil der Aufwand, diese Dinge neu zu verpacken, sich nicht lohnt. Den Ergebnissen einer Studie der Universität Bamberg zufolge werden von den 280 Millionen an Online-Händler zurückgesendete Pakete elf Millionen einfach verschrottet und landen im Müll.

Ein weiterer Entwicklungsschub im Umgang mit den Dingen ergibt sich aktuell aus der Digitalisierung, die mit einer Automatisierung, der Fernsteuerung von Abläufen und Künstlicher Intelligenz einhergeht. Mit dem **Smartphone** hat der „Prothesengott“ ein neues Werkzeug geschaffen, das weit mehr ist als ein kleines Telefon. Es ist neben Fotoapparat und Radio gleichzeitig Wecker, Fahrplan, Uhr, Kalender mit Erinnerungsfunktion, Notizblock, es liefert neueste Nachrichten und Wetterberichte, navigiert uns durch den Straßenverkehr und ermöglicht Spiele zum Zeitvertreib. Das Smartphone ist ein omnipräsenter Dauerbegleiter der Menschen geworden.<sup>3</sup>

Im **Smart Home** „kommunizieren“ völlig unterschiedliche, miteinander vernetzte Geräte untereinander. Der Mensch steuert Geräte und Prozesse aus der Ferne. Diese bewerkstelligen bestimmte Aufgaben wie Staubsaugen, Rasenmähen oder die bedarfsgerechte Steuerung von Heizung, Licht und anderen Hausgeräten entsprechend einer vorherigen Programmierung.

Die sogenannte smarte Welt befreit die Menschen und ermöglicht ihnen, sich neuen Dingen zuzuwenden. Man lässt den Roboter den Rasen mähen oder Staub saugen und begibt sich dann aus Bewegungsmangel auf einen Hometrainer. Wirklich smart im Sinne von intelligent kann man dieses widersprüchliche Verhalten allerdings kaum bezeichnen. Man könnte auch sagen, dass sich der homo sapiens hier als Schwachkopf erweist.

## Abfall - Die Kehrseite der Dinge

„Mit der Beschleunigung der Innovations- und Produktionszyklen beschleunigt sich auch die Produktion von Abfall. Das neue Smartphone, der neue Fernseher, die neue Waschmaschine, der neue Herd, der neue Computer – alles Dinge, die in dem Moment, in dem wir sie in Gebrauch nehmen, eigentlich schon überholt und damit – Abfall sind.“ (Liessmann 2019, 146) Die auf Vergeudung beruhende Industriegesellschaft hat sich zu einer „waste economy“ entwickelt, die jeden Gegenstand als Ausschussware behandelt und die Dinge fast so schnell, wie sie in der Welt erscheinen, auch wieder aufbraucht und wegwirft. Immer mehr Naturressourcen werden auf diese

---

<sup>3</sup> Die Anzahl der Smartphone-Nutzer in Deutschland wächst weiter und belief sich im Jahr 2018 auf rund 57 Millionen. In der Altersgruppe der 14- bis 49-Jährigen sind Smartphones mit einem Nutzeranteil von über 95 Prozent nicht mehr wegzudenken. Einer Untersuchung zufolge fühlen sich 50 % der Befragten nackt, wenn sie ohne Smartphone das Haus verlassen. „81 % nehmen das Smartphone mit auf die Toilette. Knapp 88 % nehmen ihr Smartphone mit ins Bett.“ (Ambs, Burgthaler, Schmied 2013, 53)

Weise immer schneller zu Abfall. Laut einer aktuellen Studie der Weltbank nimmt die Müllflut weltweit rapide zu. Derzeit sind es laut Weltbankbericht etwa zwei Milliarden Tonnen Müll pro Jahr. Bis 2050 wird die Abfallmenge durch Urbanisierung, Bevölkerungswachstum und weiteres Wirtschaftswachstum um rund 70 Prozent auf dann rund 3,4 Milliarden Tonnen pro Jahr steigen.<sup>4</sup>

Kunststoffabfälle stellen bei dieser Entwicklung eine besondere Herausforderung dar. Noch in den 1950ern verwendeten Menschen Plastik mit so viel Sorgfalt wie Glas oder Seide. Aber dann entdeckten die Konsumgüterkonzerne die Vorzüge des Materials. Und es entwickelte sich ein Lebensstil, der unentwegt Abfall produziert. Zwischen den Jahren 1950 und 2015 wurden weltweit 8,3 Milliarden Tonnen Plastik produziert. Das entspricht mehr als einer Tonne pro Mensch, der heute auf der Erde lebt. Kunststoffe sind in der Industriegesellschaft nahezu unverzichtbar geworden. Sie stecken in Plastiktüten, Smartphones und Armaturenbrettern. Doch beinahe die Hälfte aller Kunststoffprodukte ist (laut dem von BUND u.a. herausgegebenen Plastikatlas) nach weniger als einem Monat Abfall. Den allergrößten Teil machen Einwegprodukte und Verpackungen aus. Nicht einmal zehn Prozent des jemals produzierten Kunststoffes sind recycelt worden. „2016 erzeugte die Welt 242 Millionen Tonnen Kunststoffabfälle“, heißt es im Bericht der Weltbank. „Im Gegensatz zu organischen Abfällen braucht Kunststoff in der Natur Hunderte bis Tausende von Jahren, um sich zu zersetzen.“ Diese Abfälle führen zu erheblichen Gesundheits- und Umweltschäden: „Kunststoffabfälle verstopfen Abflüsse und verursachen damit Überschwemmungen, ihre Verbrennung löst Atemwegsprobleme aus und fördert den Klimawandel, ihr Konsum verkürzt die Lebenserwartung von Tieren, und wenn sie in Kanäle und Ozeane gelangen, verunreinigen sie Gewässer.“

Die ökologischen und sozialen Folgen unseres Umgangs mit den Dingen sind erschütternd. Das Beispiel des UNICEF-Fotos 2019 zeigt die 13-jährige Wenie Mahiya, die auf den Philippinen lebt. Sie sammelt jeden Tag Plastikmüll im Hafen von Manila, um diesen anschließend bei einem Müll-Recycler für wenig Geld zu verkaufen. Die Kinder riskieren ihre Gesundheit und oft auch ihr Leben, wenn sie in dem keimverseuchten Wasser nach Wertstoffen suchen, um ihre Existenz zu sichern.

## Genug !? Das richtige Maß im Umgang mit den Dingen?

Die geschichtliche Entwicklung im Umgang mit den Dingen lässt sich in folgendem Schema zusammenfassen. Diese Entwicklung ist durch zwei, einander bedingende Prozesse zu charakterisieren: Beschleunigung des Konsums und Entfremdung von den Dingen. Beide Vorgänge haben mittlerweile schwerwiegende Folgen für das globale Ökosystem sowie die physische und psychische Gesundheit der Menschen.

Unsere Konsumgesellschaft beruhte ursprünglich auf der Idee, dass man Glück kaufen kann. Aber die Wachstumskultur, in der die Menschen immer mehr Dinge immer schneller verbrauchen, macht nicht glücklich. Mit der Zunahme der Gegenstände, die man besitzt, wachsen vielmehr Belastungen, Stress und Abhängigkeiten. Die vielen Dinge, die wir verbrauchen, wollen nicht nur ausgewählt und gekauft werden, sondern müssen gleichzeitig auch hingestellt, gebraucht, erlebt,

---

<sup>4</sup> Größter Müllproduzent sind derzeit die USA mit 624.700 Tonnen – pro Tag. Dahinter folgt China mit täglich 520.500 Tonnen Abfall. Auf Platz drei liegt Brasilien (149.100 Tonnen Abfall pro Tag). Mit 127.800 Tonnen Müll täglich landet Deutschland auf Platz fünf.

gepflegt, aufgeräumt, entstaubt, repariert, verstaut und entsorgt sein. Wir schaffen es kaum noch, den vielen Dingen Beachtung zu schenken, sie zu pflegen und zu ihnen eine Beziehung aufzubauen. Und würde man die Industrie fragen, so sollen wir genau genommen auch keine Beziehung mehr zu den Dingen aufbauen. Vielmehr wünscht sie sich, dass wir Schonungslosigkeit zur Tugend erheben: Wir sollen die Dinge möglichst schnell und schonungslos verbrauchen.

Aber werden wir immer mehr in die Heimatlosigkeit getrieben und krank gemacht. Die Zahl derer, die in unserer Industriekultur unter Stress, Schlafstörungen, Depressionen, Süchten, dem Burn-out-Syndrom oder anderen Zivilisationskrankheiten (Herzinfarkt, Allergien usw.) leiden, steigt stetig. Darüber hinaus führt unser rastloser, verschwenderischer Umgang mit den Dingen die Welt ökologisch an den Abgrund. Deshalb wäre ein Wandel hin zu einer Kultur der Mäßigung dringend geboten.

Der Begriff der Mäßigung, der auf eine 2500-jährige Philosophiegeschichte zurückblicken kann, wird im deutschen Sprachraum oft falsch interpretiert und nahezu ausschließlich mit Verzicht, Be- oder Einschränkung gleichgesetzt. Richtig verstanden geht es bei Mäßigung um das Nachdenken und Reflektieren über das eigene Leben, die eigenen Bedürfnisse, die Bestimmung des rechten Maßes zwischen einem Zuviel und einem Zuwenig sowie einem entsprechenden Handeln. Die antiken Vorstellungen über Mäßigung resultierten aus den Überlegungen über das Wesen des Menschen als ein denkendes Wesen, das nach innerer Ruhe strebt. Das griechische Wort für Mäßigung „sophrosyne“ wurde mit „ordnender Verständigkeit“ und „besonnener Gelassenheit“ übersetzt. Durch seinen Verstand soll der Mensch Ordnung in sein Leben bringen. Die ordnende Verständigkeit sorgt dafür, dass wir für unser Denken und Tun die richtigen Maßstäbe anlegen. Durch Mäßigung sollte der Mensch zurück zu einem guten Leben gelangen, Unabhängigkeit und Freiheit erreichen.

Beim Anblick der massenhaften Verkaufsartikel, die es scheinbar bereits im antiken Athen gab, soll Sokrates oft gesagt haben: „Wie zahlreich sind doch die Dinge, deren ich nicht bedarf.“ (Diogenes Laertius 1990, 86) Damit verwies er auf einen Perspektivwechsel: Er rühmte sich seiner Freiheit, die darin bestand, Dinge nicht zu bedürfen und forderte die Menschen zu einer höheren Reflexivität über ihre tatsächlichen Bedürfnisse auf. Diogenes von Sinope brachte eine ähnliche Haltung zum Ausdruck, als er sagte: „Ich besitze nicht, damit ich nicht besessen werde.“ Die Hinweise der antiken Philosophen auf die Abhängigkeiten und die Unfreiheit, die ein übermäßiger Besitz erzeugt, könnte der Überfluss- und Wegwerfgesellschaft als Lehre dienen.

Die Tugend der Mäßigung zielt besonders auf die Bestimmung eines rechten Maßes im Umgang mit den Dingen. Mäßigung im Umgang mit den Dingen führt sinnvollerweise weg von der Suche des Glücks im Konsum und vom ständigen Verbrauchen der Dinge hin zu einem bewussteren Gebrauch. Jede Produktion, jede Neuanschaffung und jeder Gebrauch der Dinge muss künftig im Hinblick auf den spezifischen Nutzen und die möglichen Folgen und Nebenfolgen hinterfragt werden. Wirklich tugendhaft wäre heute allein derjenige, der seine Habe moralisch hinterfragt. Es geht darum, dass der Mensch zur Selbsterkenntnis gelangt und sich überlegt, in welchem Umfang seine Verhaltensweisen sinnvoll zu seinem Selbst passen. Mäßigung steigert das Bewusstsein für die Folgen des Handelns und fördert einen sinnlich-qualitativen Maßstab für den Umgang des Menschen mit den Dingen. Mäßigung im Sinne eines bewussten Konsums wäre heute mehr denn je ein Akt der Selbstbefreiung. Die Philosophie der Mäßigung stellt insofern ein Gegenprogramm zur gegenwärtigen Verschwendung, Beschleunigung und Entfremdung im Umgang mit den Dingen dar, durch die Industriegesellschaften unsere Welt zu einer Wegwerfwelt macht.

## Literaturverzeichnis

Anders, Günther (1956/1985): Die Antiquiertheit des Menschen - erster Band: Über die Seele im Zeitalter der zweiten industriellen Revolution. 2. unveränderte Auflage. München: Beck.

Anders, Günther(1986): Die Antiquiertheit des Menschen - zweiter Band: Über die Zerstörung des Lebens im Zeitalter der dritten industriellen Revolution. 4. unveränderte Auflage. München: Beck.

Andersen, Hans-Christian (1862 / 1952): Der Flachs. In: Andersens Märchen – Aus dem Dänischen übersetzt von Tamara Ramsay. Stuttgart : Union Deutsche Verlagsgesellschaft.

Arendt, Hannah (1958 / 1996): Vita activa oder vom tätigen Leben. 8. Auflage, München: Piper.

Basler, Ernst (1973): Strategie des Fortschritts. Frauenfeld und Stuttgart : Verlag Huber.

Bigalke, Silke (2011): Wenn Besitz zur Last wird. [www.sueddeutsche.de/leben/modernesammeln-wenn-besitz-zur-last-wird-1.1089089](http://www.sueddeutsche.de/leben/modernesammeln-wenn-besitz-zur-last-wird-1.1089089); 20.02.2018.

BUND/Misereor (Hrsg.) (1997): Zukunftsfähiges Deutschland – ein Beitrag zu einer global nachhaltigen Entwicklung. 4. überarbeitete und erweiterte Auflage. Basel: Birkhäuser.

Diogenes Laertius (1990): Leben und Meinungen berühmter Philosophen. Übersetzt und erläutert von Ott Apelt. 3. Auflage. Leipzig: Felix Meiner.

Freud, Sigmund (1941 / 2000): Das Unbehagen in der Kultur. Und andere kulturtheoretische Schriften. 6.Aufl. Frankfurt/M. : Fischer Taschenbuch Verlag.

Fromm, Erich (1980): Haben oder Sein – Die seelischen Grundlagen einer neuen Gesellschaft. 4. Auflage München: Deutscher Taschenbuch-Verlag.

Giedion, Siegfried (1982): Die Herrschaft der Mechanisierung. Frankfurt/M.: Europäische Verlagsanstalt (= Europäische Bibliothek; 8).

Galbraith, John Kenneth (1959): Gesellschaft im Überfluss. 1. Aufl. München : Droemersch Verlagsanstalt Th. Knauer Nachf.

Gorz, André (2009): Auswege aus dem Kapitalismus. Beiträge zur politischen Ökologie. Zürich : Rotpunktverlag.

Greenpeace (Hrsg.) (2017): Konsumkollaps durch Fast Fashion. Hamburg . Eigenverlag.

Heinrich-Böll-Stiftung / BUND (Hrsg.) (2019): Plastikatlas - Daten und Fakten über eine Welt voller Kunststoff. 2. Auflage. Veröffentlicht unter <https://www.boell.de/de/plastikatlas> Zugriff am 26.2.2019. Zugriff am 26.2.2020.

Kleiderkreisel (2013): Forumsbeitrag „Wie viele Klamotten habt ihr?“ [www.kleiderkreisel.de/foren/fashion-and-style/956958-wie-viele-klamotten-habt-ihr-grosse-inventur-d](http://www.kleiderkreisel.de/foren/fashion-and-style/956958-wie-viele-klamotten-habt-ihr-grosse-inventur-d) . Zugriff am 18.2.2018.

Krebs, Stefan; Schabacher, Gabriele; Weber, Heike (2018): Kulturen des Reparierens. Dinge – Wissen – Praktiken. Bielefeld : transcript Verlag.

Kreiß, Christian (2014): Geplanter Verschleiß. Wie die Industrie uns zu immer mehr und immer schnellerem Konsum antreibt – und wie wir uns dagegen wehren können. Wien u.a.: Europa Verlag.

Kruse, Uta (1995): Die Dinge des Lebens.  
[www.zeit.de/1995/25/Die\\_Dinge\\_des\\_Lebens/komplettansicht](http://www.zeit.de/1995/25/Die_Dinge_des_Lebens/komplettansicht) . Zugriff am 18.2.2018.

Latour, Bruno (2005): Von der Realpolitik zur Dingpolitik oder Wie man Dinge öffentlich macht. Aus dem Englischen von Gustav Roßler. Berlin : Merve.

McDonough, William; Braungart, Michael (2002): Cradle to Cradle – Remaking the way we make things. North Point Press : New York.

Meyer-Abich, Klaus Michael (1990): Aufstand für die Natur - Von der Umwelt zur Mitwelt. München: Hanser.

Reimers, Günther (1986): Abnutzen, flicken und wiederverwenden in der Alltagskultur auf dem Lande. Materialien Landwirtschaftsmuseum Hösseringen Nr. 4; hrsg. von Horst W. Löbert. Uelzen: C. Becker.

Rosa, Hartmut (2005): Beschleunigung. Die Veränderung der Zeitstrukturen in der Moderne. Suhrkamp : Frankfurt am Main.

Rosa, Hartmut (2016): Beschleunigung und Entfremdung. Entwurf einer Kritischen Theorie spätmoderner Zeitlichkeit. Unter Mitarbeit von Robin Celikates. 5. Auflage, Originalausgabe. Berlin: Suhrkamp.

Thoreau, Henry D. (1854/2009): Walden oder Leben in den Wäldern. Köln : Anaconda.

Universität Bamberg (Hrsg.) (2019): Retourentacho 2018/2019 ausgewertet. Universität Bamberg : Pressemitteilung vom 26.04.2019 (Veröffentlicht unter <http://www.retourenforschung.de/info-retourentacho2019-ausgewertet.html> . Zugriff am 26.2.2020.

Umweltbundesamt (Hrsg.) (2018): Rohstoffkonsum steigt wieder an - auf 16,1 Tonnen pro Kopf und Jahr. Veröffentlicht unter: <https://www.umweltbundesamt.de/presse/pressemitteilungen/rohstoffkonsum-steigt-wieder-an-auf-161-tonnen-pro> . Zugriff am 6.9.2019.

Vogel, Thomas (2018): Mäßigung – Was wir von einer alten Tugend lernen können. München : oekom.

Vogel, Thomas (2011): Naturgemäße Berufsbildung – Gesellschaftliche Naturkrise und berufliche Bildung im Kontext Kritischer Theorie. Norderstedt : Books on Demand.

Wikipedia (2019): Kaskadennutzung. Veröffentlicht unter: <https://de.wikipedia.org/wiki/Kaskadennutzung> . Zugriff am 2.10.2019.

World Bank Group (Hrsg.) (2018): What a Waste 2.0. A Global Snapshot of Solid Waste Management to 2050. Veröffentlicht unter:  
<https://openknowledge.worldbank.org/handle/10986/30317> . Zugriff am 26.2.2020.