

Zeitschrift: Energie & Umwelt : das Magazin der Schweizerischen Energie-Stiftung
SES
Herausgeber: Schweizerische Energie-Stiftung
Band: - (2021)
Heft: 3

Vorwort: Vom Überfluss zum guten Mass
Autor: Iten, Tonja

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 12.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Vom Überfluss zum guten Mass



Liebe Leserinnen und Leser

Sich einschränken, sich mässigen. Diese Losung hören wir gerade, was unseren verschwenderischen Umgang mit Energie und Ressourcen betrifft, oft. Wohl nicht zu Unrecht: Trotz gut gemeinter Bemühungen für Klimaschutz und Energieeffizienz steigen die Treibhausgasemissionen, Umweltbelastung und Biodiversitätsverlust weiter an. Ob Technik alleine die Lösung bringen wird, ist – optimistisch ausgedrückt – fraglich.

Es braucht neue Indikatoren, an denen sich Politik und Gesellschaft auf der Suche nach dem guten Leben orientieren können. Es braucht konsequentere Ansätze in unserer Produktions- und Konsumweise, die das Bemühen um einen möglichst geringen Rohstoff- und Energieverbrauch ins Zentrum stellen. In der Nachhaltigkeitsforschung gibt es dafür den Fachbegriff der «Suffizienz». Das Wort stammt aus dem Lateinischen und bedeutet so viel wie «ausreichen». Wer nach alltagsprachlichen Synonymen im Deutschen sucht, stösst auf Begriffe wie «Genügsamkeit», «Selbstbegrenzung», «Verzicht» oder «Bescheidenheit». Ebenfalls im Angebot: «Entschleunigung», «rechtes Mass» oder gar «Entrümpelung». Auch wenn das eine oder andere durchaus passabel klingen mag: Irgendwie bleibt da überall etwas Strenges, Calvinistisches, für den Mainstream weder Freiheit- noch Fortschrittversprechendes anhaften. Die Konklusion ist schnell gezogen: Mass halten ist nichts für die Masse. Die Mehrheit will mehr.

Doch wer so denkt, steckt fest im «Weiter-wie-bisher». Denkt weder zeitgemäss noch zukunftsfähig und verpasst die Chancen: Nämlich die Bereicherungen, den Blick aufs Wesentliche im Leben. Das wäre schade, meinen wir, und haben deshalb ein paar Artikel und Anregungen zusammengestellt, mit denen Sie individuell Ihren Alltag suffizient gestalten und neue Bereicherungen erleben können.

Auch die Politik soll als Adressat nicht zu kurz kommen. An der kommenden SES-Abendveranstaltung vom 31. August widmen wir den gesamten Abend der Suffizienz und spielen – in Gedanken – mit verschiedenen Suffizienzmassnahmen (Infos S. 13). Unsere Veranstaltungspartnerin, der Thinktank Massfabrik, plädiert in ihrem Leitartikel ebenso für die Verantwortung von Politik und Wirtschaft (S. 4), während Postwachstumsökonom Niko Paech im Interview an den moralischen Selbstanspruch appelliert (S. 6).

Die SES jedenfalls wird sich weiterhin für den Wandel einsetzen – in der bundesbernischen Wandelhalle und in unser aller Köpfen.

Ich wünsche Ihnen eine bereichernde Lektüre!

Tonja Iten

Wissenschaftliche Mitarbeiterin der SES