

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

**Artikel:** "Wir brauchen Störenfriede, die aus dem Mainstream ausbrechen"  
**Autor:** Iten, Tonja / Paech, Niko  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-976605>

### **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>**

# «Wir brauchen Störenfriede, die aus dem Mainstream ausbrechen»

**Der Ökonom Niko Paech theoretisiert über und lebt selbst die Suffizienz. Erst einmal hat er – gezwungenermassen – ein Flugzeug bestiegen. Mit seiner Wachstumskritik gilt er als Enfant Terrible der Wirtschaftszunft. Die SES hat sich mit ihm über Genügsamkeit und Wachstumswahn ausgetauscht.**

*Interview von Tonja Iten  
Wissenschaftliche Mitarbeiterin SES,  
tonja.iten@energiestiftung.ch*

**«Small is Beautiful» lautet eine Redewendung, um das Prinzip der Suffizienz zu übersetzen. Was halten Sie von diesem Prinzip?**

Als junger Mensch war ich begeistert vom gleichnamigen Buch von Ernst Friedrich Schumacher, 1973 vorgelegt. Darin geht es um eine ganz andere Arbeits- und Technikwelt, dezentral und auf kleinen Einheiten beruhend. Also vorderhand nicht um Suffizienz, doch als Anhänger der buddhistischen Wirtschaftslehre hat er Konzepte der Genügsamkeit als Basis gelegt. Das Buch propagiert eine technikkritische Haltung und eine sogenannte mittlere Technologie, d.h. Werkzeuge sollen die Menschen zusammenbringen und ihre Arbeit verstärken, aber nicht ersetzen. Die Arbeit selbst habe erst mal den Zweck, dass Menschen sich entwickeln und gemeinsam etwas erschaffen, und dient erst an dritter Stelle der Einkommenserzielung, folglich einer bescheidenen Ausformung von Wirtschaft und Dasein.

**Und welche Rolle spielt die Suffizienz in Ihrem Wirtschaftskonzept, der sogenannten Postwachstumsökonomie?**

Suffizienz kennt drei Erscheinungsformen: Erstens die Reduktion eines bestimmten quantitativen Konsumnachfrageniveaus, z.B. den Fleischkonsum zu reduzieren – was nicht heisst, gar kein Fleisch mehr zu essen. Zweitens die Selbstbegrenzung, etwa ein einmal erreichtes Konsumniveau nicht weiter zu steigern – auch wenn es finanziell möglich wäre. Drittens die grundsätzliche, ja radikale Entsagung, also gewisse Dinge kategorisch aus dem Leben rauszuhalten, beispielsweise niemals zu fliegen.

Jedes Nachhaltigkeitskonzept, das nicht zuvorderst auf Suffizienz abstellt, ist nicht das Papier wert, auf dem es gedruckt steht. Denn keine Technologie ist auch nur theoretisch in der Lage, unseren derzeitigen Wohlstand von ökologischen Schäden zu entkoppeln. Suffizienz ist nicht alles – aber ohne Suffizienz, ist alles, was wir im Nachhaltigkeitsdiskurs diskutieren, nichts.

**Kein Überleben ohne Entsagung klingt ziemlich drastisch. Wie kommen wir als Gesellschaft dorthin?**

Ganz einfach – oder ganz schwer, je nach Betrachtung. Der Homo Sapiens ist ein soziales Wesen. Er beobachtet andere, imitiert deren Praktiken, wird umgekehrt von anderen beobachtet. Diese soziale Interaktion ist das Medium, durch das sich neue Dinge verbreiten. Die Letzteren entstammen Nischen, Reallaboren, sozialen Experimentierfeldern, aus denen heraus Pioniere oder Störenfriede, die aus dem Mainstream ausbrechen, eine völlig neue, suffiziente Praxis vorleben. Das kann auf Widerstände und Ignoranz stossen, dennoch ist dies in Demokratien der Weg jeglicher gesellschaftlichen Veränderung. Damit sich Mehrheiten für neue Daseinsformen bilden, müssen diese von Eliten erprobt und praktiziert werden, so dass ihre Funktionsfähigkeit und Vorzüge sichtbar werden. Eine avantgardistische Suffizienz-Minderheit kann niemals Wahlen gewinnen. Doch sie kann vollendete Tatsachen schaffen, beispielsweise ohne SUV, Fliegen, Fleisch, Eigenheim oder Apple-Endgerät glücklich existieren.

**Gleichzeitig wird uns ja dauernd das Gegenteil verklickert, ohne SUV & Co. sei kein glückliches Leben möglich. Wie kommt der Mensch dagegen an? Und ist denn der skizzierte Prozess schnell genug, um die akuten Umweltprobleme zu meistern?**

Die Frage ist irrelevant, weil es keine Alternative gibt. Die Coronakrise, Finanzkrise, Fukushima-GAU, Immigrationskrise, jetzt das Hochwasser-Desaster waren Eruptionen, die uns zeigen, dass unsere derzeitige Daseinsform nicht zukunftsfähig sein kann. Von Klima- und Biodiversitätsproblemen gar nicht erst zu sprechen... Krisen werden zum Treiber der Veränderung und zum Selektionsmechanismus, sodass aktuelle Lebensgewohnheiten auf den Prüfstand gestellt werden. Und das, was derzeit nur eine Avantgarde praktiziert, könnte sich als überlebensfähig herausstellen, wenn die Eruptionen und Krisen näher rücken.

**Und die Politik: Was kann und muss diese tun?**

Die Menschheit steht nicht nur am ökologischen Abgrund, sondern zusätzlich an einem anderen Wende-





Prof. Dr. Niko Paech lehrt und forscht an der Universität Siegen. Lesen Sie das gesamte Interview auf [www.energiestiftung.ch/paech](http://www.energiestiftung.ch/paech).

punkt: Die Versuche, den modernen Lebensstil von ökologischen Schäden zu entkoppeln, misslingen nicht nur systematisch, sondern verstärken das Problem. Was heisst das? Bislang wurden Parteien immer dafür gewählt, dass sie den Menschen Umweltschutz versprochen – unter dem Vorbehalt, dass der Wohlstand dadurch nicht gefährdet würde. Genau dieses Versprechen ist nicht mehr einzuhalten. Aber wenn die Technik versagt, an die das Problem bislang delegiert wurde, müsste die Politik die Wählermehrheit zu einem genügsameren Lebensstil nötigen. Sie müsste also die seit dem Zweiten Weltkrieg vorherrschende Maxime jeglicher Politik – bedingungslose Steigerung aller Wohlstandsoptionen – ins glatte Gegenteil umkehren. Das entspräche dem perfekten politischen Selbstmord, ausser es findet sich bereits eine hinreichende Quantität an Menschen, die bereit und fähig ist, genügsamer zu leben, sodass sich die Politik auf diese berufen kann.

#### **Braucht es ein grundlegend anderes Politsystem?**

Ich halte mehr direkte Demokratie, die in der Schweiz bereits existiert, für sinnvoll. Aber Politik ist nicht alles. Sie muss versagen, wenn schon das Bildungssystem jegliche Individualethik pulverisiert, indem jungen Menschen technologischer Fortschritt und politische Rahmenbedingungen als Allheilmittel verkauft werden. Individuelle Verantwortung ist aus meiner Sicht nicht verhandelbar. Damit will ich nicht sagen, dass jegliche Verantwortung beim Individuum liegt. Aber es ist schizophren, wenn denjenigen, denen individuelle Verantwortung abgesprochen wird, dann zugetraut werden muss, dass sie über den Umweg der Politik eben

doch eine verantwortbare Politik wählen sollen. Wer wählt eine Politik, die einem etwas aufoktroziert, dass er freiwillig nicht zu tun gedenkt? Hier liegt ein Grundwiderspruch des Nachhaltigkeitsdiskurses, den wir noch nicht verarbeitet haben.

#### **Der moralische Selbstanspruch muss wachsen. Ist unsere Kultur zu mehr Moral einfach nicht fähig?**

Natürlich, aber Kultur ist ja nicht Granit, sondern veränderbar. Veränderungsprozesse sind manchmal langwierig und schwierig, doch gibt es keinen anderen Weg. Aber wenn meine Prognose stimmt, werden auch die Widersprüche unserer Lebensweise jeden Tag offensichtlicher. Noch verdrängen wir sie, weil wir hier in Europa eine Insel der Glückseligen geschaffen haben, aber diese werden wir von den Konsequenzen unserer Lebensweise nicht länger freihalten können. Dieser Druck wird es sein, der die Menschheit verändert.

Aber dies ist kein Grund, fatalistisch zu werden. Wenn ein breites Spektrum an Lebens- und Versorgungsweisen existiert, sind mehr Krisenbewältigungsmittel verfügbar. Egal ob diese von einer Mehr- oder Minderheit in Szene gesetzt werden. Darum ist es so wichtig, die Widerstandsnester der Wachstumsverweigerer zu wahren und würdigen. Noch werden sie verlacht, aber warten wir mal bis zur nächsten Überschwemmungskatastrophe oder Pandemie. Wir denken, wir können sie wegpflanzen – eine kurzfristige Schönheitsoperation. Langfristig werden wir das Mensch-Natur-Verhältnis verändern müssen. Mit unserer aktuellen Lebensweise können wir dem Druck nicht standhalten. <