

<b>Zeitschrift:</b>	Schweizerisches Archiv für Volkskunde = Archives suisses des traditions populaires
<b>Herausgeber:</b>	Empirische Kulturwissenschaft Schweiz
<b>Band:</b>	121 (2025)
<b>Heft:</b>	1
 <b>Artikel:</b>	Verzichtende, die nicht verzichten : Rekonstruktion einer diskursiven Unmöglichkeit
<b>Autor:</b>	Heimerdinger, Timo / Degele, Nina
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-1084215">https://doi.org/10.5169/seals-1084215</a>

### 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>**

# Verzichtende, die nicht verzichten

## Rekonstruktion einer diskursiven Unmöglichkeit

TIMO HEIMERDINGER, NINA DEGELE

### Abstract:

Given the increasing over-exploitation of the world, renunciation is negotiated as a possibility or necessity to address the crisis through practices of reduction. As plausible as this demand seems and as widespread as renunciation practices are in everyday contexts, the discursive rejection of the term renunciation is in need of explanation. This is especially noted among actors who can be described as minimalists or environmental activists, and who can thus be considered fundamentally reductive. The aversion to the term is reconstructed by clarifying the concept of renunciation and examining its discursive rejection among these social actors. Firstly, it has to do with its everyday reduction to loss or prohibition. Secondly, with the difficulty of communicating the moments of increasing quality of voluntary action, justice, and habituation in connection with reductive forms of consumption.

*Keywords: Renunciation, minimalism, sustainability, discourses of impossibility, renunciation of consumption, travel practices*

## Verzicht: ein Konzept mit negativem Image

«Klimaschutz ja, Verzicht nein» – auf diese knappe, symptomatische Formel brachte eine Studie im Jahr 2021 die verbreitete Stimmung unter jungen Schweizer:innen, die sich auch in Österreich und Deutschland unter jungen Erwachsenen in ganz ähnlicher Weise zeigte.<sup>1</sup> Der Begriff des Verzichts ist im Kontext der Nachhaltigkeitsthematik diskursiv ebenso präsent wie umstritten, denn Veränderungen in Konsum- und Lebensstil werden nur dann auf breiterer Basis akzeptiert, wenn sie nicht weh tun.<sup>2</sup> Der Basler Wirtschafts- und Politikwissenschaftler Georg

1 Hürlimann, Beat: Junge Schweizerinnen und Schweizer. «Klimaschutz ja, Verzicht nein». In: Horizont, 2021, [www.horizont.net/schweiz/nachrichten/junge-schweizerinnen-und-schweizer-klimaschutz-ja-verzicht-nein-191227](http://www.horizont.net/schweiz/nachrichten/junge-schweizerinnen-und-schweizer-klimaschutz-ja-verzicht-nein-191227), 12. 8. 2024.

2 Czilwik, Sofie: Jugendforschung. «Nur die wenigsten würden dauerhaft auf Flugreisen verzichten». In: Zeit Campus, 2021, [www.zeit.de/campus/2021-12/jugendforschung-deutschland-simon-schnetzer/komplettansicht](http://www.zeit.de/campus/2021-12/jugendforschung-deutschland-simon-schnetzer/komplettansicht), 12. 8. 2024.

von Schnurbein sieht hierin sogar ein grundlegendes menschliches Prinzip: «Wir versuchen immer, Verzicht irgendwie zu umgehen.»<sup>3</sup> Gleichzeitig ist offenkundig, dass der Weg aus der Klimakrise nur über eine grundlegende und damit radikale globale Reduktion von klimaschädlichen Gasen führen kann. Diese werden durch unsere gesamte Wirtschafts- und Lebensweise verursacht. Weil viele als Wohlstandsmerkmale begehrte Konsumpraktiken in den Bereichen Mobilität, Ernährung oder Wohnen mit hohen CO<sub>2</sub>-Emissionen verbunden sind, wird deren Reduktion auf das notwendige Mass oftmals als Zumutung oder gar als illegitime Einschränkung erlebt.

Dabei sticht eine grundlegende Diskrepanz ins Auge: Um das im Pariser Klimaabkommen von 2015 vereinbarte 1,5-Grad-Ziel zu erreichen, darf in den nächsten Jahren nur noch eine stark begrenzte Menge von CO<sub>2</sub> emittiert werden. Global liegt die Grenze – je nach Berechnungsgrundlage – bei einer maximalen Pro-Kopf-Emission von ein bis drei Tonnen pro Jahr.<sup>4</sup> Bei einem gegenwärtigen Durchschnittswert von umgerechnet acht bis elf Tonnen pro Kopf und Jahr in Deutschland – Ähnliches gilt für viele Länder Mitteleuropas, in der Schweiz jedoch nur etwa vier Tonnen<sup>5</sup> – ist offenkundig, dass enorme, sämtliche gesellschaftlichen Schichten betreffende Reduktionen erfolgen müssen, wenn auch in stark unterschiedlichem Ausmass: Das reichste eine Prozent der Weltbevölkerung ist etwa für 16% des CO<sub>2</sub>-Ausstosses verantwortlich, die ärmere Hälfte für rund 8%.<sup>6</sup> Auch wenn die Vermögendsten somit deutlich überproportional an den schädlichen Emissionen beteiligt sind, wird der Löwenanteil von 76% doch von denjenigen 49% der Weltbevölkerung verursacht, die zwischen der global ärmeren Hälfte und dem einen Prozent besonders Wohlhabender angesiedelt sind. Die Transformationsimperative richten sich also an alle weltweit überdurchschnittlich wohlhabenden Menschen, mithin an sämtliche Angehörigen der sogenannten Mittelschichten im globalen Norden. Ob der adäquate Ansatzpunkt für die notwendigen Veränderungen jedoch im politischen oder individuellen, im lokalen oder globalen, im nationalen oder supranationalen Bereich oder aber in allen Bereichen gleichzeitig liegen sollte, darüber wird ebenso heftig wie ausdauernd debattiert.

Der Grösse, Tragweite und Dramatik der zur Diskussion stehenden Problemlage wird es nicht gerecht, den komplexen Zusammenhang zwischen Ökonomie, Politik, Gesellschaft, Individuen, nationalen und supranationalen Kontexten, Konsum und Angebot rhetorisch auf eine Dimension zu verkürzen. Das Anliegen dieses Textes ist es deshalb, einen bestimmten Aspekt zu diskutieren, der unserer Beobachtung nach eine bislang unterschätzte Schaltstelle zwischen der

3 [www.unibas.ch/de/Aktuell/Uni-Nova/Uni-Nova-139/Uni-Nova-139-Gespraech.html](http://www.unibas.ch/de/Aktuell/Uni-Nova/Uni-Nova-139/Uni-Nova-139-Gespraech.html), 12. 8. 2024.

4 Wuppertal Institut: CO<sub>2</sub>-neutral bis 2035. Eckpunkte eines deutschen Beitrags zur Einhaltung der 1,5-°C-Grenze. Wuppertal 2020, [https://fridaysforfuture.de/wp-content/uploads/2020/10/FFF-Bericht\\_Ambition2035\\_Endbericht\\_final\\_20201011-v.3.pdf](https://fridaysforfuture.de/wp-content/uploads/2020/10/FFF-Bericht_Ambition2035_Endbericht_final_20201011-v.3.pdf), 12. 8. 2024; Friedlingstein, Pierre et al. (Hg.): Global Carbon Budget 2020. In: Earth System Science Data 12/4 (2020), S. 3269–3340, <https://essd.copernicus.org/articles/12/3269/2020>, 12. 8. 2024.

5 <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/2689/umfrage/die-groessten-verursacher-von-treibhausgasen/>, 12. 8. 2024.

6 [www.oxfam.org.uk/mc/zyd5iv](http://www.oxfam.org.uk/mc/zyd5iv), 12. 8. 2024.

gesellschaftlichen Makro- und der individuellen Mikroebene darstellt. Es handelt sich um die Praxis des Verzichts, worunter wir ein intentionales Handeln und eine spezifische Spielart unter den verschiedenen Reduktionspraktiken verstehen. Sie unterscheidet sich von benachbarten Konzepten wie Verbot, Verlust, Mangel, Spar- oder Genügsamkeit zwar subtil, aber doch klar. Verzicht verstehen wir als ein zukunftsorientiertes und zielgerichtetes, freiwilliges, an materieller Reduktion orientiertes Unterlassungshandeln trotz Möglichkeit und Wunsch.<sup>7</sup>

Entsprechend präzisieren wir in diesem Beitrag zunächst den Begriff Verzicht. Im nächsten Schritt prüfen wir, welche Rolle Verzicht empirisch in Praktiken von Akteur:innen spielt, die sich im weiten Sinn als minimalistisch oder umweltaktivistisch bezeichnen lassen. Daraufhin rekonstruieren wir deren diskursiven Umgang mit dem Begriff und erklären auf der Basis dieser Befunde die kommunikative Schwierigkeit oder gar die Unmöglichkeit, mit dem Verzichtsbegriff Sympathien zu gewinnen.

## Begriff: Was ist Verzicht?

Vor dem Hintergrund der skizzierten Zusammenhänge bemerkenswert breit ist die Koalition derer, die den Verzichtsbegriff im Kontext der Nachhaltigkeitsdebatte ablehnen, und zwar in Politik, Publizistik und Wissenschaft. Sie tun dies aus unterschiedlichen Gründen. Manche, wie etwa der deutsche Finanzminister Christian Lindner, halten Verzicht grundsätzlich für unnötig und abwegig: «Ich will nicht verzichten und ich will auch nicht, dass andere verzichten müssen.»<sup>8</sup> Damit ist auch die These verbunden, dass individueller Verzicht sowieso nutz- und wirkungslos sei. Dieses Argument greifen vor allem linke Klimaaktivist:innen auf, die in der Verzichtsidee eine Entpolitisierung vermuten: Strukturelle und daher auch nur politisch zu lösende Probleme würden im Verzichtsgedanken individualisiert und damit auf eine falsche, weil unwirksame Ebene verschoben. Andere verbinden den Verzichtsbegriff mit Ungerechtigkeit, weil sie befürchten, der Verzichtsimperativ richte sich faktisch oft auf Unterprivilegierte und weniger auf Privilegierte. «Verzicht muss man sich leisten können», konstatieren sie daher mahnend.<sup>9</sup> Schliesslich wird sogar in der – der Kapitalismuseuphorie unverdächtigen – Postwachstumsökonomie der Verzichtsbegriff gemieden, möglicherweise aus

7 Heimerdinger, Timo: Verzicht – eine Reizvokabel im Diskursklima des Klimadiskurses. In: Kuckuck. Notizen zur Alltagskultur 2 (2020), S. 74–77, <https://doi.org/10.6094/UNIFR/175783>, 12. 8. 2024; Heimerdinger, Timo: Bescheidenheit, Genügsamkeit, Verzicht. Praktiken der Unterlassung in alltagskultureller Perspektive. In: Praktische Theologie. Zeitschrift für Praxis in Kirche, Gesellschaft und Kultur 57/2 (2022), S. 76–81; Höffe, Otfried: Warum verzichten? Über die Selbstbeschränkung. In: Frankfurter Allgemeine Zeitung, 2. 12. 2020, [www.faz.net/aktuell/politik/die-gegenwart/not-oder-segen-ueberlegungen-zum-begriff-des-verzichts-17076556.html](http://www.faz.net/aktuell/politik/die-gegenwart/not-oder-segen-ueberlegungen-zum-begriff-des-verzichts-17076556.html), 12. 8. 2024; Höffe, Otfried: Die hohe Kunst des Verzichts. Kleine Philosophie der Selbstbeschränkung. München 2023, S. 12–14.

8 [https://twitter.com/c\\_lindner/status/1176242376668581888](https://twitter.com/c_lindner/status/1176242376668581888), 12. 8. 2024.

9 Mayr, Anna: Verzicht muss man sich leisten können. Armut und Konsumkritik. In: Deutschlandfunk Kultur, 18. 12. 2020, [www.deutschlandfunkkultur.de/armut-und-konsumkritik-verzicht-muss-man-sich-leisten-100.html](http://www.deutschlandfunkkultur.de/armut-und-konsumkritik-verzicht-muss-man-sich-leisten-100.html), 12. 8. 2024.

strategischen, aber auch aus konzeptionellen Gründen. Niko Paech etwa hält ihn für irreführend, da er in einem emissionsintensiven Lebensstil eher eine Bürde oder «Gift» sieht, von der sich die Menschen befreien sollten.<sup>10</sup>

Es gibt jedoch zwischenzeitlich auch einige Autor:innen, die den Verzichtsbegriff affirmativ aufgreifen – ebenfalls aus unterschiedlichen Motiven. Aus psychologischer Sicht wird Verzicht als kompetentes selbstregulatives Gesundheitshandeln verstanden. Ein philosophischer Beitrag entdeckt den Begriff in geistesgeschichtlicher Perspektive positiv als Spezifikum der *conditio humana* neu und betont seine produktive Handlungskomponente. Aus der Perspektive der abendländischen Ideengeschichte erscheint Verzicht nach Höffe als «allgemeinmenschliche Aufgabe» von «anthropologische[m] Rang». In seiner Pauschalität fordert ein solcher Befund zur weiteren historischen und sozialen Differenzierung auf. Politikwissenschaftlich werden Verzicht und Verbot als Kernaufgaben politischen Handelns in Abgrenzung von der wirtschaftsliberalen Deregulierungsprogrammatik verteidigt. Aus der Innensicht des politischen Betriebs eines Ministeriums wird Verzicht sogar als «wichtigste Kulturtechnik des 21. Jahrhunderts» klassifiziert.<sup>11</sup>

Schon dieser Überblick zeigt, dass der Verzichtsbegriff in vielen Verwendungs-zusammenhängen mit benachbarten Konzepten konkurriert oder auch verwechselt wird. Fasst man Verzicht als selbstregulatorische Praxis der freiwilligen Unterlassung trotz Möglichkeit und Wunsch, so beinhaltet dieses Konzept sowohl eine Agency-starke Subjektsposition als auch die Ambivalenz im handlungsbezogenen Zielkonflikt zwischen Freiwilligkeit, Lustprinzip und zweckrationalem Handeln im Dienst übergeordneter, verantwortungsethischer Normen.<sup>12</sup> Verzicht erscheint nie als Selbstzweck, sondern ist stets auf bestimmte Ziele gerichtet. Zudem ist Verzicht als Prozessbegriff mit einem zumindest initialen Moment der subjektiven Zumutung verbunden, das Höffe «emotionale Kosten»<sup>13</sup> nennt: Der Verzicht auf eine eingebügte Gewohnheit (zum Beispiel Fleischverzehr) kann zunächst als schmerzhafte Zumutung erscheinen, sich dann jedoch in eine neue, gewohnheitsmässige Praxis (vegetarische Ernährungsweise) transformieren und so seinen unangenehmen Charakter verlieren. Beim Verzicht liegt die Agency, verstanden als kognitive Repräsentation und linguistische Konstruktion der Selbstzuschreibung von Handlungs- und Wirkmächtigkeit,<sup>14</sup> bei der individuell verzichtenden Person: Aus für sie guten Gründen unterlässt sie in Abwägung verschiedener Möglichkeiten die eine Option und wählt die andere. Wäre dieses Handeln keine intentionale Abwägung und keine Wahl, dann handelte es sich nicht um einen Akt des Verzichts,

10 Paech, Niko: Befreiung vom Überfluss. Auf dem Weg in die Postwachstumsökonomie. München 2012, S. 126 f.

11 Firus, Christian: Was wir gewinnen, wenn wir verzichten. Ostfildern 2020; Höffe, Kunst (Anm. 7); Paech, Befreiung (Anm. 10), S. 186 f.; Lepenies, Philipp: Verbot und Verzicht. Politik aus dem Geiste des Unterlassens. Berlin 2022, S. 264 f.; Wegst, Ulrich: Keine Angst vorm Verzicht. Ein Plädoyer für die wichtigste Kulturtechnik des 21. Jahrhunderts. Marburg 2021, S. 192.

12 Heimerdinger, Verzicht (Anm. 7).

13 Höffe, Kunst (Anm. 7), S. 12.

14 Kruse, Jan: Qualitative Interviewforschung. Ein integrativer Ansatz. Weinheim, Basel 2014, S. 502–509.

sondern um die Befolgung eines Verbots oder – im Falle der Nichtverfügbarkeit des gewünschten Gutes – um die Erfahrung eines Mangels. Wer ein Verbot befolgt oder einen Mangel erleidet, entscheidet nicht frei und hat auch nichts abzuwägen, sondern unterliegt einer Norm oder einer Gegebenheit.

Der Verzicht ist demnach zusammenfassend definitorisch gekennzeichnet durch die Merkmale Freiwilligkeit, Reduktion und emotionale Kosten. Er impliziert stets eine starke Subjektsposition, die menschliche Möglichkeit, sich bewusst gegen etwas zu entscheiden. Diese intentionale Unterlassung entspricht eher einem Tausch<sup>15</sup> als einem Verlust, als dem negativ bewerteten «Verschwinden von etwas in der zeitlichen Sequenz der sozialen Welt».<sup>16</sup> Während der Verlust keine Kompensation kennt, steht beim willentlichen Verzicht (zum Beispiel auf fossile Brennstoffe, Flugreisen oder Steaks) dem Weniger auf der einen Seite ein Gewinn auf der anderen Seite entgegen. Dieser Gewinn kann auch ethischer oder ideeller Art sein. Allerdings ist, und damit ist ein weiterer zentraler Punkt benannt, der Verzicht keine einfache Wahl, sondern eine unter mehr oder weniger grossen Schmerzen, er ist eben mit emotionalen Kosten verbunden. Dies unterscheidet Verzicht vom Begriff der Suffizienz, dem Autor:innen wie Niko Paech oder auch Peter Bartelmus den Vorzug geben. Sie stellen damit auf eine von Genügsamkeit und Vernunft gekennzeichnete, massvolle und zweckrationale Ausrichtung der Konsumgewohnheiten an den tatsächlich vorhandenen Erfordernissen und Ressourcen ab.<sup>17</sup> Suffizienz zielt auf «Änderungen in Konsummustern, die helfen, innerhalb der ökologischen Tragfähigkeit der Erde zu bleiben, wobei sich Nutzenaspekte des Konsums ändern».<sup>18</sup> Auch dieses in der Nachhaltigkeitsdiskussion derzeit populäre Konzept ist hilfreich, es übergeht jedoch die Erfahrungskomponente der subjektiven emotionalen Kosten, weil die Beschreibung eines positiven Zielzustandes im Vordergrund steht und nicht die einer Praxis im Transformationsprozess. Der in politischer Hinsicht wesentliche Unterschied zwischen den Konzepten Verzicht und Verbot schliesslich liegt im Spannungsverhältnis zwischen individueller und allgemeiner Verbindlichkeit. Verzicht ist ein akteur:innenbezogenes, individuelles Konzept, das zwar die Freiheitsgrade des subjektiven Entscheidungshandelns beinhaltet, dafür aber keine allgemeine Verbindlichkeit kennt. Es bleibt somit für Ungleichheitsverhältnisse und damit auch Ungerechtigkeiten offen. Das Verbot mit seinem Zwangscharakter hingegen ist in seiner normativen Kraft egalitär und vereinheitlichend.

Timo Heimerdinger, Nina Degele: Verzichtende, die nicht verzichten

15 Heimerdinger, Timo: Minimalismus alltagskulturell. Konsumverzicht als komplexe Tauschpraxis. In: Heike Derwanz (Hg.): Minimalismus – Ein Reader. Bielefeld 2022, S. 35–56, <https://doi.org/10.14361/9783839460764-002>, 12. 8. 2024.

16 Reckwitz, Andreas: Auf dem Weg zu einer Soziologie des Verlusts. In: Soziopolis. Gesellschaft beobachten (2021), <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-80750-2>, 12. 8. 2024.

17 Paech, Befreiung (Anm. 10), S. 126–130; Bartelmus, Peter: Suffizienz und Nachhaltigkeit. In: ders. et al. (Hg.): Von nichts zu viel. Suffizienz gehört zur Zukunftsfähigkeit. Wuppertal 2002, S. 39–48, hier S. 40.

18 Fischer, Corinna et al. (Hg.): Mehr als nur weniger. Suffizienz: Begriff, Begründung und Potenziale. Freiburg 2013, [www.oeko.de/oekodoc/1836/2013-505-de.pdf](http://www.oeko.de/oekodoc/1836/2013-505-de.pdf), 12. 8. 2024, S. 10.

Viele Autor:innen – so auch Wegst – halten Verbote daher für politisch weitaus tauglicher und praktikabler als Verzichtsappelle und plädieren deshalb für ordnungspolitische Massnahmen.<sup>19</sup> Diese Argumentation ist nachvollziehbar, blendet aber einen entscheidenden Aspekt aus: In einer Demokratie benötigt es hierfür immer Mehrheiten. Was tun, wenn diese weder gegeben noch realistischerweise herstellbar sind?

Jenseits dieser konzeptionellen Überlegungen zeigt sich empirisch, dass Praktiken des Verzichts einerseits elementare Bestandteile jeglichen menschlichen Entscheidungshandels sind, andererseits in bestimmten alltagskulturellen Settings exponiert vollzogen werden. Gleichzeitig jedoch wird das Konzept des Verzichts diskursiv abgewehrt und problematisiert. Im Folgenden gehen wir diesem Spannungsverhältnis auf der Basis empirischer Befunde nach. Wir untersuchen, wie Praktiken des Verzichts und das Sprechen darüber in ausgewählten Feldern zueinander relationiert werden.

## Praxisfelder: De-facto-Verzicht

Wo sind sie eigentlich, die Verzichtenden? Den theoretischen Ausführungen folgend finden wir sie empirisch in einigen Praxisfeldern und stellen hier Befunde aus den Bereichen Minimalismus (Reduktion von materiellem Besitz) und Reisen (Reduktion von emissionsintensiven Mobilitätspraktiken) vor. Die empirische Basis hierfür bilden (Einzel-)Interviews und Gruppendiskussionen, die in den Jahren 2020–2023 durchgeführt wurden.

Die implizit konsumkritisch ausgerichtete, nur lose organisierte Szene rund um den Begriff des Minimalismus ist alltagskulturell heterogen.<sup>20</sup> Ihre Angehöri-

19 Wegst, Keine Angst (Anm. 11).

20 Unter dem Begriff Minimalismus sammeln sich in unterschiedlichen digitalen (zum Beispiel Chatgruppen, Zoom-Treffen oder Podcast-Communitys) und kopräsenten Formaten Menschen, die sich von der Idee des Minimalismus angesprochen fühlen. Das hier präsentierte Material stammt aus einer Interview- und Beobachtungsstudie, die seit 2020 mit dem sogenannten Minimalismustreffen (früher: Minimalismusstammtisch) in Berlin durchgeführt wird, vgl. Heimerdinger, Minimalismus (Anm. 15); Heimerdinger, Timo: Zeitwohlstand – wenn weniger mehr ist. In: Manuel Trummer et al. (Hg.): Zeit. Zur Temporalität von Kultur. Münster 2023, S. 88–99. Diese Gruppe besteht seit rund zehn Jahren und verändert sich kontinuierlich, die Kerngruppe umfasst um die zehn Personen vieler Geschlechter und ist altersmäßig heterogen (etwa 25–65 Jahre). Auch soziokulturell ist die Gruppe uneinheitlich, es sind Lehrer:innen, soziale Berufe, Freiberufler:innen (zum Beispiel Grafik, Übersetzung), Rentner:innen, Student:innen und angestellt Beschäftigte vertreten. Viele, jedoch nicht alle haben einen akademischen Hintergrund und gehören der breiten gesellschaftlichen Mitte an. Hinsichtlich des Einkommens sind sie meist durchschnittlich situiert und keinesfalls besonders privilegiert. Signifikant ist eine überdurchschnittlich hohe Bildungsaffinität und ein grundsätzliches politisches Interesse, als dezidiert politisch versteht sich die Gruppe allerdings nicht. Bislang wurden 15 Interviews von 60–90 Minuten Dauer und mehrere teilnehmende Beobachtungen bei Einzel- und Gruppentreffen durchgeführt. Im Fokus der narrativ-themenzentriert angelegten Erhebung standen die Praxis und das Selbstbild als Minimalist:innen allgemein. Eine explizite Fokussierung auf den Verzichtsbegriff erfolgte zunächst nicht, wurde er in den Gesprächen jedoch von den Gesprächspartner:innen nicht initiativ eingebracht, so wurde gezielt danach gefragt. Der kontextualisierend-hermeneutische Zugang zum Material erfolgte inhaltsanalytisch und rekonstruktiv.

gen orientieren sich teilweise an einer Ästhetik der Übersichtlichkeit oder sind von den Maximen der Reduktion und der Konzentration aufs Wesentliche inspiriert. Sie sehen sich weniger durch ein geschlossenes System von Regeln oder Prinzipien vereint als durch die allgemeine Überzeugung, dass weniger oft besser sei. Diese zunächst vage, kulturhistorisch auch an künstlerische, spirituelle und ästhetische Prinzipien anknüpfende Grundidee wird in unterschiedlichen Konsum- und Alltagspraktiken konkretisiert.<sup>21</sup> Oft geht es zunächst um die Reduktion des eigenen Besitzes in Kleiderschrank, Küche, Keller und dem gesamten Haushalt, dann aber auch um die Vermeidung von energie-, kraft- und nervenzehrenden Lebenspraktiken in puncto Mobilität, Wohnen, Körperpflege oder Sozialleben insgesamt. Über die populär gewordenen Tipps der Aufräumanleiterin Marie Kondo hinaus<sup>22</sup> werden Praktiken der Vereinfachung vollzogen, die im Kern alle in der Idee übereinstimmen, dass über den Weg der Reduktion mehr Zufriedenheit, Gesundheit, Entspannung und Effizienz im Leben erreicht werden können, zudem aber auch mehr Nachhaltigkeit und ökologische wie soziale Gerechtigkeit. Diese minimalistischen Praktiken sind nicht nur Gegenstand einer Fülle von populärer Ratgeberliteratur, sondern werden seit einigen Jahren auch kulturwissenschaftlich erforscht.<sup>23</sup> Ethnografische Untersuchungen zeigen dabei übereinstimmend, dass die Reduktionsarbeit von den Minimalist:innen in den allermeisten Fällen als eine längerfristige, mitunter auch mühsame Suchbewegung der Umorientierung und des Lernens neuer alltagskultureller Gewohnheitsmuster erlebt wird.<sup>24</sup> Sie geschieht freiwillig und intentional ohne Not oder Zwang von aussen, ist zumindest phasenweise auch mit gewissen emotionalen Kosten verbunden und zielt auf materielle Reduktion. Sie kann daher tatsächlich im oben vorgestellten Sinn als Verzichtsarbeit verstanden werden. Erstaunlich ist es daher, dass die Akteur:innen selbst, die de facto Verzichtenden also, den Verzichtsbegriff an sich nicht nur meiden, sondern auch – explizit darauf angesprochen – sogar dezidiert zurückweisen. Sie wollen ihre Praxis und ihr Erleben nicht als Verzicht bezeichnen oder verstanden wissen, sondern sprechen stattdessen eher von Befreiung, Loslassen oder Entlastung. Oft wird auch der Begriff Minimalisierung gebraucht. Empirisch zeigt sich also eine Spannung zwischen Praxis und Diskurs, ein auffälliges Auseinanderklaffen von Tun und Sprechen über das eigene Tun. Die Thematisierung des eigenen Handelns als Verzicht erscheint also sogar den Verzichtenden selbst als unangemessen oder unattraktiv.

Ebenfalls an Reduktion interessiert sind gegen die Klimakrise aktive Gruppen. Mit einer explizit politischen Orientierung richten sich ihre Reduktionsanstren-gungen primär auf den Klimawandel fördernde CO<sub>2</sub>-Emissionen. Ihr Ziel ist die politische Makroebene, der Weg dorthin führt aber auch über die individuelle

21 Zu Gegenwart und Geschichte des Minimalismus vgl. Derwanz, Heike (Hg.): Minimalismus. Ein Reader. Bielefeld 2022.

22 Kondo, Marie: Magic Cleaning. Wie richtiges Aufräumen Ihr Leben verändert. Hamburg 2013.

23 Helbig, Julia Susann: Minimalismus zwischen Downshifting und Konsumverzicht. Eine volkskundliche Studie auf Basis qualitativer Interviews. Hamburg 2015; Derwanz, Minimalismus (Anm. 21); Heimerdinger, Bescheidenheit (Anm. 7); Heimerdinger, Zeitwohlstand (Anm. 20).

24 Helbig (Anm. 23), S. 96.

Lebensführung. So sind bei einer Studie zum Thema Reisen unter anderem drei Gruppen mit überwiegend akademischem Hintergrund beteiligt, die sich qua Gruppenidentität explizit mit dem Thema Klimawandel auseinandersetzen.<sup>25</sup> Das Forschungsinteresse bezieht sich dort auf die Frage, welche gesellschaftlichen Wertvorstellungen hinter Reisen und insbesondere dem (Nicht-)Fliegen stecken und was es so schwer macht, umwelt- und klimagerecht zu reisen. Die Gruppen diskutierten über die Bedeutung von Reisen für sie, im zweiten Schritt folgte der mögliche Bezug zu Nachhaltigkeit und/oder Klimawandel. Erst in einem fortgeschrittenen Stadium der Studie Ende 2023 wurde bei den Klimagruppen explizit nach der Bedeutung von Verzicht gefragt (die Gruppen haben das Thema selbst nicht ausdrücklich zum Thema gemacht). Es handelt sich dabei um den durchaus aufschlussreichen Versuch, das Thema Verzicht in Gruppen anzusprechen, die in unseren Augen qua Gruppenidentität nah an solchen Praktiken diskutieren und agieren. Eine Klimagerechtigkeitsaktivistin beispielsweise hat sich während der Coronakrise geschworen, «nie wieder» zu fliegen. Solche Reduktionen sind mit Kosten verbunden: monetär, zeitlich und in Bezug auf Komfort. Die Entscheidung gegen Fliegen ist freiwillig, die Reduktion von Dingen und Praktiken ist nicht zwingend beziehungsweise alternativlos, die Kosten werden aus politischen Gründen und für die Nachhaltigkeit in Kauf genommen. Doch auch in solchen Gruppen stösst der Begriff Verzicht initial auf Ablehnung, wird er doch als zu individualisierend, zu negativ und medial kontraproduktiv wahrgenommen.

Folgerichtig stellt sich die Frage nach den Gründen für diese auffällige Meidung des Verzichtsbegriffs: Wollen die Akteur:innen ihr eigenes Tun möglicherweise nur deshalb nicht als Verzicht darstellen, um pejorative Fremdzuschreibungen wie ‹lustfeindlich›, ‹sich kasteiend›, ‹zwänglerisch› oder ‹defizitär› zu vermeiden? Oder nehmen sie ihr eigenes Tun tatsächlich gar nicht als mit emotionalen Kosten verbunden wahr? Vielleicht gehen die Akteur:innen aber auch von einem Ver-

25 Degele, Nina: Privilegienblinder Reisen in Zeiten des Klimawandels. In: Zeitschrift diskurs 7 (2022), S. 1–18, <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:hbz:465-20220503-142810-2>, 12. 8. 2024. In dem seit 2019 laufenden Lehrforschungsprojekt haben bislang mehr als hundert Teilnehmer:innen in 24 Gruppen diskutiert. Die Gruppen haben sich um gemeinsame Interessen herum gebildet und bestehen mitunter schon seit Jahren bis Jahrzehnten: Handballspieler:innen, Blindenfußballspieler, Finanzausbildung, Hundehalter:innen, Freund:innenkreise Ü50 und Ü75, Realschüler:innen, Schachclub, Südamerikaorientierte, Landfrauen, Senior:innenchor, eine Gruppe junger Eltern, Fahrradwerkstatt, junge Frauen mit Migrationsbiografien, Fanfarenzug, Schauspieler:innen, Wohngenossenschaft, Fußballfans und drei gegen die Klimakrise agierende Gruppen, nämlich ein Klimanetzwerk, eine Klimagerechtigkeitsgruppe und eine für terranes (auf dem Boden bleibendes) Reisen aktive Gruppe. Bei diesen drei Gruppen handelt es sich um akademisch ausgebildete Grossstädter:innen aus der Mittelschicht. Das gewählte Verfahren der Gruppendiskussion basiert auf Bohnsack, wonach bereits bestehende Gruppen in einem ihnen vertrauten Kontext auf einen Diskussionsimpuls der Forschenden reagieren und in einer vor allem ihrer eigenen Dynamik folgenden Weise diskutieren. Emanente Fragen werden nicht oder zu einem späten Zeitpunkt gestellt. Die Auswahl der Gruppen erfolgte nach dem Prinzip des theoretical sampling und sollte Heterogenität in der Gesellschaft widerspiegeln; die ausgewählten Gruppen waren dabei jeweils möglichst homogen (Minimaxprinzip). Die Diskussionen wurden von Studierenden und der Studienleiterin durchgeführt und dauerten jeweils ein bis zweieinhalb Stunden. Die Durchführung orientierte sich am integrativen Basisverfahren Kruses, die Auswertung erfolgte rekonstruktiv. Vgl. Bohnsack, Ralf: Rekonstruktive Sozialforschung. Einführung in die Methodologie und Praxis qualitativer Forschung. Opladen 2000; Kruse, Qualitative Interviewforschung (Anm. 14).

zichtsbegriff aus, der sich signifikant von dem hier vorgestellten unterscheidet? Im vorliegenden empirischen Material finden sich Indizien für sämtliche skizzierten Varianten. Entsprechend rekonstruieren wir vier Strategien des diskursiven Umgangs mit dem Begriff Verzicht beziehungsweise der Zurückweisung des Begriffs für die eigene Praxis und erläutern diese jeweils anhand ausgewählter Passagen aus unserem Interviewmaterial. Die vier Strategien bestehen in der jeweiligen Betonung der Aspekte Steigerung der Lebensqualität, Freiwilligkeit, Gerechtigkeit und Gewöhnung.

## Diskursive Strategien der Zurückweisung

1. Steigerung der Lebensqualität: Auch wenn sich Praktiken der vorgestellten Gruppen und Akteur:innen faktisch im Licht der angeführten Definition als Verzicht beschreiben lassen, ruft der Begriff bei ihnen deutliche Abwehrreaktionen hervor, er gilt als unattraktiv bis schlicht negativ. Um dem Eindruck einer defizitorientierten Deutung der eigenen Praktiken grossräumig vorzubeugen, betonen minimalistisch inspirierte Akteur:innen von vornherein die positive Motivation ihres Tuns. Sie stellen klar, dass das alltagspraktische materielle Reduktionsprogramm für sie einem intrinsischen Wunsch nach Steigerung von Lebensqualität und Lebensintensität entspringe. Der Verzichtsbegriff erscheint ihnen in diesem Kontext als ungeeignet und wird vermieden. Der durch sein Buch *Der kleine Minimalist* in der breiteren Öffentlichkeit bekannt gewordene Joachim Klöckner<sup>26</sup> artikuliert im Interview dieses Bestreben, sich selbst nicht über die Zuschreibung von Vermeidung oder von Abwesenheit von irgend etwas bestimmen zu wollen, sondern lieber über die Markierung von affirmativen Momenten der Bejahung mit dem Begriffspaar Negation/Position: «Also es passt auch zu dem keine Negation, sondern eine Position. Und Verzicht wäre für mich [eine] Negation. Und eine Position wäre eben der Freiraum, den ich dadurch habe oder die Energie oder wie auch immer – darin.»<sup>27</sup>

Dieses Streben nach einer positiven Selbstbestimmung als aktiv und handlungsmächtig ist massgeblich für die Vermeidung des Verzichtsbegriffs und wird auch in den Einlassungen anderer Akteur:innen immer wieder deutlich artikuliert, etwa wenn es um Mobilität oder zeitliche Spielräume geht: «Also für mich ist es dann auch kein Verzicht zu sagen, ich habe kein Auto, sondern für mich ist es eine extreme Bereicherung zu sagen, ich habe Mobilität, die dem entspricht, was meine Bedürfnisse sind, nämlich Flexibilität.»<sup>28</sup>

Ein Minimalist formuliert hinsichtlich seiner Entscheidung, nur in Teilzeit zu arbeiten und dafür jede Woche einen freien Tag mehr zu haben, in ähnlicher Weise, obgleich der Begriff der Einschränkung durchaus prominent auftaucht: «Ich habe gemerkt, das ist für mich wirklich kein Problem, mich auch nochmal einzuschrän-

26 Klöckner, Joachim: *Der kleine Minimalist. Praktische Erfahrungen für ein befreites, glückliches Leben.* Wals bei Salzburg 2018.

27 Interview Klöckner 2022.

28 Interview mit Minimalistin K. 2021.

ken ... ich weiss einfach, wie wertvoll mir diese Zeit für mich ist und dieses etwas freiere, selbstbestimmtere Leben sozusagen, und da bin ich persönlich bereit, auf sehr, sehr viel zu verzichten, in Anführungszeichen. Für mich ist es kein Verzicht, weil diese Lebensqualität, die ich dann erst mal durch den freien Freitag hatte, ... also da hätte mir kein Geld der Welt, hätte das für mich aufgewogen.»<sup>29</sup>

Deutlich wird an diesen Stellen, dass die Befragten den Ausgangspunkt ihrer minimalistischen Praxis in der Motivation sehen, ihr Leben zu verbessern, und bestimmte emotionale Aspekte wie Freiheitsgefühl, Leichtigkeit oder Unabhängigkeitserleben betonen möchten. Sie sind also in ihrer Selbstwahrnehmung eher motiviert durch den positiven Wunsch, irgendetwas zu erreichen oder zu erlangen, und nicht vom Wunsch nach Reduktion. Diese wird eher als Mittel zum Zweck und daher als sekundärer Effekt ihrer Lebensentscheidung betrachtet. Beim Begriff des Verzichts hingegen stehe der Minderungsaspekt im Vordergrund, er wird also mit Verlust assoziiert und daher vermieden.

Die Befragten deuten das eigene Tun als eine fortgesetzte Arbeit an einer konkreten, lebensbejahenden Utopie, nicht als Form des Rückbaus von Lebensqualität, auch wenn der Rückbau von Konsum hierzu ein Mittel ist. In den Zitaten wird deutlich, dass sie mit Verzicht etwas verbinden, was *(per Saldo)* negativ wäre, daher gebrauchen sie Gegenbegriffe wie *(Bereicherung)* oder *(Lebensqualität)*.

2. Freiwilligkeit: Ein auffälliger Punkt ist die wiederkehrende Betonung von Intentionalität und Freiwilligkeit des eigenen Handelns, mit der die Vermeidung des Verzichtsbegriffs begründet wird: «Also, ehrlich gesagt, also erstmal Verzicht würde ich es niemals nennen, weil es ja was ist, das wir wollen. Dann, ja, schränkt man sich ja nicht in den Sachen ein, die man gut findet, sondern in den Sachen, die man schlecht findet, von daher ist es ja immer ein Abgeben von irgendwas, was man eh nicht braucht.»<sup>30</sup>

Was hier also unter Verzicht verstanden wird, lässt sich nur im Umkehrschluss folgern. Wenn das eigene Handeln nicht als Verzicht verstanden werden solle, weil es ja eine absichtsvolle Reduktion von etwas sei, das sowieso überflüssig oder wenig gemocht werde, also eine Art Last, dann würde Verzicht die fremdbestimmte Einbusse eines gewünschten Gutes bedeuten – wäre also das, was oben als Verbot charakterisiert wurde. Ein Gruppenmitglied formuliert sogar explizit auf die gezielte Nachfrage, was es denn unter Verzicht verstehe, «dass einem was weggeschnitten wird». <sup>31</sup> Verzicht wird hier also als etwas konzipiert, das einem Menschen widerfährt, das ihn wider Willen ereilt oder überkommt, wie ein Mangel oder ein Verbot. Die Ablehnung des Verzichtsbegriffs ist also mit dem Wunsch nach Akzentuierung der eigenen Handlungsfähigkeit verbunden, die offenbar im alltäglichen Sprachgebrauch gar nicht oder zu wenig stark mit dem Verzichtsbegriff assoziiert wird.<sup>32</sup>

29 Interview mit Minimalist M. 2021.

30 Interview mit Minimalistin L. 2022.

31 Interview mit Minimalist M. 2023.

32 Tatsächlich besteht ein erhebliches semantisches Problem darin, dass der Verzichtsbegriff im Unterschied zur vorgestellten Definition alltagssprachlich hinsichtlich des wichtigen Kriteriums der Freiwilligkeit abweichen kann.

3. Gerechtigkeit: Eine weitere Strategie der Abwehr des Verzichtsbegriffs besteht darin, lieber von Gerechtigkeit und Moral zu sprechen. Dies ist bei den drei Klimagruppen zu beobachten, die dem im sonstigen Sprachgebrauch eher negativ konnotierten Verbot durchaus Positives abgewinnen. Verbote haben im Vergleich zu Verzicht die Eigenschaft der Allgemeingültigkeit und sind damit gerechter. Gleichwohl macht die Grenze von Freiwilligkeit und Verbot einen schmalen Grat aus. Verbote lassen sich als von aussen auferlegte Einschränkungen übersetzen, was durchaus als Entlastung wahrgenommen werden kann. Solche Einschränkungen schwächen die emotionalen Kosten deutlich ab, weil sie für alle gelten. Damit vermeiden sie die Zumutung der relationalen sozialen Schlechterstellung, die mit Verzichtspraktiken einhergehen kann. Verbote in Kauf zu nehmen oder sich diese sogar zu wünschen, entspricht allerdings nicht dem genuinen Wunsch der Gruppen, aus Einsicht und freiwillig das Richtige zu tun. Vor diesem Hintergrund etwa kann die klimaaktivistische Gruppe sogar dem Konzept Verzicht – allerdings zögerlich und erst im Verlauf der Diskussion – auch etwas Positives abgewinnen. Der Verzicht auf Flüge ist für sie mit einem guten Gewissen verbunden, nämlich global gerecht zu leben. «Also, vielleicht verzichte ich auf etwas, ähm, in meiner Verhaltensweise. Aber ich hab doch einen Zugewinn an, an Moralität, an an an ich bin im Reinen mit mir, ich hab n gutes Gewissen, ich weiss, ich lebe global gerecht. [...] Das is schon n unglaublich schönes Gefühl.»<sup>33</sup> Der terranen Gruppe etwa geht es wie den Minimalist:innen nicht um ein Weniger im Sinne eines Verlusts. Die Figur ist vielmehr der Tausch: «irgendwas weniger, aber dadurch dann doch ... was anderes halt dann mehr». <sup>34</sup> Ein Ausgleich bringt ein aus dem Gleichgewicht geratenes Verhältnis wieder ins Lot.

So sehr ein solcher Verzicht von der terran positionierten Gruppe gutgeheissen wird, so skeptisch sehen alle drei gegen die Klimakrise aktiven Gruppen die Erfolgsaussichten, wenn ein solches Handeln auf Freiwilligkeit beruht. Folgerichtig plädieren sie für einen verordneten Verzicht, der damit kein Verzicht mehr wäre, sondern eben ein Verbot. Gleichwohl genügt den Klimaaktivist:innen beispielsweise bereits der «Hintergedanke ans Klima»<sup>35</sup> als moralische Leitplanke. Ihre Handlungen sind freiwillig, auf ein politisches Ziel hin orientiert und durchaus mit emotionalen Kosten verbunden. Das erfüllt die Bedingungen von Verzicht. Der eigene moralische Kompass erfordert ein konsistentes Handeln, das nicht nur Abstriche im Hinblick auf Geld, sondern auch auf Bequemlichkeit und Zeit in Kauf nimmt. Das betrifft für eine terran positionierte Diskutantin nicht nur private Urlaubsreisen, sondern auch Dienstreisen. Bei solchen nämlich werden die Beteiligten mitunter zum Fliegen gezwungen, wenn sie für alternative Reiseformen nicht Urlaubstage einsetzen oder privat Geld zuschiessen wollen. Dies setzt jedoch

ligkeit unscharf gebraucht wird, er kommt in beiden Varianten vor: «freiwillig auf etwas verzichten» (im Sinne der Definition tautologisch) und «auf etwas verzichten müssen» (im Sinne der Definition widersprüchlich).

33 Gruppendiskussion Klimaaktivismus 2023.

34 Gruppendiskussion terranes Reisen 2023.

35 Gruppendiskussion Klimaaktivismus 2023.

ein hohes Mass an Selbstregulation und stark überzeugungsgeleitetes Handeln voraus, das mehrheitsgesellschaftlich kaum erwartet werden könnte. Für gesellschaftlich breit wirksame Effekte sehen sie daher die Notwendigkeit von ordnungs-politischen Massnahmen, sprich: Verboten. Im Ergebnis sind Verbot und Verzicht für die drei Klimagruppen funktionale Äquivalente, um ein politisches Ziel wie die Reduktion von CO<sub>2</sub>-Emissionen zu erreichen.

4) Gewöhnung. Schliesslich verweisen die Klimagruppen wie auch die Minimalist:innen auf den zumindest mittelfristigen Gewinn an Qualität im Rahmen eines Gewöhnungsprozesses. «Ich würde gar nicht sagen, dass wir so viel von Verzicht gesprochen haben. Sondern ja schon auch rausgestellt haben, dass wir dieses langsamere Reisen dann als eigentlich Zugewinn an Reisequalität sehen.»<sup>36</sup> Das hat vor allem mit mittelfristigen Zeithorizonten zu tun. Dann nämlich verspricht für diese Gruppe das Moment der Gewöhnung (jetzt noch) zumindest zukünftig Entlastung: «Oder nehme ich sie jetzt noch als Verzicht wahr, sondern es ergeben sich ganz viel neue Möglichkeiten, die ich sonst vielleicht nicht als Möglichkeiten wahrgenommen hätte oder als Option oder als Erweiterung.»<sup>37</sup> Die Diskutantin deutet zukünftige, noch nicht erfolgte oder abgeschlossene Entwicklungen an, die sie mit Möglichkeiten, Optionen oder Erweiterungen in Verbindung bringt. Das bezieht sich weniger auf die Gegenwart als auf die Zukunft. Die emotionalen Kosten sind noch präsent, die Perspektive ist aber deren Verschwinden durch Gewöhnung. Möglichkeiten und Optionen orientieren sich an einem Ziel, das *nach* der Einschränkung folgt. Der Gewinn liegt in der Zukunft. Verzicht ist hier eine soziale Praktik, die durchaus unter Anstrengungen gelernt wird. Trotz des erhofften zukünftigen Gewinns ist der Weg dahin mit Praktiken verbunden, die begrifflich negativ besetzt sind. Woran liegt das?

## Kommunikative Unmöglichkeit der Praxisoption Verzicht

Die mangelnde Attraktivität von Verzicht hat neben dessen medial schlechtem Image auch mit dessen etymologischem Kern der Nichtinanspruchnahme und des Unterlassens von etwas zu tun.<sup>38</sup> Ein solche Negation von etwas ist damit logisch negativ besetzt. Dies wiederum steht im Gegensatz zur gesellschaftlich hoch bewerteten Idee des Fortschritts, die hierzulande mit einer Erweiterung von Handlungsmöglichkeiten und Wachstum zusammenfällt. Fortschritt ist mit einem Mehr, einem Zuwachs und einer Steigerung verbunden, was der sozial geteilten Vorstellung von Verzicht diametral entgegensteht. Die Idee erweiterter Handlungsoptionen mit der daran geknüpften Zurückweisung von Verzicht teilen zunächst

36 Ebd.

37 Ebd.

38 Die Auseinandersetzung unter diesem Begriff findet im deutschsprachigen Raum statt – eine wortgetreue Übersetzung ins Englische gibt es nicht: renunciation, sacrifice, forgoing, waiver oder relinquishment fokussieren je spezifische Aspekte, am ehesten fängt das Verb to do without die Prozessualität von verzichten (aber nicht von Verzicht) ein.

auch die kapitalismuskritischen Klimaaktivist:innen: Der Kapitalismus befördere ein Negativimage von Verzicht, «um negative Emotionen damit zu erwecken», oder um «den Kapitalismus am Laufen zu halten».<sup>39</sup> Zwar nerve für sie der Kapitalismus mehr als das Negativbild Verzicht, das der Kapitalismus produziere. Dennoch braucht diese Gruppe über 60 Minuten, bis sie sich zu einer positiveren Stellungnahme durchringt: «Ich find, ich, für mich ist Verzicht nicht nur was Negatives.»<sup>40</sup> Eine solche Aussage erfordert Mut und ist legitimationsbedürftig. Das liegt auch daran, dass sich wollen, sollen und dürfen hier nur teilweise überlagern: «Weil ich vegan esse, und mir in der Heimat voll viele Leute sagen, ah, das darfst du ja gar nicht essen. Und ich dann sag, nee, ich *will* (A: Mhm) das einfach nicht essen. (M lacht) Und ich will einfach nirgendwo hinfliegen. Das ist keine Einschränkung für mich, und trotzdem verzichte ich ja drauf.»<sup>41</sup>

Etwas nicht zu tun, ist im Kontext von Nachhaltigkeit und Verzicht ein Tun. Etwas nicht wollen kann sich im Hinblick auf Handeln allerdings auf unterschiedliche Ebenen beziehen: Nicht fliegen sollen und wollen ist etwas anderes als der (Meta-)Wunsch, nicht fliegen wollen zu wollen (dies insgeheim aber gern zu tun).<sup>42</sup> Ein solches Wollen ist auf einen existierenden, in der eigenen Community und bei sich selbst aber negativ bewerteten Wunsch bezogen, der zum Verschwinden gebracht werden soll. Das ist schwer kommunizierbar. Die sprechende Person aus der Gruppe der Klimaaktivist:innen will nicht fliegen, empfindet es nicht als Einschränkung, verzichtet dem gängigen Sprachgebrauch zufolge («schmerhaft») aber trotzdem darauf. Das mögliche negative Gefühl dabei ist ein gesellschaftliches, denn es bezieht sich auf gesellschaftliche Normalitäten und Erwartungen: «Dieses, hey Reisen ist ultrageil. Und ich merk schon, wie das immer noch in mir drin steckt und wie ich mich bewusst dagegen entscheide: ich möcht das für mich gar nicht.»<sup>43</sup> Fliegen als etwas Negatives zu deuten, zu empfinden und umzusetzen ist ein mitunter langwieriger Prozess. Denn die Vorstellung von Fernreisen (mit dem Flugzeug) als etwas Erstrebenswertem («ultrageil») ist wirkmächtig, internalisiert, habitualisiert, zur Doxa geronnen und verselbstverständlicht. Hier wird deutlich, dass auch Gefühle gelernt und gegebenenfalls wieder kontrolliert verlernt werden müssen. Es zeigt sich in diesem sprachlichen Ringen um eine angemessene Darstellung des Erlebens von Zielkonflikten also empirisch konkret das, was in der Philosophie unter dem Topos der «exzentrischen Positionalität» des Menschen<sup>44</sup> oder in der Soziologie unter den Paradoxien gouvernementaler Selbstregierungsverhältnisse verhandelt wird: «Ich muss das Wollen wollen und das Wählen wäh-

Timo Heimerdingen, Nina Degele: Verzichtende, die nicht verzichten

39 Gruppendiskussion Klimaaktivismus 2023.

40 Ebd.

41 Ebd.

42 Vgl. Watson, Gary: Free Agency. In: The Journal of Philosophy 72 /8 (1975), S. 205–220, <https://doi.org/10.2307/2024703>, 12. 8. 2024.

43 Gruppendiskussion Klimaaktivismus 2023.

44 Zu dieser Formulierung Plessners vgl. Weiland, Marc: Helmuth Plessners Philosophische Anthropologie. In: Marc Weiland (Hg.): Mensch und Erzählung. Helmuth Plessner, Paul Ricœur und die literarische Anthropologie (Schriften zur Weltliteratur, 9). Stuttgart 2019, S. 71–97, [https://doi.org/10.1007/978-3-476-04903-2\\_3](https://doi.org/10.1007/978-3-476-04903-2_3), 12. 8. 2024.

len.»<sup>45</sup> Auch die Reduktionsimperative nachhaltiger Konsumpraktiken unterliegen somit einer Entwicklungsidee. Paradoxe Weise steht sogar das seit einigen Jahren deutlich verstärkte Medieninteresse an minimalistischen Praxisformen in einem engen Zusammenhang mit impliziten Steigerungsmechanismen. Marie-Kondo-Auf-räumpraktiken, Tiny Houses oder alternative Reiseformen ohne Flugzeug lassen sich besonders dann gut innerhalb der Logik medialer Aufmerksamkeitsökonomie verwerten, wenn sie mit extremen oder aussergewöhnlichen Bildern und Botschaften aufwarten können. Minimalist:innen machen daher in der Zusammenarbeit mit Medienschaffenden immer wieder die Erfahrung, auf jene spektakulären Teilespekte reduziert zu werden, die maximale Aufmerksamkeit versprechen. Davon weiss auch der bereits erwähnte Joachim Klöckner zu berichten, der für sein Buch *Der kleine Minimalist* selbst zunächst einen ganz anderen Titel vorgeschlagen hatte. Auch den Begriff des Minimalismus habe er erst – so berichtet er im Interview – auf Drängen des Verlags hin in Text und Titel aufgegriffen, er selbst hätte eigentlich eine andere begriffliche Fassung bevorzugt, die eher auf die Aspekte des Zugewinns als auf die der Reduktion abzielt: «Das Wort [Minimalismus] ist für mich ungünstig gewählt, auch wenn [es] im Titel ist. Der Titel hiess eigentlich ‹Mit leichtem Gepäck›. Dann hat der Verlag aber gesagt, das müsste anders werden. Also habe ich noch ein paar Sätze zum Minimalismus reingebracht. Nein, weshalb? Weil das einfach auf Mini, auf wenig, auf reduziert, auf Verzicht, auf Anstrengung, wenn du so willst, im weitesten Sinne hinführt. Ich sage immer, wenn ich es wählen kann, dann würde ich sagen Maximalismus, eben dem Maximum an Zeit, dem Maximum an Energie.»<sup>46</sup> Klöckner hat wiederholt die Erfahrung gemacht, medial auf den vermeintlich spektakulärsten Aspekt seiner Praxis reduziert worden zu sein, den Umstand nämlich, dass er nur rund 50 Dinge besitzt.

Vergleichbare Effekte stellen sich ein, wenn die Minimalist:innen darüber berichten, was sie alles nicht haben (zum Beispiel ein eigenes Auto, einen gut gefüllten Kleiderschrank) und nicht tun (materielle Geschenke annehmen, shoppen) oder auf wie wenigen Quadratmetern sie leben. Schnell bietet es sich an, sie als Leistungssportler:innen der Reduktion oder – noch spektakulärer – als asketische Hungerkünstler:innen ohne Genussfähigkeit darzustellen. Gerade der Verzichtsbegriff mit seiner – wenn auch nur vermeintlichen – semantischen Nähe zu Einbusse oder Entbehrung ist in der Lage, eine Gesprächsdynamik zu fördern, die in diese Richtung einer defizitorientierten Diskursivierung läuft. Es stehen dann kaum noch Rück- oder Auswege hin zu einer ressourcenorientierten Thematisierung des Anliegens offen. Auch um dieser diskursiven Dynamik zu entgehen, meiden die befragten Minimalist:innen den Verzichtsbegriff.

45 Maasen, Sabine: Es ist Ihre Entscheidung! Die Hypostasierung der Wahl in Ratgeberbüchern. In: Friedrich Balke, Gregor Schwering, Urs Stäheli (Hg.): Paradoxien der Entscheidung. Wahl/Selektion in Kunst, Literatur und Medien. Bielefeld 2003, S. 211–242, hier S. 212, <https://doi.org/10.25969/mediarep/2504>, 12. 8. 2024.

46 Interview Klöckner 2022.

## Selbstwahrnehmung der Verzichtenden als ‹nicht verzichtend›

In der Zusammenschau zeigt sich also, dass bei den Feldpartner:innen Verzichtsvorstellungen vorhanden sind, die grundlegend von der oben ausgeführten Definition abweichen und eher dem entsprechen, was als Verbot oder Verlust charakterisiert wurde. Vor diesem Hintergrund ist es einleuchtend, dass der Verzichtsbegriff für die befragten Minimalist:innen wie auch die Klimagruppen zur Selbstcharakterisierung nicht in Betracht kommt, und zwar weder als kommunikatives Mittel noch als Konzept der Selbstwahrnehmung. Sie betrachten sich in diesem Sinne schlicht nicht als Verzichtende, da sie ja intentional und freiwillig handeln und positiv durch den Wunsch nach Steigerung ihrer Erlebnis- und Lebensqualität motiviert sind. Dass dieses Steigerungsprojekt über den Weg der Reduktion von Konsum führt und diese Reduktion auch phasenweise als anstrengend oder unangenehm empfunden wird, ist zwar zutreffend, legt den befragten Personen aber keineswegs die Verwendung des Verzichtsbegriffs nahe. Auch die offensichtlich Verzichtenden halten einen Sicherheitsabstand zum Verzichtsbegriff. Neben den ausgeführten Gründen scheint es zudem so zu sein, dass die Befragten fürchten, sich mit dem Verzichtsbegriff in ein denkbar schlechtes Licht zu rücken. Wer offen bekennen würde zu verzichten, setzte sich unweigerlich dem Verdacht aus, nicht ganz bei Trost oder schlicht ideologisch verblendet zu sein: Eine Person, die sich freiwillig und einseitig schlechter stellt als nötig, die draufzahlt, ein Verlustgeschäft macht und von ihr zustehenden Ansprüchen ohne Not und ohne Gegenleistung zurücktritt. Auch mag eine Rolle spielen, dass die erwarteten Gewinne oft gar nicht in den Blick kommen, weil sie eventuell auf einer gänzlich anderen Ebene oder in der fernen Zukunft liegen. Was bliebe, wäre der Eindruck eines Verlustgeschäfts. Und unter diesen Verdacht, in Bezug auf das eigene Leben und das eigene Wohlergehen einen schlechten Deal zu machen, will offenbar niemand geraten. Dieser Befund deckt sich mit den Ergebnissen von Lara Gruhn, die in ihrer Dissertation zu ethischem Konsum feststellen konnte, dass auch hier die Selbstdeutungsmuster von Genuss und Hedonismus weiterhin dominant sind – und damit scheint der Verzichtsbegriff einfach inkompatibel.<sup>47</sup> Vor diesem Hintergrund verhalten sich die vorgestellten Feldpartner:innen hochgradig rational: Auch wenn sie de facto Verzicht praktizieren, wollen sie nicht als Sonderlinge abgestempelt werden, sondern diskursiv anschlussfähig bleiben. Die zentralen Merkmale des Verzichtskonzepts sind für die vorgestellten Akteur:innen kommunikativ nicht entscheidend: Statt auf Reduktion konzentrieren sie sich auf ein Mehr von anderem. Die Verteidigung von Freiwilligkeit oder Freiheit ist kein Kernanliegen, da Verbote für die Befragten selbst überhaupt nicht erforderlich sind. Und wenn einige doch für Verbote plädieren, geraten sie zwar in Widerspruch zu dem von ihnen verteidigten Wert der Freiwilligkeit, bewältigen gegenwärtige Schmerzen allerdings durch Alternativen oder Gewöhnung – und wollen dies auch anderen zumuten.

<sup>47</sup> Gruhn, Lara: «Ich sehe es halt nicht als Verzicht». Ist ethischer Konsum keine Entbehrung? In: Journal Culinaire. Kultur und Wissenschaft des Essens 37 (2023), S. 91–98.

Im Kern geht es hier also um ein kulturell, kommunikativ und sozialpsychologisch anspruchsvolles Manöver: Erlernte und grundsätzlich zunächst als positiv erlebte Konsumpraktiken werden vor dem Hintergrund konsumkritisch oder klimapolitisch als richtig erkannter Reduktionsimperative aus einer exzentrischen Position heraus als negativ neu bewertet, abgestreift und durch Alternativen ersetzt, die dann in der Folge als positiv erlebt werden. Für dieses Transformationsgeschehen wird soziale Anerkennung und politischer Rückhalt gesucht. Obwohl der Verzichtsbegriff eigentlich recht treffend das beschreiben könnte, was hier geschieht, erklären ihn die Gesprächspartner:innen für irrelevant, umschiffen ihn und erhalten so ein kommunikatives Tabu aufrecht.

### **Zusammenfassung:**

Angesichts der fortschreitenden Übernutzung der Welt wird Verzicht als Möglichkeit oder Notwendigkeit verhandelt, der Krise durch Praktiken der Reduktion zu begegnen. So plausibel diese Forderung scheint und so verbreitet Verzichtspraktiken in Alltagskontexten sind, so erklärbungsbedürftig ist die diskursive Ablehnung des Begriffs Verzicht gerade auch bei jenen Akteur:innen, die sich als minimalistisch oder umweltaktivistisch bezeichnen lassen und damit als grundsätzlich reduktionsaffin gelten können. Die Abneigung gegen den Begriff wird über eine Präzisierung des Konzepts Verzicht und die Untersuchung seiner diskursiven Zurückweisung bei diesen sozialen Akteur:innen rekonstruiert. Sie hat erstens mit dessen alltagssprachlicher Verkürzung auf Verlust oder Verbot zu tun und zweitens mit der Schwierigkeit, dabei die Momente der Steigerung von Lebensqualität, der Freiwilligkeit, der Gerechtigkeit und der Gewöhnung im Zusammenhang mit reduktiven Konsumformen zu kommunizieren.

*Keywords: Verzicht, Minimalismus, Nachhaltigkeit, Unmöglichkeitsdiskurse, Konsumverzicht, Reisepraktiken*