

„Was ist ein ‚gutes Leben‘? Was macht es aus?“

„Was brauchst Du wirklich, um hier auf dem Planeten eine gute Zeit zu haben?“

lebelieberlangsam

ich brauch das alles nicht | weniger ist mehr

Sonderdruck März 2023

- Das Leben ist kurz. Noch **weit kürzer**, als die meisten Menschen annehmen. Wir wissen nicht, wie viel Zeit wir haben. Die Gegenwart ist die einzige Zeit, die wir sicher haben. Aufschieben geht nicht.
- Ein **HöherSchnellerWeiter**-Leben auf der Überholspur zu führen, bedeutet, dass das Leben an einem vorbeirauscht wie die Ortschaften abseits der Autobahn. Plötzlich sind zehn Jahre um.
- **Alles mitnehmen** geht schon alleine deshalb nicht, weil bspw. nicht mal drei Lebensspannen ausreichen würden, um in den frühindustrialisierten Staaten all die angebotenen Konsum- und Lebensvarianten durchzuspielen.
- Selbst wenn es gelingen sollte, ein solches 3in1-Leben zu organisieren, schafft es das biologische Wesen Mensch nicht, diese Eindrücke zu verarbeiten und wirklich **da** zu sein. Wer auf drei Hochzeiten gleichzeitig tanzt, hat alle drei verpasst.
- Zeit ist die härteste Währung der Welt. Sie entgleitet uns, wenn wir ihrer nicht gewahr sind.
- Langsam zu leben bedeutet, **wenige** Dinge **ganz** zu machen. Um im Bild zu bleiben: Es gilt, die **eine** Hochzeit, für die wir uns bewusst entschieden haben, wirklich zu **erleben** und auszukosten („Monotasking“). Sind wir im **Erlebensmodus**, nehmen wir im **Hier und Jetzt** die Gegenwart wahr und das Voranschreiten der Zeit mit Gelassenheit zur Kenntnis. Wir akzeptieren unsere eigene Endlichkeit, weil wir uns als begrenzte Wesen sowie als Teil der Mitwelt und der natürlichen Kreisläufe begreifen.
- Nur dann, wenn die Tage, Wochen und Jahre nicht komplett durchgetaktet sind und wir mit offenen Augen, Ohren und Herzen durchs Leben gehen, ergeben sich kleine, wertvolle Momente (vgl. englisch ‚serendipity‘), in denen wir ganz bei uns sind und in denen diese zufälligen, unerwarteten Dinge passieren, aus denen wir Lebendigkeit und Inspiration schöpfen.
- Langsamleben bedeutet **nicht**, die Füße hochzulegen. Im Gegenteil, achtsam und gewahr zu sein, sich ganz hineinzugeben in das Wenige („Muße“), kann sehr lebens-, zeit- und auch arbeitsintensiv sein.
- Langsam zu leben ist synonym mit dem, was viele Menschen als ‚gutes Leben‘ bezeichnen. **Lebelieber-Langsam** meint, genügsam zu sein, einen selbst zu definierenden Minimalismus zu leben sowie auf seine körperlichen und seelischen Bedürfnisse zu achten (selbst kochen, körperliche Bewegung, Selbstreflexion, Hygge, ‚Zeit statt Zeugs‘). **First World**-Überfluss-Konsumgüter sind in dieser Perspektive in erster Linie als ablenkende Ersatzbefriedigungen oder Trostspender zu betrachten. Oder als Schmerzensgeld, welches als unzureichende Gegenleistung für unsere investierte Lebenszeit gezahlt wird, damit wir die Entfremdung aushalten („Weniger ist mehr. Ich brauch‘ das alles nicht.‘).
- Langsam zu leben bedeutet in diesem Sinne, dass wir niedrigschwellig durchs Leben gehen und jederzeit bereit sind, ‚nein‘ zu sagen. Um z. B. zu unserer:unserem Arbeitgebenden jederzeit ‚nein‘ sagen zu können, meiden wir Schulden, denn sie machen uns abhängig/unfrei. Schulden halten uns im fremdbeschleunigten Hamsterrad, mit der Folge, dass wir nicht einmal mehr die Kraft haben, über den Tellerrand zu schauen. (Und das ist tragisch, denn unmittelbar neben dem Tellerrand werden gerade die existenziellen Lebensgrundlagen der Menschheit zerstört.)
- Wir sind ‚Beziehungswesen‘, wir schöpfen Kraft und Sinnstiftung aus echten Begegnungen. Materielles und Geld sind – so eine Grundbedürfnisversorgung gesichert ist – letztlich absolut nachrangig. Befragt man Menschen in ihrem letzten Lebensabschnitt, was sie bereuen, ist es ziemlich unwahrscheinlich, dass die Antwort lautet: ‚Ich wünschte, ich hätte mehr Computer gehabt‘ oder ‚Ach, wenn ich nur mehr im Büro gewesen wäre‘.
- Für das, was wir nicht besitzen, brauchen wir auch keine Lebenszeit in Arbeit investieren. Ein privat besessener Pkw beispielsweise steht i. d. R. für gewaltige in Erwerbsarbeit verbrachte Lebenszeitkontingente. Viele von uns investieren ihre Lebenszeit massiv in Staus, Autoversicherungen, TÜV- und Werkstattbesuche, Bürokratie, Stellplatzsuche und vieles mehr. Rechnet man all diese gebundene, fremdbestimmte Lebenszeit in die Durchschnittsgeschwindigkeit des schwerverdienten Pkw ein, ist dieser, so zeigen es Studien, nicht relevant schneller als ein Fahrrad. Dieser Mechanismus gilt letztlich für alles, was wir über Grundlegendes hinaus haben (wollen). Besitz wird ausgesucht, bestellt/besorgt, bezahlt, aufgebaut, angebracht, benutzt, gepflegt, sortiert, geordnet, weggepackt, abgestaubt, **gewartet**, wiedergefunden, repariert, verkauft oder entsorgt, und vielleicht ersetzt sowie evtl. versichert oder vertraglich verlängert. Das bindet eine Menge Handlungen, Zeit, Energie und Aufmerksamkeit.

Liebe Mitstreiter:innen von autofrei leben!

Gunhild hat mich gebeten, etwas über mein Webportal lebelieberlangsam.de zu schreiben. Das will ich gern tun.

lebelieberlangsam verknüpft einige Ideen und Grundannahmen miteinander.

- Die derzeitige Ausprägung des **HöherSchnellerWeiter**-Kapitalismus mit seiner grenzenlosen Steigerungslogik, die besagt, jedes Jahr bedürfe es mehr Konsum, bedeutet in der begrenzten Welt, in der wir leben, den Weg in den Zivilisationsabsturz. Die Natur setzt uns Menschen in diesen Jahren die Pistole an die Schläfe. Entweder wir, die Menschheit, halten uns an die Naturgesetze oder nicht. Entweder wir mildern die Klimakrise und das Sechste Massenaussterben ab (mehr geht nicht mehr!) – oder der Zivilisationsverlust wird unvermeidlich.
- Der **HöherSchnellerWeiter**-Weg auf der Überholspur ist der Weg der Ausbeutung von Natur, Mitwelt und Zukunft. Am Wegesrand stehen ausgebeutete Menschen, Tiere, Pflanzen, Landschaften sowie riesige Säcke von Rohstoffen, die nicht uns, sondern den Menschen im globalen Süden sowie künftigen Generationen gehören, damit sie ein menschenwürdiges Leben führen können.
- Also: Sind wir **genügsam**, ist **genug** für alle da. Leben wir Menschen der frühindustrialisierten Staaten ein ‚gutes Leben‘ im hier skizzierten Sinne, ist ein ausbeutungsfreies und ‚gutes Leben‘ für alle Menschen auf diesem Planeten möglich. Denn es ist ja genug für Alle da: Lebensmittel, Ressourcen, Energie. Langsam und genügsam zu Leben eröffnet die Chance, die Zivilisation zu bewahren für uns, unsere Kinder, alle jetzigen und künftigen Menschen auf der Erde sowie für die **Mitwelt alles Lebendigen** auf diesem wunderbaren Planeten.
- Insofern kommen hier mehrere Dinge ideal zusammen: Langsam leben ist ein ‚gutes Leben‘ für uns. Individuell. Gesellschaftlich. Weltweit. Langsam leben ist zukunftsfähig. Langsam leben deutet Zukunftsermöglichung.

Soweit kurz gefasst die philosophische Seite. Gleichwohl hier die **persönliche** Lebensweise in den Fokus gerückt ist, ist selbstredend eine **gesamtgesellschaftliche** Transformation erforderlich, die das **HöherSchnellerWeiter**-Leben nicht länger befördert, sondern den Menschen bzw. das ‚gute Leben für Alle‘ ins Zentrum stellt. Wir können bei uns selbst anfangen – unsere individuellen Handlungen haben wesentlich mehr Vorbildcharakter/Einfluss auf unsere unmittelbare Umgebung als wir gemeinhin glauben – doch die großen Hebelpunkte liegen woanders und fußen auf politischen Entscheidungen. Bisher ist es legal, den Planeten bspw. via Massenflugtourismus und Überkonsum kaputt zu machen. Das ist Wahnsinn. ‚Weiter so‘ ist Wahnsinn.

Bei meiner Arbeit an **LebeLieberLangsam** in den Jahren 2017 bis 2019 wurde mir mit jedem der 28 ‚Gedankengänge‘ klarer, dass ein individueller Rückzug angesichts der eingeleiteten Katastrophe für mich keine Option ist. Ich glaube, es ist spannend zu sehen, wie sich der Zukunftsaktivismus im Webportal mit jedem ‚Gedankengang‘ immer weiter herausbildet.

In der Konsequenz habe ich dann – gewissermaßen dokumentiert dies mein (vorläufiges) persönliches Scheitern des **Langsamlebens** – ein neues **riesiges** Projekt begonnen: das 700-seitige **Handbuch Klimakrise**. Dieses betrachtet die Überlebenskrise der Menschheit aufgrund von Klimakrise und sechstem Massenaussterben aus allen denkbaren Perspektiven, d. h. der sozialen, psychologischen, juristischen, naturwissenschaftlichen, politischen etc. Das Buch ist ebenfalls vollständig frei verfügbar via handbuch-klimakrise.de. Letztlich ist das **Handbuch Klimakrise** der 700-seitige Anhang zu **LebeLieberLangsam** mit der Erklärung, warum **HöherSchneller**

lerWeiter nicht funktioniert und somit Langsamleben die Option der Wahl ist, so wir, die Menschheit, unsere Lebensgrundlagen bewahren möchten.

Seither ist viel passiert – und unlängst habe ich **Eine neue Geschichte der Zukunft. Wer wir sind, wo wir herkommen, wer wir künftig sein können** veröffentlicht. Dies ist ein Essayband, dessen titelgebendes Essay auf netto rund fünf DIN A4-Seiten ein neues mögliches Selbstbild der Menschen entwirft (eineneuegeschichtederzukunft.de). Denn das bisherige Selbstbild des **HöherSchnellerWeiter** funktioniert nicht. Wir brauchen eine neue Idee von Zukunft, damit wir zumindest ungefähr wissen, wo wir hinsteuern (möchten). Ein Grundgedanke: Wir befinden uns schon **jetzt** in einer dystopischen Welt. Aus der Wahrnehmung, dass es bereits jetzt massiv schlecht läuft, erwächst die Perspektive, dass es künftig nicht nur schlechter, sondern sogar besser werden kann. Für uns persönlich – und für die Menschheit, die Mitwelt und die künftigen Generationen.

Fazit: Wer langsam, d. h. genügsam, (weitgehend) ausbeutungsfrei und zukunftsfähig lebt, hat Zeit, sich selbst dabei über die Schulter zu gucken, wie das eigene Leben auf dieser **wunderbaren Oase inmitten unbelebter Sterne namens Erde** gemächlich voranschreitet. Und nicht an ihr: ihm vorbeirauscht. PS: Ich persönlich halte den privatbesessenen Pkw als Gesellschaftsgrundlage für eine der **dümmsten** Ideen, die die Menschen der frühindustrialisierten Staaten je hatten. Man stelle sich vor, man hätte die Städte in den 1950er Jahren nicht zu betonstarrten Autostädten umfrisiert, sondern die Bahn und den ÖPNV massiv ausgebaut sowie das Ganze bspw. um Anruftaxis und Carsharing ergänzt. Wir würden heute in einer vollkommen anderen und mutmaßlich zukunftsfähigeren Gesellschaft leben.

Der Autor

Marc Pendzich, Komponist, promovierter Musikwissenschaftler, freier Dozent und Zukunftsaktivist. Autor des 700-seitigen *Handbuch Klimakrise* sowie des gleichnamigen Webportals. Hat einen gleichermaßen wissenschaftlichen, kreativen und ganzheitlichen Blick auf die Welt. Arbeitet das Thema ‚Klimakrise und Massenaussterben‘ auch für ‚seine‘ Branche in Form der Website musik-und-klimakrise.de auf. Sieht die ‚multiple Krise der Mitwelt‘ als erste und letzte Chance der Menschheit, sich neu zu erfinden

Vereinsinfos

Aus unserer Satzung

§ 1 Name und Sitz

Der Verein führt den Namen „autofrei leben!“ e.V. mit Sitz in Schlöben bei Jena. Der Verein ist in das Vereinsregister beim Amtsgericht Stadtroda unter der Nummer VR 471 eingetragen.

§ 2 Zweck und Aufgaben

(1) Der Verein dient der Volksbildung und dem Umweltschutz. Dieser Satzungszweck wird verwirklicht, insbesondere durch Bildungsveranstaltungen, Verbreitung von Informationen und Förderung umweltfreundlichen Verhaltens.

(2) Aufgabe des Vereins ist es, zur Verringerung des motorisierten Individualverkehrs beizutragen, unnötige Mobilität zu vermeiden und die Nutzung und Verbesserung der Verkehrsmittel des Umweltverbundes zu fördern. Damit werden insbesondere die Ziele, die die Vereinten Nationen 1992 auf dem Klimagipfel in Rio de Janeiro für diese Bereiche beschlossen und mit der Agenda 21 formuliert haben, angestrebt und unterstützt.

(3) Als freiwillige Vorleistung bei diesen Bemühungen besitzen die Mitglieder keinen eigenen Pkw und nutzen ein ihnen ggf. zugängliches Auto nur im dringenden Ausnahmefall.

§ 3 Gemeinnützigkeit

(1) Der Verein verfolgt ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige Zwecke im Sinne des Abschnitts „Steuerbegünstigte Zwecke“ der jeweils gültigen Abgabenordnung.

(2) Der Verein ist selbstlos tätig; er verfolgt nicht in erster Linie eigenwirtschaftliche Zwecke. Die Mittel des Vereins dürfen nur für die satzungsgemäßen Zwecke verwendet werden. Die Mitglieder erhalten als solche keine Zuwendungen aus Mitteln der Vereins. Es darf keine Person durch Ausgaben, die dem Zweck der Körperschaft fremd sind, oder durch unverhältnismäßig hohe Vergütungen begünstigt werden.

(3) Sollten ordentliche Mitglieder des Vereins oder Mitglieder der Organe des Vereins für die Ausübung genau zu definierender Tätigkeiten angestellt

oder honoriert werden, so ist hierfür der Abschluss eines schriftlichen Vertrages notwendig.

§ 4 Mitgliedschaft

(1) Mitglied kann jede natürliche oder juristische Person werden, die sich zu den Zielen und Aufgaben des Vereins bekennt und sie nachdrücklich unterstützt. Über den schriftlichen Aufnahmeantrag entscheidet der Vorstand.

Die gesamte Satzung finden Sie hier:

<http://wohnen-ohne-auto.de/sites/default/files/Satzung2.7.2022-2.pdf>

Mitglied werden?

<https://www.autofrei.de/images/Publikationen/Beitrittsformular.pdf>

Höhe und Zahlung des Beitrags

Bitte zahle mindestens 6,- Euro pro Jahr, gern mehr. Zahle aktiv, wir machen keinen Einzug.

Dein Beitrag ist als Spende steuerlich absetzbar..

autofrei leben!

Die Initiative der Autofreien

autofrei leben! e.V.

Heinrich-Böll-Str. 103

D-81829 München

Tel.: + 49 - (0) 30 - 2313 5674

(AB, Rückruf)

kontakt@autofrei.de

www.autofrei.de

Vorstand & Geschäftsführung:

Gunhild Preuß-Bayer, Frank

Markus Schmidt

Weitere Vorstände: Karin Zi-

ckendrahl, Andreas Kegreis

Registergericht: Amtsgericht

Stadtroda (VR 210471)

IBAN DE08 4306 0967 6003

4042 00 bei GLS Gemeinschafts-

bank eG (BIC GENODEM1GLS)