

**factor**<sup>y</sup>

Magazin für nachhaltiges Wirtschaften



© Can Stock Photo Inc. / Tsekhmister

Thema

# GLÜCK-WUNSCH

Nicht nur, sondern auch Resilient fürs Leben Sie haben Schwein

Happy Birthday EFA+ Die richtigen Zutaten Unternehmungslust statt Frust

Ein schöner Tag Besser als BIP Zum Glück gibt es das Postwachstum

# Das gute Leben

Ist man gesund, zufrieden, hat Erfolg, ein gutes Leben, dann, so würde wahrscheinlich jeder sagen, ist man glücklich. Glücksforscher analysieren, dass die meisten Menschen in gelungenen Beziehungen glücklich sind, wenn sie selbstbestimmt nützliche Aufgaben erfüllen können, in geringer Ungleichheit leben und Teilhabemöglichkeiten haben. Die Erfüllung menschlichen Wünschens und Strebens: Der Begriff Glück ist vielschichtig, umfasst den Glücksmoment bis zur anhaltenden Glückseligkeit, ist der glückliche Zufall oder das Lebensglück. Mit materiellem Reichtum aber hat das Ganze kaum zu tun.

Dennoch befinden sich die meisten Menschen in einer Statustretmühle, wie der Ökonom Mathias Binswanger es nennt. Sie orientieren sich „nach oben“, wollen mehr besitzen, konsumieren und verdienen – und werden angesichts der damit verbundenen Belastungen immer unfähiger, das Leben zu genießen. Darauf weist auch Ute Scheub im Glücks-Kapitel ihres „Beschissatlas“ hin.

Doch Wirtschaft und Werbung unterstützen ausschließlich dieses Streben nach „mehr“. Das gute Leben für alle ergibt sich aber erst aus der Einheit von Wohlstand, sozialem Gefüge und intakter Umwelt. Wer für eine zukunftsfähige Gesellschaft eintritt, muss also auch Glück und Wünsche und ihre weniger ressourcenintensive Erfüllung thematisieren.



Bei factor<sup>y</sup> besorgen wir das wiederum durch einen Bindestrichtitel. „Glück-Wunsch“ lässt den bekanntesten Glücksphilosophen Wilhelm Schmid mit einer Definition des Glücks beginnen, zeigt, wo das Erlernen der Widerstandsfähigkeit dazu gehört und dass es im Land der Massentierhaltung tatsächlich noch glückliche Schweine gibt. Wie schön das Leben mit Grünkohl und Schokolade ist, warum das Gründerglück essentiell für den Wandel wirkt und wie ein Verzicht auf ein Stück Technik zu wunderbaren Momenten führt, erfahren Sie hier ebenso. Ob das Wachstum des Bruttonationalglücks eine Alternative zu dem des Brutto-sozialprodukts ist, erzählt ein Reisebericht aus Bhutan, und der Psychologe Marcel Hunecke erklärt, wie das Postwachstum das Glück vermehrt.

Dem besonderen Glückwunsch für 15 Jahre Ressourceneffizienz-Förderung durch die Effizienz-Agentur NRW schließen wir uns an – der „Glück-Wunsch“ möge nicht nur den Geburtstagskindern gefallen. Wir wünschen alles Gute und hohen Lesegenuss.

Ralf Bindel und das Team der factor<sup>y</sup>





20



51

# Inhalt

- 2 Das gute Leben
- 6 Zahlen und Fakten
- 10 Nicht nur, sondern auch
- 15 Resilient fürs Leben
- 20 Sie haben Schwein
- 31 Happy Birthday EFA+
- 35 Die richtigen Zutaten
- 40 Unternehmungslust statt Frust
- 45 Ein schöner Tag
- 51 Besser als BIP
- 57 Zum Glück gibt es das Postwachstum
- 64 Impressum



10



15



35



45

»Noch nie war einer glücklich,  
welcher unrecht tat.«

Euripides (\* 480 v. Chr. oder 485/484 v. Chr. in Salamis; † 406 v. Chr. in Pella),  
einer der großen klassischen griechischen Dramatiker.

# 10

In der Bundesrepublik stieg das Brutto-sozialprodukt pro Kopf um 60 Prozent zwischen 1973 und 2003. Parallel dazu sank die Lebenszufriedenheit um zehn Prozent. In den USA war sie 1957 am höchsten und sinkt seitdem. Bund für Umwelt und Naturschutz, Zukunftsfähiges Deutschland in einer globalisierten Welt, 2008

# 30000

Werbung nutzt im Unterbewusstsein schlummernde Assoziationen, Ängste, Triebe, und Wünsche nach Glück, Fitness, Aussehen, Selbstwertgefühl, Identität und Belohnung. Täglich fluten mehr als 3000 Werbebotschaften das Gehirn. Im Laufe eines Lebens sehen US-Amerikaner drei Jahre TV-Werbung. 12 Milliarden bildliche Werbebotschaften und über 200000 Fernsehwerbebotschaften werden in den USA pro Tag erzeugt. Kalle Lasn, Culture Jam: The Uncooling of America, 1999

# 90

Gut funktionierende Partnerschaften tragen sehr zum Lebensglück bei. Der Psychologe und Mathematiker John Gottman entwickelte in einer Langzeitstudie ein mathematisches Modell, mit dem er eine Erfolgsrate von 90 Prozent erzielt bei Prognosen, ob eine Ehe die nächsten fünf Jahre überdauert. Als Input benötigt er nicht mehr als einen Beziehungsstresstest: ein kurzes Gespräch zwischen den Partnern über ein Thema, das zwischen ihnen kontrovers ist, nebst Messungen einiger physiologischer Größen. Christian Hesse, Vom Glück der Zahlenlehre, Focus Online, 21.11.2013

# 8,9

Glücklichstes Land ist laut Glücksatlas Dänemark mit einem mittleren Zufriedenheitswert von 8,9. Das größte Unglück herrscht in Griechenland: 3,4 auf der Skala, ein Unterschied von 5,5 Punkten. Vor zehn Jahren lagen höchste und geringste Unzufriedenheit nur 3,5 Punkte auseinander. Krisenwerte wie in Spanien 5,9 und Portugal mit 3,7 zeigen einen erheblichen Rückgang der Lebensqualität. Im europäischen Vergleich schob sich Deutschland mit einem Wert von 7 vom 15. (2006) auf den achten Platz (2011 war es Platz 9). Deutsche Post Glücksatlas 2013

# 120

Um alle denkbaren Lottoreihen des deutschen Lottos 6 aus 49 mit Superzahl auf einmal zu spielen (14 Millionen Tippmöglichkeiten x 10 Superzahlen), benötigt man einen Einsatz von rund 120 Millionen Euro. Trotz Gewinn des Jackpots und der meisten anderen Gewinnklassen ergäbe sich nur eine Summe in zweistelliger Millionenhöhe. Die Verluste pro Spiel betragen beim Lotto 50 Prozent, beim Roulette 2,7 Prozent im Durchschnitt. [de.wikipedia.org/wiki/Lotto](http://de.wikipedia.org/wiki/Lotto)

# 50

Nach einer Studie der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung 2008 beteiligt sich mehr als die Hälfte der Deutschen an Glücksspielen (Männer 60 %, Frauen 50 %). Der legale Glücksspielmarkt setzte 2008 24,9 Milliarden Euro um, davon rund 16,2 Mrd. Euro durch Geldspielautomaten, Roulette und Kartenspiele und 6,8 Mrd. aus dem Lotto-Toto-Block. Die Einnahmen der Länder liegen bei 3,3 Mrd. Euro.

# 54,1

Der Happy Planet Index (HPI) ist ein Index, der ein Maß für die ökologische Effizienz der Erzeugung von Zufriedenheit zu bilden versucht. Dazu werden Werte für Lebenszufriedenheit, Lebenserwartung und Ökologischen Fußabdruck kombiniert. Im Gegensatz zu etablierten volkswirtschaftlichen Indizes wie Bruttoinlandsprodukt (BIP) oder Human Development Index (HDI) bezieht der Happy Planet Index (HPI) das Kriterium der Nachhaltigkeit mit ein. In Europa hat Albanien mit 54,1 den höchsten Wert europäischer Staaten mit einer Lebenserwartung von knapp 77 Jahren und einem ökologischen Fußabdruck von 1,8 Hektar, das entspricht Rang 18 weltweit. Dänemark liegt beim HPI auf Platz 110. [www.happyplanetindex.org](http://www.happyplanetindex.org)

# 37

Weder in Afrika noch in China, Lateinamerika oder Osteuropa wächst die Lebenszufriedenheit parallel zur Wirtschaft, zeigt eine Studie des Ökonomen Richard Easterlin, der mit seinem Team Langzeitbeobachtungen in 37 Ländern analysierte. Christian Weber, Irgendwann ist es genug, Süddeutsche Zeitung, 2010

# 11

In Deutschland leben reiche Männer 11 Jahre länger als arme. Der Unterschied in der Lebenserwartung zwischen weißen Reichen und schwarzen Armen liegt bei 28 Jahren. Picket/Wilson, Gleichheit ist Glück, 2008

# 500

Bereits 500 Jahre v. Chr. war der Eber für germanische Völker ein heiliges Tier. Das Schwein gilt deswegen als Zeichen für Wohlstand und Reichtum, da es für Fruchtbarkeit und Stärke steht. Bei Griechen und Römern waren die privilegiert, die über viele Schweine verfügten. Bei mittelalterlichen Wettbewerben bekam der Letzte als Trostpreis ein Schwein. Er hatte damit das Glück, „Schwein gehabt“ zu haben. [de.wikipedia.org/wiki/Glückssymbol](http://de.wikipedia.org/wiki/Glückssymbol)

# 15000

Nach Untersuchungen des Ökonomen Tim Jackson wächst das Glücksempfinden nicht mehr, wenn das durchschnittliche Jahreseinkommen 15000 US-Dollar übersteigt. Reiche unterliegen einer „Einkommenssucht“, die ihnen keine Zeit für soziale Beziehungen und Familie lässt, vermutet der Glücksforscher Richard Layard. Tim Jackson, Wohlstand ohne Wachstum, 2011, Richard Layard, Die glückliche Gesellschaft, 2005

# 13

Die Dreizehn ist die natürliche Zahl zwischen Zwölf und Vierzehn. Sie ist ungerade und eine Primzahl. Sie gilt sowohl als Unglückszahl als auch als Glückszahl. Die irrationale Furcht vor der Zahl 13 wird Triskaidekaphobie genannt. Diese weit verbreitete Phobie oder Aberglaube geht so weit, dass in Gebäuden manchmal der 13. Stock „fehlt“, also übersprungen wird. In Flugzeugsitzen wird des Öfteren die 13. Reihe in der Nummerierung ausgelassen. [de.wikipedia.org/wiki/Dreizehn](http://de.wikipedia.org/wiki/Dreizehn)



»Ein langes Glück  
verliert schon allein  
durch seine Dauer.«

Georg Christoph Lichtenberg (\* 1. Juli 1742 in Ober-Ramstadt bei Darmstadt; † 24. Februar 1799 in Göttingen),  
Mathematiker und erster deutscher Professor für Experimentalphysik.

# Nicht nur, sondern auch

Der ist der Glücklichste, der sich keine Gedanken über das Glück macht, meinte einst Seneca – und schrieb ein umfangreiches Buch zum Thema. Heute erscheint dazu Buch um Buch, die Sehnsucht nach Glück ist präsenter als je zuvor, ihre Erfüllung ein wichtiger Wirtschaftsmotor. Doch um es zu erkennen, muss man unterscheiden können.

Von Wilhelm Schmid



Was ist Glück? Was bedeutet Glück für mich? Wer sich das fragt, sollte genau hinsehen. Denn dabei zeigt sich, dass nicht etwa nur eines, sondern mehrere „Glücke“ im Spiel sind, die auseinander zu halten sinnvoll sein könnte.

## Das Zufallsglück

Da ist zuallererst das Zufallsglück, das das ganze Leben hindurch Bedeutung hat: Menschen wünschen sich etwas, das ihnen unvermutet zufällt und günstig für sie ausfällt. Im Deutschen rührt das Wort „Glück“ vom mittelhochdeutschen *gelücke* her, das in der Welt des Mittelalters den zufälligen Ausgang einer Angelegenheit bezeichnete, ursprünglich jedoch nicht nur im günstigen, sondern auch im ungünstigen Sinne. Wesentlich am Zufallsglück ist seine Unverfügbarkeit; verfügbar ist lediglich die Haltung, die ein Mensch dazu einnehmen kann: Er kann sich öffnen oder verschließen für den Zufall einer Begegnung, einer Erfahrung, einer Information. Im Inneren seiner selbst wie im Äußeren seiner Lebensführung kann er das Schmetterlingsnetz bereit-



© Can Stock Photo Inc.

halten, in dem ein Zufall sich verfangen kann, oder die Wand errichten, an der jeder Zufall abprallt.

Es scheint so, als würde die Offenheit eines Menschen das günstige Zufallsglück beflügeln: Gerne macht es dort Station, wo es sich gut aufgehoben fühlt und nicht noch Vorwürfe zu hören bekommt, dass es „momentan nicht passt“ – ganz so, als wäre der Zufall ein Wesen, das genau spürt, wo es willkommen ist und wo nicht. Eine forciert offene, eine offensive Haltung im Umgang mit dem Zufall bestünde

zudem darin, das Glück zu kitzeln, ihm eine Chance zu geben, auch wenn es unverfügbar bleibt: Wer auf den Zufall einer Begegnung, Erfahrung, Information hofft, tut gut daran, dies Anderen mitzuteilen; auch das Internet lässt sich dafür nutzen. Die Wahrscheinlichkeit, dass von irgendwoher etwas zufällt, ist dann jedenfalls deutlich größer, als wenn die Hoffnung im eigenen Inneren verschlossen bleibt. Wer nie Lotto spielt, hat keine Aussichten auf einen Lottogewinn. ►

## Das Wohlfühlglück

Suchen Menschen in moderner Zeit nach Glück, so verstehen sie darunter meist, dass es ihnen gut geht, dass sie gesund sind, sich wohl fühlen, Spaß haben, angenehme Erfahrungen machen, Lüste empfinden, Erfolg haben, kurz: all das erleben, was als positiv gilt. Neben dem Zufallsglück geht es also um ein Glück, das man das Wohlfühlglück nennen kann. Es hält glückliche Augenblicke bereit, für die der Einzelne sich offen halten und die er auch selbst präparieren kann; Augenblicke, die sich suchen und finden lassen und die so schön sind, dass sie verweilen sollen. Für dieses Glück lässt sich wirklich viel tun, es ist machbar, soweit es sich nicht ohnehin von selbst ergibt. Mit ein wenig Erfahrung kann ein Mensch seine Ingredienzien kennen und an ihrer Bereitstellung arbeiten, Tag für Tag.

So ein Glücksmoment ist eine aromatisch duftende, wohlschmeckende Tasse Kaffee. Oder ein schöner Film, der zelebriert wird, vielleicht mit einem Abend im Kino. Oder das vertraute Gespräch, in dem Liebende und Freunde

sich miteinander selig verlieren, denn die Aufmerksamkeit des Anderen tut so gut, dass es dabei kaum je zur Sättigung kommt. Oder die Wellness, die in der Sauna oder sonst wo zu genießen ist. Die Schokolade nicht zu vergessen, mit möglichst hohem Kakaoanteil. Auch die Herausforderung, die bewältigt wird, die neue Erkenntnis, die neue Erfahrung, der unbekante Weg, die ungewohnte Umgebung, die andere Tätigkeit, solange sie den Reiz des Neuen bietet. Und durchweg die Vorfreude, das Verlangen und Begehren, was oft mehr Glück vermittelt als das Genießen selbst, noch dazu eines, das weit länger vorhält.

Das Problem ist nur: Diese Art von Glück hält nie lange vor. Was ist mit den Momenten danach, mit den Zeiten dazwischen? Moderne Menschen sind nicht darauf vorbereitet, dass es diese „Auszeiten“ gibt, diese Flauten; sie tun sich schwer mit den tristen, grauen, alltäglichen Zeiten, in denen die Lust sich erst wieder erholen muss. Mit den gewöhnlichen Zeiten des Lebens zurechtzukommen, ist nicht einfach. Die wichtigste Voraussetzung dafür ist jedoch, diese Zeiten in ihrem eigenen Recht anzuerkennen, um an einer Kunst des Umgangs mit ihnen arbeiten zu können. Darüber hinaus aber gibt es noch ein weiteres Glück.



## Das Glück der Fülle

Das größere Glück, das Glück der Fülle, umfasst immer auch die andere Seite, das Unangenehme, Schmerzliche und „Negative“, mit dem zurechtzukommen ist. Abhängig ist dieses Glück der Fülle allein von der Haltung zum Leben, die ein Mensch einnimmt und im Laufe der Zeit einübt, ausgehend von der Überlegung, was denn das Eigentümliche des Lebens durch all seine Phänomene und Unwägbarkeiten hindurch ist: Ist es nicht die Polarität, die Gegensätzlichkeit und Widersprüchlichkeit, die sich in allen Dingen und Erfahrungen zeigt? Es ist nun mal so, dass es negative Dinge gibt, die nicht verschwinden, unabhängig davon, wie viele Schönheitsoperationen unternommen, Medikamente erfunden, politische Maßnahmen ergriffen werden.

Erscheint mir das Leben in all seiner Polarität dennoch von Grund auf schön und bejahenswert, kann sich das Glück der Fülle einstellen. Dieses ist umfassender und dauerhafter als alles Zufallsglück und Wohlfühlglück; es ist das eigentlich philosophische Glück,

nicht abhängig von günstigen oder ungünstigen Zufällen, von den momentanen Schwankungen zwischen Wohlfühlgefühl und Unwohlsein, vielmehr die immer aufs Neue zu findende Balance in aller Polarität des Lebens, nicht unbedingt im jeweiligen Augenblick, sondern durch das gesamte Leben hindurch: Nicht nur Gelingen, auch Misslingen; nicht nur Erfolg, auch Misserfolg; nicht nur Lust, auch Schmerz; nicht nur Gesundheit, auch Krankheit; nicht nur Fröhlichkeit, auch Traurigkeit; nicht nur Zufriedensein, auch Unzufrieden-

sein. Nicht nur erfüllte, sondern auch leere Tage. Den entscheidenden Schritt zu diesem Glück macht ein Mensch mit der Festlegung seiner Haltung selbst. Keines der genannten „Glücke“ ist verzichtbar, das dritte Glück aber gilt es in modernen, vom Angenehmen verwöhnten Zeiten erst wieder zu entdecken.

Wilhelm Schmid lehrt Philosophie an der Universität Erfurt. Sein Buch „Glück. Alles, was Sie darüber wissen müssen“ erschien 2007 im Insel Verlag. Im November erhielt er den Wissenschaftspreis der Schweizer Egnér-Stiftung für sein bisheriges Werk zur Lebenskunst.



»Die glücklichen Sklaven  
sind die erbittertsten Feinde  
der Freiheit.«

Marie Freifrau Ebner von Eschenbach (\* 13. September 1830 auf Schloss Zdislawitz in Mähren; † 12. März 1916 in Wien), österreichische Schriftstellerin, gilt als eine der bedeutendsten deutschsprachigen Erzählerinnen des 19. Jahrhunderts.



# Resilient fürs Leben

Glücklich zu sein kann man lernen. An einigen Schulen in Deutschland wird es inzwischen als Unterrichtsfach angeboten. Wie man eine erfolgreiche Karriere entwickelt oder die große Liebe fürs Leben findet, lernt man dort nicht. Selbstbewusst und zufrieden durchs Leben zu gehen, das hingegen schon.

Von Nicole Walter

Sie werden belächelt als Schmetterlings-Pädagogen oder misstrauisch beäugt als Außenposten von Scientology. Wer Glück als Schulfach unterrichtet, braucht ein dickes Fell. An gut 60 Schulen in Deutschland hat das Glück mittlerweile einen festen Platz im Stundenplan, zwischen Mathe, Physik und Geschichte. Obwohl das Wort „Glück“ große Phantasien anregt, geht es in den Klassenräumen nicht um den Sechser im Lotto, die Weltreise oder die ewige Liebe. Sondern darum, im Alltag sein persönliches Wohlbefinden selbst zu gestalten.

Katja Reuter bringt das schon den jüngsten Schülern bei. Sie unterrichtet Glück an der Grundschule am Obersforstbach in Aachen. Die Mutter von zwei Kindern hat als Tanz- und Bewegungstherapeutin im beruflichen Alltag viel mit Menschen zu tun, die in persönliche Schwierigkeiten geraten sind. „Ich habe gemerkt, was der Leistungsdruck und die Hetze in unserer Gesellschaft mit der Seele machen“, sagt sie. „In der Schule lernt man nicht, wie man das gut in den Griff bekommt, dabei müsste man schon früh damit

anfangen.“ Und dann habe der Zufall ihr Ernst Fritz-Schubert geschenkt, erzählt sie augenzwinkernd. Von ihm erzählen viele Glückslehrer mit ehrfürchtiger Begeisterung, so dass man fast wirklich an eine Sekte glaubt. Aber der inzwischen 65-jährige Fritz-Schubert hat den Glücksunterricht in Deutschland geprägt wie kein zweiter, als Schulleiter verfügt er zudem über viele praktische Erfahrungen.

In Aachen war Katja Reuters erste Anlaufstelle nach der absolvierten Glücks-Weiterbildung die Grundschule ihres Sohnes. Die Schulleiterin Maria Schiefer hatte sie schnell auf ihrer Seite. „Das ist ein toller Ansatz“, sagt Schiefer. „Es war ohnehin schon in unserem Schulprogramm verankert, dass wir den Kindern nicht nur Inhalte vermitteln, sondern auch das soziale Miteinander und die emotionalen Aspekte fördern.“ An der Grundschule am Obersforstbach werden inzwischen alle Schüler in Glück unterrichtet. Katja Reuter beginnt jede Stunde in einem großen Kreis, die Kinder werfen sich einen Ball zu und jedes erzählt, worüber es sich an diesem Tag schon gefreut hat. Die guten Eigen-

schaften, die jedes Kind im Laufe des Unterrichts an sich entdeckt, fasst die Glückslehrerin in einer gemeinsamen „Sonne der Stärken“ zusammen.

Verlassen die Kinder die Grundschule, dann haben sie einiges im Gepäck: „Da ist zum einen der Teamgeist“, sagt Reuter. Und die Kinder würden aneinander wachsen, sie lernten, ihre kreativen Ressourcen zu nutzen und an ihren Zielen dranzubleiben. „Fängt man früh damit an, dann kann man verhindern, dass die Kinder später in den Brunnen fallen“, bringt Reuter es auf den Punkt.

## Glück in der Schule ...

Aktuell leiden drei bis zehn Prozent aller Jugendlichen zwischen 12 und 17 Jahren unter einer Depression, so das Deutsche Bündnis gegen Depression. Laut einer Unicef-Studie geht es den Kindern und Jugendlichen hierzulande nach objektiven Kriterien wie materiellem Wohlstand, Bildung und Gesundheit ganz gut. Doch sie selbst empfinden sich nicht im gleichem Maß als glücklich, in keinem anderen der 29 untersuchten

Länder klafften Objektives und persönliches Glücksempfinden so weit auseinander wie in Deutschland, schreiben die Unicef-Forscher.

Hier setzt der Glücksunterricht an. Gerade in sozial nicht ganz einfachen Stadtteilen ist er von Wert. Helmut Richter und seine Kollegen machen sich am Willy-Brandt-Berufskolleg in Duisburg-Rheinhausen mit Berufsfachschülern auf den Weg zum Glück. Dazu gehört auch, gemeinsam zu kochen und sich mal ein richtig gutes Essen im Restaurant zu gönnen. Vor allem aber geht es darum, seine eigenen Stärken kennenzulernen, gute Momente genießen zu lernen und sich und anderen zu vertrauen. Vier von fünf Schülern haben einen Migrationshintergrund, viele kommen aus schwierigen familiären Verhältnissen. „Deshalb habe ich nach der Lektüre von Fritz-Schuberts Buch gedacht, das ist genau das, was wir hier brauchen“, sagt Schulleiter Richter. „Wir merken, dass durch den Unterricht die Motivation der Schüler auch für andere Fächer wächst, dass ihre Anwesenheit in der Schule steigt, dass sie aktiver ihr Leben planen und sich zum Beispiel besser auf

Klassenarbeiten vorbereiten“, erzählt Anke Roeßing, die das Fach unterrichtet. Ganz ähnliche Erfahrungen macht Ingrid Noack, die Glück am Beruflichen Schulzentrum Bietigheim-Bissingheim für 15- bis 17-jährige Wirtschaftsfachschüler unterrichtet. „Wir können nicht nachweisen, dass ihre Noten besser sind, aber die Schüler haben eine höhere soziale Kompetenz als andere, der Zusammenhalt untereinander ist stärker“, sagt Noack. Und: „Sie lernen ihre Schule als Wohlfühlort kennen. Fachleute halten dies für das beste Mittel der Gewaltprävention an Schulen.“

Um das Fach Glück fest in der Schule zu verankern, braucht es immer das besondere Engagement der Schüler, Lehrer und Schulleiter. Sie müssen das Fach in die ohnehin vollen Stundenpläne einfügen, die Schulbehörden vom Konzept überzeugen und eine Finanzierung aufbauen, oft mit einer Jahr um Jahr neu erkämpften Mischung aus staatlichen Mitteln und privatem Sponsoring. ▶





© shutterstock.com

## ... resilient für das Leben

Auch Ingrid Noack absolvierte die Weiterbildung in ihrer Freizeit. Die meisten Übungen aus dem Unterricht hat sie dort selbst erprobt. Ein Beispiel: der Ziel-Skalenlauf. Dabei hält sich jeder Schüler eines seiner Ziele vor Augen. Beispielsweise ein Sieg im 100-Meter-Lauf, das gute Bestehen der nächsten Klassenarbeit. Auf einer Skala von Null bis Zehn, praktisch markiert durch Karten auf dem Klassenboden, stellt er sich dorthin, wo er sich auf dem Weg zum Ziel sieht. Dann kommen seine Mitschüler ins Spiel: Während ihm die einen von rechts seine positiven Eigenschaften wie ein Mantra zurufen – du bist geduldig, du hast Ausdauer, du bist fröhlich – kommen die anderen von links mit den negativen Eigenschaften, faul zu sein oder keine Lust zu haben. Der Schüler in der Mitte schließt die Augen, hört einfach nur zu. „Nach einer Weile hört man nur noch das Gute“, sagt Noack aus eigener Erfahrung. Geht es anschließend erneut um die Frage, wie weit man auf dem Weg zum Ziel vorangekommen ist, dann stelle sich jeder ein

oder zwei Schritte weiter vorne hin. „Die Schüler spüren, wie es sich emotional, kognitiv und körperlich anfühlt, wenn man seinem Ziel näher kommt und dass Hindernisse sich mit Hilfe der Stärken überwinden lassen, das motiviert.“

Wenn sich die Schüler dann nach Abschluss der Schule für eine Ausbildung entscheiden und Bewerbungen schreiben, dann greifen sie nicht nur auf ihre im Unterricht betonten Stärken zurück, sondern sie haben auch in praktischen Übungen gelernt, sich zu konzentrieren und zu fokussieren. Und bei der Berufsfindung kommt der Glücksunterricht dann ganz konkret zum Tragen: „Die Schüler lernen bei uns, ihre Stärken und Interessen gut einzuschätzen“, sagt Roeßing. „Dadurch bleibt ihnen viel Frust auf dem Arbeitsmarkt erspart, weil sie eher eine für sie gut passende Ausbildung finden.“

Nicole Walter ist Journalistin in Berlin und schreibt über Themen aus Wirtschaft und Gesellschaft

»Wer möchte nicht lieber  
durch Glück dümmer  
als durch Schaden klug  
werden?«

Salvador Felipe Jacinto Dalí i Domènech, seit 1982 Marqués de Púbol (\* 11. Mai 1904 in Figueres, Girona, Katalonien; † 23. Januar 1989 ebenda), spanischer Maler, Grafiker, Schriftsteller, Bildhauer und Bühnenbildner

# Sie haben Schwein

Ein uraltes Glückssymbol, das Hausschwein. Nur wenige von ihnen sind selbst glücklich. Wanja, Freia, Babuschka und Matruschka gehören dazu. Eine Reportage von Ralf Bindel (Text) und Martina Nehls-Sahabandu (Fotos)





*Babuschka und Matruschka zusammen mit Eber Wanja (ganz rechts) auf dem Hof Vorberg. Den Unterstand hat ein Schulprojekt gebaut. Vorherige Seite: Freia und Wanja vor ihrer Wiese.*

Es ist ein nasskalter Herbstsonntag. Der Wind zieht unangenehm, zwischendurch Schauer. Vier große scheckige Leiber liegen im Stroh. Unterstand und Bretterwände schützen sie, der Trog ist leer. Mehrstimmiges Grunzen und Schnarchen. Im Hintergrund eine zerfurchte Schlammwiese. Nebenan schlummern sechs kleinere aneinanderliegend, die Einjährigen. „Jetzt sind sie glücklich“, sagt Ulfert Bewig-Glashoff, der Bauer vom Vorberghof. „Satt zu sein und zu ruhen, das ist für sie Glück.“

So einfach ist das? Genug zu fressen und viel Schlaf, das könnte die Massentierhaltung doch auch schaffen. Dass rund 28 Millionen Schweine in Deutschland dort trotzdem nicht glücklich sind, kann sich jeder irgendwie vorstellen. Selbst wer Tieren keine Emotionen wie Glück, Wut und Trauer zugeht. Obwohl die Wissenschaft längst nachgewiesen hat, dass Tiere wie Menschen empfinden. Angst, Schmerz, depressive Gefühle, aber auch Freude, Lust – und Glück.

„Sie fressen sich morgens satt, legen sich wieder hin“, erklärt Ulfert. „In der Dämmerung graben sie im Schlamm“. Jetzt etwas Action: Babuschka steht auf, geht auf die ehemalige Wiese. Toilette. „Schweine sind sehr reinlich, sie verschmutzen nie ihren Schlafplatz.“ Nochmal zum Trog, ob's was Neues gibt, zu den Besuchern hochgeschaut, dann wieder ins lebende Lager gedrängt. Wanja grunzt, 250 Kilo wiegt der Eber, stößt Freia mit der Nase. Sie hat schon dreimal geworfen, trächtig von ihm. Wie Babuschka und Matruschka, die beiden ferkelten am gleichen Tag. Die jüngeren Sauen nebenan darf Wanja nicht bespringen, sie sollen wachsen. Nach einem Jahr haben sie 90 Kilo-Körper. ▶



*Bauer Ulfert Bewig-Glashoff massiert Eber Wanja, der zufrieden grunzt. Wanja ist der einzige Eber für drei Zuchtsauen. Er ist wie Freia ein Angler-Sattelschwein, Babuschka und Matruschka sind Mischlinge.*



*Jung- und Mastschweine verbringen im Windrather Tal die erste Zeit im Stall mit betoniertem Boden und Auslauffläche. Die Regel für die Platzberechnung: Mit Auslauf drei- bis viermal so viel wie das Schwein groß ist, ohne sechsmal so viel.*



*Babuschka schaut in den Regen im gemeinsamen Unterstand. Sie brachte ihre Ferkel am gleichen Tag zur Welt wie Matruschka. Alles war durcheinander, bis sich drei für die eine, zehn für die andere Mutter entschieden. Ferkel brauchen drei Tage, um sich an ihre ganz private Zitze zu gewöhnen. Von den 16 Zitzen trocknen die ein, die nicht genutzt werden.*

Drei Sauen und ein Eber, zehn bis zwölf Mastschweine und „Ferkel nach Anfall“ leben auf dem Hof Vorberg. Er ist einer von fünf Demeter-Höfen im Windrather Tal im bergischen Land zwischen Essen und Wuppertal. Idyllisch gelegen, man schaut auf den Mittelwellensender Langenberg und einen Windrad-, Biogas-, Stallanlagenkomplex. Letzterer wird betrieben für Hühnerbaron Hennenberg. Der heißt wirklich so und ist der größte Hühner- und Eierproduzent der Region. Er will noch mehr Ställe im Tal errichten, gestützt von einer Investorengruppe kauft er überall Land, erzählt Ulfert. „Neulich übernahm er wieder einen Hof, obwohl im Testament stand, dass weder die Anthroposophen noch der Hennenberg ihn bekommen sollen.“

Die Anthroposophen, das sind die fünf Demeterhöfe. Seit 1985 sind sie im Tal. Sie erwarben als Genossenschaften mit Geld von der GLS Bank die Höfe und umliegenden Felder. Seither ist es das größte zusammenhängende Bio-Anbaugebiet in NRW. Von jedem Hof aus sieht man fast alle anderen, überschaubar. Einen Herbergshof mit Bäckerei gibt es auch. Dort werden alle Produkte gesammelt und verteilt, auf Märkte, Bio-Läden, Schulen und Direktkunden. Die hat jeder Hof, so wie fast jeder auch einen Hofladen hat – und jeder eigene Spezialitäten, wie Käse – oder Schweine. ►





*Die Angler Sattelschweine sind eine alte Hausschweinrasse aus Angeln in Schleswig-Holstein von 1880. Für die moderne Mast wuchsen sie jedoch zu langsam und warfen zu wenig Ferkel. 1926 kreuzte man sie mit der englischen Wessex Saddlebrackrasse. Sie sind anspruchslos, robust, „frohwüchsig“ und eignen sich gut für die Freilandhaltung. Als im Verlauf der 1950er Jahre Schweine mit höherem Fleischanteil und geringerer Fettauflage den Markt bestimmten, verlor das Angler Sattelschwein kontinuierlich an Bedeutung. 1990 wurden sie zur gefährdeten Nutztierrasse erklärt. Erst das Interesse an veränderten Haltungs- und Vermarktungsmethoden in der Landwirtschaft und die Besinnung auf die gute Fleischqualität eröffnen der Angler-Sattelschweinrasse heute wieder neue Überlebenschancen.*



*Wanja und Matruschka. Schweine haben ein sehr gutes Hör- und Riechvermögen, einen guten Geschmackssinn und können relativ gut sehen. Sie haben ein gutes Gedächtnis und lernen schnell. Sie lieben die Gesellschaft und das Leben und Fressen in Gruppen, Pünktlichkeit, trockene und ausreichend große Schlafplätze, das Suhlen im nassen Boden und unangenehme Gerüche.*

Tierhaltung gehört in der biodynamischen Landwirtschaft nach ihrem Begründer Rudolf Steiner zu jedem Hof. Die Demeter-Regeln gelten seit 1928. Nur in Notzeiten darf mehr Biofutter zugekauft werden, ansonsten muss das meiste vom eigenen Land kommen. Dadurch ist die Tierhaltung an das Land gebunden. Mehr Tiere als das versorgt, geht nicht. Keine Chance zur Intensivhaltung.

Eine Regenpause. Wanja rappelt sich auf. Er hat ein richtig dichtes Fell. „Schweine draußen sind stärker be-

haart“, erklärt Ulfert. Eine Stippvisite im Schlamm. Trocknet der Schlamm auf dem Fell, gehen die Parasiten ein. „Die Tiere werden doch krank in dem Schlamm, sagen uns konventionelle Bauern immer.“ Doch die Vorberg-Schweine sind kerngesund, „werden nie krank.“ Weil die Schweine wie früher wenig eiweißreiches Futter bekommen, haben sie keine Gelenkprobleme, ihr Fleisch ist anders als konventionelles sogar für Histamin-Allergiker geeignet. Die Massentierhaltung verwendet eiweißreiches, genmanipuliertes Soja, für dessen

Intensivanbau in Südamerika und Asien Wälder gerodet werden.

Nach Geflügel ist das Schwein das meist produzierte Tier in der Republik. Jeder Deutsche isst rund 55 Kilogramm Schweinefleisch pro Jahr, dazu werden 1,5 Millionen Tonnen exportiert, 972 Tausend Tonnen eingeführt. 28 Millionen Schweine werden dafür in jedem Halbjahr geschlachtet, nicht älter als sechs Monate, erzeugt in 28000 Betrieben. Der derzeit größte von ihnen in Hassleben umfasst 85000 Tiere. Ökologisch gehalten werden knapp 160.000 Schweine, ▶

*Auch wenn es nicht so aussieht: Schweine sind sehr reinlich und trennen deutlich zwischen Schlaf- und Kotbereichen. Demeter-Bauern schneiden die Schwänze nicht ab.*



Biobauern dürfen mehrere Tausend in Ställen mästen. 200 von insgesamt 1400 Demeter-Höfen haben Schweine, durchschnittlich 22 Tiere. In der Intensivmast in Niedersachsen sind es 740 Tiere pro Betrieb. 660 Tiere haben die drei größten Demeter-Schweinemäster zusammen.

„Alle lieben unsere Schweine“, sagt Ulfert. Marina, die Gärtnerin, betreut und füttert sie. Die Haltung ist arbeitsintensiv, weil die verfütterten Reste nicht „gießfähig“ wie in der Intensivmast sind. Marina hat auf Vorberg mehr als 18 schwarz-rosa Freunde. „Die Tiere sind intelligent, sensibel. Sie achten auf die Hofgeräusche, nehmen gern Kontakt auf.“ So intensiv, dass ein Kunde sogar das Futtergeld für Rentnerin Kunigunde übernahm, die zehn Jahre Ferkel geworfen hatte.

Jetzt nutzen die Regenpause auch die Ferkel und Mastschweine im Stall. Sie können jederzeit raus auf den Hof, allerdings nicht auf die Wiese. Für einige steht der Schlachtermin schon fest. Acht Monate bis ein Jahr sind sie dann und 90 Kilogramm schwer. Ein Kilo bringt zur Zeit 3,30 Euro, etwas mehr als

Bio. Konventionelle Mäster bekommen die Hälfte. Demeter-Tiere dürfen nicht mehr als 200 Kilometer auf ihre erste und letzte Reise gehen. Hausschlachtungen sind verboten. Die Vorberg-Tiere könnten fast zu Fuß gehen. Ganz in der Nähe existiert noch ein kleiner Schlachthof mit EU-Genehmigung. Alle Klein- und Nebenerwerbsbauern der Region lassen dort schlachten. „Ungewohntes und Lautes macht ihnen Angst“, sagt Ulfert. Seit er sich von den Tieren verabschiedet, geht es leichter. Mehrmals spricht er mit ihnen. „Sie haben spürbar weniger Angst und gehen einfach ihren Weg, wenn man sie lässt.“

Es regnet wieder. Die Angler-Sattel haben genug von Besuch und Wetter und verabschieden sich in den Stall. Jetzt wird wieder gekuschelt, noch etwas Stroh zusammen gerafft, der Körper zwischen die der anderen eingerüttelt. Sie wirken zufrieden.



*Schweine wollen freundlich angesprochen und behandelt werden. Sie mögen weder Lärm und Unruhe, noch getrieben oder in zu großen Gruppen gehalten zu werden.*

## Lesetipps:

- Fünf Biohöfe im Windrather Tal: [www.biohoe-fe-windrathertal.de](http://www.biohoe-fe-windrathertal.de)
- Wesensgemäße Tierhaltung: [www.demeter.de/verbraucher](http://www.demeter.de/verbraucher)
- Tierische Emotionen – Von glücklichen Kühen, falsch verstandener Tierliebe ..., FU Berlin, Wissenschaftsmagazin fundiert, 2008, [www.fu-berlin.de](http://www.fu-berlin.de)
- Schweinehaltung: [www.spiegel.de/thema/schweine](http://www.spiegel.de/thema/schweine)

*Das Hausschwein ist nach dem Hund wahrscheinlich eines der am frühesten domestizierten Haustiere der menschlichen Zivilisationsgeschichte. Seit etwa 9000 Jahren wird es zur Fleischerzeugung gehalten und ist in Europa und Asien die am häufigsten gegessene Fleischsorte. Schweinehaltung wird heute weltweit überwiegend in großen Anlagen ohne Auslauf betrieben.*



»Wir sind nicht auf der Welt,  
um glücklich zu werden,  
sondern um unsere Pflicht  
zu erfüllen.«

Immanuel Kant (\* 22. April 1724 in Königsberg, Preußen; † 12. Februar 1804 ebenda),  
deutscher Philosoph der Aufklärung

# Happy Birthday EFA+

EFA wird erwachsen, fünfzehn Jahre ist die Effizienz-Agentur NRW im Jahr 2013 alt – und hat jetzt ein Plus im Logo. EFA, das sind fünfzehn Jahre Ressourceneffizienz-Förderung in Nordrhein-Westfalen, mit Wirkung in die ganze Republik und bis nach Japan.

Ein kritischer Geburtstagsgruß  
von Klaus Dosch





Die Effizienz-Agentur NRW hilft seit 15 Jahren Unternehmen dabei, ihre Ressourcenproduktivität zu verbessern – also mehr Umsatz zu machen und dafür weniger Rohstoffe einzusetzen. Die EFA ist ein Stabilitätsanker der Landesregierung, hat sie doch vier Ministerpräsidenten kommen und gehen sehen. Herzlichen Glückwunsch!

Eigentlich ist die von der Agentur unterstützte stetige Verbesserung der Produktivität ja eine Selbstverständlichkeit. So behauptet es jedenfalls die ökonomische Theorie: Dort verhalten sich alle Wirtschaftssubjekte per Definition optimal, sind grenzenlos gut informiert und mehren ihren Nutzen stetig und konsequent. Daher verschwenden sie auch niemals Ressourcen. Sicher? Ganz sicher. Leider geistert dieser Überflieger Homo Oeconomicus nur durch die Gedanken und Papiere von Wirtschafts-Nobelpreisträgern und etwas weniger hoch dekorierten Volkswirten. Homo Sapiens indes ist weit weniger „vernünftig“, nicht sehr gründlich und allwissend schon gar nicht. So lassen sich in vielen Unternehmen mehr oder weniger große Potenziale zur Einsparung von Energie

und Material entdecken – aller ökonomischen Theorie zum Trotz.

Doch wie steht es um die Ressourceneffizienz in Deutschland? 15 Jahre EFA, Ressourceneffizienz-Förderprogramme beim Bund und in einigen anderen Bundesländern: Das dürfte doch etwas bewegt haben. Verdoppeln soll sich die Rohstoffproduktivität bis 2020 gegenüber 1994, so das Ziel der 2002 beschlossenen Nachhaltigkeitsstrategie der Bundesregierung. Nach allem, was wir bis heute sehen können, liegt unsere Wirtschaft nicht gerade auf Kurs dorthin. In den letzten 20 Jahren hat sie mit einer Verbesserung um rund 50 Prozent gerade die Hälfte geschafft, für die zweite bleiben nur noch sechs Jahre. Wir müssen also schneller werden, mehr als dreimal so schnell! Statt gemütlichem Wandertempo muss ab jetzt ambitioniertes Lauftempo angeschlagen werden!

Leider ist weit und breit kein Zeichen für eine Effizienzbeschleunigung sichtbar. Im Gegenteil: Für Pkw wurde im Mai 2012 die Energieverbrauchs-kennzeichnungsverordnung in Kraft gesetzt. Sie ist aus der Sicht der Ressour- ►

ceneffizienz ein echter Schildbürgerstreich: Je schwerer ein Auto bei identischem Kraftstoffverbrauch ist, desto energieeffizienter! Oder andersherum gesagt: Wenn es bei einem Pkw nicht zur gewünschten Effizienzklasse reicht, wird einfach weniger Gewichtsoptimierung betrieben. So schaffen es gerade eben noch straßentaugliche Panzer der SUV-Klasse zu respektablem Effizienzwerten – jedenfalls auf dem Papier. An der Zapfsäule lecken sich die Pächter nach solchen Kunden die Finger. Leichtbau jedenfalls wird bestraft, die Fahrzeuge müssen überproportional sparsam sein, um in die besten Effizienzklassen vorzustoßen.

*„Unsere Wirtschaft liegt nicht gerade auf Kurs.“*

Ein weiterer wesentlicher Hemmschuh der Pkw-Effizienz ist die Messmethode des Kraftstoffverbrauchs. Der NEFZ, der neue europäische Fahrzyklus, initiiert nämlich keinen Wettbewerb unter den

Ingenieuren um das sparsamste Auto, sondern um die skrupelloseste Motorelektronik: Sie reagiert, wenn es auf den Fahrprüfstand geht, und schaltet dann auf „Schleichfahrt“. Das Resultat sind irrwitzig effiziente Fahrzeuge, allerdings nur auf dem Papier.

Bei der Messung der Rohstoffeffizienz jedoch werden keine fiktiven Phantasiewerte gemessen. Was zählt, sind harte Rohstoffverbräuche. Was wird abgebaut, was importiert, welche Mengen an Rohstoffen verschlingt die Gesellschaft? All dies wird gezählt und in Relation zur Wirtschaftsleistung gesetzt. Da helfen keine superschlauen Bewertungsalgorithmen, sondern nur echte Innovationen. Aber die muss man wollen und die richtigen Anreize schaffen: wie die Intelligenz der Ingenieure in die richtige Richtung zu lenken, eben in Richtung Ressourceneffizienz.

Und auf der anderen Seite hilft ein anderes Verhältnis zu den Dingen: Was brauchen wir wirklich? Muss es immer etwas Neues sein oder lässt sich das Alte noch ein wenig länger nutzen? Wie konstruieren wir reparaturfreundlich, austauschbar, aufrüstbar, veränderbar?

Das letztere geht uns alle an, Sie und mich, Produzenten und Konsumenten. Es betrifft sämtliche alltäglichen Entscheidungen über Kauf oder Nichtkauf. Doch das Innovationsrezept ist etwas für die Unternehmen. Also ein Fall für die EFA. Ich wünsche der Effizienz-Agentur die Möglichkeit, in den nächsten Jahren weitere Innovationen im Hinblick auf die Ressourceneffizienz zu identifizieren und den Unternehmen in NRW näher zu bringen. Die Kreativität, daraus ein Geschäftsmodell zu machen, bringen die Unternehmen selbst mit. Vielleicht fehlt ihnen nur der Innovationscout der EFA!

Klaus Dosch ist wissenschaftlicher Leiter der Aachener Stiftung Kathy Beys und kennt die Effizienz-Agentur NRW und ihre Projekte seit ihrer Gründung.



»We must believe in luck.  
For how else can we explain  
the success of those  
we don't like?«

Jean Cocteau (\* 5. Juli 1889 in Maisons-Laffitte bei Paris; † 11. Oktober 1963 in Milly-la-Forêt bei Paris),  
französischer Schriftsteller, Regisseur und Maler

# Die richtigen Zutaten

Genuss kann ein Stück Glück sein. Doch kulinarischen Lustgewinn gibt es nicht zu kaufen. Weder im Delikatessenhandel, noch im Spitzenrestaurant. Er will mit Sinnlichkeit und Verstand erobert werden. Wie bei Grünkohl oder Schokolade.

Von Klaus Dahlbeck



Macht Grünkohl glücklich? „Natürlich nicht!“, würde Wolfram Siebeck antworten. Er ist seit Jahrzehnten als kulinarische Kontrollinstanz und gefürchteter Gastronomiekritiker in der deutschen Medienlandschaft unterwegs. Erst kürzlich stellte der 85-Jährige dem „grausigen Strunk“ im Magazin Der Feinschmecker ein vernichtendes Zeugnis aus. Es gäbe viele Gründe, so schreibt er, den Grünkohl nicht zu den essbaren Genussmitteln zu zählen. Da drängt sich gleich die Frage auf, ob Nahrungsmittel vielleicht sogar unglücklich machen können? Über den Grünkohl ist noch nichts bekannt, aber das National Institute Of Health in Maryland, USA, hat die Fettsäure DHA – die in zahlreichen Fischarten vorkommt – in Verdacht, Depressionen zu verstärken.

Macht Schokolade glücklich? Folgt man der Werbung der Süßwarenindustrie, gibt es daran keinen Zweifel. Auch eine Reihe von Studien belegen, dass Schokolade – neben Zucker – vier weitere Inhaltsstoffe enthält, die Glücksgefühle auslösen können: Phenylethylamin (PEA), Anandamid, Tryptophan und Theobromin. PEA ist eine Verbin-

dung, die im menschlichen Organismus zum Beispiel als Neurotransmitter wie Dopamin auftaucht oder als Hormon Adrenalin seinen Dienst tut. Verliebte haben immer reichlich PEA im Blut. Anandamid steuert im Gehirn den gleichen Rezeptor an wie Tetrahydrocannabinol (THC), der berauschende Stoff aus der Cannabispflanze. Tryptophan dagegen wird im Körper zu Serotonin, dem so genannten Glückshormon umgewandelt, während Theobromin eine Verbindung ist, die entspannend auf die Muskulatur und stimmungsaufhellend wirkt. Es ist vor allem hochprozentige Bitterschokolade zwischen 70 und 85 Prozent Kakaobutteranteil, die laut einer Studie der Chemischen Fakultät der Universität Madrid von 2012, hohe Anteile Serotonin und Tryptophan enthält.

„*Ich will keine Schokolade, ...*“

Sollte es tatsächlich wahr sein, dass nur Nahrungsmittel mit Inhaltsstoffen glücklich machen können, die Drogenpotential haben? Skepsis ist durchaus

angebracht, denn sowohl in der Schokolade als auch in anderen Nahrungsmitteln wie Nüssen und Tomaten, liegen die Anteile der Glücksmacher in der Regel unterhalb der Wirkungsschwelle. Am besten gehen wir noch einmal zurück zu den Verliebten, denn sie brauchen keine Schokolade um die ganze Kaskade chemischer Prozesse in Gang zu setzen, die das Gefühl des Glücklichseins erzeugen. ▶



Oder um es mit einem alten Schlager von Trude Herr zu sagen: „Ich will keine Schokolade, ich will lieber einen Mann!“

Glaubt man der Wissenschaft, spielen gute Beziehungen zu anderen Menschen die wichtigste Rolle für unser Glücksgefühl. Der mit Freunden in heiterer Runde bei einem guten Glas Bier genossene Grünkohl sollte also glücksstiftender sein als die Tafel edler handgeschöpfter Schokolade, die ein vereinsamter Single abends vor dem Fernseher verdrückt. Oder nicht?

Eine Frage, bei der es um die Wurst gehen könnte. Denn auch der Kopf isst mit. Bleibt das Glücksgefühl auch dann noch präsent, wenn man sich beim Essen in gemütlicher Runde Gedanken darüber macht, ob die Mettwurst im großartig schmeckenden Grünkohl wohl von glücklichen Bio-Schweinen stammt? Oder wenn einem schon beim Anblick der Wurst der Appetit vergeht, weil man um die Figur fürchtet? Keine Frage: wahre Glücksmomente beim Essen sind nur dann erfahrbar, wenn die Sorgen ausgeblendet sind. Wenn der Genießer beruhigt zubeißen kann, weil er weiß, dass das Gemüse nicht belastet

ist und die Tiere nicht aus Massenhaltung stammen. Und wenn er sich nicht um ein paar Kalorien mehr oder weniger schert.

## „Genuss im Überfluss verliert seinen Wert“

Wer sein kulinarisches Glück finden will, braucht aber nicht nur die richtigen Produkte und angenehme Gesellschaft. Sogar ein absolutes Lieblingsgericht, tadellos zubereitet, kann enttäuschen, wird es mit der Erwartung goutiert, dass es so schmeckt, wie es die eigene Oma früher gekocht hat. Selbst wenn es genauso schmecken sollte – bekommt man es den dritten Tag hintereinander vorgesetzt, wird der kulinarische Glücksmoment kaum zur Ewigkeit. Genuss im Überfluss verliert seinen Wert und ist vom Glück soweit entfernt wie der Geruch des Grünkohls von dem der Schokolade.

Vernunft ist eine Kategorie, die Glücksmomenten beim Essen oft vorausgeht. Obwohl jeder Genießer von der zufälligen Entdeckung eines kleinen

Lokals träumt, irgendwo im Grünen, in das man hungrig einkehrt und feststellt, dass es hier nicht nur allerbeste authentische Familienküche zum barmherzigen Preis gibt, sondern auch, dass die Produkte vom hauseigenen Biohof stammen. Ohne große Erwartungen viel mehr bekommen als man zu träumen gewagt hatte. Was für ein Glück!

Die positive Überraschung im perfekten Moment ist leider eine launige Geliebte, die sich nur selten blicken lässt. Es muss also noch einen anderen Weg geben, das kulinarische Glück zu finden. Wer nicht nur auf den Zufall setzen will, könnte es – bei guten Erfolgsaussichten – mal mit der Regulierung der eigenen Bedürfnisse versuchen. Eine Kunst, die zu erlernen uns nicht in die Wiege gelegt wurde. Wer hat als Kind nicht schon mal so viele Süßigkeiten in sich hineingestopft, dass ihm kotzübel wurde? Welche Erinnerung ist davon geblieben? Wissen wir noch, welche Unmengen wir auf dem siebten Kindergeburtstag von Susanne oder Thomas gegessen haben? Wahrscheinlich nicht. Eher erinnern wir uns an die Farbe des Toilettendeckels im Bad des Hauses.

Kulinarische Leuchttürme schaffen ist eine Strategie, die auch mit der Regulierung der eigenen Bedürfnisse zu tun hat. Statt vier mal im Monat zum Italiener um die Ecke zu gehen und immer die gleiche Pizza zu futtern, könnte man alle drei Monate ein sehr gutes Restaurant aufsuchen und sich von außergewöhnlichen Kreationen des Küchenchefs überraschen lassen. Dann riecht und schmeckt man genau hin, wendet sich jedem Gericht aufmerksam zu, erlebt die Textur, wie es im Mund knuspert, schäumt und prickelt, schmeckt Süßes, Salziges und Saures und lässt sich vom Duft der Gewürze verzaubern.

*„Wie es im Mund knuspert, schäumt und prickelt ...“*

Doch es ist nicht nur der aufmerksame Konsum einer eindrucksvollen Zubereitung, der kulinarische Glücksmomente verschaffen kann, es ist auch die eigene Aktivität am Herd. Das Kochen für oder mit Familie und Freunden. Erleben, wie

ein Rezept, eine Idee zu einem köstlichen Gericht wächst. Wie groß diese Sehnsucht nach Kochen und Essen als Gemeinschaftserlebnis ist, zeigt schon die Zahl der Kochsendungen im deutschen Fernsehen und deren Einschaltquoten. Und das, obwohl das Geruchs- und Geschmacksfernsehen immer noch nicht erfunden ist. Wer die Bedeutung der sozialen Komponente des Kochens in der heutigen Zeit ermessen will, unsere tief verwurzelte Sehnsucht nach Essen als Gemeinschaftserlebnis, der kommt am Erfolg der Koch-Shows nicht vorbei. Die Flexibilisierung der Arbeitswelt, der Zerfall der Großfamilie und die rasante Zunahme an Single-Haushalten haben zwar die Lebenswirklichkeit verändert, aber der Sehnsucht nach Essen als Gemeinschaftserlebnis nichts anhaben können. Koch-Shows sind ein Spiegelbild dieser Sehnsucht, und in dem einen oder anderen Fall tragen sie wohl auch dazu bei, dass ihr Taten folgen.

Am Ende ist es gar nicht so schwer, das kulinarische Glück zu finden, beherzigt man ein paar Regeln. Wenn man zum Beispiel gute Zutaten aus nachhaltiger,

ökologischer Produktion auswählt, die einen nicht mit dem Gewissen hadern lassen. Wenn man seine Bedürfnisse regulieren lernt, dem Essen Aufmerksamkeit widmet, sowohl beim Kochen wie beim Verzehr. Wenn man realistisch mit den eigenen Erwartungen umgeht und in Gemeinschaft genießen kann. Ja, dann kann auch der Grünkohl große Momente bescheren. Mit und ohne Wurst.

Klaus Dahlbeck ist Journalist und schreibt seit langem über Genuss in allen kulinarischen Formen und Lagen.



»Aus kleinen Missverständnissen gegenüber der Wirklichkeit zimmern wir uns Glaubensvorstellungen und Hoffnungen zurecht und leben von den Brotrinden, die wir Kuchen nennen, wie arme Kinder, die Glückseligkeit spielen.«

Fernando Pessoa, (\* 13. Juni 1888 in Lissabon; † 30. November 1935 ebenda), portugiesischer Dichter und Schriftsteller; aus: Das Buch der Unruhe

# Unternehmungslust statt Frust

Nach traditioneller Betriebswirtschaftslehre dürfte es manche Unternehmen gar nicht geben. Doch wenn Glück statt Geld die Hauptrolle spielt, entsteht ökonomischer Erfolg auf völlig andere Weise, als es Lehrbücher beschreiben.

Von Annette Jensen



Es passierte an einem Wochenende: Ein paar Menschen aus Dörfern bei München beschlossen, dass sie der Lebensmittelindustrie nicht länger hilflos ausgeliefert sein wollten. Sie hatten es satt, Eier von gequälten Hühnern zu kaufen und Gemüse zu essen, das auf irgend-einem Acker Hunderte von Kilometern entfernt gewachsen war. Sie hatten auch keine Lust mehr, zu protestieren oder auf politische Entscheidungen zu hoffen. Und deshalb nahmen sie die Sache selbst in die Hand. Weil sie verstanden hatten, dass kleine Höfe im herrschenden System kaum eine Überlebenschance haben, organisierten sie einen Marktstand für einen Biobauern und stellten sich selbst dahinter. Anfangs hatten sie nicht einmal eine Waage, eine Kinderärztin musste aushelfen.

Das Ganze machte allen Beteiligten Spaß, das Netzwerk wuchs und so entstand die Genossenschaft „Tagwerk“, an der heute neben vielen Konsumenten auch einhundert Erzeuger vom Bauern, Imker, Schlachter über den Müller bis zur Käserei beteiligt sind. Die Genossenschaft setzt knapp fünf Millionen Euro im Jahr um, beschäftigt 39 Men-

schen und ist vor Ort ein bedeutender Wirtschaftsfaktor.

„*Kooperation macht Menschen glücklich*“

Dabei geht es den Tagwerk-Genossen bis heute nicht allein um die Förderung der regionalen Nahrungsproduktion. „Das sind alles so lustige, interessante Leute“, begründet die langjährige Vorstandsfrau Inge Asendorf, warum sie für die Mitarbeit bei „Tagwerk“ eine wissenschaftliche Karriere sausen ließ. Laufend entstehen hier neue Projekte: Ein Genosse schreibt witzige Jahreszeitenkochbücher, der ehemalige Bankvorstand Rudolf Oberpriller organisiert Radeltouren zu Bauernhöfen und hat einen deutschlandweiten Biofernweg erfunden. „Meine frühere Arbeit war totaler Blödsinn. In einem Netzwerk wie unserem braucht man nicht viel Geld, um was wirklich Sinnvolles auf die Beine zu stellen“, sagt er. Oberpriller bestätigt damit die Erkenntnisse der internationalen Glücksforschung, die Kate Pickett und Richard Wilkinson

auf Grundlage von weltweiten Untersuchungen zusammengefasst haben: Kooperation macht Menschen glücklich – wohingegen mehr Geld zu verdienen das Wohlbefinden nur in armen Gesellschaften fördert und eine wachsende Ungleichheit nicht einmal die immer reicher werdenden glücklich macht.

Auch die Gründung der Elektrizitätswerke Schönau, die heute ein bundesweiter Ökostromversorger sind, hatte niemand geplant. Vielmehr sind die Beteiligten da immer weiter „reingeschlittert“, wie Geschäftsführerin Ursula Sladek es beschreibt. Begonnen hatte alles 1986 nach dem AKW-Unfall in Tschernobyl: Mit Stromsparwettbewerben wollten einige Nachbarn erste konkrete Schritte in Richtung privater Atomausstieg tun. Dann aber entwickelte das Ganze eine Eigendynamik, die angetrieben wurde von einem sturen Energieversorger, der die Energiesparer wegen Geschäftsschädigung zu verklagen drohte.

Die Schönauer Stromrebellenerfahrungen in den Folgejahren viel Solidarität. Ist es „Glück“, dass sich immer im entscheidenden Moment Experten

fanden, die ihnen halfen? Ingenieure, Unternehmens- und Steuerberater, Stadtwerksvertreter und Werbefachleute stellten freiwillig und oft kostenlos ihr Fachwissen zur Verfügung. Sie waren fasziniert von dem Projekt und wussten, dass es jetzt auf ihre Unterstützung ankam. Was sie bekamen, war kein Geld, sondern das gute Gefühl, entscheidend zum Gelingen eines ganz und gar außergewöhnlichen Unternehmens beizutragen. Gemeinsam boten sie den mächtigen und finanziell bestens ausgestatteten Gegnern Paroli und verhalfen David damit zum Sieg über Goliath.

Gelingende Beziehungen sind der wichtigste Faktor für Glück, argumentiert der wachstumskritische Ökonom Tim Jackson – und „Vertrauen, Sicherheit und Gemeinschaftsgefühl tragen entscheidend zum sozialen Wohlbefinden bei“. Auch wer bei den Schönauer Rebellen seinen Strom ordert, darf sich als Teil dieser Erfolgsgeschichte fühlen.

*„Gelingende Beziehungen sind der wichtigste Faktor für Glück.“*

Und es gibt weitere glückliche Unternehmerpersönlichkeiten. Ein Beispiel ist der Chemiker Hermann Fischer, in dessen Braunschweiger Chemiefabrik Auro nur pflanzliche und andere natürliche Stoffe zur Herstellung von Lacken, Klebern und Putzmitteln zum Einsatz kommen. Damit ist Fischer zwar ein völliger Außenseiter seiner Branche – etwa 90 Prozent der Chemikalien basieren heute auf Erdöl und anderen fossilen Rohstoffen. Doch der 60-Jährige ist fest davon überzeugt, dass sich seine „solare Chemie“ auf Dauer durchsetzen wird. Schließlich ist nicht nur der wichtigste Rohstoff der konventionellen Chemieindustrie endlich. Darüber hinaus funktioniert deren Produktion auch nur durch den Einsatz vieler hochgiftiger Stoffe wie Chlor oder Salpetersäure. Durch die zahlreichen Syntheseschritte entstehen neben den gewünschten Produkten jedes Mal auch große Mengen Abfälle, deren Gefährlichkeit unübersehbar ist. Dagegen sind die Produkte der Firma Auro alle biologisch abbaubar.

Schon als Student war Hermann Fischer klar, dass er niemals bei den Branchengrößen Bayer oder BASF wür- ▶



de arbeiten wollen. Deshalb gründete er mit zwei Kommilitonen seine erste Firma. „Wir konnten es nicht ertragen, dass man etwas Richtiges nur denken sollte,“ fasst er sein Credo zusammen. Eine Überzeugung zu leben und in die Tat umzusetzen, macht zufrieden, meinen Glücksforscher – und umgekehrt belegt der Happy Planet Index, dass Umweltzerstörung das Wohlbefinden extrem herunterzieht. Wer den energiegeladenen Chemiker Hermann Fischer einmal erlebt hat, wird ihn als Beleg für diese beiden Thesen empfinden.

Ein anderes Beispiel liefert Sina Trinkwalder. Die 35-Jährige hatte viel Geld mit Werbung verdient – und irgendwann kam ihr das öde und schal vor und sie wollte etwas Sinnvolles tun. Deshalb beschloss sie, einen Betrieb aufzubauen, der älteren Frauen und Alleinerziehenden sichere Jobs bietet. In ihrer Heimatstadt Augsburg hatten früher viele Menschen in der Textilwirtschaft gearbeitet, bis deutsche Arbeitnehmer als zu teuer galten und die Produktion nach Osteuropa und Asien verlagert wurde. Diese Leute

musste es doch noch geben, dachte Sina Trinkwalder.

*“Eine Überzeugung zu leben, macht zufrieden.*

Dass sie keinerlei Ahnung von Kleiderproduktion hatte, störte sie nicht – schließlich ist sie ein lernfähiger Mensch. Vor allem aber ist sie jemand, der andere mitreißen und begeistern kann. So hat ihr erster Nähmaschinenlieferant ihr das Nähen beigebracht, Museumsmitarbeiter klärten sie über Stoffeigenschaften auf und als ihr am Ende Geld für eine Maschine fehlte, gewährte der Lieferant einen üppigen Preisnachlass. Heute haben 130 Frauen und Männer unbefristete Stellen bei „Manomama“. Sie nähen Taschen für DM-Märkte und Jeans für Real, verarbeiten ausschließlich Biostoffe und verdienen alle mindestens zehn Euro pro Stunde.

Dass funktioniert, was alle Ökonomen für unmöglich erklärt hatten, hat mehrere Gründe. Zum einen macht Sina

Trinkwalder ihre Preiskalkulation völlig transparent – und dabei wird klar, dass sie selbst nur bescheiden verdient und auch für Werbend kein Geld ausgibt. Ihr Marketing sind ihre Talkshowauftritte, bei denen sie Politikern und traditionellen Wirtschaftsbossen schlagfertig Paroli bietet. Zugleich dreht sie das ansonsten in der Branche herrschende Verhältnis von Lieferanten und Abnehmern um. Sie kalkuliert den Preis und macht ihren Kunden unmissverständlich klar, dass sie weder die Stoffhersteller herunterhandeln noch ihre Arbeiterinnen antreiben oder im Lohn drücken werde. Und siehe da – es funktioniert: Die Leute kaufen ihre Produkte. „Wunder muss man selber machen“, heißt das Buch, das gerade von Sina Trinkwalder erschienen ist. Das zu lesen macht nicht nur Mut, sondern auch Spaß und sogar ein bisschen glücklich.

Annette Jensen ist Journalistin und schreibt seit vielen Jahren über ökonomische Alternativen zum Mainstream. Ihr Buch „Wir steigern das Bruttosozialglück. Von Menschen, die anders wirtschaften und besser leben“ ist im Herder-Verlag erschienen.

»Es ist naiv zu denken, die traditionelle Politik sei ‚freiheitlicher‘, nur weil wir uns inzwischen an ihre Einschränkungen gewöhnt haben. Ja, es stimmt, Suffizienzpolitik schafft zunächst neue Grenzen – aber dann eröffnet sie einen viel größeren Raum für kreative, glückliche und verantwortliche Lebensgestaltung.«

Angelika Zahrnt und Uwe Schneidewind in „Nicht immer mehr, schneller, globaler!“ in taz vom 2./3.11.2013

# Ein schöner Tag

Menschen statt Autos auf den Straßen, fröhliche Gesichter, keine Hektik: Aktionen wie der „Autofreie Sonntag“ oder der „Tag des guten Lebens“ zeigen, dass sich für Menschen abseits von üblichen Konsumgewohnheiten echte Wünsche erfüllen.

Von Davide Brocchi



Mit einem Plädoyer für Verzicht erlischt jede Akzeptanz. Als Gewinn muss er beschrieben werden, will man Aufmerksamkeit für einen ressourcenleichten Lebensstil erreichen – und auch dann ist die Skepsis gegenüber der Aufgabe alter Gewohnheiten groß. Doch sind Verzicht und Glück wirklich Gegensätze? Unter anderem zeigt die Geschichte des autofreien Sonntags, wie relativ diese Annahme ist. Einige beispielhafte Stationen:

**1973:** Mit der Verhängung von vier autofreien Sonntagen reagierte die deutsche Bundesregierung auf die erste internationale Ölkrise. Die Stilllegung des motorisierten Verkehrs schaffte damals neue Erlebnisräume im gesamten Bundesgebiet: Auf den Autobahnen gingen ganze Familien spazieren, junge Menschen fuhren Rollschuh, Senioren Rad. Ohne Autoverkehr zeigten sich die Städte aus einer ganz neuen Perspektive. Wer damals dabei war, erinnert sich noch heute gerne daran.

**Seit 2000** gibt es in Brüssel mehrere autofreie Sonntage im Jahr. Am dritten Sonntag im September wird dort sogar

die ganze Stadt (161 Quadratkilometer) für Autos gesperrt. Umfragen zeigen, dass die Zufriedenheit der Brüsseler mit dieser Initiative ständig gestiegen ist. Inzwischen sehen 87 Prozent von ihnen den autofreien Sonntag als eine gute oder gar exzellente Initiative.

**2005:** Bei einer repräsentativen Umfrage der Stadt Augsburg befürworteten 65 Prozent der Bürger autofreie Sonntage für die Innenstadt. 59 Prozent konnte sich sechs autofreie Sonntage pro Jahr vorstellen, 42 Prozent sogar zwölf. Nur 22 Prozent der Befragten lehnte solche Aktionen ab.

**2010:** Am 18. Juli beschwerten sich die Bürger kaum, als die Bundesautobahn 40 zwischen Duisburg und Dortmund für ihre Autos gesperrt und für Besucher freigegeben wurde. Drei Millionen Menschen nahmen die Einladung an: Sie frühstückten zusammen an langen Tischen, machten Musik, Kunst und Sport – alles auf der Autobahn. Das Projekt „Still Leben – Ruhrschnellweg“ wurde zu einem der erfolgreichsten und

eindrucksvollsten der RUHR.2010 – Kulturhauptstadt Europas.

**2013:** Am 15. September fand in Köln der erste „Tag des guten Lebens : Kölner Sonntag der Nachhaltigkeit“ statt. Im Stadtteil Ehrenfeld blieb ein Gebiet, in dem mehr als 20.000 Menschen wohnen, einen ganzen Tag lang für den motorisierten Straßenverkehr gesperrt. Ganze Straßenzüge wurden von Autos komplett befreit, indem mehr als 1.000 alternative Parkplätze für die Anwohner organisiert wurden. Der Verkehrsraum wurde in eine breite „Agora“ umgewandelt: In der altgriechischen Polis war die Agora der zentrale Platz, auf der die direkte Demokratie entstand. Hier fanden Politik, Markt und das kulturelle Leben der Stadt statt. Nach dem Motto „Mehr Platz für Park statt Plätze zum Parken“ wurden einige Parkplätze begrünt. Die Menschen schätzten den nicht-kommerziellen Charakter der Veranstaltung und die entspannte Atmosphäre im Sinne der Entschleunigung. Laut inoffizieller Schätzungen der Polizei nahmen zwischen 80.000 und 100.000 Menschen am Kölner „Tag des guten Lebens“ teil. ►

Die Resonanz in der Presse war groß. Der Kölner Stadtanzeiger kommentierte: „Kölns Stadtentwicklungspolitik braucht mehr solcher Impulse – und viele weitere Tage des guten Lebens“. Ins Leben gerufen hatte den Tag die Agora Köln, ein buntes Bündnis von mehr als 91 Kölner Bürger- und Umweltinitiativen, Unternehmen, Theater und weitere Gruppen, das sich für eine stärkere Bürgerbeteiligung und für eine progressive Transformation der Stadt in Richtung Nachhaltigkeit einsetzt.

## Neue Freiheiten

Was zeigen diese Beispiele? Sicher ist, dass die begrenzte Verfügbarkeit von Ressourcen wie Erdöl, die Luftverschmutzung, die Lärmbelästigung oder der hohe Flächenverbrauch für Autoparkplätze (d. h. für nicht genutzte Wagen) ein Umdenken erfordern. Das eigentliche Ziel von autofreien Sonntagen ist die Förderung einer nachhaltigen Mobilität – neben einer Reduzierung des Ressourcenverbrauchs. Gerade in Städten mit einem hohen Straßenverkehrsaufkommen wie Mailand oder

Bogotá dienen sie der Gesundheit und der Umweltentlastung. In Brüssel ist der Lärm an autofreien Sonntagen sechs bis acht Mal niedriger; die Stadtluft enthält drei bis vier Mal weniger Stickstoff, an einigen Straßen wird zehn Mal weniger Stickstoffmonoxid als an Arbeitstagen gemessen.

Doch die große Beliebtheit von autofreien Sonntagen lässt sich kaum durch ein hohes Umweltbewusstsein der Bevölkerung erklären. Entscheidend sind hingegen die sozialen und psychologischen Nebeneffekte. Gerade in der autogerechten Stadt hat die Stilllegung des motorisierten Straßenverkehrs eine dramatische Auswirkung auf den Lebensraum. Der Verkehrsraum wird so zum öffentlichen Raum und bildet eine Projektionsfläche für die Sehnsucht nach Gemeinschaft, kreative Entfaltung oder alternative Lebensweisen. Diese Sehnsucht ist auch das Ergebnis der progressiveren Privatisierung und Kommerzialisierung des urbanen Lebensraums in den letzten Jahrzehnten. Wirtschaftswachstum, Massenkonsum oder schnellere Autos sind nicht mehr Inbegriff von Freiheit, Dynamik und



Wohlstand, stehen hingegen für Verstopfung, Autobahnstaus und Stress. Vor diesem Hintergrund ist das Verzicht eine Form des Selbstschutzes, eine Voraussetzung des Glücksbefindens. Autofreie Sonntage bieten die Möglichkeit, zumindest für einen kurzen Moment, aus der „Megamaschine Gesellschaft“, wie sie der 1990 gestorbene amerikanische Architekturkritiker Lewis Mumford genannt hat, auszusteigen.

## Glück braucht eine starke Demokratie

In Deutschland steht die Beliebtheit von autofreien Sonntagen im paradoxen Kontrast zum hohen Status des Automobils. Als die Idee „Tag des guten Lebens“ vor der Versammlung einer Kölner Bezirksvertretung vorgestellt wurde, reagierte der grüne Bezirksbürgermeister so: „Wir dürfen die Bürger mit solchen visionären Vorhaben nicht überfordern. Eine autofreie Straße wäre realistischer als ein ganzer Stadtteil.“ Weil nichts verkauft wurde und autofreie Tage als geschäftsschädigend gelten, hatten IHK und City-Marketing das Projekt nicht

unterstützt, doch selbst der ADAC fand die Initiative sympathisch. Während Verzicht in Politik und Verwaltung als höchst unpopulär gilt, zeigt der Erfolg von autofreien Sonntagen, dass die meisten Bürger manchmal viel weiter als ihre politischen Vertreter sind. Da die gesellschaftliche Entwicklung nicht vom Glücksverständnis der Bürger bestimmt wird, bleiben autofreie Sonntage eine Randerscheinung. Mit anderen Worten: Glück bedarf einer Stärkung der Demokratie.

Nach der Lehre der US-Politikwissenschaftlerin und Wirtschafts-Nobelpreisträgerin Elinor Ostrom werden Gemeingüter nachhaltig bewirtschaftet, wenn ihre Nutzer kooperieren und kleine Gemeinschaften bilden, die sich selbstbestimmt und autonom verwalten. Der Tag des guten Lebens in Köln wurde genau nach diesem Prinzip realisiert. Jede Nachbarschaft durfte für einen Tag die eigene Straße „regieren“. Aufgaben wie Absperrung und Reinigung der Straße wurden auf die Anwohner übertragen. Die Sharing-Strategie führte zu einer deutlichen Senkung der Kosten

und machte das Projekt erst möglich, denn wegen der hohen Verschuldung kann die Stadt solche Projekte nicht fördern. Die Anwohner sagten, dass sie die Übertragung von Verantwortung als Wertschätzung empfanden, die ehrenamtliche Arbeit als Möglichkeit des Teilhabens und die Gleichberechtigung in der Nachbarschaft genossen haben.

## Rückeroberung des öffentlichen Raums

Glück ist eines der wenigen Güter, das ausgerechnet durch das Teilen wächst. „Seit dem Tag des guten Lebens brauche ich 15 Minuten länger, um Brötchen kaufen zu gehen. Ständig werde ich auf der Straße von Nachbarn begrüßt und angesprochen,“ erklärt eine Kölnerin. Die Nachbarschaften, die sich vorher regelmäßig trafen, um den Tag vorzubereiten, treffen sich nun weiter, zum Beispiel um die Umgestaltung des Kinderspielplatz nebenan in die Hand zu nehmen. Viele wollen eine Wiederholung des Tag des guten Lebens in ihrem Stadtteil und sind dafür bereit, noch mehr Verantwortung zu übernehmen. ►

Wer einmal einen autofreien Sonntag organisiert hat, kommt zu einer weiteren wichtigen Erkenntnis: Die meisten Ressourcen benötigt man nicht, um das gute Leben und die nachhaltigen Alternativen zu realisieren, sondern um Räume dafür zu öffnen. Die größte Anstrengung liegt in der Umleitung des Autoverkehrs, in der Absperrung und der Kontrolle der Grenzen des autofreien Gebiets, in der Erfüllung der vielen Vorschriften für die Nutzung des öffentlichen Raums durch die Bürger. Sobald der Raum frei ist, entstehen Nachhaltigkeit, Gemeinschaft und gutes Leben fast von selbst. Das war die beeindruckende Erfahrung am 15. September in Köln.

Davide Brocchi ist Sozialwissenschaftler und Dozent für Nachhaltigkeit, u. a. an der ecosign-Akademie für Gestaltung in Köln und an der Universität Lüneburg. Den „Tag des guten Lebens : Kölner Sonntag der Nachhaltigkeit“ hat er initiiert.

CherryX (Eigenes Werk) via Wikimedia Commons



## Lesetipps:

- ➔ Umfrage- und Schadstoffmessergebnisse zum autofreien Sonntag in Brüssel: [www.dimanchesansvoiture.irisnet.be/fr/resultats.html](http://www.dimanchesansvoiture.irisnet.be/fr/resultats.html)
- ➔ Bürgerbefragung zum Augsburger autofreien Tag: [www.augsburg.de/fileadmin/www/dat/01au/statistik/Buergerumfrage/Buergerumfrage\\_2005.pdf](http://www.augsburg.de/fileadmin/www/dat/01au/statistik/Buergerumfrage/Buergerumfrage_2005.pdf)
- ➔ Der Tag des guten Lebens- Kölner Sonntag der Nachhaltigkeit: [www.tagdesgutenlebens.de](http://www.tagdesgutenlebens.de)

»Einen Schuss Wüste braucht  
der Mensch – um des Glücks  
der Oase willen.«

Martin Kessel (Pseudonym Hans Brühl, \* 14. April 1901 in Plauen (Vogtland); † 14. April 1990 in Berlin), deutscher Schriftsteller

# Besser als BIP

Im Staat Bhutan wächst das Bruttonationalglück. Dort ist Wohlbefinden statt materieller Wohlstand der nationale Leistungsindikator, ohne dass „arm aber glücklich“ gilt. Die UN hält das Modell für übertragbar.

Ein Reisebericht von Maja Göpel



Mitten im Landeanflug zieht der Pilot plötzlich die Nase wieder hoch. Nach Schrecksekunden die Durchsage, dass wir wegen Wolken im engen Himalaya-Tal in Indien zwischenlanden – Pech gehabt. Doch drei Stunden später betreten wir Thimphu's Boden. Die Hauptstadt der 750.000 Einwohner-Republik Bhutan hält ihre Häuser im gleichen Stil wie die auf dem Land: wunderbare Holzschnitzereien am Dachgiebel, angenehme Pastellfarben und nicht mehr als fünf Stockwerke. Die große Mehrheit der Bhutanesen lebt aber von der Landwirtschaft und ist über kleinere Dörfer verstreut. In den offiziellen Statistiken zu Armut und Wirtschaftsstärke steht Bhutan noch immer ziemlich weit unten und hängt ökonomisch sehr stark von seinem gigantischen Nachbarn Indien ab. Touristisch bleibt es ein Juwel, weil die Regierung die Anzahl der jährlichen Visa beschränkt und sich diese teuer vergüten lässt. Dennoch haben sich in den letzten Jahren immer mehr Medien mit dem Land befasst. Bhutan wird im reichen, durchindustrialisierten Westen als Inspirationsquelle gehandelt – und zwar aufgrund seines Entwicklungsziels

und dem damit verbundenen Indikator Bruttonationalglück.

## Bruttonationalglück als Staatsziel

Wir sind auf einer Studienreise von Wissenschaftlern und politischen wie wirtschaftlichen Akteuren mit der Frage, wie sich Glück nicht nur als Lebens-, sondern auch als Gesellschaftsziel etablieren lässt. Dass unser Wirtschaftswachstums-Wettbewerbs-Modell immer weniger ein positives Zukunftsbild hervorruft, legt nahe, sich nach Alternativen umzuschauen. Und auch in Ländern, in denen dringend materielles Wachstum zur Grundversorgung der Bevölkerung nötig ist, mehrt sich das Gefühl, dass das herkömmliche westliche Modell dafür nicht optimal ist. So hat das Gallup Institut z. B. für China eine massiv fallende Lebenszufriedenheit ermittelt – während das BIP pro Kopf dort um den Faktor 2,5 nach oben geschneit ist.

Wenn Paradoxien so sichtbar werden, drängen Sinnfragen ins Zentrum: was sollte eine Gesellschaft und ihre

Wirtschaft denn eigentlich liefern – und für wen? Und wie stellen wir sicher, dass dieses Eigentliche ins Zentrum der Krisenbewältigungsstrategien gelangt? Die USA waren da ursprünglich sehr präzise und haben 1776 in ihrer Unabhängigkeitserklärung „Leben, Freiheit und das Streben nach Glück“ zum universellen Grundrecht erklärt. Dies zu schützen sei Aufgabe der Regierungsinstitutionen. Ähnlich verhält es sich mit Bhutan, nur dass die Regierung diesen Auftrag explizit gemacht hat. Statt anzunehmen, dass mehr materielles Reichtum den Rest gleich mitliefern wird, hat der vierte König von Bhutan, Jigme Singye Wangchuck, 1972 erklärt, die Erfolgsmarke seines Regierungshandelns sei nicht die Steigerung des Bruttonationalprodukts (damals BNP, heute Bruttoinlandsprodukt BIP), sondern des Bruttonationalglück.

Auch die staatsphilosophische Fundierung dafür kommt der in den USA nahe: 1729 war die gesetzliche Grundlage für die Vereinigung von Bhutan formuliert worden und in ihr hieß es bereits: „Wenn die Regierung nicht das Glück ihrer Bevölkerung si-

herstellen kann, gibt es keinen Grund für ihre Existenz.“ Glück (dekidk) wird hier anders als im heutigen Westen nicht als individuelles Recht, sondern als multidimensionale, gesellschaftliche Größe verstanden: die Herstellung von Bedingungen, unter denen Menschen ihr Wohlergehen in nachhaltiger Weise verfolgen können und in diesem Prozess selbst Verantwortung für das Ganze und andere übernehmen.

Im Grunde ist es ein exzellentes Beispiel für eine Strategie der Nachhaltigen Entwicklung, dem politischen Leitziel, dem sich alle 193 Länder dieser Erde verschrieben haben. Zur Erinnerung: Eine Art von gesellschaftlicher Entwicklung, in der heutige Generationen ihre Bedürfnisse für gesunde und erfüllende Leben befriedigen, während die Grundlagen für gesunde und erfüllende Leben zukünftiger Generationen bewahrt werden. Dieses Ziel wird nach wie vor verfehlt, was vor allem daran liegt, dass zwar dem Leistungsindex des BIP-Wachstums mit aller Macht nachgejagt, aber nicht genug beachtet wird, dass in diesem Prozess die Menschen nicht mehr zufriedener werden, jedoch

die Zerstörung von Natur und soziale wie ökonomische Ungerechtigkeit zunehmen. Kein gutes Glücksumfeld.

## Vom kleinen Königreich zum Avantgardisten der Vereinten Nationen

Bei „glücklich sein“ denken wir meist an einen temporären individuellen Gefühlszustand. Müssen wir uns also die Bhutanesen als durchweg lächelnde Exoten vorstellen? Was macht Bhutan anders? Der Index für Bruttonationalglück (BNG) definiert die Grundlagen für gesundes und erfüllendes Leben heute und in Zukunft genau. Er umfasst vier Säulen: gute Regierungsführung, nachhaltige sozio-ökonomische Entwicklung, Erhalt und Förderung kultureller Werte sowie darüber hinaus der Umwelt. Zu Regierungsqualität gehört, dass Bhutan die Nachhaltigkeit nicht auf Nebenschauplätze verbannt, sondern fest in den Index gesellschaftlichen Fortschritts eingebaut hat und zur Grundlage von politischen Entscheidungen macht: in Zusammenarbeit mit den Vereinten Nationen und internationalen ►



Wissenschaftlern ist ein langer Indikatoren- und Fragenkatalog entlang von neun Dimensionen erstellt worden. Die Bevölkerung wird nach ihrem psychischen Wohlbefinden wie subjektiver Lebenszufriedenheit, ihrer Gesundheit und Bildung befragt. Sie gibt den Interviewern Auskunft über ihre kulturelle Teilhabemöglichkeiten, ihre Zeitznutzung und wie sie die Regierungsführung und politische Mitbestimmungsmöglichkeiten beurteilt. Zu dem spielen die Bewertung des Gemeinschaftsgefüges, der ökologischen Diversität und Resilienz sowie des Lebensstandards (Einkommen, Vermögen, Wohnqualität) eine Rolle.

Diese Dimensionen sind den elf des kürzlich von der OECD zusammengestellten Better Life Index sehr ähnlich. Das Besondere in Bhutan (gegenüber ähnlichen Befragungen in Europa) ist jedoch, dass die dortige Regierung mit einer BNG-Kommission auf Grundlage der Befragungsergebnisse Politikpläne für die jeweils nächsten fünf Jahre verfasst, die besonders auf die Bedürfnisse der mit „nicht glücklich“ zu Buche

geschlagenen Bevölkerungsgruppen eingehen.

Kein Wunder also, dass Bhutan im Zuge der Vorbereitungen für den Welt-nachhaltigkeitsgipfel Rio+20 in 2012 einen Auftrag bekam: im Juli 2011 wurde bei den Vereinten Nationen, unterstützt von 68 Ländern, die Resolution 65/309 mit dem Titel „Glück: Auf dem Weg zu einem ganzheitlichen Entwicklungsansatz“ verabschiedet. Im April 2012 fand dann unter Leitung von Bhutan ein Runder Tisch zum Thema „Ein Neues Ökonomisches Paradigma für Wohlergehen und Glück“ auf höchster politischer Ebene statt. Mit 800 Teilnehmern entstand ein unglaublicher Andrang für ein solches Sondierungstreffen, das unter anderem zur Einführung eines Internationalen Tag des Glücks führte, der am 20. März 2013 zum ersten Mal ausgerufen wurde.

Seit die Erklärung des Rio+20-Gipfels ebenfalls die Empfehlung umfasst, Indikatoren „Jenseits des BIP“ für gesellschaftliche Entwicklung stark zu machen, ist Bhutan endgültig zum Mekka der Inspiration geworden.

## Den Schlüssel zum gemeinsamen Wohl finden

Unsere Studiengruppe ist also bei weitem nicht die einzige. Viele Teilnehmer berichten von ähnlichen Beobachtungen: eine unvoreingenommene Freundlichkeit und Wachheit der Menschen, trotz der Armut gibt es keine Slums und sogar die Straßenhunde scheinen entspannt. Was mich am meisten beeindruckt, ist die Bescheidenheit zur eigenen Rolle in der Welt und die Anerkennung, die Wertschätzung von Leistung und Meinung anderer: während wir tagtäglich dem Geschrei um die beste Lösung, den billigsten Preis, die feindlichste Übernahme und die Inkompetenz anders Denkender und Lebender ausgesetzt sind, lässt sich in Bhutan der Respekt vor Menschen und Natur förmlich anfassen. Schönstes Symbol mögen die bunten Gebetsfahnen sein: durch Windstöße und als Schatten werden die in ihnen gespeicherten guten Wünsche aus der Meditation auch auf Tiere und Natur übertragen. ►

Mir scheint genau hier ein wichtiger Schlüssel zum Glück und zur erfolgreichen Krisenbewältigung zu liegen: einfach mal innehalten, das Gegebene wie die Mitwelt schätzen und verstehen lernen. Achtsam hinterfragen, was wir denn wirklich für ein gutes Leben brauchen, in gesellschaftlichen Dialogprozessen eruieren, wie ein Wirtschaftssystem dies nachhaltiger, gerechter und resilienter liefern könnte.

Dr. Maja Göpel ist Leiterin des Berliner Büros des Wuppertal Instituts. Die Reise nach Bhutan unternahm sie mit der GIZ Global Leadership Academy zu Beyond GDP im April 2013. Fotos: Maja Göpel



## Literatur:

- An Extensive Analysis of GNH Index von The Centre of Bhutan Studies, oder auch [www.grossnationalhappiness.com](http://www.grossnationalhappiness.com)
- Bericht zum Rio+20-Roundtable „Ein Neues Ökonomisches Paradigma für Wohlergehen und Glück“ und dem darauf folgenden Expertenforum: [sustainabledevelopment.un.org/index.php?page=view&type=400&nr=617&menu=35](http://sustainabledevelopment.un.org/index.php?page=view&type=400&nr=617&menu=35)
- Die UN-Resolution 65/309 „Glück: Auf dem Weg zu einem ganzheitlichen Entwicklungsansatz“: [www.un.org/ga/search/view\\_doc.asp?symbol=A/RES/66/281](http://www.un.org/ga/search/view_doc.asp?symbol=A/RES/66/281)
- Initiativen aus der Zivilgesellschaft dazu: [dayofhappiness.net](http://dayofhappiness.net), [www.worldhappyday.com](http://www.worldhappyday.com), in Deutschland vor allem [ministeriumfuerglueck.de](http://ministeriumfuerglueck.de)

»Glück entsteht oft durch  
Aufmerksamkeit in kleinen  
Dingen, Unglück oft durch die  
Vernachlässigung kleiner Dinge.

Heinrich Christian Wilhelm Busch (\* 15. April 1832 in Wiedensahl; † 9. Januar 1908 in Mechtshausen),  
einer der einflussreichsten humoristischen Dichter und Zeichner Deutschlands

# Zum Glück gibt es das Postwachstum

Wenn Menschen und Gesellschaften Glück und Zufriedenheit jenseits von materiellem Konsum und wirtschaftlicher Wachstumsorientierung erlangen wollen, benötigen sie dazu positive Bedingungen auf individueller, wirtschaftlicher und politischer Seite.

Von Marcel Hunecke



Ein stetig steigendes Wachstum des materiellen Wohlstandes und des damit einhergehenden Energie- und Ressourcenverbrauchs ist mit dem Leitbild einer nachhaltigen Entwicklung dauerhaft nicht vereinbar. Deshalb ist ein Nachdenken über Postwachstumsgesellschaften unumgänglich, die dem einzelnen Bürger ein glückliches Leben ermöglichen können, ohne hierbei auf eine Steigerung des materiellen Wohlstandes angewiesen zu sein. Fällt in einer Postwachstumsgesellschaft das Streben nach materiellem Wohlstand nicht nur als gesellschaftliches, sondern auch als individuelles Lebensziel weg, müssen an dessen Stelle alternative Lebensziele kultiviert werden, um das subjektive Wohlbefinden und die Lebenszufriedenheit in größeren Bevölkerungskreisen zu sichern. Hierbei handelt es sich keinesfalls um ein aussichtsloses Vorhaben. Schon heute ist zu beobachten, dass sich in Ländern mit einem hohen Lebensstandard die Lebenszufriedenheit durch Steigerungen im materiellen Wohlstand kaum noch erhöhen lässt. Doch was sichert die individuelle Lebenszufriedenheit

in Postwachstumsgesellschaften, wenn dort die Steigerung des materiellen Wohlstands kein erstrebenswertes Ziel mehr darstellt?

## Das strategisch gute Leben denken

Ein Blick in die Positive Psychologie (die weniger an der Beseitigung von psychischen Störungen oder von normabweichenden Verhalten interessiert ist, als an der Förderung der positiven Entwicklungspotenziale im Menschen) bietet hierzu interessante Einsichten. So wird die Frage nach dem guten bzw. gelingenden Leben zwar nicht zum ersten Mal von der Positiven Psychologie gestellt, sondern wurde bereits seit Jahrtausenden in vielfältigen Philosophien und Weisheitslehren reflektiert.

Das Spezifische am Ansatz der Positiven Psychologie besteht jedoch in dem Versuch, die möglichen Antworten auf diese Frage nach dem guten Leben empirisch zu fundieren. Zwar kann man an dieser Stelle weder eine quantifizierbare, noch inhaltlich exklusive Antwort von der Positiven Psychologie erwarten,

da die Frage nach dem guten Leben untrennbar mit Wertvorstellungen verknüpft ist und sich dadurch empirisch nicht eindeutig klären lässt. Trotzdem kann das Nachdenken über das gute Leben durch empirisch abgesicherte Erkenntnisse über die positiven Eigenschaften und Potenziale des Menschen sowohl inhaltlich fokussiert als auch angereichert werden. ▶



Insgesamt lassen sich drei Strategien der guten Lebensführung identifizieren, die nicht nur in der philosophischen Reflexion diskutiert, sondern deren Alltagstauglichkeit auch von der Positiven Psychologie empirisch bestätigt wird: Das *vergnüglihe Leben* (Genuss), das *engagierte Leben* (Ziele) und das *sinnbestimmte Leben* (Sinn). Genuss, Zielerreichung und Sinn sind drei Quellen, die Menschen zu einem glücklichen Leben motivieren können.

Ob der Einzelne diese Quellen für sich nutzen kann, hängt dabei jedoch von seiner individuellen Persönlichkeit ab. So können einige Menschen weitgehend sinnbestimmt glücklich werden, z. B. wenn sie ihr Leben erfolgreich nach religiösen oder spirituellen Idealen verwirklichen. Auch ein genussorientierter Hedonist kann glücklich leben, wenn er das richtige Maß in dem Ausleben seiner Genusserfahrungen für sich entdeckt und diese auslebt. Glücklich ist auch, wer seine selbst gesteckten Lebensziele erreichen kann, und sich diesen durch wohldosierte Teilziele annähert.



Die drei Strategien der guten Lebensführung widersprechen sich dabei allenfalls in der philosophischen Reflexion, wenn sie auf ihre Extrempositionen hin verdichtet werden. Gerade dem Hedonisten wird dann häufig die notwendige Eignung für ein wahrhaft gutes Leben abgesprochen. Aber in der Empirie der Alltagspraxis finden sich derartige Widersprüche kaum. Vielmehr besteht aus psychologischer Perspektive die Kunst darin, die drei Strategien der

guten Lebensführung entsprechend der Passung mit der eigenen Persönlichkeit klug miteinander zu kombinieren.

### Die psychischen Ressourcen wachsen lassen

Diese Konsequenz aus der sogenannten Genuss-Ziel-Sinn-Theorie des subjektiven Wohlbefindens sollten auch alle Bemühungen berücksichtigen, die sich bei den anstehenden Transformationen ►

in Postwachstumsgesellschaften weder auf moralische Appelle noch auf letztlich unbezahlbare materielle Anreize verlassen wollen. Stattdessen müssen Menschen positive Emotionen ermöglicht werden, wenn sie sich aus einer gewohnten und nicht allzu unangenehmen Gegenwart in eine andere, noch nicht am eigenen Leib erfahrene Postwachstumskultur bewegen sollen.

Aus der Genuss-Ziel-Sinn-Theorie lassen sich nun sechs psychische Ressourcen ableiten, die sowohl mit positiven Emotionen, als auch mit einer Orientierung an immateriellen Zufriedenheitsquellen verbunden sind: Genussfähigkeit, Selbstakzeptanz, Selbstwirksamkeit, Achtsamkeit, Sinnggebung und Solidarität (vgl. Tabelle). Die sechs psychischen Ressourcen lassen sich durch gezielte Maßnahmen in der Gesundheitsförderung und in Beratungs- und Coachingprozessen stärken. Ebenso können diese in unterschiedlichen organisatorischen oder institutionellen Settings wie in Schulen, Hochschulen, Unternehmen, Non-Profit-Organisationen oder auf der Ebene des Gemeinwesens gefördert werden.

Die entscheidende Funktion der psychologischen Ressourcen in Zielrichtung von Postwachstumsgesellschaften besteht in der Förderung der individuellen Widerstandskräfte gegenüber den kompensatorischen Formen des Konsums, für die ►

Strategie	Psychisch Ressource	Psychologische Funktion	Positive Emotion
Hedonismus	Genussfähigkeit	Erlebnisintensität statt Erlebnisvielfalt Förderung immaterieller Genussquellen Sinnliche Genüsse	Sinnliche Genüsse Ästhetisch-intellektuelles Wohlbefinden
Zielerreichung	Selbstakzeptanz Selbstwirksamkeit	größere Unabhängigkeit gegenüber sozialen Vergleichsprozessen Stärkung von Handlungskompetenzen	Zufriedenheit Stolz Flow
Sinn	Achtsamkeit Sinnggebung Solidarität	Orientierung an überindividuellen Zielen Motivation zu kollektiven Aktionen	Gelassenheit Sicherheit Zugehörigkeit Vertrauen

*Strategien der guten Lebensführung, der daraus abgeleiteten psychischen Ressourcen, psychologischen Funktionen und positiven Emotionen nach der Genuss-Ziel-Sinn-Theorie des subjektiven Wohlbefindens*

unsichere Personen mit geschwächten Selbstwertgefühl und einer geringeren sozialen Einbettung anfälliger sind (siehe auch factor<sup>y</sup> Wert-Schätzung).

Durch eine Förderung der sechs psychischen Ressourcen wird die individuelle Persönlichkeit gegenüber sozialen Vergleichsprozessen gestärkt, in denen die eigene Person gegenüber besseren, schöneren und reicheren Personen abgewertet wird. Diese Widerstandskraft gegenüber grenzenlosen sozialen Leistungsvergleichen verringert den individuellen Leistungs- und Effizienzstress und steigert damit gleichzeitig die Lebenszufriedenheit. Die sechs psychischen Ressourcen lassen sich jedoch nicht isoliert auf der individuellen Ebene fördern, wenn die gesamten organisatorischen und institutionellen Umwelten hierzu gegensätzlich strukturiert sind. Hier stößt die Psychologie unweigerlich an ihre Grenzen.

Andererseits erfordert ein kultureller Wandel in Richtung Postwachstum eine Vielzahl von Einzelpersonen, die diesen Wandel auf einer individuellen Ebene verkörpern und pionierhaft vorantreiben. Diese Personen werden die hierfür notwendige Motivation nur aufbringen, wenn ihr subjektives Wohlbefinden und ihre Lebenszufriedenheit dauerhaft auf einem hohen Niveau gesichert oder sogar gesteigert werden kann. Die Förderung der Genussfähigkeit, Selbstakzeptanz, Selbstwirksamkeit, Achtsamkeit, Sinngebung und Solidarität wird dies zweifelsohne unterstützen.

Prof. Dr. Marcel Hunecke ist Psychologe und unterrichtet und forscht an der Fachhochschule Dortmund und an der Ruhr-Universität Bochum. Sein Buch Psychologie der Nachhaltigkeit – Psychische Ressourcen der Postwachstumsgesellschaft ist im Oekom Verlag erschienen.



© Can Stock Photo Inc. / focalpoint

»Das Glück ist ein Zustand der Ruhe, der weder Vergnügen noch Schmerzen hervorbringt.«

Pierre-Marc-Gaston de Lévis, Duc de Lévis (\* 7. März 1764 in Paris; † 15. Februar 1830), französischer Politiker und Schriftsteller

»Das Glück ist ein Rindvieh  
und sucht seinesgleichen.«

Ungarisches Sprichwort

# factory<sup>y</sup> ist das Magazin für Nachhaltiges Wirtschaften

factory steht für industrielle Produktion und Fabrik, aber auch für den Faktor Y, um den sich der Ressourcenverbrauch ändern muss, damit nachfolgende Generationen gleiche Bedingungen vorfinden. Dieses Nachhaltigkeitsverständnis schließt ein, dass es um alle Aspekte Nachhaltigen Wirtschaftens geht, also neben Produktion und Dienstleistungen auch um die Seite des Konsums. factory will dazu beitragen, die Bedeutung der Unternehmen bei der Verwirklichung einer Nachhaltigen Entwicklung der Gesellschaft deutlich zu machen und Wirtschaftsakteure in die gesellschaftliche Debatte einzubinden. Es geht dabei um eine ressourceneffiziente Wirtschaftsweise und die Herausbildung nachhaltiger Produktions- und Konsummuster. factory erscheint kostenlos viermal im Jahr als PDF-Magazin und im Netz unter [www.factory-magazin.de](http://www.factory-magazin.de)

factory – Magazin für Nachhaltiges Wirtschaften  
ISSN 1860-6229,  
9. Jahrgang Ausgabe 4.2013

## Redaktion:

Inhaltlich Verantwortlicher gemäß § 10 Absatz 3 MDStV:  
Ralf Bindel  
Am Varenholt 123  
Tel. 0234-9799513  
[rb@factory-magazin.de](mailto:rb@factory-magazin.de)

## Anzeigen:

rabe - medienbüro  
Tel. 0234-9799513  
[www.rabebuero.de](http://www.rabebuero.de)  
Es gilt die Anzeigenpreisliste 1.2012

## Englische Übersetzung:

Universität Mainz, Fachbereich Angewandte Sprach- und Kulturwissenschaft, Institut für Anglistik, Amerikanistik und Anglophonie, Prof. Dr. Donald Kiraly & Studierende  
[www.fask.uni-mainz.de](http://www.fask.uni-mainz.de)

## Herausgeberinnen:

Aachener Stiftung Kathy Beys  
Schmiedstraße 3,  
52062 Aachen  
Tel. 0241-40929-0, Fax -20  
[info@aachener-stiftung.de](mailto:info@aachener-stiftung.de)  
[www.aachener-stiftung.de](http://www.aachener-stiftung.de)

Effizienz-Agentur NRW  
Dr.-Hammacher-Straße 49  
47119 Duisburg  
Tel. 0203-37879-30, Fax -44  
[efa@efanrw.de](mailto:efa@efanrw.de)  
[www.efanrw.de](http://www.efanrw.de)

Wuppertal Institut für Klima, Umwelt, Energie GmbH  
Döppersberg 19, 42103 Wuppertal  
Tel. 0202-2492-0, Fax -108  
[info@wupperinst.org](mailto:info@wupperinst.org)  
[www.wupperinst.org](http://www.wupperinst.org)

## Gestaltung:

Konzept: Oktober Kommunikationsdesign GmbH, Bochum  
[www.oktober.de](http://www.oktober.de)

## Umsetzung:

ubb Kommunikation, Bochum, [www.ubb-kommunikation.de](http://www.ubb-kommunikation.de)

## Druck:

Circlematt White Matt gestrichen, Bilderdruck aus 100 % Altpapier, ausgezeichnet mit dem Blauen Umweltengel und dem EU-Eco-Label.  
Gebrüder Hoose GmbH, Druckerei und Verlag, Bochum

Die Beiträge in factory geben nicht zwingend die Meinung der Herausgeber wieder. Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos und Materialien ist die Redaktion dankbar, übernimmt aber keine Gewähr. Das Copyright liegt bei den jeweiligen Autoren beziehungsweise der Redaktion; Nachdruck oder Vervielfältigung (auch auszugsweise) erlaubt bei Nennung des Autors und Link auf [www.factory-magazin.de](http://www.factory-magazin.de).

## Mehr lesen und mehr Service im Netz

Abonnieren Sie unseren Newsletter, informieren Sie sich über aktuelle News und Termine, lesen Sie einzelne Beiträge und nutzen Sie weitere Service-Angebote. Folgen Sie uns bei Facebook und Twitter und verbreiten Sie factory und die Idee des Nachhaltigen Wirtschaftens weiter.



- [www.factory-magazin.de](http://www.factory-magazin.de)
- Abonnieren Sie unseren Newsletter