

**Zeitschrift:** Neue Wege : Beiträge zu Religion und Sozialismus  
**Herausgeber:** Vereinigung Freundinnen und Freunde der Neuen Wege  
**Band:** 110 (2016)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Bewusst entscheiden, was es braucht : nachdenken über ein  
genügsam-genussvolles Zusammenleben aller : Interview  
**Autor:** Burger, Léa / Praetorius, Ina  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-632296>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 30.03.2025

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

---

**Was macht Sie glücklich, Ina Praetorius?**

Mich macht glücklich, wenn ich meine Zeit so einteilen kann, wie ich es gerne möchte. Am besten finde ich es, wenn ich gar nicht sagen kann, was «Arbeit» und was «Freizeit» oder «Familie» ist, wenn also alles ineinanderfließt. Weil ich freischaffend bin, passiert das zum Glück schon ziemlich häufig, denn oft muss ich keine fixen Arbeitszeiten einhalten. Ich bin eine Art «Grundeinkommens-Pionierin», weil ich mir das Glück der selbstbestimmten Zeit schon jetzt erlauben kann. Mit einem Grundeinkommen hätten alle Zugang zu dieser Art Glück.

**Auf das Grundeinkommen kommen wir später noch zu sprechen. Wenn Sie auf dieses eben genannte Glück verzichten müssten, hätten Sie dann immer noch ein gutes Leben?**

Natürlich muss ich immer wieder mal auf meine freie Zeiteinteilung verzichten, zum Beispiel wenn ich auf Vortragsreise bin. Es kommt drauf an, wie viel Zeit ich dann den Plänen anderer anpassen muss. Andererseits reise ich sehr gern. Es kann zwar schon vorkommen, dass mir ein Vortrag oder eine Reise zu viel wird, aber das Unterwegssein, das Eintauchen in andere Kontexte, ist auch Glück.

**Wie verstehen Sie generell das Verhältnis von Glück und Verzicht? Kann ich glücklich sein, wenn ich verzichte? Oder braucht es sogar Verzicht als Grenze, um glücklich zu sein?**

Auf Verzicht kann man gar nicht verzichten, denn Menschen können nie alles tun, was sie gerne tun würden. Wir sind alle begrenzt, schon durch unsere Lebenszeit, deshalb ist Verzicht ein unvermeidbarer Teil des Lebens. Sich darüber grundsätzlich klar zu sein, ist wichtig. Mir hilft in diesem Zusammenhang ein anderes Wort weiter: «Genauigkeit». Wenn ich mich an diesem Wort orientiere, geht es nicht mehr um ein

---

Neue Wege-Gespräch von Léa Burger  
mit Ina Praetorius

## Bewusst entscheiden, was es braucht

**Nachdenken über ein genügsam-genussvolles  
Zusammenleben aller**

*Wie geht das: gut leben? Die evangelische Theologin Ina Praetorius findet es wichtig, sich immer wieder neu darüber klar zu werden, was es braucht und wann genug ist. Die Volksinitiative für ein Bedingungsloses Grundeinkommen, die am 5. Juni 2016 zur Abstimmung kommt, ist für sie in diesem Sinne ein wichtiger Gedankenanstoss.*

Entweder-Oder von Verzicht oder Glück, sondern darum, immer wieder neu herauszufinden, was ich und andere brauchen.

Um genau sein zu können, ist mir das Schweigen wichtig geworden. Ich übe mich regelmässig im Schweigen, mindestens einmal morgens und einmal abends. Das heisst: Ich ziehe mich immer wieder aus dem Reden und Tun zurück. Dann sitze ich einfach da und warte, was passiert.



Ina Praetorius  
Bild: Katja Nideröst

Manchmal nenne ich das auch «Gebet» oder «Schweigebet». Da sortiert sich mein Alltag neu. Zum Beispiel: Wenn ich vor der Unterbrechung noch nicht wusste, welches der vielen E-Mails ich zuerst beantworten soll, dann habe ich danach oft eine klare Vorstellung davon, was zuerst dran ist und was warten

kann. Diese Ordnungsfunktion des Schweigens erlebe ich als sehr lebensförderlich.

Mein Schweigebet ist eine Art Seelendusche. Danach kann ich mit meinem Tun frisch einsetzen. Gleichzeitig weiss ich schon, dass ich später am Tag wieder in diesen Zustand des Schweigens und Wartens eintreten werde. Solche regelmässigen Unterbrechungen erinnern an die klösterliche Lebensform. Da steckt Jahrhunderte alte Erfahrung drin.

*In Ihrem Essay «Wirtschaft ist Care» sprechen Sie eine Wirtschaftsform an, die ein «genügsam-genussvolles Zusammenleben» aller ermöglichen soll. Was heisst das, und wie geht das?*

Im kapitalistisch genutzten Hedonismus sind die Begriffe «Genuss» und «Genügsamkeit» Gegensätze. Es wird

uns suggeriert: Genügsamkeit kann nicht genussvoll sein. Wenn ich beide Begriffe zum «genügsam-genussvollen Zusammenleben» verbinde, eröffne ich die Möglichkeit, dass beides gleichzeitig geschehen kann. Wie das dann konkret aussieht, lässt sich schwer verallgemeinern. Deshalb erzähle ich am besten wieder ein persönliches Beispiel: Ich lebe bewusst nicht in einer Grossstadt, verzichte also auf viele Möglichkeiten, die mir zum Beispiel Zürich bieten würde. In Wattwil ist aber alles da, was es zum guten Leben braucht: Läden, ein Kino, ein Schwimmbad, Schulen, ein Spital, eine gute Anbindung ans ÖV-Netz. Trotzdem werde ich oft gefragt, ob es nicht langweilig sei, hier zu leben. Mich überfordert aber das Überangebot an Konsummöglichkeiten in der Grossstadt eher, denn ich bin keineswegs immun gegen all die vielen verlockenden Angebote. In Wattwil laufen täglich höchstens zwei Filme, meistens gute Filme. Das reicht mir an Auswahl, das bringt Ruhe ins Leben. In Zürich oder Berlin kann ich ja nicht fünfzig Filme gleichzeitig schauen, aber ich muss mich dauernd in einem riesigen Angebot zurechtfinden. Das finde ich anstrengend. Ich mag Übersichtlichkeit.

*Das beschreibt eine sehr individuelle Ebene. In welchen Formen wird ein solches genügsam-genussvolles Zusammenleben strukturell möglich?*

Mir gefällt das Bild von den «Halbinseln gegen den Strom» gut. Es stammt von Friederike Habermann, die in ihrem gleichnamigen Buch viele sozialökologische Initiativen zusammengestellt und porträtiert hat. Das Wort «Halbinsel» signalisiert, dass da nicht der Anspruch erhoben wird, perfekte Gegenwelten zu schaffen. In der realen, nicht perfekten Welt bleibt ja jeder Neuanfang mindestens zur Hälfte in den alten Strukturen verhaftet. Und trotzdem kann Neues passieren. Mir gefällt zum Beispiel die Bewegung des Urban Gar-

dening. Da tun sich Menschen zusammen, um in den Städten Halbinseln zu schaffen, indem sie irgendwo genüsslich den Boden neu bebauen und damit Schönheit und gleichzeitig einen Teil Ernährungssouveränität zurückgewinnen. Urban Gardening gibt es schon auf der ganzen Welt. Es gibt Leute, die solchen Projekten vorwerfen, dass sie an der Oberfläche bleiben, weil sie das kapitalistische Übel nicht an der Wurzel packen. Solche Ansprüche scheinen mir aber selbst tendenziell totalitär, denn kleine Gruppen können nie «das Ganze» bekämpfen. Trotzdem ist es zukunftssträftig, irgendwo zu beginnen und Widerstand mit dem zu verbinden, was man gern tut: zum Beispiel gemeinsam gärtner. Urban Gardening ist nicht die Revolution schlechthin, denn nicht alle Leute arbeiten gern im Garten. Aber wer gern mit Pflanzen und Erde tätig ist, kann hier und jetzt damit anfangen. Dadurch entsteht eine Utopie: ein Ort in der Welt, wo etwas anderes geschieht als das, was uns vom Kapitalismus als die einzige Lebensmöglichkeit eingeredet wird.

*Der Begriff des Genusses ist nun immer wieder gefallen. Mir scheint heute ein Genuss-Imperativ zu herrschen. Auch wenn wir auf Konsumgüter verzichten, folgen wir dem Befehl, uns selbst zu entfalten und zu geniessen, ein erfülltes Berufs- oder Sexleben zu haben, usw. Wie gehen Sie mit dieser Ambivalenz des Genusses um?*

Fast alles kann zum Imperativ werden, auch das Geniessen. Plötzlich merke ich: Da gibt es eine Art Zwang, alles aus dem Leben rauszuholen und permanent gut drauf zu sein. Historisch hat dieser Imperativ vielleicht damit zu tun, dass viele von uns im Westen aufgehört haben, unser Leben auf ein Jenseits, ein «Leben nach dem Tod» auszurichten. Wir haben aufgehört, uns mit dem «Opium des Volkes» das Jammertal Erde erträglich zu machen. Dieser Abschied von der Jenseitsorientierung kann in den

Zwang umschlagen, in die Lebensspanne von siebzig oder achtzig Jahren alles hineinzupacken: Abenteuer, Erfolg, Genuss, Sinn, Lust, Freiheit und noch viel mehr.

Für mich war es ein Aha-Effekt, als ich erkannte: Je mehr ich in mein Leben hineinquetsche, desto weniger kann ich das Einzelne geniessen. Die Multiplizierung von Reizen und Aktivitäten macht nicht glücklicher. Das ist ein ziemlich einfacher, rationaler Gedanke: Wenn ich drei Filme hintereinander anschau, werde ich nicht dreimal glücklicher. Wenn ich in einem Jahr sieben Partner habe, ist der Sex nicht siebenmal so gut. Damit wären wir wieder beim Thema der Genauigkeit angekommen. Statt auf Quantität zu setzen, frage ich immer neu: Was ist jetzt gut für mich und andere? Dieser Prozess hört nie auf, bis man stirbt. Was nachher ist, ist nicht mein, sondern Gottes Business.

*Damit verbunden ist ja auch die Frage nach der Religion bzw. nach Sinnhaftigkeit. In «Wirtschaft ist Care» sprechen Sie denn auch von der Sinnkrise als der grössten Krise des 21. Jahrhunderts, das von Krisendiskursen durchzogen ist. Damit wird die Öffentlichkeit, und mit ihr die Politik, tendenziell sinnentleert, wie Sie sagen, und folgt zunehmend dem Marktmechanismus.*

In der europäischen Aufklärung hat man Sinnfragen, zusammen mit der Religion, programmatisch zur Privatsache erklärt. Damals hatte das einen guten Grund: Man hat sich zu Recht von der Macht der Kirche befreit, die den Leuten die Antwort auf Sinnfragen pauschal vorschreiben wollte. In der Zwischenzeit sind wir aber so weit gekommen, dass es zum Beispiel einem Politiker verboten ist, im Parlament, also in einem öffentlichen Raum, die Frage nach dem Sinn des Ganzen zu stellen. Die Gefahr bei dieser Entwicklung ist, dass wir Sinnfragen aus der Hand geben. Konkret bedeutet das heute, dass wir sie den Mechanismen

---

von Konsum und Gewinnmaximierung überlassen. Im Kapitalismus ist es strukturell verboten, eine öffentliche Debatte darüber zu führen, welche Produkte und Dienstleistungen Sinn ergeben, denn «das regelt der Markt». Haben wir uns aber von der Macht der Kirche befreit, um uns dem Marktmechanismus auszuliefern? Das kann kaum das Ende der Geschichte sein ...

*Sie fahren immer wieder in den Kongo zum Austausch mit afrikanischen feministischen Theologinnen. Gab es dort Inspiration für alternative Umgangsweisen mit (Sinn)Krisen?*

Mir ist aufgefallen, dass das Wort «Gott» in der kongolesischen Gesellschaft allgegenwärtig ist. Manchmal wird mir das zwar zu viel. Aber wenn ich dann wieder zurück nach Europa komme, fällt mir auf, dass wir hierzulande das Göttliche, also den Sinn des Ganzen, fast komplett aus der Öffentlichkeit verbannt haben. Mich hat Kinshasa ermutigt, öffentlicher und offensiver theologisch zu sprechen. Warum sollte ich mich schämen, vom Sinn des Ganzen zu reden? Das Wort «Gott» ist und bleibt, unabhängig von allen patriarchalen Pervertierungen, ein Platzhalter für die Frage nach dem Sinn des Lebens. Diese Frage überlasse ich nicht dem Kapital oder dem Patriarchat oder irgendwelchen anderen seltsamen Mächten.

*Theologie kann also auf einer sprachlichen Ebene helfen. Sehen Sie auch noch andere Formen, wie sie befreien kann?*

An den religiösen Institutionen, zum Beispiel den Kirchen, schätze ich vor allem die überlieferten alltäglichen Lebensformen: schweigen, gemeinsam singen, gemeinsam essen, pilgern, die Bibel lesen ... In diesen Formen steckt viel Erfahrung und uralte Lebensweisheit. Sie zu praktizieren und immer neu zu beleben, tut mir gut und würde uns allen guttun. Und das passiert ja auch: Zum Beispiel gibt es längst eine grosse Pilger-

bewegung, die weit über traditionell kirchliche Kreise hinaus wirkt. Auch die Praxis des Fastens wird neu belebt. Schweigezeiten werden von einigen staatlichen Stellen schon als Burnout-Prävention anerkannt. Da ist also vieles heilsam in Bewegung gekommen, manchmal ohne dass man es in den Kirchen bemerkt.

*Hätten wir ein Bedingungsloses Grundeinkommen, könnten wir gut eine Woche schweigen und nichts tun. Wäre es die Lösung des Problems?*

Das Bedingungslose Grundeinkommen ist nicht die Lösung, sondern ein Teil der Lösung. Wir sind ja schon auf dem Weg zum Grundeinkommen: Die AHV beispielsweise ist ein Vorbote des Systemwechsels hin zu einer entspannten Sicht auf Arbeit, Geld und Gerechtigkeit. Zwar beruht die AHV noch auf dem Dogma, dass man sie sich in klassischen Lohnarbeitsverhältnissen «erarbeiten» muss. Aber wer die AHV einmal bekommt, macht schon jetzt die Erfahrung der bedingungslosen Zuwendung von Geld. Vermutlich werden die Schweizerinnen und Schweizer am 5. Juni 2016 nicht mit einem Schlag das Grundeinkommen einführen. Aber dieser 5. Juni ist ein weiterer Schritt auf dem Weg in eine Gesellschaft, in der Menschen wieder spüren, dass sie ein Recht auf eine würdige Existenz haben, egal wie sie ihre Wünsche und Fähigkeiten ins Zusammenleben einbringen.

Damit eine solche Gesellschaft entstehen kann, braucht es aber mehr als das Grundeinkommen: einen Arbeitsbegriff, der auch die unbezahlte Care-Arbeit einschliesst, und eine entsprechende Neuorientierung der Wirtschaft. Nur im Rahmen einer ökonomischen Theorie, die unser aller Fürsorgeabhängigkeit wieder in die Mitte nimmt, kann das Bedingungslose Grundeinkommen sinnvoll gedacht und umgesetzt werden. Bis wir soweit sind, braucht es noch viel Nachdenklichkeit und Debatte.

---

*Gerade aus feministischer Perspektive wird das Grundeinkommen kritisiert, weil es eine geschlechterspezifische Arbeitsteilung zementieren würde: Hausarbeit werde mit dem Grundeinkommen entlohnt, und das ganze Problem der Care-Arbeit erledige sich vordergründig, so die Bedenken.*

Wenn die Debatte um das Bedingungslose Grundeinkommen von der Care-Bewegung isoliert wird, besteht tatsächlich diese Gefahr. Es ist tief im kollektiven Bewusstsein verankert, dass Frauen «anders» sind und «anders» – sprich: viel mehr gratis – arbeiten als Männer. Das Grundeinkommen allein kann diese uralte Geschlechterideologie nicht verändern. Frauen leben bis heute mit der Last, dass man ihnen eine «natürliche Mutterliebe» zugeschrieben hat, die faktisch bedeutet, dass sie vieles umsonst tun sollen, wofür Männer ganz selbstverständlich Geld verlangen und bekommen. Viele Grundeinkommensbefürworter machen es sich zu einfach, wenn sie sagen, dass man ja dann mit einem Grundeinkommen, zum Beispiel als Pflegefachfrau, einen höheren Lohn aushandeln könne. Tatsächlich wird aber im Care-Bereich mit gutem Grund viel weniger hart verhandelt oder gestreikt als zum Beispiel auf dem Bau. Warum? Weil von Care-Arbeit unmittelbar Menschenleben abhängen. Wenn man auf einer Baustelle die Arbeit niederlegt, dann steht halt die Bautätigkeit ein paar Tage still. In einem Spital hingegen oder in einem Privathaushalt mit Kindern kommt man ziemlich schnell in ernsthafte emotionale und menschenrechtliche Konflikte: Menschen, die permanent versorgt werden müssen, kann man nicht einfach stilllegen wie eine Baustelle.

Einige Feministinnen, die das Grundeinkommen kritisieren, plädieren für verstärkte staatliche Investitionen in den Care-Sektor, also für mehr bezahlte Care-Arbeit, das «skandinavische Modell». Aus drei Gründen habe ich da meine

Zweifel: Erstens kommt man mit dieser Strategie an das Kernproblem der Care-Arbeit, nämlich die unbezahlte Familienarbeit, kaum heran. Es sei denn, wir wollen tatsächlich die konsequente Monetarisierung der gesamten gesellschaftlich notwendigen Arbeit. Zweitens glaube ich nicht, dass das klassische Lohnarbeitsverhältnis Zukunft hat in einer Welt, die immer mehr Arbeit an Computer und Roboter delegiert. Drittens gefällt mir am Grundeinkommen, dass es Frauen, Männern und anderen tatsächlich die Freiheit zur Selbstbestimmung gibt, statt sie für bestimmte definierte Arbeitsleistungen zu entlohnen.

*Ist das Grundeinkommen denn auch ein Instrument, um dem Genuss-Imperativ entgegenzuwirken, weil Menschen genügsam werden?*

Ich glaube, dass die Grundeinkommengesellschaft letztlich ein genügsam-genussvolles Zusammenleben sein wird. Der Genuss-Imperativ, von dem wir gesprochen haben, hängt ja damit zusammen, dass permanent durch Konsum Kapital verwertet werden muss. Man verkauft mir die vielen Waren nicht, damit ich ein gutes Leben führen kann, sondern damit der Absatz nicht stagniert, damit also Profit gemacht wird, der dann wieder «Arbeitsplätze schafft». Wenn dieser Zwang, «Arbeit zu schaffen», mit dem Grundeinkommen aufhört, braucht es auch nicht mehr den Genuss-Imperativ, der vor allem von der Werbung am Leben erhalten wird. Zwar ist es schwierig, genau vorherzusagen, wie das Bedingungslose Grundeinkommen wirken wird. Aber dass es diesen Systemzwang unterbrechen wird, immer mehr Erwerbsarbeit zu leisten, damit immer mehr produziert werden kann, damit immer mehr konsumiert werden kann, damit immer mehr gearbeitet werden kann, scheint mir wahrscheinlich. ●

*Ina Praetorius, \*1956 in Karlsruhe, Germanistin und evangelische Theologin, ist freischaffende Autorin und Referentin und lebt in Wattwil.*

[www.inapraetorius.ch](http://www.inapraetorius.ch)