

Dem Leben
Richtung geben



Bildungshaus
Landvolkshochschule
Niederrhein

Rundbrief

Zeitung für die Freunde, Partner und Ehemaligen der Landvolkshochschule St. Gunther

LEBENSKUNST IST MASSARBEIT SEITE 4

MEMORANDUM ZUR KULTURELLEN ERNEUERUNG SEITE 9



2 | 11

Vom rechten Maß

Dass unser Leben jeden Tag mehr werde



Jeden Tag schenkst Du mir einen neuen Morgen,
damit ich wieder anfangen kann,
mir dein Vertrauen schenken zu lassen
und dir darauf zu antworten.

Dass unser Leben mehr werde
als ein hektischer Ablauf von Stunden, Tagen, Jahren,
danach sehnen wir uns, Gott:
nach Sinn und Erfüllt-Sein.

Jeden Tag lässt du die Sonne aufgehen
und mir einen Strahl deines göttlichen Lichtes zufallen,
damit ich dich in allem finden kann.

Dass unser Leben mehr werde
als ein ungeordneter Haufen von Gedanken,
Wünschen, Begierden und Erwartungen,
danach sehnen wir uns, Gott:
nach Sinn und Ziel.

Jeden Tag findest du Wohlgefallen an mir
und überraschst mich mit deinem Entgegenkommen,
damit ich mich darüber freuen kann.

Dass unser Leben mehr werde
als eine zufällige Reihe von Handlungen,
Taten, Werken und Leiden,
danach sehnen wir uns, Gott:
nach Sinn und Gelingen.

Jeden Tag hast du ein gutes Wort für mich,
um es mir mitzugeben,
damit ich im Gespräch bleibe mit dir und den Menschen.

Dass unser Leben mehr werde
als ein verworrenes Knäuel von Beziehungen,
Sympathie, Miteinander und Gegeneinander,
danach sehnen wir uns, Gott:
nach Sinn und Liebe.

Jeden Tag schaust du mich an
mit liebendem Blick,
damit ich mich nicht verliere im Alltagsvielerlei.

Dass unser Leben mehr werde,
die Erfahrung von Sinn darin sei,
danach sehnen wir uns, Gott,
darum bitten wir. Amen.

Quelle unbekannt

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

„D’Viecher wissen, wann’s aufhör’n müssen, der Mensch nicht!“ –

Diese bäuerliche Weisheit hab ich daheim oft genug gehört, so dass sie mir in Fleisch und Blut übergegangen ist.

Mit Vernunft und Erkenntnis scheint das Maßhalten können also wenig zu tun zu haben, sonst würde es uns nicht gar so schwer fallen, das rechte Maß zu finden und zu halten. Angefangen von den Propheten des Alten Testaments über viele Mystikerinnen und Philosophen in der Geschichte bis hin zu Forschern und Vordenkern unserer Tage wurde darüber viel nachgedacht. Auch wir erachten es zum jetzigen Zeitpunkt als notwendig, das Thema ins Spiel zu bringen und auf Entwicklungen hinzuweisen, die nicht zum guten Leben, zum *„Wohlstand für alle“* führen werden. Und, um es gleich vorwegzunehmen, wir bleiben dabei:

„Groß ist ungeschickt.“ (Johann Nestroy).

Meldungen zu Burnout, Eurokrise, pastoralen Großraumplanungen, demografischem Wandel, Vernichtung von Lebensmitteln, Konsumverhalten u.v.m. lässt uns fragen: Worin besteht das rechte Maß? Wie viel Wachstum vertragen wir auf einem endlichen Planeten? Wie entkommen wir dem Größenwahn? Was heißt Wohlstand?

Weihnachten verweist uns auf das Kleine, Unbedeutende, Unscheinbare. Und geht uns nicht das Herz auf, wenn wir auf das Kind in der Krippe schauen? *„...das Törichte in der Welt hat Gott erwählt, um die Weisen zuschanden zu machen, und das Schwache in der Welt hat Gott erwählt, um das Starke zuschanden zu machen“*, schreibt Paulus (1Kor 1,27). Das ist wirklich nicht von dieser Welt!

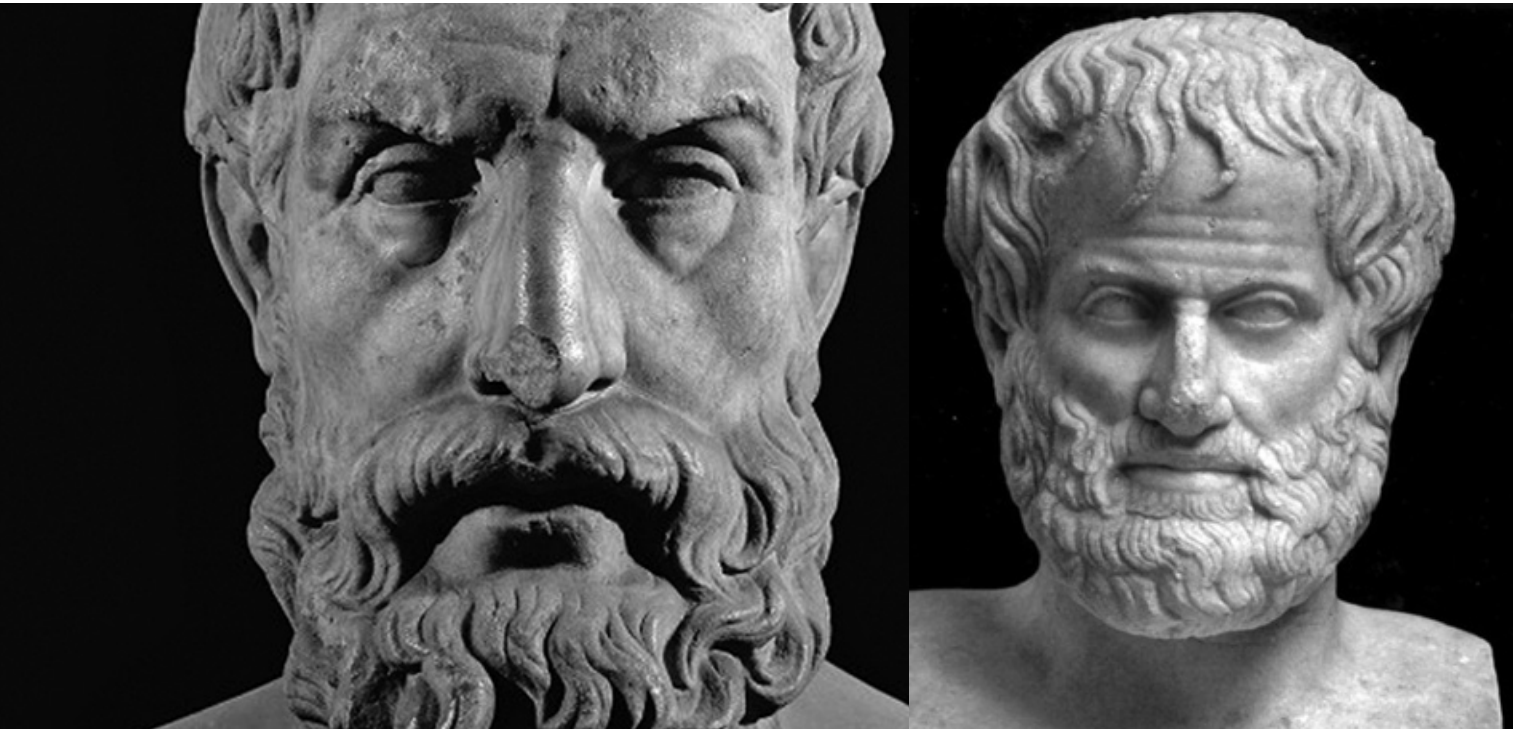
So gehen wir dem Fest entgegen, an dem Gott sich quasi nieder gemacht hat auf unsere Erde und nun durch uns Menschen zur Welt kommen will. Echt stark. Echt alternativ. Gar nicht im Trend!

Darum mein Wunsch zu Weihnachten und darüber hinaus:
Stets das rechte Maß in materiellen und immateriellen Dingen, genügend Zeit zum Sinnieren und ein gutes Leben – auch im neuen Jahr 2012!
Im Namen aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und im Namen des Ehemaligenbeirates

Ihre/ Eure
Helga Grömer

Inhalt

Editorial	Seite 3
Lebenskunst ist Maßarbeit	Seite 4
Wohlstand ohne Wachstum?	Seite 6
LILA-Werte	Seite 8
Memorandum zur kulturellen Erneuerung	Seite 9
Maßvoll leben	Seite 10
Wachsen oder Schrumpfen?	Seite 12
Michael Breisky im Gespräch	Seite 14
Versuchungen und Tugendpfade	Seite 15



Epikur

Aristoteles

Lebenskunst ist Maßarbeit

Von der herz-
erfrischenden Aktualität
antiker Philosophie –
Ein Blick zurück
nach vorn.

Ausgerechnet Griechenland! Das hat etwas wahrhaft Tragisches. Europa verdankt den Griechen derzeit seine größte Krise, meldet die Tagesschau täglich. Dabei verdanken wir den Griechen, wenn wir ganz weit zurückschauen, wahrhaft Großes: Die Demokratie. Die Tragödiendichtung. Und die antike Philosophie. Ein Blick zurück lohnt sich gerade in Zeiten wie diesen: Denn die Lebens-Philosophie der „alten Griechen“ ist alles andere als antiquiert.

Nehmen wir zum Beispiel Epikur (371 - 270 v. Chr.). Der kannte höchstwahrscheinlich keine Banken Krisen und keine Rettungsschirme. Doch den inneren Kern unserer heutigen Probleme hat er schon vor 2300 Jahren auf den Punkt gebracht: „Den Menschen nützt der naturwidrige Reichtum ebenso wenig wie das Nachfüllen von Wasser in ein schon gefülltes Gefäß. Denn offenbar fließt beides nach außen wieder ab.“

So nüchtern und so nachvollziehbar pflegte man im antiken Griechenland zu philosophieren. Angesichts von überschuldeten Staaten und überhitzten Märkten erscheinen Epikurs Überlegungen zur Lebenskunst nachgerade prophetisch: „Wenn du nach der Natur lebst, wirst du niemals arm. Wer der Natur folgt und nicht den leeren Meinungen, der genügt in allen Dingen sich selbst. Denn im Hinblick auf das Genügende ist jeder Besitz ein Reichtum, im Hinblick auf die unbegrenzten Begierden ist aber auch der größte Reichtum Armut.“

Wie entfaltet der Mensch sich selbst?

Unbegrenzte Begierden? Naturgemäße Genügsamkeit? Lange nichts mehr davon gehört. Wir sind Wohlstand und Wachstum gewohnt. Und dem entsprechend wird heute, wenn überhaupt, auch übers Leben nachgedacht. „Die Moderne“, sagt der Marburger Altphilologe Arbogast Schmitt, „konzentriert sich stark

auf Erhaltungs-Techniken: Wie erhält der Mensch sein Leben, seine Wirtschaft?“ Das seien die praktischen Fragen der Lebensbewältigung.

In der klassischen griechischen Philosophie dagegen steht das gute Leben im Mittelpunkt: „Wie führe ich ein erfülltes, ein glückliches Leben?“ Und: „Wie entfaltet man sich selbst?“ Eine solche Haltung führe nicht nur zur Weiterentwicklung des einzelnen Menschen, sondern sogar zur Veränderung der Gesellschaft. Allerdings „nach diesem Konzept eben nicht über Technik oder Ökonomie, sondern über Bildung“.

Ähnliches ist schon nachzulesen beim großen Aristoteles (384 – 322). In seinem Buch über die Ethik beschreibt auch er als Ziel des menschlichen Daseins „das gute Leben, das Glück“. Dies sei allerdings nicht ganz billig zu haben. „Für ein glückliches Leben muss man Verstandes-Tugenden und – durch Erziehung und Gewöhnung – Charakter-Tugenden ausbilden, wozu ein entsprechender Umgang mit Begierden und Gefühlen gehört.“ Wie ein roter Faden zieht sich durch seine Lebenskunst-Philosophie die Lehre vom „rechten Maß“. Im Original klingt das, ein wenig geschraubt und doch durchaus verständlich, so: „Ihrem Wesen und Begriffen nach, der das bleibende gestaltende Prinzip bezeichnet, ist also Sittlichkeit das Innehalten der Mitte.“

Die Mitte sollen wir immer wieder finden zum Beispiel zwischen „Furchtsamkeit und Kühnheit, zwischen Schmerz und Genuss“. Dabei sei es unvermeidlich, „gelegentlich nach der Seite des Zuviel, dann nach der Seite des Zuwenig auszubiegen, denn so werden wir am leichtesten das Richtige treffen“. Das braucht Übung, das ist anspruchsvoll, ja mitunter anstrengend. Lebenskunst ist also buchstäblich Maß-Arbeit.

Der Maßstab ist der dosierte Lustgewinn

Was bei Aristoteles sehr weise und vernünftig und mitunter akademisch klingt, kommt bei Epikur ein wenig luftiger, ja herzerfrischender daher. Auch ihm geht es um das Maß, aber vor allem geht es ihm um die Lust. Sie sei das höchste Gut, das einem Menschen zur Verfügung steht, und nach dem alle streben, wie die Erfahrung zeige. Wobei er immer wieder Missverständnisse ausräumen muss. Es gehe ihm eben nicht „um die Lüste der Wüstlinge und das bloß Genießen an sich.“ Epikurs Maßstab ist der wohl dosierte Lustgewinn. Dass die Waage des Lebens mal auf dieser, mal auf jener Seite ausschlägt, ist für ihn nur allzu menschlich. Im Ergebnis aber soll die Zufriedenheit, um im Bild zu bleiben, überwiegen.

Lebenskunst besteht nach Epikur zum einen in der Fähigkeit zu genießen, zum andern in der Selbstgenügsamkeit, die er sehr differenziert und zugleich anschaulich beschreibt: „Sie ist ein großes Gut – nicht um uns in jedem Falle mit Wenigem zu begnügen, sondern damit wir, wenn wir das Viele nicht haben, mit dem Wenigen auskommen“. Dann könne man erleben, dass zum Beispiel „bescheidene Suppen ebenso viel Lust erzeugen wie ein üppiges Mahl. Sich zu gewöhnen an einfaches Essen verschafft nicht nur volle Gesundheit, sondern macht den Menschen auch unbeschwert; wir werden zufriedener, wenn wir in Abständen uns einmal an eine kostbare Tafel begeben, und wir gewinnen Furchtlosigkeit vor den Wechselfällen des Lebens“.

Da erreichen uns Botschaften aus einer fernen Zeit, und fast scheint es, aus einer fremden Welt: Als die Menschen, wenn sie über das Leben nachdachten, von Lustgewinn und von Genügsamkeit gleichzeitig sprechen konnten – und beides offenbar ganz gut zusammenbrachten. Vielleicht liegt es auch daran, dass in der griechischen Antike die Philosophie nicht nur an Akademien betrieben wurde, sondern mitten im Alltagsleben unter-

wegs war. Sokrates ging bekanntlich am liebsten auf den Marktplatz, um seine Zeitgenossen mit Glaubens-, Wissens- und Sinnfragen zu provozieren.

Philosophie, die in Bewegung bringt

Die Schüler des Aristoteles tauschten grundsätzlich ihre Gedanken nicht im Sitzen aus, sondern im Peripatos – im Umhergehen. Und Epikur betrieb seine Denk-Schule in einem Garten vor den Toren der Stadt. Lernen im Grünen, sozusagen. Auf Raffaels Gemälde „Die Schule von Athen“ ist das wunderbar dargestellt. Wir sehen Männer und Frauen jeden Alters bei Epikur versammelt; später wurde er deshalb auch als Vordenker des Lebenslangen Lernens bezeichnet.

Und wir heute? Von den alten Griechen lernen, heißt Lebenskunst lernen. Wir können immer nur bei uns selbst anfangen. Wie können uns jeden Tag auf den Weg machen und in Bewegung bleiben, körperlich und geistig. Wir können uns entfalten und weiter entwickeln, maßvoll und mutig, lustvoll und lebendig, bescheiden und beherzt. Und wir können als derart gebildete Menschen Kreise ziehen. Bei Epikur heißt es einmal: „Aus dem kleinen Freundeskreis des Gartens erwächst die Fähigkeit zur Freundschaft mit der Welt.“ Das ist nichts Antiquiertes. Das hat etwas wahrhaft Großes. Zukunftsweisendes. ■



Konrad Habegger

Wohlstand ohne Wachstum?

Oder: Warum unsere Unersättlichkeit ein Ende haben muss

Im Durchschnitt besitzt derzeit jeder Deutsche in seinem Haushalt ca. 10.000 Dinge, die er braucht oder meint zu brauchen. Und genügend Leute haben – nicht nur zur Weihnachtszeit – großes Interesse, dass diese Zahl noch gesteigert wird. Dafür schufteten wir in einem Affentempo, setzen uns über Stresserkrankungen schulterzuckend hinweg und hoffen nur, dass wir selber nicht unter die Räder kommen. Frisst der Kapitalismus also doch seine Kinder? Warum nur tun wir uns so schwer, der Wachstumsfalle zu entkommen und das rechte Maß zu finden? Darüber nachzudenken ist notwendig.

Anregungen aus dem Buch von Tim Jackson „Wohlstand ohne Wachstum“:

„Die Bruchlinien des Kapitalismus werden größer. Was einmal winzige, mit bloßem Auge kaum zu erkennende Risse waren, hat sich zu tiefen Klüften ausgewachsen, in denen ganze Nationen zu versinken drohen. Dabei schien der Stern des Kapitalismus nie heller zu leuchten als zwischen dem Fall der Berliner Mauer 1989 und der Finanzkrise 2008. ... Die auf das angelsächsische Modell fixierten Nationen sangen das Lob „liberalisierter Märkte“. Deutschland und Frankreich verteidigten die „soziale Marktwirtschaft“. China entwickelte seine eigene Spielart eines zentral gesteuerten Kapitalismus und versetzte das westliche Gemüt in eine Mischung aus Angst und stiller Genugtuung.

Alle diese Kapitalismen leben im Kern von der unterstellten Unersättlichkeit menschlicher Bedürfnisse, das heißt von der Erwartung eines unermüdlichen Wachstums der Verbraucherausgaben. Weltweit schreitet der Kapitalismus voran, indem er neue Märkte für neue Konsumgüter erschließt, die das Alte zugunsten des Neuen

beseitigen und das Eindringen der Märkte in immer persönlichere Bereiche unseres Lebens forcieren.

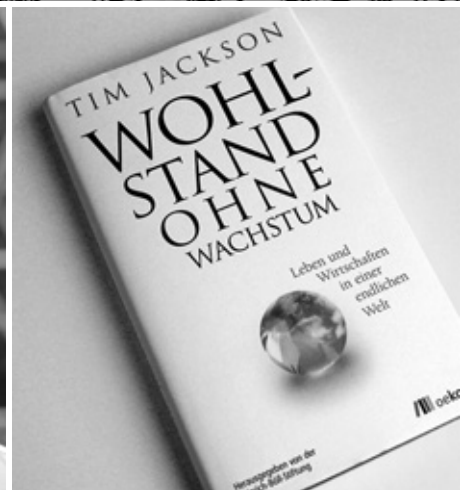
Dieser Prozess kann anfangs ungeheuer produktiv sein und zu Verbesserungen unseres Lebensstandards führen. Um ihn aber auf unbegrenzte Zeit am Laufen zu halten, braucht es Menschen, die süchtig nach allen möglichen Dingen sind Wenn wir ehrlich sind, ist es nicht schwer, diese Menschen zu finden. Wir sind am Neuen interessiert.

Durch Neuheiten erzählen wir einander Geschichten darüber, wie wichtig wir sind. Die Statusfrage ist nur eine der sozialen Dynamiken, die durch das Neue gedeihen. Auch künden Neuerungen vom Fortschritt – von der Hoffnung auf eine bessere, schönere Welt für unsere Kinder und Kindeskinde. Und sollten wir diese Sehnsucht jemals vergessen oder preisgeben, steht eine Phalanx gewiefter Werber, Marketingexperten, Investoren und Politiker parat, um uns davon zu überzeugen, **Geld, das wir nicht haben, für Dinge auszugeben, die wir nicht brauchen, um Eindrücke, die nicht von Dauer sind, bei Menschen zu hinterlassen, die uns nichts bedeuten.**

Kurzum, die Erfordernisse des Kapitals und die rastlose Seele des Konsumenten scheinen auf unheimliche Weise ineinander zu greifen. Mit dem Verweis auf dieses Grundprinzip und dem Wirtschaftswachstum als seinem Mantra scheint der Kapitalismus per se nicht aufzuhalten. ... Die Grundannahme lautet, dass das Wachstum unaufhörlich weitergeht. Nicht nur für die ärmsten Länder, die dringend auf eine Verbesserung der Lebensqualität angewiesen sind, sondern selbst für die reichsten Nationen, in denen der Wohlstand inzwischen die Grundlagen



Tim Jackson



...und sein Buch: Wohlstand ohne Wachstum

unseres Wohlergehens bedroht. Bleibt es bei der historischen Wachstumsrate, dann wird die Weltwirtschaft am Ende dieses Jahrhunderts 80-mal so groß sein wie vor 50 Jahren.

Diese außerordentliche Steigerung der Wirtschaftstätigkeit ist in der Geschichte ohne Beispiel. Sie steht in **völligem Widerspruch zu unseren wissenschaftlichen Erkenntnissen über die endliche Ressourcenbasis unseres Planeten** und die störungsanfällige Ökologie, von der unser Überleben abhängt. Sie ist im Übrigen bereits mit einer Schädigung von geschätzten 60 Prozent der weltweiten Ökosysteme einhergegangen. Im Großen und Ganzen neigen wir dazu, die krasse Wirklichkeit zu ignorieren, die sich in diesen Zahlen ausdrückt.

Nach dem Grund für unsere kollektive Blindheit muss man nicht lange suchen. Die Nachfrage zu stärken ist der Standardmechanismus, um wirtschaftliche Stabilität zu erlangen. Schwächt die Nachfrage, wird es unangenehm. Unternehmen kämpfen ums Überleben. Menschen verlieren ihren Arbeitsplatz, eine Abwärtsspirale droht. Unter diesen Umständen gilt es als Akt des Wahnsinns, als Tat von Idealisten und Revolutionären, das Wachstum infrage zu stellen. Und doch: Wir müssen es infrage stellen....

[> weiter auf Seite 8](#)

> Fortsetzung von Seite 7

Der einzige moralische Rahmen, der dem Kapitalismus noch bleibt, ist einer, in dem **ökologische und soziale Gerechtigkeit Hand in Hand gehen**. Wohlstand für wenige, der mit Umweltzerstörung und Ungerechtigkeit erkaufte wird, ist keine Grundlage für eine zivilisierte Gesellschaft. Ein elementarer Fehler des Kapitalismus besteht darin, Bürger mit Konsumenten zu verwechseln und Wohlstand mit Einkommen. Auf einem endlichen Planeten ein gutes Leben zu führen, kann weder darin bestehen, immer mehr Güter zu konsumieren, noch darin, immer mehr Schulden anzuhäufen. Denn wenn der Begriff des Wohlstands irgendeinen Sinn haben soll, dann muss er auf die Qualität unseres Lebens und unserer Bezie-

hungen zu anderen Menschen zielen, auf die Anpassungsfähigkeit und Widerstandskraft unserer Gemeinschaften sowie auf unser Gefühl dafür, was uns individuell und kollektiv etwas bedeutet.

Wohlstand, Prosperität, Gedeihen – all dies hat mit Hoffnung zu tun, Hoffnung für die Zukunft, für unsere Kinder, für uns selbst. Diese Hoffnung aufrechtzuerhalten bleibt eine Aufgabe, die alle Mühen wert ist. Der Kapitalismus muss sich an sie anpassen. Oder untergehen.“ ■

Quelle: Jackson, Tim, Wohlstand ohne Wachstum, Leben und Wirtschaften in einer endlichen Welt, München 2011; in „DIE ZEIT“ Nr. 44, 27.10.2011, Übersetzung von Michael Adrian, „<http://www.zeit.de/2011/44/Kapitalismus/komplettansicht>“.

Umkehr zum Leben

LILA – Werte als Prinzipien der Zukunft

Was gibt unserem Leben Sinn? Wonach richten wir uns aus?

Durch eine „Umkehr zum Leben“ werden wir einer lebens- und menschengerechten Zukunft entgegen gehen können. Der österreichische Zukunftsforscher Johannes Millendorfer (1921 – 2001) hat aus tiefster christlicher Gesinnung heraus bereits in den 1980-er Jahren als „Hoffnung des Trotzdem“ Prinzipien der Zukunft formuliert.

- L** ebensbereich vor dem Produktionsbereich in der Gesellschaft
- I** mmaterielle Faktoren vor materiellen Faktoren in der Wirtschaft
- L** angfristigkeit und Ganzheitlichkeit in den Werten und Zielen
- A** lternative Sanftheit im Umgang mit der Welt

Quelle:

Wolfgang Baaske, Johann Millendorfer, Aufbruch zum Leben – Wirtschaft, Mensch und Sinn im 21. Jahrhundert, Linz 2002



MEMORANDUM

Für einen Bewusstseinswandel. Von der Konsum- zur Wohlstandskultur

1. Die Gesellschaften früh industrialisierter Länder sind Konsumgesellschaften, ihre Kultur ist eine Konsumkultur. Das Problem: Das Fundament dieser Kultur zerfällt. Voraussetzung für ihren Bestand sind fortwährendes Wirtschaftswachstum und materielle Wohlstandsmehrung. Künftig wird der materielle Wohlstand breiter Bevölkerungsschichten jedoch spürbar sinken.

Zum einen stößt der generationenlange Raubbau an natürlichen Ressourcen, Umwelt sowie Mensch und Gesellschaft an Grenzen. Zum anderen dürfte in alternden Gesellschaften die Leistungs-, vor allem aber die Risikobereitschaft abnehmen. Hinzu kommt die manifest gewordene Unmöglichkeit, den materiellen Wohlstand durch immer höhere Schulden zu steigern.

2. In Gesellschaften, die wie die deutsche auf steigenden Konsum und materielle Wohlstandsmehrung fokussiert sind, dürften deren Rückgang soziale Spannungen und möglicherweise sogar erhebliche Störungen auslösen. Sollen diese vermieden oder zumindest gemildert werden, müssen die Grundlagen individueller Zufriedenheit und gesellschaftlicher Funktionsfähigkeit den veränderten Bedingungen angepasst werden.

Dies setzt eine kulturelle Erneuerung voraus. Die Verengung auf Konsum und materiellen Wohlstand muss gelockert und das Wohlstandsverständnis um immaterielle Aspekte erweitert werden: Zeit für sich selbst und andere, um sich an der Natur und den Künsten zu erfreuen, sich zu bilden und seinen Horizont zu weiten, eine Fremdsprache zu erlernen, Sport zu treiben, müßig zu

sein oder sich am politisch-gesellschaftlichen Leben zu beteiligen. Unverzichtbar für ein erweitertes Wohlstandsverständnis sind darüber hinaus Wirtschafts- und Lebensformen, die ökologisch ungleich nachhaltiger sind als die Wirtschafts- und Lebensformen von Konsumkulturen.

3. Auf diesen Bewusstseinswandel sind weite Teile der Gesellschaft bisher kaum vorbereitet. Zwar wächst seit geraumer Zeit die Zahl derer, die meinen, dass die gegenwärtigen Wirtschafts- und Lebensweisen nicht zukunftsfähig sind. Doch folgen dieser Erkenntnis keine Taten, da es äußerst schwierig ist, Menschen von ihren lange praktizierten und tief verinnerlichten Verhaltensmustern abzubringen. Mitunter dauert dies Generationen.

Angesichts Herausforderungen wie dem Klimawandel, rasant schwindenden natürlichen Ressourcen und zunehmenden sozialen Konflikten ist die Zeit für einen Bewusstseinswandel allerdings knapp bemessen. Um ihn möglichst rasch herbeizuführen, bedarf es der Aktivierung aller individuellen und kollektiven Kräfte.

4. In einem offenen und breiten Suchprozess muss die Gesellschaft stärker immateriell geprägte Lebensstile entwickeln. Besonders gefordert sind dabei Menschen, die Vorbilder und/oder aufgrund überdurchschnittlicher Fähigkeiten sowie Einkommen und Vermögen in der Lage sind, mehr zu leisten und weitsichtiger zu handeln als andere. Ohne ihr stärkeres und verlässliches Engagement für das gemeine Wohl wird die Funktionsfähigkeit der Gesellschaft früher oder später nachhaltig beeinträchtigt werden.

5. Besondere Verantwortung tragen darüber hinaus Vertreter der Medien, des Bildungswesens und zivilgesellschaftlicher Organisationen. Sie müssen die Bevölkerung umfassend über die Risiken ihres derzeitigen, materiell geprägten Lebensstils aufklären und sie gleichzeitig dabei unterstützen, Kompetenzen und Fertigkeiten zu entwickeln, um mit weniger materiellem Aufwand erfüllte Leben zu haben.

6. Angesichts der kurzen Zeitachse muss der Wandel von der materiell geprägten Konsum- hin zu einer stärker immateriell geprägten Wohlstandskultur durch den Staat beschleunigt werden. Konkret muss dieser Hemmnisse, die immateriellen Lebensweisen im Weg stehen, abbauen, die Förderung ressourcenaufwändiger Wirtschafts- und Lebensweisen beenden und stattdessen Maßnahmen verstärken, die den Ressourcenverbrauch senken. Zugleich muss der Staat soziale Sicherungssysteme und politische Strukturen so gestalten, dass sie der Bevölkerung auch bei sinkendem materiellem Wohlstand ein ausreichendes Maß an Sicherheit bieten. Ferner muss er auf internationaler Ebene für eine kulturelle Erneuerung werben. ■

Autoren: Meinhard Miegel, Stefanie Wahl, Martin Schulte u.a., Denkwerk Zukunft, Stiftung kulturelle Erneuerung, Bonn,
„<http://www.denkwerkzukunft.de/indix.php/aktivitaeten/index/Bewusstseinswandel%20Memorandum>“

Maßvoll leben

Der Mensch ist nicht das Produkt seiner Umwelt – die Umwelt ist das Produkt des Menschen. *Benjamin Disraeli**

Der Verbrauch an natürlichen Ressourcen steigt dramatisch an. Ursache ist die Zunahme der Weltbevölkerung und das stetige globale Wirtschaftswachstum. Das Ergebnis sind steigende Rohstoffpreise aufgrund der Verknappung der natürlich vorkommenden Materialien. Aber auch die Biosphäre unseres Planeten ist bis über die Grenzen hinaus belastet. Dazu kommt die ungerechte Verteilung des Ressourcenverbrauchs. Besonders die westlichen Industriestaaten verbrauchen enorme Mengen und belasten damit die Umwelt überproportional.

Wenn die obrige Aussage von B. Disraeli zutrifft, dann spiegelt sich die innere Zerstreuung des Menschen im Zustand der Umwelt wider. Was sucht der Mensch? Sucht er Reichtum und Wohlstand, oder sucht er Glück und Zufriedenheit? Es scheint die „innere Ökologie des Menschen“ ins Ungleichgewicht geraten zu sein – wonach soll er streben?

Die Ökologie des Menschen

Zu diesem Thema hat sich Papst Benedikt XVI bei seiner Rede im Deutschen Bundestag klar geäußert. Im Zusammenhang mit dem Auftreten der ökologischen Bewegung sprach er davon: „Jungen Menschen war bewusst geworden, dass irgendetwas in unserem Umgang mit der Natur nicht stimmt. Dass Materie nicht nur Material für unser Machen ist, sondern dass die Erde selbst ihre Würde in sich trägt und wir ihrer Weisung folgen müssen“.

Und er verdeutlichte:

„**Die Bedeutung** der Ökologie ist inzwischen unbestritten. Wir müssen auf die Sprache der Natur hören und entsprechend antworten. Ich möchte aber nachdrücklich einen Punkt noch ansprechen, der nach wie vor weitgehend ausgeklammert wird: Es gibt auch eine Ökologie des Menschen. Auch der Mensch hat eine Natur, die er achten muss und die er nicht beliebig manipulieren kann. Der Mensch ist nicht nur sich selbst machende Freiheit. Der Mensch macht sich nicht selbst. Er ist Geist und Wille, aber er ist auch Natur, und sein Wille ist dann recht, wenn er auf die Natur hört, sie achtet und sich annimmt als der, der er ist und der sich nicht selbst gemacht hat. Gerade so und nur so vollzieht sich wahre menschliche Freiheit“.



* **Benjamin Disraeli**,
1804-1881, brit. Politiker
und Schriftsteller

Menschen können aber auf diesem Planeten nur dann existieren, wenn sie die Grundlagen ihrer Existenz nicht auf Dauer übernutzen. Die Ökosphäre stellt alles was wir brauchen zur Verfügung, aber eben nur begrenzt. Wasser, Luft und bebaubarer Boden sind ebenso begrenzt wie die natürlich vorkommenden Ressourcen. Der Rohstoffverbrauch ist darüber hinaus immer verbunden mit CO²-Emissionen, mit der Produktion von Abfällen und der Zerstörung von Naturraum. Uns muss klar sein: Ein „Weiter so!“ wie bisher gibt es nicht.



Auf die Sprache der Natur hören

Was ist aber die Sprache der Natur? Ich meine, man kann sie besser ergründen, wenn man so viel wie nur möglich in ihr unterwegs ist – möglichst „naturbelassen“ von Kindesbeinen an. Denn wir haben unsere fünf Sinne dazu: Gerüche, Geräusche, die Farben und Bewegungen, die visuellen Reize, die wahrgenommene Temperatur auf der Haut – all das ermöglicht uns, Natur zu verstehen. Das ist eine ganzheitliche Sprache, die unser ganzes Wesen erfasst und uns deutlich macht: Auch wir sind Teil der Natur, ausgestattet mit all den Seismographen dafür.

■ **Die Sprache der Natur geht von Kreisläufen aus!** Natur erneuert sich immer wieder selbst, gespeist von der Energie der Sonne. Dieses Kreislaufdenken müssen wir in unserem wirtschaftlichen Denken verinnerlichen.

■ **Natur erkennt Grenzen an!** Auch diese Grenzen des Wachstums müssen wir anerkennen und danach handeln. Die Begrenztheit der Ressourcen und der Biosphäre müssen wir als Leitgedanken für die zukünftige Entwicklung unserer Wirtschaft und Gesellschaft ansehen. Franz Fischler von Ökosozialen Forum Wien meint dazu: „Wir müssen alle eine positive

Vorstellung davon bekommen, dass wachsende Lebensqualität für uns alle mit einem geringeren Energie- und Ressourcenverbrauch möglich ist“.

■ **Die Natur kennt auch zeitliche Rahmen.** Die Natur kennt Zeiten des Wachsens und Reifens und Zeiten des Ruhens und sich Erneuerns, festgelegt bei uns in der Jahreszeitenabfolge. Diese stellen wir aber ständig auf den Kopf: Ganzjährig alle Lebensmittel der Erde auf unseren Tischen. Wir werkeln Tag um Tag und gönnen uns nicht einmal mehr die sonntäglichen Ruhepausen. Letztendlich müssen wir verstehen, dass Leben ein Kommen und Vergehen ist und wir selbst eingebunden sind in einen immer währenden Kreislauf.

Wo Menschen glücklich leben!

Was macht „gutes Leben“ aus, worin besteht es? Was müssen wir ändern, um eine andere Stufe des Fortschritts zu erreichen? Im Happy-Planet Index, einer Studie zu den Orten, wo Menschen am glücklichsten sind, verdeutlichen die Autoren: „Die freiwillige Selbstunterwerfung unter das Wachstumsparadigma und das Diktat des Bruttosozialprodukts hinterließ über eine Milliarde Menschen in bitterer Armut, es hat auch weder wesentlich den Wohlstand derer gesteigert, die bereits reich waren, noch hat es uns ökonomi-

sche Stabilität verschafft. Stattdessen habe es einen unvorstellbaren Klimawandel bewirkt.“

In Costa Rica, einem kleinen mittelamerikanischen Land, wurde die höchste Zufriedenheit der Bürger gemessen, gekoppelt mit einer hohen Lebenserwartung und einem relativ geringen „ökologischen Fußabdruck“. Danach folgen weitere lateinamerikanische Länder. Die reichen Nationen landen allesamt im Mittelfeld auf der Liste von insgesamt 143 Nationen. Am besten platziert die Niederlande auf Rang 43, Deutschland auf Platz 51 und die USA wegen ihrer verheerenden Öko-Bilanz auf Rang 114.

Nur eine Studie, könnte man meinen. Sie macht aber eines deutlich: Glück gibt es, was den Verbrauch des Planeten angeht, auch billiger. Es bedarf eines schonenden Umgangs mit den Ressourcen, einhergehend mit der Veränderung sozialer Prioritäten. Aufklärung über ökologische Zusammenhänge und ein Umdenken im großen Maßstab sind nötig. Das fängt bei jedem persönlich an, geht weiter in Schulen und dem Bildungsbereich, in Wirtschaft und Politik, betrifft alle gesellschaftlichen Gruppierungen und besonders die Kirche. ■

Josef Holzbauer

Wachsen oder Schrumpfen?

Ein Aufriss von Sepp Rottenaicher

Seit einiger Zeit wird (endlich) immer mehr über den „demographischen Wandel“ geredet und geschrieben. Was verbirgt sich dahinter und welche Schlussfolgerungen sind vor allen Dingen im ländlichen Raum zu ziehen? Von den Karl May-Geschichten um Old Shatterhand und Winnetou ist mir vor allem eine wichtige Lebensregel in Erinnerung geblieben:

Eine Gefahr, der man ins Auge sieht, ist nur halb so groß.

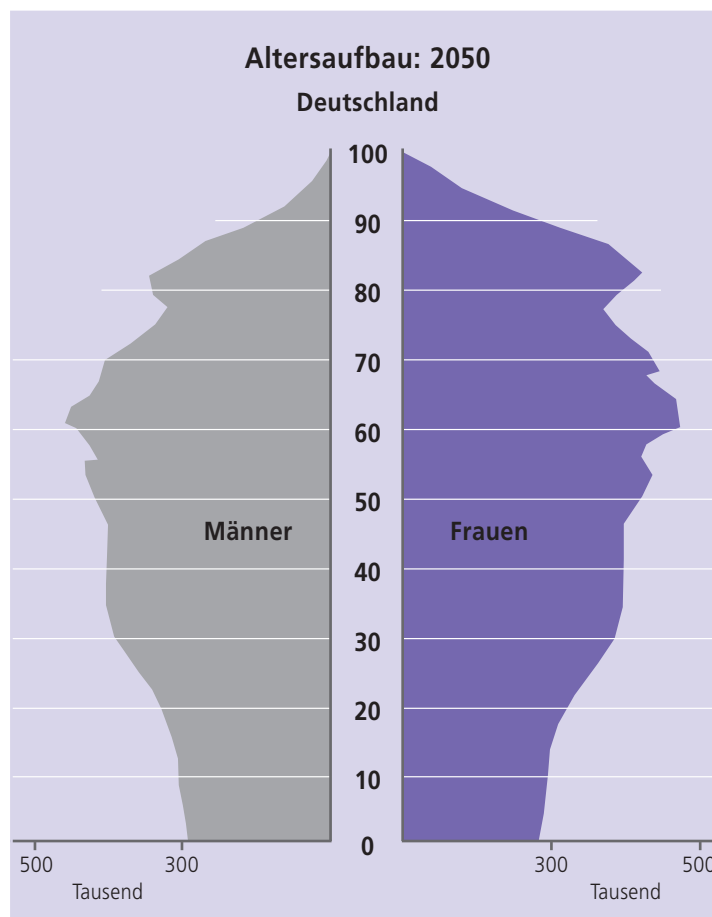
Allgemeine Entwicklung

In diesem Jahr kam der siebenmilliardste Erdenbürger auf die Welt, die Weltbevölkerung wächst also weiter, jährlich um die Einwohnerzahl von Deutschland, ca. 80 Millionen. Völlig entgegengesetzt verläuft die Entwicklung in Europa, also auch in Deutschland. Seit Anfang der 1970er Jahre sinkt die Geburtenrate – übrigens unabhängig von der religiösen Prägung der einzelnen Länder. Seit vielen Jahren liegt die „Reproduktionsrate“ bei unter 1,4 Kindern pro Paar. Zur „Bestandserhaltung“ wären jedoch 2,1 – 2,2 Kinder erforderlich.

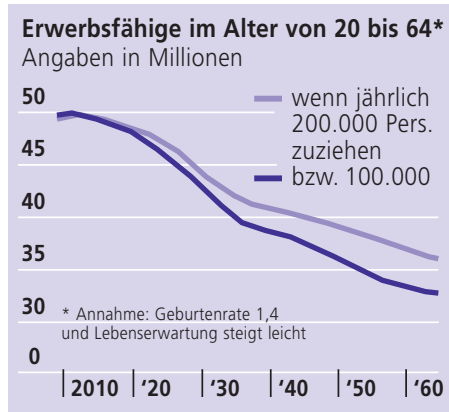
Allgemein meint also „demographischer Wandel“ bei uns mehr Särge als Wiegen, und dies seit etwa vier Jahrzehnten. Aus der natürlichen „Alterspyramide“ ist nunmehr ein „Alterspilz“ geworden.

Wanderungen verschärfen die Lage im ländlichen Raum

Für Deutschland ergibt die unumkehrbare Entwicklung, dass wir ohne Zuwanderung bis 2050 auf ca. 55 Mio. und bis 2100 auf ca. 23 Mio. Einwohner schrumpfen würden. Innerhalb Europas, aber auch innerhalb Deutschlands, läuft die Entwicklung aber sehr unterschiedlich. Zu der natürlichen Entwicklung kommt noch ein wesentlicher Einflussfaktor dazu: die Wanderungsbewegungen. Und diese verschärfen die Schrumpfung für manche Bundesländer und Regionen dramatisch, wobei die Wanderung/Migration meist von Ost nach West erfolgt. Besonders junge und gut ausgebildete Menschen ziehen zu den Arbeitsplätzen in oder rund um die Zentren und mit den Fachkräften wandern schließlich auch die Familien nach. So wer-



den im „Speckgürtel“ von München derzeit drei neue Gymnasien gebaut, während in den peripheren Gebieten um die Erhaltung von Schulstandorten gerungen muss.



Für den ostbayerischen Raum gilt die schockierende Prognose: hohe Bildungs migration mit teilweisem Familiennachzug und infolgedessen eine massive Veralterung der verbleibenden Bevölkerung.

Was ist zu erwarten?

Weniger Güter und Dienstleistungen

Weniger Kinder brauchen weniger Windeln, Kinderwagen, Babykost und -bekleidung, Kitaplätze etc. Weniger Menschen insgesamt verlangen nach weniger Autos, Wohnungen, Lebensmitteln, Geschäften, Wirtshäusern usw.

Weniger unternehmerisches Handeln

Ältere Menschen unternehmen meist nichts grundlegend Neues mehr, gründen keine neuen Firmen und schaffen somit kaum Arbeitsplätze. Im Jahreslauf der Natur gibt es zunächst ein schnelles Wachstum (Frühling), dann ein verstetigtes Wachsen und Ausreifen (Sommer), sodann eine Zeit der Ernte (Herbst) und schließlich das Ausruhen und das Sterben (Winter). So ist auch das menschliche Leben nicht auf dauerndes aktives Handeln ausgelegt.

Veränderungen für die Landwirtschaft

Millionen weniger Menschen brauchen natürlich auch entsprechend weniger Nahrungsmittel. Auch die Speisepläne ändern sich mit dem Alter: weniger Menge und

leichter verdauliche Kost. Aber vielleicht wächst der Trend zu ökologisch und geschmacklich hochwertigeren Lebensmitteln?

Zuzüge verändern die Gesellschaft

In vielen Gemeinden und Städten leben bereits jetzt Menschen aus verschiedenen Herkunftsländern. Deren Lebensweisen beeinflussen Verzehrsgewohnheiten, Sitten, Bräuche und Riten. Die Kirchengemeinden können hier ein neues Betätigungsfeld finden, damit die Toleranz wächst und die Pflege der eigenen Kulte und Rituale seinen Platz hat.

Veränderungen für Organisationen und Vereine

Schon jetzt helfen sich Sportvereine mit Spielgemeinschaften oder Fusionen. Vor ähnlichen Entwicklungen stehen auch andere kirchliche und weltliche Organisationen. Wie wird es gelingen, Zuzügler zu integrieren und neue Formen der Begegnung zu schaffen?

Kommunale Herausforderungen

Bisherige Gewohnheiten des Wachstums wie Ausweisung von Wohn- und Gewerbegebieten, neue Schulen, Straßenbau, ÖPNV etc. stehen auf dem Prüfstand. Besonderes Augenmerk wird künftig auf die Versorgung der (wenigeren und älteren) Menschen gelegt werden. Mobile Versorgung und Catering statt Dorfwirtshaus? Individuell organisierte Fahrdienste statt regelmäßigem Busverkehr? Mehr Seniorentreffs und Altenheime statt Kindergärten und Schulverbünde? Dann ist noch zu fragen, wie leer stehende Wohn- bzw. Geschäftshäuser oder Bauernhöfe sinnvoll genutzt oder aufgelöst werden können.

Handeln statt jammern

Neben den durch den „Zukunftsrat“ der bayerischen Staatsregierung ausgelösten Aktivitäten sollen zwei aktuelle Beispiele für konstruktives Befassen mit der Situation angeführt werden:

■ Bei der Diözesanratsvollversammlung am 15. Oktober 2011 in Niederaltich berichtete Bürgermeister Martin Behringer

aus Thurmannsbang von einer recht erfolgreichen Kommunalallianz der neun Ilztal-Gemeinden. Gemeinsam werden Schritte in Richtung Wirtschaftsentwicklung und Nachhaltigkeit überlegt und konkret ins Auge gefasst. Eine gemeinsame Werbung gibt es sogar mit 18 Gemeinden in diesem Gebiet.

■ Um mehr Kooperation statt Konkurrenzdenken geht es bei der „Kulturregion an Alz und Mörsbach“ auf Anregung des Unterneukirchner Bürgermeisters Georg Heindl. Acht Gemeinden aus den Landkreisen Altötting und Mühldorf wollen nicht nur im wirtschaftlichen, sondern auch im kulturellen, sozialen und sportlichen Bereich enger zusammenarbeiten, um Synergien für zukunftsgerechte Lösungen zu finden.

Bevölkerungsabnahme in den Bundesländern 2060 im Vergl. zu 2010 in %



Aus den jahrzehntelangen Erfahrungen mit Dorferneuerungsprozessen und anderen Entwicklungsinitiativen auf dem Land ist zu lernen, dass Resignation vor unausweichlichen Entwicklungen in jedem Fall der schlechteste Ratgeber ist. Dies gilt natürlich auch bei der demographischen Entwicklung mit Schrumpfung und Veralterung. Probleme sind Chancen und Aufgaben, die zu lösen sind. Und schon ist die Gefahr nur noch halb so groß. ■

Sepp Rotteneicher,
Ökosoziales Forum Niederaltich e.V.
und Vorsitzender LVHS

Nur eine überschaubare Welt macht Sinn

Im Gespräch: Michael Breisky, Generalkonsul a. D. und Autor des Buches „Groß ist ungeschickt“

Herr Dr. Breisky, Sie gehören zum wissenschaftlichen Beirat der Leopold-Kohr-Akademie in Salzburg. Welches sind die Hauptanliegen dieser Akademie?

Breisky: Hauptaufgaben sind, kurz gesagt, die Betreuung des schriftlichen Nachlasses Leopold Kohrs, die Herausgabe einer Werksausgabe und die Propagierung seiner Ideen in einer den aktuellen Zeitumständen angemessenen Weise. Zu unseren Aufgaben gehören weiter die Vergabe des Leopold-Kohr-Preises, die Herausarbeitung der Elemente einer „Theorie kleinräumiger Wirtschaftskreisläufe“ im Kohr'schen Werk als spezifischem Beitrag zur Wirtschaftstheorie und Perspektive für die Wirtschaftspolitik. Ganz wichtig ist uns die Unterstützung von Projekten eigenständiger Kultur- und Regionalentwicklung auch im europäischen Kontext.

Wenn man sich heute auf Leopold Kohr und auf „small is beautiful“ beruft – birgt das nicht die Gefahr, dass man entweder für einen Kleingeist oder für allzu nostalgisch gehalten wird?

Breisky: Kleinheit war für Leopold Kohr kein Selbstzweck, sondern nur die Metapher für eine überschaubare Umwelt. Das Gegenteil „Größe“ war die Metapher für einen Trend zu unerträglich teuer und gefährlicher Komplexität. Berühmt geworden ist 1984 das Zitat von Österreichs Bundeskanzler Sinowatz: „Die Dinge sind so schrecklich kompliziert geworden...“. Die Rückführung überzogener Komplexität auf ein erträgliches Maß kann und muss nicht nur durch Vereinfachung – in der Regel Verkleinerung – der Strukturen erfolgen (sozusagen durch Arbeit an der „hardware“); sondern auch durch bessere Formen der Vernetzung zwischen den Mitgliedern einer Gesellschaft, also Arbeit an der „software“.

Nostalgiker ist, wer beherrschbare Komplexität nur im „Dorf“-Modell der Vergangenheit sieht. Tatsächlich gibt es da heute auch andere Modelle, etwa das auf Internet bauende „virtuelle Dorf“ der neuen Social Media. Kleingeist ist, wer große Strukturen von vorneherein als falsch ansieht – tatsächlich sollte man sie kritisch hinterfragen.

Dass in Wirtschaft, Gesellschaft und Politik die Dinge in „so schrecklich kompliziert“ sind – ist das erst ein Problem unserer Zeit?

Breisky: Nein. Vor knapp hundert Jahren gingen in Europa die Lichter aus. Der Grund dafür war, dass das Netz militärischer Bündnisverpflichtungen zu komplex geworden war, um von den Akteuren in den Staatskanzleien – durchwegs honorige Männer – noch beherrscht zu werden. Und so hat ein lokaler Konflikt am Balkan einen Weltbrand ausgelöst. Heute hantieren die Banken mit Derivaten und zockenden Computern; also Dinge, die zu recht als finanzielle Massenvernichtungswaffen bezeichnet werden. Und wer behauptet, die Komplexität dieser Dinge soweit zu verstehen, um damit nachhaltig agieren zu können, ist höchst wahrscheinlich ein Lügner.

Sie sprechen vom beginnenden Zeitalter der Post-Globalisierung. Wovon ist diese Epoche gekennzeichnet, und welche gesellschaftlichen Wertmaßstäbe brauchen wir, um sie gestalten zu können?

Breisky: Während die Globalisierung dem Autofahrer gleicht, der auf angeblich freier Autobahn mit Vollgas in die Nebelwand fährt, versucht der Mensch der Post-Globalisierung nur so schnell zu fahren, als er die Risiken noch überschauen kann. Globalisierung arbeitet also

mit rationalen Projektionen, die sich linear in grenzenlose Weite erstrecken. Soweit sie (nur) rational begründet sind, vernachlässigen sie das ganzheitliche Umfeld außerhalb des engen Blickwinkels der Vernunft (also die Risiken im Nebel). In der Post-Globalisierung sucht man lineare Vernunft mit ganzheitlichen Hilfsmitteln der Erkenntnis zu ergänzen. Diese haben die Vermutung der Richtigkeit für sich; stimmen also meistens – können aber auch mit eindeutigen Gegenbeweisen widerlegt werden. Diese Hilfsmittel reichen von der unstrukturierten Methode des Dorftratsches über nachhaltige Tradition bis zu Religion und Kunst. Jedenfalls: Nur in einer überschaubaren Umwelt kann der Mensch Würde und Demokratie bewahren. ■

Interview: Konrad Habegger



Dr. jur. Michael Breisky (71)
war 40 Jahre lang weltweit als Diplo-

mat im Dienst des österreichischen Außenministeriums tätig. Seine Beschäftigung mit Europäischer Integration und Regionalismus führte ihn in den 80-er Jahren zur wissenschaftlichen Auseinandersetzung mit den Lehren des Philosophen Leopold Kohr (1909 – 1994). Zu dessen Thesen vom „Ideal der Kleinheit“ in Wirtschaft und Politik hat er mehrere Bücher veröffentlicht, unter anderem „Groß ist ungeschickt“ (Passagen, Wien) und „Der Kompass im Kopf“ (Müller, Salzburg).

Breisky ist Hauptreferent bei der Niederösterreichischen Tagung Ländlicher Raum am 21. April 2012.

Thema: Kleiner ist feiner. Vom menschlichen Maß in der Landentwicklung.

Versuchungen und Tugendpfade – Selbst wir modernen Menschen brauchen Maßstäbe



Bei allem Wunsch nach persönlicher Entfaltung brauchen wir Menschen doch „Maß-Stäbe“ – an denen wir uns orientieren und die uns helfen herauszufinden, was für das Leben, für den Menschen, für eine Gesellschaft „hilfreich und gut“ ist und was zum Abgrund führt.

Die sieben Todsünden sind keine Erfindung des Christentums. Schon archaische Völker des Orients wussten, dass es besonders schwer wiegende Verfehlungen gab, mit denen sich der Mensch von seinem göttlichen Ursprung trennt. Im Volk Israel hat man dann die Zehn Gebote (um 1000 v. Chr.) in Stein gehauen und davon Hauptvergehen abgeleitet, die sich im Laufe der späteren Kirchengeschichte zur Siebenzahl herausgebildet hat. Eine Todsünde geschieht nach katholischem Verständnis, wenn der Mensch bewusst und absichtlich ein wichtiges Gesetz Gottes übertritt. Dazu gehören: Hochmut, Geiz, Wollust (Genussucht), Zorn, Völlerei (Maßlosigkeit), Neid, Faulheit. Sie spielen heute als Maßstab oder zur Gewissenserforschung so gut wie keine Rolle mehr und doch sind sie nicht aus der Welt verschwunden.

Den sieben Todsünden können wir die in der abendländischen Tradition bekannten und für unser Zusammenleben relevanten sieben Tugenden gegenüberstellen. In vielen Gemälden und Kunstwerken durch die Jahrhunderte wurden sie immer wieder dargestellt. Es sind dies Weisheit, Gerechtigkeit, Tapferkeit und Mäßigung, Glaube, Liebe und Hoffnung.

Sie dienen uns Menschen als „Maßregelung“ für unser Verhalten und symbolisieren ethische Ansprüche an jeden einzelnen von uns, an unsere Gesellschaft, an Wirtschaftssysteme und an die Politik. Sie haben nichts an Aktualität verloren und bleiben ein Programm, das den guten Ausgang zum Ziel hat. ■

Helga Grömer



Mahatma Gandhi (1869 – 1948)

hat die sieben Todsünden der Modernen Welt definiert.

- Reichtum ohne Arbeit
- Genuss ohne Gewissen
- Wissen ohne Charakter
- Geschäft ohne Moral
- Wissenschaft ohne Menschlichkeit
- Religion ohne Opferbereitschaft
- Politik ohne Prinzipien

Maßhalten

Steh fest in dir!
Lass dich nicht nach unten werfen,
nicht nach oben ziehen,
schweife nicht in allzu große Länge an,
zersplittere dich nicht in übertriebener Breite!

Halte die Mitte,
wenn du das Maß nicht verlieren willst!
Die Mitte ist der sichere Ort.
Die Mitte ist die Heimat des Maßes,
und das Maß ist die Tugend!

Jedes Verweilen außerhalb des Maßes
gilt dem Weisen als Verbannung.
Er hält sich daher nicht in der Ferne auf,
weil sie sich jenseits des Maßes erstreckt,
genauso wenig in der Breite,
weil sie außerhalb liegt,
auch nicht in der Höhe oder Tiefe,
weil die eine oberhalb, die andere aber unterhalb ist.
Im Übrigen
führt die Länge gewöhnlich zu jähem Ende,
die Breite zum Riss,
die Höhe zum Sturz
und die Tiefe zum Versinken....

Jetzt aber verstehe ich unter Länge das zu lange Leben,
das sich der Mensch verspricht,
unter Breite die überflüssigen Sorgen,
auf die der Geist seine Aufmerksamkeit ausdehnt,
unter Höhe, wenn er zu überheblich von sich denkt,
und unter Tiefe, wenn er sich zu weit herabsinken lässt.

Bernhard von Clairvaux (12.Jh.)