



*Der Fotograf Arne Svenson lebt in Manhattan. Für seine Bilderserie »The Neighbors« fotografierte er von seinem Studio aus seine Nachbarn in ihren Wohnungen*

# DIE WELT IST MIR ZU VIEL

Und ich selbst bin mir genug. Warum viele Menschen sich heute vor allem für Stressabbau und Handarbeit interessieren – statt für die drängenden Fragen der Gegenwart



## Von Julia Friedrichs

### Fotos Arne Svenson

Es ist wahr, das Jahr 2014 war kein leichtes. Kein rosiges, kein kuscheliges. Es war ein tosendes, Angst machendes, in Teilen der Welt ein grausames Jahr. Kriege umzingeln Europa. In Israel und Palästina, im Osten der Ukraine, im Irak und in Syrien, an der Grenze zur Türkei, wenige Flugstunden von Berlin, wurde gekämpft. Hunderte junge Deutsche verließen ihre Heimat, um mit den Truppen des »Islamischen Staates« im Mittleren Osten Gräueltaten zu begehen. 6000 Kilometer südwestlich davon tötete das Ebola-Virus Tausende Afrikaner und versetzte Millionen Menschen auf der Welt in Schrecken.

Wer wollte in einem Jahr wie diesem nicht ab und zu die Augen verschließen, sich die Ohren zuhalten, die Sinne in Watte packen und der Welt entfliehen? Wir wissen aber, dass alles Verdrängen nichts hilft. Dass wir am Ende doch zurückkehren müssen in die raue, graue, banale, brutale Nachrichten-Wirklichkeit. Oder etwa nicht?

Diese Geschichte beginnt im Sommer 2014 in Berlin-Mitte. Die Auguststraße ist eine Hipster-Meile, Galerien-Gelände, Flanierstrecke der Avantgarde. Im Ladenlokal Book Couture bügelt eine Frau handgenähte Bucheinbände. Beim Feinspitz gibt es rund geflochtene Lederleinen aus New York und anderes Feines für Hund und Mensch. Und so ist das do you read me?! auch kein Zeitschriftenkiosk, sondern eine kuratierte Boutique für Magazine und Lektüre der Gegenwart. Wer hier eintritt, steht unter gut aussehenden Menschen, die in Magazinen blättern oder sich in einem edlen Periodikum festgelesen haben. Die Zeitschriften, die ich – in einer feinen Jute-tasche – nach Hause trage, sind auf dickem Papier gedruckt, matt in der Farbgebung, erdig im Look. Sie heißen: *Oak*, die Eiche, *Cereal*, das Getreide, *Escape*, die Flucht, und *Weekender* – *Das Magazin für Einblicke und Ausflüge*. Und sie haben alle dieselbe Botschaft: Sie predigen das einfache, das gebremste Leben. Loben die vergessene Kunst des Papierschnitts, das meditative Zeichnen von Schmetterlingsflügeln, die Makrofotografie von Kakteenblättern. Erzählen Aussteigergeschichten im Dutzend, wie die von einem Paar, das seine Großstadtwohnung verlässt, um in einer Hütte in der Mojave-Wüste, Kalifornien, unter schlichten Bedingungen zu leben.

In keinem der Magazine findet sich auch nur ein Spurenelement dessen, was gemeinhin für einen elementaren Teil der Gesellschaft gehalten wird: Politik und Wirtschaft. Auch Konflikte oder Armut tauchen nicht auf, erst recht keine Kriege. Nichts Schwieriges, nichts Unbehagliches, kein Dreck. Die Verkäuferin – hübsch wie ihre Kunden – sagt, fast jede Woche kämen jetzt neue Hefte wie diese auf den Markt, europaweit. In Polen, in Skandinavien, in Großbritannien oder den Niederlanden: Look und Themen seien überall die gleichen. In den Händen, sagt sie, hielte ich einen »Megatrend«. Ich zweifle.

Das war im Sommer 2014. Im Herbst zweifle ich nicht mehr. Jetzt muss ich nicht mehr nach Berlin-Mitte

fahren. Andere Verlage haben ähnliche Weltflucht-Magazine für die Masse auf den Markt geworfen. Sie füllen nun sogar die Regale in profanen Kiosken, am Bahnhof, am Flughafen. »Da, wo auch die *Gala* verkauft wird«, freut sich eine junge Heftkäuferin – sie ist Design-Studentin mit der Mission, Wildkräuter wieder populär zu machen. Während 2014 die Auflagen der Tageszeitungen weiter sanken und auch *Spiegel*, *stern*, *Focus* und die *ZEIT* um Leser kämpften, wussten die Macher der Wohlfühlzeitschriften nicht, wohin mit ihrem Glück.

*Flow* – *Das Magazin für Achtsamkeit, Positive Psychologie und Selbstgemachtes* aus dem Verlag Gruner + Jahr hat gerade die Auflage auf 220 000 Hefte erhöht. *My Harmony* – *Das Magazin für gute Ideen und schöne Gedanken* erscheint jetzt mit 100 000 Exemplaren. Und auch die *Emotion Slow* – Motto: Mehr Zeit fürs Wesentliche – die der relativ kleine Emotion Verlag herausgibt, hob gerade die Auflage zur zweiten Ausgabe auf 60 000 Hefte. Sinja Schütte, Chefredakteurin von *Flow*, sagt: »Als uns die Hefte derart aus der Hand gerissen wurden, war ganz schnell klar, dass da etwas Großes brodelte, dass sich da draußen wirklich etwas tut, dass es ein Trend ist, der weit über die *Flow* hinausgeht.« Sie meint: Der Verkaufserfolg der Magazine sei bloß die Spitze des Eisbergs. Unter der Oberfläche verberge sich weit mehr: ein neuer Zeitgeist.

Tatsächlich neu? Wer sich in die Magazine vertieft, fühlt sich zurückversetzt – in ein Mädchenzimmer aus früheren Zeiten. Alles wirkt sanft und lieblich, viel Handgezeichnetes, kleine Bildchen, Drucke von Blättern und Wolken. Dazwischen Sätze, die aus einem Teenagertagebuch stammen könnten und Seite um Seite Wohlfühlmomente heraufbeschwören: »Man bückt sich nebenbei nach Kastanien und fühlt, wie sie den Händen schmeicheln. Man sammelt Herbstmomente, wenn man Kastanien sammelt.« (*My Harmony*) »Wenn das Feuer im Ofen knistert und wir spüren, wie die Wärme in Wellen auf uns ausstrahlt. Wenn die Pferde auf der Wiese zufrieden schnauben.« (*Emotion Slow*) »Seit ich mir die Zeit nehme, wirklich hinzusehen, fühlen sich so viele Momente, Beziehungen und Dinge anders an. Bedeutungsvoller. Schöner. Entspannter.« (*Flow*)

Verwundert trenne ich kleine Beigaben heraus: ein Ausmalbuch für Erwachsene, darin »zarte Blumen, ein Fink oder gestempelte Sinnsprüche«, Postkarten mit Fotos von Luftballons, Papierdrachen und Teetassen, ein Set aus Mach-dir-keine-Sorgen-Karten für den Nachttisch. Eine heile, warme, ängstliche, ganz und gar apolitische Haltung kommt mir da entgegen. Gibt es wirklich eine solche neue Jugendbewegung – raus aus der Welt, ins kuschelige Heim?

»Eindeutig«, bestätigt Klaus Hurrelmann. Er ist Soziologe und seit zwölf Jahren Autor der Deutschen Jugendstudie. »Die Sehnsucht nach einem Rückzugsort, nach Halt, ist ein Charakteristikum der jüngeren Generation. Die jungen Menschen sind einerseits hypermodern, flexibel und leistungsbereit. Gleichzeitig hat eine Mehrheit dieser Generation den tiefen Wunsch nach Erdung.« Der Bau-sparvertrag, sagt Hurrelmann, sei unter Jüngeren wieder extrem beliebt. »Wenn wir nach dem Grund fragen, hören wir: Ich möchte später ein Häuschen mit Garten, eine Familie, einen kleinen Hund. Alles sehr biedere Sehnsüchte.«

Das Psychologenteam des Forschungsinstituts Rheingold aus Köln hat kürzlich in 100 zweistündigen Interviews junge Erwachsene nach ihren Wünschen und



Überzeugungen befragt. Das Ergebnis: »Angesichts einer als zerrissen und brüchig erlebten Lebenswirklichkeit sehnt sich die Jugend nach Stabilität. Sicherheit und Kontrolle findet sie in der Flucht in eine abgesteckte, verlässliche Biedermeier-Welt.« Ob Schrebergarten, Schrankwand oder Beamtenlaufbahn: »All das, was die Jugendlichen der siebziger Jahre noch aufbrachte, was ihnen Symbol einer bornierten, betonierten Welt war, wirkt in den Augen der Jungen heute begehrenswert.« Das sagt der Studienleiter Stephan Grünewald. »Das Lebensgefühl, mit dem die Jüngeren aufgewachsen sind, ist ein ganz anderes: Früher wirkte die Welt vernagelt, heute ist sie instabil.«

Nicht nur die Jugend, auch die Älteren zwischen 40 und 60 Jahren fühlen sich bedrängt von den globalen Schrecken. Die Zeitschrift *Landlust* – sozusagen das Zentralorgan der Eskapisten – hat in den vergangenen fünf Jahren an Auflage zugelegt wie kein Blatt sonst. Im dritten Quartal 2014 verkauften sich pro Ausgabe 1 011 802 Hefte. Im Vergleich zu 2009 ist das ein Plus von 87,3 Prozent. Auch in *Landlust* dreht sich alles um Garten, Küche und Natur. Die Sprache ist freundlich, Konflikte gibt es nicht.

Man habe es, sagt die Soziologin Cornelia Kopetsch, Autorin des Buches *Die Wiederkehr der Konformität*, seit einigen Jahren mit einem »neuen Mentalitätstypus« zu tun, dem sich immer mehr Menschen öffneten. Und sie ist überzeugt: »Bei den Wertvorstellungen findet ein Rückzug aus dem öffentlichen Leben statt. Die Mentalitäten des neuen Jahrhunderts weisen mehr Ähnlichkeiten mit der Moral der fünfziger und sechziger Jahre auf als mit der postmodernen Vielfalt der achtziger Jahre.«

Ein neuer Zeitgeist also? In soziologischen Studien greifbar, von Zeitschriftenmachern identifiziert, noch na-

menlos, noch gesichtslos, beschrieben als »Mentalitätstypus«, als generationelles Charakteristikum, als Massenfucht in den Biedermeier. Das fasst den Trend. Hinter den Zahlen aber verbirgt sich, was eigentlich zählt: das Leben vieler Einzelner, die auf erstaunliche Art ähnlich denken.

Es sind Menschen wie Amber Riedl. Sie ist ein zartes Wesen in hauchdünner Seidenbluse, die langen braunen Haare fallen glatt. Amber ist 33. Sie hat in Kanada Politikwissenschaften studiert. In ihrem ersten Job – bei Transparency International – wagte sie sich vor in die Untiefen unserer beschädigten Welt und half, Korruption aufzudecken. Heute macht Amber Riedl etwas anderes: Sie bietet Näh-, Strick- und Häkelkurse im Internet an. Und, als smartes Extra für ihre jungen Kundinnen: Pappboxen, in denen alles bereitliegt, was man braucht, um sich spontan Pulswärmer zu stricken, ein Sommerkleid zu nähen oder ein Stoff-Meer-schweinchen zu basteln, das *Flow* begeistert abdruckte.

Jede Zeitschrift auf meinem Stapel singt das Loblied der Handarbeit: stricken, nähen, häkeln, backen, kochen genau wie gärtnern und einkochen, reparieren und schmücken. Die Handarbeitsbranche ist im vergangenen Jahr um 13 Prozent gewachsen und machte einen Umsatz von 1,3 Milliarden Euro. Laut einer GfK-Umfrage steigt der Anteil der jüngeren Handarbeiterinnen – zurzeit liegt er bei fast einem Drittel. Amber Riedls Firma hat ein Jahr nach der Gründung bereits 14 Mitarbeiter eingestellt und eine Million Euro Kapital eingesammelt. Noch zahlen die Investoren ihr Gehalt. 2016 soll sich die Firma selber tragen. 280 000 Nutzerinnen präsentieren auf der Internetseite des Unternehmens ihre schönsten selbst gestrickten Schals und feinsten Torten. Die meisten sind zwischen 25 und 45 – stehen also mitten im Leben. — s. 22 —>

*Nach Slow Food gibt es jetzt auch Slow Journalism: Selbst verordnete Langsamkeit*







»Viele unserer Kundinnen suchen die Handarbeit als Beruhigungsfaktor, um sich für einen Augenblick aus der Welt zurückzuziehen«, sagt Amber Riedl. »Sie haben das Gefühl: Mir fliegt alles um die Ohren. Ich kann so wenig bewirken. Wenn ich aber ein Nähprojekt habe, dann weiß ich, es hat einen Anfang und ein Ende. Ich weiß, wo ich stehe und wann ich fertig bin.«

Sie zeigt mir Leserbriefe: »Ich hatte nach mehreren Jobs in Werbeagenturen als Kommunikationsplanerin ein Burn-out. Ich musste aufhören zu arbeiten. Die Therapeutin riet mir, etwas mit den Händen zu machen. Ich buk Brot, kochte Marmelade, spielte ein Instrument und fing dann wieder an zu nähen.«

Oder: »Nach außen hin immer hilfsbereit, gut gelaunt und mit einem Scherz auf den Lippen, ist hinter der Fassade bei mir doch ziemlich vieles, was vor sich hin brodelt, mich beschäftigt, mir Sorgen macht. Ich genieße die Ruhe, die das Spinnen am Spinnrad mir gibt.«

Die Handarbeit – ein Pflaster für die Wunden, die die Arbeitswelt schlägt? Vielleicht ist es auch der unbewusste Wunsch, sich verloren gegangene Kompetenzen anzueignen, um in einer ganz anderen Gesellschaft der Zukunft bestehen zu können, in der die Industrialisierung zusammengebrochen sein könnte.

Vor allem das Berufsleben der Jungen sei komplizierter und unsicherer als das ihrer Eltern, konstatiert der Soziologe Hurrelmann. Die jüngere Generation habe es

heute schwerer, sich zu etablieren. Egal, ob zu Beginn der Ausbildung, im Studium, beim Einstieg in den Beruf oder wenn sie Eltern werden, bei jedem Übergang müssten junge Menschen erhebliche Kräfte mobilisieren, um die Chance auf eine Karriere zu wahren. »Wir hören in den Studien oft: ›Wenn ich keine Grenzen ziehe, bin ich mit 40 kaputt‹«, sagt Hurrelmann. Daher der Rückzug, die Sehnsucht nach der Höhle als Reaktion auf eine Arbeitswelt, die ständig antreibt, einfordert, abverlangt.

In einem gelben Backsteinhaus in Berlin-Friedrichshain: Sarina Hassine, 37, Brille, blonde Locken, schließt die Augen. Sie kniet im Fersensitz, die Füße stecken in Hüttensocken. Die Flammen dreier roter Kerzen leuchten hinter ihr in den Fenstern. Draußen fahren Autos auf einen Supermarktparkplatz, im Parterre ist gerade Abholzeit in einem Kindergarten. Doch die Welt hinter den Scheiben soll hier niemanden interessieren.

Sarina Hassine atmet ein, reckt den Kopf und sagt: »Lasssssss«, sie atmet aus, ihr Körper sackt zu Boden, sie sagt: »Looooos.« Drei Frauen sitzen vor ihr auf Schafswollmatten und atmen im Takt. Eine halbe Stunde lang sind sie still, versuchen an nichts zu denken als den Strom der Luft, der sie durchfließt. Sarina Hassine ist Achtsamkeitstrainerin. »Mindfulness« ist neben der Handarbeit das andere große Thema der Zeitschriften. Sie ermuntern die Leserinnen, dankbar zu sein für Glücksmomente, bewusst zu atmen und, wenn der Alltag zu wild wird, zu einer Tasse Tee.

*Benötigt wird ein Pflaster für die Wunden, die die Arbeitswelt schlägt*

In den USA ist Mindfulness eine große Sache. Google gilt als Vorreiter, bietet den Mitarbeitern seit Langem ein Programm an, in dem sie im Innern nach Antworten suchen können. Search Insight Yourself heißt der Achtsamkeitskurs der Firma. Die Mindfulness-Programme verbreiten sich auch außerhalb des Silicon Valley: Goldman Sachs, Nike oder die Supermarktkette Target lehren ihre Mitarbeiter, innezuhalten, Luft zu holen. Das Marine Corps der U. S. Army will Soldaten auf diesem Wege beibringen, die Welt für Momente zu vergessen.

Jetzt ist die Achtsamkeitswelle auch bei uns angekommen. Die Nachfrage nach Kursen ist enorm. Seit Kurzem unterrichtet Hassine auch Grundschulkinder. In ihr Acht-Wochen-Programm »Mindfulness-Based Stress Reduction« kämen vor allem junge Frauen, Ende 20, Anfang 30. Zuerst schreiben sie auf Zettel, warum sie hier sind: »Ich suche Klärung und Orientierung.« – »Ich hoffe, Strukturen und Menschen weniger ausgeliefert zu sein.« – »Ich brauche klare Gedanken, weniger innere Unruhe.« Über Generationen kämpften die Jungen dafür, frei zu sein. Heute scheinen sie der zahllosen Optionen müde. Überdrüssig einer Welt, in der alles geht und alles sie treibt.

»Der Lärm des Alltags lenkt uns vom Wesentlichen ab«, sagt Sarina Hassine. »Was kann ich noch machen? Wen kann ich noch treffen? Zu allem und jedem gibt es Alternativen. Da wächst das Bedürfnis, eine eigene Stimme zu finden, die sagt: Das ist es, was du wirklich möchtest, und das ist es, was du brauchst.« So war es auch bei ihr selbst. Sarina Hassine hat Literaturwissenschaften studiert und war Regieassistentin beim Film. »Da gibt es viel Druck! Wenn man keine Grenzen setzt, ruft dein Regisseur auch nachts um zwei an.«

»Mich haben viele Sachen traurig gemacht«, erinnert sie sich. »Zum Beispiel hab ich die Zeitung aufgeschlagen oder den Fernseher angestellt und gedacht: Ogotogottogott, was ist hier bloß los?« Sarina Hassine dachte zunächst daran, auf politischem Wege zu ändern, was sie bedrückte, bei Amnesty International oder bei Greenpeace. Dann entschied sie sich anders und suchte die Lösung in sich selbst. »Ich habe begriffen, dass ich draußen nur etwas erreichen kann, wenn ich mich vorher mit mir selber beschäftige«, sagt sie, »wenn ich einen klaren Geist habe und weiß, wie ich mit meinen Ängsten umgehe, meinen Körper nicht erschöpfe.« Sie ist überzeugt, so am Ende mehr zu bewegen. »Wenn der Einzelne sich verändert, ist schon viel getan. Es ist wie ein Tropfen, der eine Welle auslöst, die dann immer größer wird. Ich glaube, so meinen Beitrag zu leisten.«

Ein Meinungsforschungsinstitut, das im Auftrag der Bundesregierung 500 Studenten befragte, befand, diese seien »unpolitischer« als die Generationen vor ihnen. Der Studentensurvey der Uni Konstanz bilanzierte: Das Interesse am öffentlichen Leben habe stark abgenommen. Der Soziologe Klaus Hurrelmann sagt, diese Generation fühle sich »in keiner Weise verpflichtet, öffentliche Aufgaben zu übernehmen und das Gemeinwesen mitzugestalten«. »Sie geht auch deutlich seltener wählen. Sie meidet Parteien und Gewerkschaften, eigentlich alle politischen und öffentlichen Organisationen, auch Jugendorganisationen von Verbänden und Vereinen.« Dabei, ergänzt Hurrelmann, seien die Jungen keinesfalls unengagiert oder desinteressiert, aber eben in erster Linie fokussiert auf das eigene Umfeld, auf Familie und Freunde.

Der Befund ist klar – bloß um die Interpretation zanken sich die Soziologen. Ist der Rückzug der Jungen eine Flucht aus der Verantwortung? Oder ist es ihr Weg, die Mängel der Welt zu beheben? Ist es tatsächlich ein neuer Biedermeier oder im Gegenteil der Beginn einer gesellschaftsverändernden Bewegung?

In den viel beschworenen siebziger und achtziger Jahren sah politisches Engagement in Deutschland ganz anders aus. Es war Nachkriegszeit im weiteren Sinne, es herrschten parteiübergreifende Dispute über deutsche Belange: die Ostpolitik, den Nato-Doppelbeschluss oder die Kernkraft. Heute sind die Bedrohungen weltumspannend und nicht mehr überschaubar: Islamismus, Menschen auf der Flucht, NSA-Lauschaffären, diffuse Netzempörungen, Klimawandel. Bei globalen Themen spielen derart viele Player mit, dass der Einzelne untergeht. Im Osten erhebt sich das gewaltige China, Russland baut sich vor Europa auf. Der US-Geheimdienst NSA hockt wie ein Krake auf der Welt. Was soll Frau X oder Herr Y hier noch erreichen? Wie sollen sie sich wehren? Wo sich engagieren?

Allenfalls das Ärgernis vor der Haustür mobilisiert die Menschen – siehe das Bahnhofsprojekt Stuttgart 21.

Ein zittriges »Pong« hallt durch einen Saal mitten in Berlin. Die Slow Living Conference, die erste deutsche Konferenz für »Entschleunigung, Einfachheit und Nachhaltigkeit«, wird mit sanftem Schlag auf die Klangschale eröffnet. Um mich herum: ein junges Großstadtpublikum, in der Mehrzahl weiblich, viele von ihnen – das höre ich in der Pause – Leserinnen der Zeitschriften *Flow* und *Emotion Slow* (Letztere liegt auf jedem Tisch aus). Vorne steht Ragnar Willer, bärtig, Konsumsoziologe. »Slow Living ist in den USA schick und trendy«, sagt er ins Publikum. »Und wir wollen diesen Trend nach Deutschland holen.« Er lächelt. »Fühlen Sie sich entschleunigt!« Er bemüht ein schönes Bild: »Wir strampeln auf rutschenden Abhängen.« Bleiben Verlangsamung und Rückbesinnung als einzig gesunde Reaktion. »Wir fragen nach der Seele, nach der Essenz der Dinge«, sagt Willer. »Was früher glänzte, ist heute matt. Still sein. Stillstehen. Stillsitzen ist Luxus.«

Hier lerne ich nun, wie man im Geiste des Slow Living die Welt verändert: Ein junger Mann führt eine App vor, die stundenweise das Smartphone blockiert, um der permanenten Erreichbarkeit zu entfliehen. Ein anderer erklärt, wie er sich beigebracht hat, Holzbrillen mit der Hand zu fertigen. Wir müssen alle wieder lernen, Dinge selber zu machen, höre ich. Ein Zwillingsspaar stellt seine Modekollektion vor, gefertigt aus nachwachsenden und veganen Materialien. Der Weg, um die Natur und Mensch ausbeutende Modeindustrie zu umgehen, erfahre ich.

Ich frage nach dem Preis der Brille: 800 Euro. Und die nachhaltige Hose? 300 Euro. In der Pause trete ich – meinen Wildkräutersnack noch in der Hand – auf die Straße. Und stehe in der Realität des Berliner Kiezes: Eine großflächig tätowierte Frau schiebt einen Buggy vorbei. Eine Alte mit blauädrigen, angeschwollenen Beinen schlurft über den Bürgersteig. Ein Mann hält sich an seiner Sternburg-Bierflasche fest und brüllt in sein Handy.

Ist das der Weg, etwas Neues zu schaffen? Handgemachte Brillen? Vegane Hosen? Die mehr kosten, als die Menschen draußen vor dem Kongresszentrum im Monat zum Leben haben? Ist das »Slow«- und »Mindful«-Programm nichts als ein elitäres Projekt? Ich denke an einen



Freund, der manchmal böse zischt: »*Fuckin' First World problems.*« Sarina Hassine, die Achtsamkeitstrainerin, sagt dazu: »Natürlich ist es das Privileg einer Luxusgeneration. Die Kriegsgeneration, auch die Nachkriegsgeneration, hatte mit existenziellen Nöten zu kämpfen. Es war nicht die Zeit, sich derart mit sich selbst zu beschäftigen. Aber ich finde es toll und so wertvoll, dass wir diesen Luxus haben. So können wir vielleicht Verhaltensweisen, die uns schaden, tatsächlich ändern.«

---

»Es gibt eine Sehnsucht danach, Urbedürfnisse ernst zu nehmen, danach, mit sich selber klarzukommen«

Besuchen wir Laura Roschewitz, 27, halblanges blondes Haar, eine Art Nachwuchs-Entschleunigungsforscherin. Für ihre Abschlussarbeit im Fach Wirtschaftspsychologie hat sie 600 Menschen befragt, ob sie unter Zeitnot litten. 80 Prozent sagten: »Ja«, die Hälfte der Befragten wollte das eigene Leben dringender verlangsamen. »Viele Leute merken durchaus, dass etwas nicht stimmt«, sagt Laura Roschewitz. »Es gibt eine Sehnsucht danach, Urbedürfnisse ernst zu nehmen, danach, mit sich selber klarzukommen.« Einen Monat später lädt sie mich in Hamburg-Volksdorf in ihren alten VW-Bus und fährt über immer einsamer werdende Straßen in den Wald, an den Rand eines Moores, in ihr neues Zuhause. 16 Siedlungshäuser stehen hier, jedes birgt vier Wohneinheiten. In den dreißiger Jahren errichtet, waren die Häuser von Beginn an für Selbstversorger konzipiert: Die Wohnungen sind eng, aber es gibt einen großen Nutzgarten mit Hühner- und Kaninchenställen.

Im Sommer hat Laura Roschewitz den Mietvertrag unterschrieben: »49 Quadratmeter, 530 Euro warm.« Dafür bekommt sie in St. Georg, dem angesagten Hamburger Viertel, ein Zimmer. Ihr Leben spielt sich jetzt weit weg von all den Bars ab, die mal ihr Lebensmittelpunkt waren. Die meisten ihrer Nachbarn sind Rentner. Eine alte Dame, die seit 44 Jahren hier wohnt, wunderte sich: »Mein Gott, Mädchen, was *willst* du hier draußen?«

Gute Frage: Was will sie?

»Ich will mich hier niederlassen, endlich ankommen«, sagt Laura. Seit Wochen renoviert sie ihr verwohntes Hausviertel. Sie hat den Teppich rausgerissen. Die rauchgelben Wände geweißelt. Dem verwilderten Garten die ersten Gemüsebeete aufkotroyiert. Im Frühling will sie ein kleines Gewächshaus errichten, Tomaten, Paprika und Zucchini anzubauen. Sie überlegt, im alten Stall wieder Hühner zu halten. Den Herbst über hat sie schon eingekocht. Für den Winter.

Das Leben in der Selbstversorger-Siedlung ist ihr finaler Schritt aus der Gesellschaft, Laura Roschewitz hat in jeder Hinsicht reduziert: Sie arbeitet 20 Stunden in der Woche in einer Schule, muss deshalb mit 1100 Euro im Monat auskommen. Sie hat ihr Smartphone abgeschafft. Sie geht nicht shoppen. Sie schläft viel. Und wenn sie Urlaub macht, fliegt sie nicht mehr nach Marokko oder Portugal wie früher, sie fährt zum Camping an die Ostsee.

Ihr Rückzug war Notwehr. Ihr übervolles Leben hatte sie krank gemacht. Laura Roschewitz ist gelernte Industriekauffrau und arbeitete im Controlling, von 2010 an studierte sie, die Karriere fest im Blick, Wirtschaftspsycho-

logie an einer Privatuniversität. Um das Studium bezahlen zu können, jobbte sie zwei Tage pro Woche in ihrer alten Firma – alles in allem ein sportliches Pensum. Aber es war okay. Dann trennte sie sich nach acht gemeinsamen Jahren von ihrem Freund. Und weil das Alleinsein ihr Angst machte, rannte sie wie von Sinnen von Party zu Party: feierte, trank, traf Leute. »Ich hatte Spaß«, sagt sie. Bis ihr innerer Motor verreckte. »Mir wurde plötzlich extrem schwindelig, wie im Karussell. Ich konnte nichts mehr entscheiden. Ich war erschöpft und wollte nur noch schlafen.«

Laura ging zum Arzt und hoffte auf Tabletten. »Aber dann hab ich verstanden, dass ich nicht einfach zu jemandem gehen kann, der mich heil macht.« Sechs Monate verkroch sie sich, zog zurück zu ihrer Mutter, wurde wieder Kind. »Ich habe mich zu dieser Zeit oft gefragt: Was machen wir hier eigentlich?«, sagt sie. »Wie Ameisen sausen wir von A nach B, um Arbeit, Kinder, Konsum zu timen, wir sind auf Trab, um bloß nicht zur Ruhe zu kommen, sind ständig entertaint. Wenn man sich das von außen anschaut, erscheint es absurd.« Das moderne Leben kommt ihr vor wie eine gigantische Beschäftigungsmaßnahme, die die dröhnende Leere im Inneren der einzelnen Individuen überbrüllen soll. Unsere Welt sei krank, findet Laura, und sie weiß, dass inzwischen viele denken wie sie. »Die Klamotten, die wir tragen, die Autos, die wir fahren, die Dinge, die wir essen, die Berufe, die wir erschaffen haben, Berufe, in denen man 50 bis 60 Stunden pro Woche arbeitet und dann kein normales Leben mehr meistert. Weshalb man die Wäsche in die Wäscherei bringt, das Essen nur noch *to go* holt, die Wohnung von der Putzfrau sauber machen lässt.« Wer diese Welt verändern will, findet Laura, muss sich zwangsläufig von ihr entfernen.

Hat sie nicht recht? Was ihre geistigen und zeitlichen Rückzugsräume angeht, gleichen gerade junge Leute oft jenen kongolesischen Berggorillas, deren Lebensraum sich immer mehr auf einen Stehplatz reduziert. Immer erreichbar, immer im Dienst. Die Sonntage kaum mehr Tage der Ruhe, gerade vor Weihnachten herrscht Ausverkauf rund um die Uhr. Den Buß- und Betttag, den klassischen Tag der inneren Einkehr, hat die evangelische Kirche 1994 zur Finanzierung der Pflegeversicherung an die Arbeitgeber verschenkt. Wohin soll der Ruhebedürftige sich heute flüchten vor den um sich greifenden Händen des Marktes?

Weil es so voll ist im Pub in Central London, muss Rob Orchard schreien: »Wir können nicht alle aufs Land ziehen und Hühner halten. Es fehlen dann die Leute, die handeln.« Er blickt sich um. »In London hast du mit einem normalen Beruf keine Chance, in der Stadt zu leben. Alles ist überfüllt, laut, schmutzig. Du bist in einem ständigen Wettrennen.« Er nimmt einen großen Schluck Bier. »Aber ich hau nicht ab. Ich will die Sache zum Guten wenden.«

Rob Orchard, 34, runde Brille und igeliges rot-blondes Haar, ist Erfinder, Geschäftsführer und Chefredakteur der Zeitschrift *Delayed Gratification*. Sein Magazin (ebenfalls auf festem Papier gedruckt, auf dem Cover eine Ai-Weiwei-Grafik) war das einzige Heft, das mir die Verkäuferin des Hipster-Ladens *do you read me?* empfahl, obwohl es Themen aus Politik und Wirtschaft behandelt. Der Grund: Die Texte erscheinen mit einer Verzögerung von drei Monaten. Es ist eine schicke Zeitschrift, feine Infografiken, lange Geschichten: Mir wird die Krise in der Ukraine

erklärt und die Lage der Minenarbeiter in der türkischen Unglücksstadt Soma geschildert. Ich erfahre vom Wettlauf der Wissenschaftler und Geschäftemacher um die erste bemannte Mars-Mission und welche Kinofilme lohnenswert gewesen wären. Aber ich muss bis zur Märzausgabe warten, wenn ich wissen will, was im Dezember geschieht. Das ist der komplette Rückzug aus der Gegenwart. Das Eingeständnis, dass wir die Realität nicht beeinflussen und es deshalb okay ist, wenn wir sie – im warmen Sessel, eine Tasse warmen Tee neben uns – zwölf Wochen später konsumieren wie einen Hollywoodfilm, der bestimmt gut ausgeht.

»Was kann besser sein als das?«, widerspricht Rob Orchard. »Wenn du auf deinem Handy rund um die Uhr Nachrichten bekommst wie: Ebola tötet uns alle! Der IS ist die Seuche in Syrien und im Irak! Wenn du also in diesem ganzen Bullshit feststeckst, dann ist es doch besser, wenn dir drei Monate später jemand sagt: Hey, das und das war gar nicht so wichtig. Die Dinge, die sich als wirklich wichtig herausgestellt haben, waren andere.«

Seine Zeitschrift, sagt Orchard, stehe an der Spitze einer Bewegung, die er als Slow Journalism bezeichnet. So wie Slow Food eine Reaktion auf Fast Food sei, sei auch seine selbst verordnete Verlangsamung eine Art Gegenwehr angesichts einer Nachrichten-Industrie, die immer hektischer, immer überhitzter geworden sei und rund um die Uhr mit hochgekochten Skandalen und aufgeblasenen Gerüchten um die Aufmerksamkeit der Menschen kämpfe.

Rob Orchard hatte selbst mal so einen Job, bei einem Onlinemagazin. Um drei Uhr morgens trat er im Büro an, um für die Morgenstrecke eine Seite über die fünf besten Toaster der Welt zu schreiben. »Der Mann, der die Anzeigen einwarb, hatte mir allerdings eine Notiz hinterlassen, welcher Toaster am Ende der Testsieger werden soll«, sagt Orchard und lacht, wie oft an diesem Abend, laut und ein bisschen dreckig. »Da saß ich dann und dachte: Wofür hast du eigentlich das Studium in Oxford gemacht? Weswegen wolltest du noch mal Journalist werden?« Rob Orchard erzählt, er habe Fluchtgedanken gehegt und sich gesagt: »Werd Gärtner oder Gitarrenlehrer, dann machst du was Sinnvolles und kriegst dein Leben wieder unter Kontrolle.« Dann beschloss er, sich nicht einzukapseln, sondern sich allem Störenden entgegenzustellen.

Seit sie 20 waren, pflegten Orchard und seine Freunde ein gemeinsames Word-Dokument: *thepperfect-magazine.doc*. Als sie 30 wurden, beschlossen sie: Die Zeit ist reif. Sie kratzten das Startkapital zusammen, 9000 britische Pfund, und gründeten *Delayed Gratification*. Drei Jahre lang hat sich Rob Orchard als Chefredakteur kein Gehalt zahlen können. Er jobbte nach Feierabend und am Wochenende, um sich die Arbeit am Magazin leisten zu können. »Finanziell gesehen war das keine gute Entscheidung. Aber es war der richtige Entschluss. Ich bin Idealist. Ich mache dieses Heft, weil ich glaube, dass es wichtig ist, und weil es mir Vergnügen bereitet.«

Seit vergangenem Sommer verdient Rob Orchard genug, um von seinem verlangsamten Magazin zu leben. Gerade hat er eine erste Redakteurin eingestellt. *Delayed Gratification* hat 5000 Abonnenten, verkauft 2000 Hefte am Kiosk, insgesamt ist das ein Dreißigstel der deutschen Auflage von *Flow*. Die meisten aus Robs angepeilter Zielgruppe wünschen sich wahrscheinlich keinen Slow Journalism, sondern eher *no journalism*.

»Und wie liest du die Zeitung?« hieß ein Text in der dritten Ausgabe von *Flow*. Darin beklagt die Autorin, dass sie nach der Lektüre von Artikeln, die von Geschehnissen außerhalb des *Flow*-Kosmos handelten, stets »gedämpfter Stimmung« sei. »Amokläufe, Erdbeben und der Dow-Jones-Index auf Talfahrt. Egal welche Zeitung man aufschlägt, sofort sind wir mit beängstigenden, brutalen oder traurigen Nachrichten konfrontiert«, beschwert sie sich. »Auch wenn wir eigentlich fröhlich und entspannt mit einer Tasse Kaffee am Küchentisch sitzen.« Ja, und auch über Kämpfe, Kriege und Seuchen, über Tote vor Lampedusa und in Kobani wird ständig berichtet, ließe sich die Klage erweitern.

Die *Flow*-Autorin rät, die negativen Seiten des Lebens zu übertünchen und in einem Heftchen glückliche Momente zu notieren, zum Beispiel: »Ich hatte ein schönes Gespräch mit meiner Freundin; meine Tochter hat eine Zwei in Erdkunde; ich bin froh, dass ich gesund bin.«

Wer solche Artikel liest, kann plötzlich genug kriegten von all den Anleitungen zur Weltflucht. Die Sehnsucht nach Meditation in allen Ehren – es ist zynisch, den Opfern von Gewalt vorzuhalten, sie mögen doch aufhören, uns mit ihrem Sterben zu belästigen? Ist es nicht wie bei Kindern, die die Augen zudrücken und hoffen, die Schrecken mögen verschwinden? Wer auf diesem Globus jenseits der Landesgrenzen von Lummerland/Deutschland kann sich eine solche Realitätsverweigerung erlauben? Und was nützt jenen Menschen, deren Länder gerade implodieren, sich auflösen oder von der Landkarte getilgt werden, eine Zwei in Erdkunde?

Es wird nicht funktionieren. Das Bedrohliche wird seinen Weg auch in das Leben der Abgeschotteten finden: Die Verzweifelten kommen mit Booten übers Meer, die Panzer formieren sich im Osten, der Wasserspiegel steigt auch an der Nordseeküste. Und wer sich weigert hinzusehen, könnte dereinst selbst zu denen gehören, die in Lumpen auf der Flucht sind.

Edgar Allan Poe erzählt in seiner Novelle *Die Maske des Roten Todes* von der Vergeblichkeit des Eskapismus: Sie handelt vom Prinzen Prospero, der glaubt, dem Roten Tod – einer Pest, die im Lande wütet – entkommen zu können. Gemeinsam mit Gleichgesinnten zieht er sich in eine Abtei zurück. Umschlossen von Mauern, geschützt von eisernen Toren, versorgt mit Leckereien und Luxusartikeln. »Die Welt da draußen mochte für sich selbst sorgen«, heißt es. Doch eines Nachts, als die Bewohner einen rauschenden Maskenball feiern, schleicht eine Gestalt durch die Gänge, niemand kennt sie, niemand weiß, wie sie hereingekommen ist. Sie trägt das Kostüm einer Pestleiche. Die Gesellschaft ist schockiert. Die Gestalt lässt sich nicht ergreifen, nicht töten: Es ist die Pest selbst – weder Mauern noch Tore konnten sie abhalten.

Es gibt also kein Entkommen. Vielleicht sollten daher die Abgeschotteten es lieber mit Martin Luther halten, der sich sein Leben lang am Abgrund währte, die Apokalypse vor Augen, und trotzdem nicht aufhörte, zu kämpfen, sich aufzuregen, einzugreifen. Niemals ließ er der Resignation Raum. »Wenn ich wüsste, dass morgen die Welt unterginge«, soll er gesagt haben, »würde ich heute noch ein Apfelbäumchen pflanzen.« Und damit meinte der Reformator sicher nicht die Gartenarbeit auf der eigenen Scholle.

# MÜDE BÜRGER

Der Historiker Jürgen Kocka sagt, dass es in Deutschland eine lange Tradition des Rückzugs gibt

**Herr Kocka, ist der Trend zum Rückzug ins Private, der nun vor allem die Jüngeren erfasst hat, ein neues Phänomen?**

Sicher nicht. Es gab in der Geschichte immer wieder Zeiten des Rückzugs eines großen Teils des Bürgertums und der aktiven Kleinbürger und Arbeiter ins Private. Eigentlich immer nach Phasen des Umbruchs, nach einer großen öffentlichen Anstrengung und einer Überspannung der politischen Idee. Das war in den fünfziger Jahren so, nach der politischen Katastrophe der Diktatur, des Weltkriegs, der Zerstörung. Und es war in abgeschwächter Form nach der Reichsgründung 1871 so, vor allem aber nach der gescheiterten Revolution von 1848/49.

**Wie hat man damals den Rückzug ins Private gelebt?**

Erst mal als negatives Gefühl: Wir lassen die Finger von der Politik. Wir befassen uns nicht mehr mit den großen politischen Fragen, der Frage der Freiheit und der Einheit, was die beiden großen, nicht erreichten Ziele der Revolution waren. Es war, was öffentliche Themen betrifft, also eine Enttäuschung zu spüren, eine Ermattung, eine Ermüdung. Stattdessen gab es eine Hinwendung zum Nahbereich – zur

Familie, zur Musik, zum Theater. Aber es war nicht nur Genuss. Man verrichtete auch Bildungsarbeit und konzentrierte seine Energien auf das Geschäftliche. Vor allem das Bürgertum engagierte sich hier intensiv und gründete Unternehmen.

**Jetzt beobachten wir den Boom von Weltflucht-Zeitschriften. Erinnert Sie das an das 19. Jahrhundert, als das Bürgertums sich zurückzog?**

Es ist in der Tat hochinteressant. Damals war die *Gartenlaube*, das illustrierte Familienblatt, ein Erfolg. Sie ist 1853 auf den Markt gekommen und war die erste wirkliche Massenzeitschrift. Die *Gartenlaube* hat das traute Heim und die Familienharmonie zelebriert. Das ist also eine erstaunliche Parallele zu dem, was man heute beobachten kann.

*Jürgen Kocka,*

*73, ist Sozialhistoriker und emeritierter Professor der Freien Universität Berlin. Er schrieb mehrere Bücher über das deutsche Bürgertum*

*Von Julia Friedrichs*



Lass Dich von  
Jerusalem berühren  
Komm einmal dahin, wo alles begann

## Reiseangebote

MEIERS WELTREISEN | „Go 4 Israel - Familienreise“ | Familienprogramm m. Ausflügen: Totes Meer, See Genezareth, Jerusalem; 7 ÜHP/DZ in \*\*\*Hotels, inkl. Kamelritt, Bootsfahrt u.v.a., Rsl., Flug ab/bis BER/DUS, ab € 1.349,- p.P. | Tel.: 069/95885929 | www.meiers-weltreisen.de



NEU!  
Ab März 2015 Flüge von  
Hamburg & Karlsruhe

ISRAEL TOURS & TRAVEL | „Gourmet- und Wein-Reise“ | 8 Tg. Gourmet-Reise, ÜF/DZ, inkl. Mietwagen, Flug, ab € 1.279,- p.P. | Tel.: 069/89990341 | www.israel-tours-travel.de