

**Timo Heimerdinger, Hannah Kanz (Hrsg.)**

# Verzicht.

**Umstrittene Kulturtechnik und  
ethisch-spirituelle Ressource**

# Freiburger Studien zur Kulturanalyse

herausgegeben von  
Timo Heimerdinger und Markus Tauschek für  
das Institut für Empirische Kulturwissenschaft  
der Universität Freiburg

Band 12

Timo Heimerdinger, Hannah Kanz (Hrsg.)

# Verzicht.

Umstrittene Kulturtechnik und  
ethisch-spirituelle Ressource



Waxmann 2025  
Münster · New York

Gedruckt mit freundlicher Unterstützung des Instituts für  
Empirische Kulturwissenschaft der Universität Freiburg

**Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische  
Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

**Freiburger Studien zur Kulturanalyse, Band 12**

ISSN 2943-5382

E-ISSN 2943-5390

Print-ISBN 978-3-8188-0028-4

E-Book-ISBN 978-3-8188-5028-9

© Waxmann Verlag GmbH, 2025  
Steinfurter Straße 555, 48159 Münster

[www.waxmann.com](http://www.waxmann.com)  
[info@waxmann.com](mailto:info@waxmann.com)

Umschlaggestaltung: Gritta Heimerdinger, Freiburg  
Satz: satz&sonders, Dülmen

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, verboten.  
Kein Teil dieses Werkes darf ohne schriftliche Genehmigung des Verlages  
in irgendeiner Form reproduziert oder unter Verwendung elektronischer  
Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

# Inhalt

|                                                                                                                                |   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| <i>Timo Heimerdinger und Hannah Kanz</i><br>Verzicht als Kulturtechnik, Ressource und Reizvokabel.<br>Zur Einführung . . . . . | 7 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|

## Begriffe

|                                                                                                                                                                            |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <i>Ruben Zimmermann</i><br>Verzichten ist mehr als Unterlassen.<br>Moralphilosophische Grundlagen und medizinethische<br>Anwendungen einer ‚Ethik des Verzichts‘ . . . . . | 23 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|

|                                                                                                                                                               |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <i>Katharina Wörn</i><br>Verzicht zwischen Alltag und Transformation.<br>Theologisch-ethische Überlegungen zu einer umstrittenen<br>Handlungsoption . . . . . | 51 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|

## Ideengeschichten

|                                                                                                                                                                                      |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <i>Michaela Bill-Mrziglöd</i><br>Der <i>contemptus mundi</i> in der Geschichte christlicher Spiritualität.<br>Lebensformen zwischen ‚Weltverzicht‘ und ‚Weltverantwortung‘ . . . . . | 69 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|

|                                                                                                                          |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <i>Michael Plattig O.Carm.</i><br>Von der Übung des Verzichts zum Armutsideal in der christlichen<br>Tradition . . . . . | 91 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|

## Praktiken

|                                                                                                                                                           |     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <i>Elisa Heuser</i><br>Schauungen als inszenierter Verzicht.<br>Fastende Frauen in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts<br>in Großbritannien . . . . . | 105 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|

|                                                                                                                                                      |     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <i>Antonia Rumpf</i><br>„Verzicht hat aber auch ein bisschen so den religiösen Touch ...“.<br>Verzicht im Kontext zeitgenössischen Fastens . . . . . | 127 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|

|                                                                                                                                                                               |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <i>Claudia Willms</i><br>Zwischen Kapitalismuskritik und Gottgefälligkeit.<br>Embodied ethics und religiös-antikapitalistisch motivierte<br>Praktiken des Verzichts . . . . . | 151 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|

## Positionierungen

*Nina Degele*

Können Institutionen verzichten?

Mit 19 Grad gegen den Klimawandel frieren . . . . . 175

*Lea Breitsprecher*

Verzicht und Wachstum.

Positionierungen im Feld bioökonomischer Innovationen . . . . . 195

*Lara Gruhn*

Nachhaltiger Konsum.

(Nicht-)Verzichts-Erzählungen zwischen Hedonismus und *Growthism* . . . 219

*Hannah Kanz*

Das moralische Gewicht des Tastenhandys.

Zur Interpretierbarkeit des Verzichts . . . . . 235

## Spannungsfelder

*Annette Kehnel*

The Pleasures of Doing Without.

Can Asceticism Be Fun? . . . . . 253

*Nina Degele, Timo Heimerdinger, Nicole Weydmann und Katharina Wörn*

Verzicht – ein umstrittenes Konzept zwischen Provokation und

Subversion . . . . . 263

Autor:innenverzeichnis . . . . . 279

# Verzicht als Kulturtechnik, Ressource und Reizvokabel

## Zur Einführung

*Timo Heimerdinger und Hannah Kanz*

### Un/Sichtbarkeit des Verzichts

Verzicht wurde in den letzten Jahren vor allem mit negativen Schlagzeilen in Verbindung gebracht. Er ist sprichwörtlich in aller Munde und zugleich erstaunlich abwesend. Mehrfach wurde bereits auf die Beobachtung hingewiesen, dass Verzicht in den öffentlich ausgetragenen politischen Debatten geradezu zum Tabu und zur Reizvokabel avancierte, obwohl er gleichzeitig im Zentrum der Debatten um die Klimakrise steht (Heimerdinger 2020; Höffe 2023). Der vorliegende Band nimmt diese beobachtbare Ambivalenz des Verzichtsbegriffs als Ausgangspunkt und setzt mit einem interdisziplinären Zugang an. Er geht von der These aus, dass Verzicht einerseits eine kulturhistorisch gewachsene Praxis ist, die menschliche Handlungsmöglichkeiten in ethischer, spiritueller, religiöser oder psychologischer Hinsicht reflektiert, und andererseits im Kontext der gegenwärtigen Polykrise eine umstrittene Diskursformation mit Provokationspotenzial darstellt. Beide Aspekte werden jeweils für sich, aber auch in ihren Wechselwirkungen thematisiert.<sup>1</sup>

Augenscheinlich wird die Dringlichkeit des Reduktionsimperativs aktuell insbesondere im Kontext der Klimathematik: Im Jahr 2015 haben sich Deutschland und 195 weitere Staaten weltweit bei der UN-Klimakonferenz in Paris dazu verpflichtet, Emissionen zu reduzieren und den Anstieg der weltweiten Durchschnittstemperatur einzudämmen. Für die „Treibhausgas-Neutralität“ ist es laut deutschem Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung nötig, dass die „Weltwirtschaft schnell und konsequent deutlich weni-

1 Dieser Band präsentiert die schriftlichen Fassungen von Vorträgen auf der 6. Arbeitstagung der Kommission für Religiosität und Spiritualität in der Deutschen Gesellschaft für Empirische Kulturwissenschaft, die vom 2. bis 4. November 2023 in Freiburg unter dem Titel „Tun und Lassen. Verzicht zwischen Nachhaltigkeitspolitik und spiritueller Sinnsuche“ stattfand. Nicht alle dort gehaltenen Vorträge haben den Weg in diesen Band gefunden, allerdings konnten neben den Herausgebenden erfreulicherweise noch weitere Autor:innen für zusätzliche Beiträge gewonnen werden: Nina Degele, Elisa Heuser, Annette Kehnel, Nicole Weydmann und Katharina Wörn. Wir danken Lena Deinaß herzlich für Lektoratsarbeiten bei der Fertigstellung des Druckmanuskriptes und Inga Wilke für ihre maßgebliche Mitwirkung bei der Planung und Durchführung der Tagung.

ger Kohlenstoff freisetzt“ (BMZ o. D.). Diese Reduktion und Mäßigung in Konsum und Verbrauch ist daher ein zugleich individuelles, industrielles, gesamtgesellschaftliches, nationales und globales Anliegen. Nichtsdestotrotz vermeiden es Politiker:innen tunlichst, von Verzicht zu sprechen, um nicht in den Verdacht zu geraten, einer ‚Verbotspartei‘ anzugehören. Verzicht, so scheint es in den öffentlich-politischen Debatten, gilt als negativ, oktroyiert und stehe bürgerlichen Freiheitswerten entgegen. Er scheint damit einen Gegenbegriff zu individueller Selbstentfaltung, Wohlstand, Glück und Lebensfreude zu bilden.

Dass Verzicht oft beschwerlich, mühselig und mit „emotionalen Kosten“ (Höffe 2023: 12) verbunden ist, bleibt unbenommen. Sucht man jedoch abseits des Diskursrauschens um die Klimakrise und den Verzichts begriff nach Praxisfeldern der Mäßigung, so finden sich unzählige zeitgenössische Phänomene, bei denen die Reduktion und das ‚Weniger‘ nicht nur im Zentrum stehen, sondern sogar mitunter als positiv und erstrebenswert gelten. Medial besonders präsent sind, was gegenwärtige Alltagspraktiken angeht, unterschiedlichste Formen der sachkulturellen Reduktion und des Minimalismus. Unter diesem Schlagwort finden sich zahlreiche Praktiken, Ästhetiken und Motivlagen, die sich als „freiwillige Einfachheit“ (Derwanz 2022) auf einen gemeinsamen Nenner bringen lassen. Vielfach steht dabei materielle Kultur im Vordergrund, sei es bei dem Versuch, ein Leben mit nur einhundert Dingen zu bestreiten oder in einem Tiny House Wohnraum auf wenigen Quadratmetern zu gestalten. Häufig ist mit dem Minimalismus als Reduktionspraktik jedoch nicht nur die Hinwendung zu einem einfachen, überschaubaren Leben verbunden, sondern auch die Vorstellung einer nachhaltigeren Ressourcenverwendung samt der darin enthaltenen Kritik an der Wohlstands- und Konsumgesellschaft (Helbig 2015: 2).

Diese Zuspitzung auf Konsum als negativ gedeutete Form des Exzesses ist wohl nirgendwo deutlicher als bei der Popularität des Aufräumens, maßgeblich verbunden mit dem Namen Marie Kondo. Die Aufräumexpertin verspricht auf ihrer Webseite, durch ihre lebensverändernde Methode des Entrümpelns, Ausmistens und Organisierens den Weg für ein „more fulfilled life“ (KonMari o. D.) zu ebnen. Die cleane Ästhetik der Werbebilder auf Marie Kondos Webseite zeigen helle Räume mit wenigen weißen oder hellbraunen, spärlich dekorierten und schlichten, sanft geschwungenen Möbeln. Sie suggerieren Ordnung, Übersichtlichkeit und Träume von Reduktion, die als Kehrseite eng mit Narrativen des Überflusses und anhaltenden gesellschaftlichen Debatten über Balance und Überkonsum im Alltag verbunden sind (Czarniawska/Löfgren 2019; Löfgren 2007: 132). Zertifizierte Berater:innen der KonMarie-Methode können daher als Ausdruck einer Professionalisierung und Kommerzialisierung des Umgangs mit negativ gedeutetem Überfluss interpretiert werden (Löfgren/Czarniawska 2019: 8). Die Klassifizierung von ‚viel‘ als ‚Zuviel‘ ist dabei von moralischen Setzungen begleitet, wie der Ethnologe Orvar Löfgren und die Wirtschaftswissenschaftlerin Barbara Czarniawska (2019: 5) betonen:



„All overflow management begins when someone (or something – like software or Artificial Intelligence) diagnoses an occurrence of overflow. But for something to be overflowing, a border, a limit or a frame must exist (or be put into existence). [...] there can be no overflow until some flow has been framed.“

Reduktionspraktiken und Verzicht sind der Diagnose des Überflusses nachgeordnet und stellen eine mögliche Form der positiv gedeuteten Bewältigung dar. Löfgren und Czarniawska (2019: 6) unterscheiden zwischen faktischem („actual“) Überfluss, etwa an Dingen oder Menschen, und erfahrbarem („experiential“) Überfluss, wie jener von Informationen oder Emotionen. Im Zusammenhang mit der Diagnose des Informationsüberflusses werden seit über zehn Jahren Rufe nach digitalem Detox und dem Verzicht auf als überflüssig gedeutete Kommunikation und Information laut. Im Rahmen medien- und technikkritischer Narrative wird vor digitalem Überkonsum und Abhängigkeit gewarnt und zur Mäßigung mit dem Ziel einer digitalen Balance aufgerufen (Kanz 2025). Dieser Verzicht kann unterschiedliche Formen annehmen und mit Wünschen nach mehr Selbstbestimmung, dem Unterbrechen von Abhängigkeitsroutinen, einem sinnvolleren Einsatz der verfügbaren Zeit, verbesserter mentaler und physischer Gesundheit sowie gesteigerter Präsenz und Wahrnehmung in sozialen und natürlichen Umgebungen verbunden sein (Kanz 2025; Syvertsen 2023: 660).

Abseits von der lebensweltlichen Bearbeitung von Gegenwartsdiagnosen gibt es ideengeschichtlich, religions- und kulturhistorisch – nicht nur im christlichen Kontext – eine lange Tradition der positiven Bewertung der Mäßigung und der Selbstbeschränkung. Verzichtspraktiken als Form der Mäßigung und Selbstbeherrschung finden im Kontext der unterschiedlich formulierten Kardinaltugenden Platz. Viele der Weltreligionen greifen im Jahresablauf auf etablierte und routinisierte Kulturtechniken des Fastens oder noch weiter gehende Formen der Enthaltensamkeit zurück. Im Islam stellt das Fasten, also der Verzicht auf Nahrung und Getränke, eine der fünf Säulen der Religion dar und wird in den 30 Tagen des Ramadan ausgeübt. Der bekannteste jüdische Fastentag ist Jom Kippur, an dem gläubige Jüdinnen und Juden von Sonnenuntergang des Vorabends bis zum Sonnenuntergang des Fastentags nicht essen, trinken, rauchen oder sich waschen. In der römisch-katholischen Kirche verschreiben sich Priester dem Zölibat und versprechen damit Ehelosigkeit und den Verzicht auf Sex. In der christlichen Tradition gelten außerdem die 40 Tage vor Ostern als Fastenzeit, die an Jesu Zeit in der Wüste erinnern soll. Die evangelische Kirche ruft daher jährlich ihre Mitglieder zur Aktion „7 Wochen ohne“ ein und lädt damit nicht nur dazu ein, auf bestimmte Lebensmittel zu verzichten, sondern die „Routine des Alltags [zu] hinterfragen, eine neue Perspektive ein[zu]nehmen, [zu] entdecken, worauf es ankommt im Leben“ (GEP 2023).

Dieser Wunsch nach einer Perspektivänderung zeigt sich auch in zeitgenössischen, säkularen ‚Challenges‘, die nach dem Jahreswechsel angesetzt werden. Zu

den bekanntesten zählen der ‚Dry January‘ und der ‚Veganuary‘. Ersterer wurde von der britischen Initiative „Alcohol Change“ (Alcohol Research UK o. D.) im Jahr 2013 ins Leben gerufen und lädt Menschen dazu ein, im Januar auf alkoholische Getränke zu verzichten. Die Challenge verspricht durch den Verzicht mehr Energie, die Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit und des Hautbildes sowie die Reduktion von Gewicht und die Minderung bestimmter Risiken, an Krebs zu erkranken. Zeitgleich im Januar ruft die gemeinnützige Organisation Veganuary zur gleichnamigen Kampagne auf. Seit 2014 versucht sie, Menschen zu ermuntern, ihre Ernährungsroutinen zu hinterfragen und einen Monat lang auf tierische Produkte zu verzichten. Die vegane Ernährung bezeichnet die Organisation als „eine der effektivsten Maßnahmen, um die Umwelt zu schützen, Tierleid zu vermeiden, den Klimawandel aufzuhalten und die Gesundheit von Millionen Menschen zu verbessern“ (Veganuary 2025). Sie positioniert Verzicht damit als kollektive Ressource für Veränderung.

Es ergibt sich also sowohl gegenwartsbezogen wie historisch ein auffallendes Spannungsverhältnis zwischen Aufwertung und Abwehr von Diskursen und Praktiken der Reduktion – in säkularen wie spirituellen Kontexten. Dieser Band möchte mit seinen Beiträgen dieses weite Feld vermessen und dabei in der Zusammenschau der thematischen Analysen und nicht nur Einzelfälle und thematische Analysen seriell versammeln, sondern in einem interdisziplinären Zugang die Verbindungen, Querbezüge und Spannungsverhältnisse zwischen Historie und Gegenwart, Religion, Politik, Ökonomie und Alltagskultur sichtbar machen. Seinen disziplinären Standort hat dieser Band zwar zunächst im Fach Empirische Kulturwissenschaft/Europäische Ethnologie/Kulturanthropologie, bindet jedoch theologische, soziologische und historische Beiträge und Expertise ein. Denn der konzeptionelle Ausgangspunkt ist die Überzeugung, dass zur Bearbeitung dieses vielschichtigen Themenkomplexes ein disziplinübergreifender Zugang erforderlich ist.

## **Verzicht und Konsorten: Begriffe und Konzepte**

Schon dieser rasche Überblick über unterschiedliche gegenwärtige wie traditionelle Formen des Verzichts zeigt, wie kulturell verbreitet und etabliert Reduktionspraktiken sind. Verzicht in seinen diversen Spielarten gehört fest zum kulturellen Repertoire menschlicher Lebens- und Alltagsgestaltung. Im Detail unterscheiden sich diese skizzierten Praktiken jedoch: Während manche als Befolgung religiöser Gebote oder medizinischer Ratschläge gelten können, rücken andere Aspekte des Lebensstils und des Selbstausdrucks in den Mittelpunkt.

Der Breite der Phänomene entspricht ein sprachlich weites Feld an Begriffen und Konzepten, die allesamt um Formen der Reduktion, Unterlassung oder Selbstbeschränkung kreisen. Verzicht und Unterlassung, Gebot und Ver-

bot, Mangel, Armut und Verlust, Genügsamkeit und Suffizienz, Entbehrung und Selbstbeschränkung sind hier nur die prominentesten Beispiele im Feld semantischer Differenzbestimmungen. In privaten wie öffentlichen Debatten werden sie teils alternativ, teils kontrastiv, teils auch synonym verwendet – und bisweilen, so scheint es, auch miteinander verwechselt (Heimerdinger 2025). Dabei bezeichnen sie durchaus verschiedene Konzepte und unterscheiden sich hinsichtlich der Fragen von Intentionalität oder Zwang, Motivation, Dauer, Freiwilligkeit oder sozialer Verbindlichkeit. Während Verbote verordnet und befolgt und Mangel, Verlust oder Armut erlitten werden, kann der Verzicht freiwillig geübt werden und befindet sich damit in der semantischen Nähe zur Askese – was wörtlich auch Übung bedeutet. So wortklauberisch diese Differenzierungsversuche zunächst erscheinen mögen, so unmittelbar führen sie doch ins Zentrum der kulturellen und diskursiven Bedeutung dieser Konzepte. Denn genau an diesen semantischen Details entscheidet sich, ob die zugehörigen Praktiken auf Akzeptanz oder Abwehr stoßen und in welchen Zusammenhängen von ihnen zu reden ist. Erschwerend kommt jedoch hinzu, dass die Verwendung dieser Begriffe oft nicht trennscharf und genau ist, allein der Umstand, dass „Verbot und Verzicht“ (Lepenes 2022) oft in einem Atemzug genannt werden, zeigt dies deutlich.

Der vorliegende Band geht von der These aus, dass eine genauere kulturwissenschaftliche Betrachtung dieser Praktiken und Redeweisen lohnt, und zwar aus mehreren Gründen. Erstens, weil es starke Indizien dafür gibt, dass Verzicht als Kulturtechnik auf ideengeschichtlich und historisch weit zurückreichende und daher gut etablierte Muster, Traditionslinien und Vorbilder aufbaut. Zweitens kann die gründliche Beschäftigung mit diesen Praxisformen – seien sie diskursiver oder handlungsbezogener Natur – dazu verhelfen, die gegenwärtig zu beobachtenden, teils kontroversen Debatten rund um die Reizvokabel Verzicht besser zu verstehen und einzuordnen. Die Beschäftigung mit diesen kulturhistorischen Bezügen sollte also dazu beitragen können, die mehr oder weniger verdeckten kulturellen Lasten oder Ressourcen, die in Verzichts- und Reduktionspraktiken eingelagert sind, offenzulegen.

Das Thema hat sowohl publizistisch als auch wissenschaftlich in unterschiedlichen Fächern Konjunktur, gleichzeitig ist es nicht immer ganz einfach, dort zwischen Analyse *von* und Plädoyer *für* oder *gegen* Praktiken des Verzichts zu unterscheiden.<sup>2</sup> Wirtschaftswissenschaftlich wird die „Lust auf Verzicht“ (Balderjahn 2024) thematisiert, philosophisch der Zusammenhang von „Verzicht und Freiheit“ (Wils 2024) untersucht oder Verzicht als „hohe Kunst“ (Höffe 2023) gewürdigt. Literarisch-essayistisch wird eine „Geschichte vom Konsumverzicht“ (von Düffel 2024) erzählt oder aus der Perspektive eines Mi-

2 Die folgenden Passagen zur gegenwärtigen Diskursivierung des Verzichtsbegriffs finden sich ähnlich im zeitgleich entstandenen Beitrag von Timo Heimerdinger (2025).

nisteriumsmitarbeiters für Verzicht als „wichtigste Kulturtechnik des 21. Jahrhunderts“ (Wegst 2021) plädiert. Die Bayerische Akademie der Wissenschaften hat 2023/24 eine Arbeitsgruppe „Semantiken des Verzichts“ gefördert, die eine Reihe öffentlicher Diskussionsveranstaltungen durchgeführt hat und Ergebnisse einer interdisziplinären Tagung publiziert (Paul/Séville 2025).

Trotz aller Umstrittenheit und semantischen Unschärfe des Konzeptes scheint sich in der neueren kultur- und geisteswissenschaftlichen Diskussion ein Konsens zum Verzichtsbegriff herauszubilden, der grob mit den Attributen „freiwillig/intentional“, „unter Inkaufnahme von Kosten“ und „motiviert“ beschrieben werden kann (Heimerdinger 2022a/b, 2024; Höffe 2023; Wils 2024; Zimmermann 2025). Entscheidend sind demnach drei Aspekte. Erstens jener der Intentionalität und somit auch der Freiwilligkeit. Zweitens der Aspekt einer Zumutungskomponente oder der „emotionalen Kosten“ (Höffe 2023: 12). Und drittens das mit dem aktiven und willentlich vollzogenen Akt des Verzichts verbundene Streben nach einem Ziel – zunächst unabhängig davon, ob dieses dann auch tatsächlich erreicht wird. Verzicht ist jedenfalls kein Selbstzweck, sondern gilt demnach als eine intentionale und kausal oder final motivierte Unterlassungshandlung der freiwilligen Nicht-Inanspruchnahme oder Preisgabe eines grundsätzlich begehrten und auch verfügbaren Gutes. So verstanden erscheint der Akt des Verzichts als starker Ausdruck menschlicher *agency* und lebensweltlichen Gestaltungswillens. Damit lässt sich Verzicht – zumindest in akademischer Perspektive – gut von benachbarten Konzepten wie Verbot, Verlust, Mangels oder Genügsamkeit beziehungsweise der Suffizienz abgrenzen.

Bei einem Verbot handelt es sich um eine auferlegte Norm von außen oder – wenn man so will – ‚von oben‘, es wird damit per se nicht freiwillig befolgt. Ein Verbot ist also keine selbst gewählte Einschränkung, sondern eine oktroyierte. Ein Verlust (Reckwitz 2024) ist auch etwas anderes, wir erleiden ihn passiv und unfreiwillig, ohne Aussicht auf jeglichen Gegenwert. Nach dem Verlust ist etwas einfach ersatzlos weg, was vorher noch da war. Verlust hängt etymologisch mit ‚verlieren‘ zusammen, Verzicht jedoch mit ‚verzeihen‘ (Duden 1989: 782, 788). Der Mangel ist ebenfalls unfreiwillig, allerdings deshalb, weil das begehrte Gut gar nicht oder nur unzureichend vorhanden ist und es daher keine prinzipielle Verfügbarkeit gibt. Genügsamkeit und Suffizienz schließlich, in der Postwachstumsdebatte gängige Begriffe (Paech 2019; Stengel 2011), sind zwar freiwillig eingegangene Formen der Selbstregulation trotz der prinzipiellen Verfügbarkeit bestimmter Güter, akzentuieren aber die emotionalen Kosten nicht so prominent, sondern zielen eher auf den Aspekt der Anpassung des Konsumniveaus an ‚tatsächliche‘ Bedarfe im Sinne der Auskömmlichkeit (Heimerdinger 2022b: 79).<sup>3</sup> Verzicht – so die Ausgangsthese des Sammelbandes – stellt daher ein

3 Präzisierend muss allerdings angemerkt werden, dass hierzu in der Literatur kein Konsens besteht. Während Niko Paech den Suffizienzbegriff dezidiert vom Verzichtsbegriff abgrenzt

spezifisches Praxis- und Diskursfeld dar, dessen gegenwartsbezogene ethnografische sowie ideengeschichtliche, theologische und historische Dimensionierung weiterer wissenschaftlicher Aufmerksamkeit bedarf.

## Empirisch-kulturwissenschaftliche Perspektiven auf Verzicht

Die Erforschung des Verzichts kann im disziplinären Zusammenhang der Empirischen Kulturwissenschaft auf einige ethnografische Studien aufbauen. Das Phänomen des Verzichts ist sowohl gesellschaftlich als auch kulturwissenschaftlich im Spannungsfeld zwischen Problematisierungen des Exzesses (Czarniawska/Löfgren 2019; Löfgren 2007) und dem Umgang mit Mangel und Knappheit (Tauschek/Grewe 2015) angesiedelt. Vor dem Hintergrund der wachsenden Problematisierung der „Konsum- und Wegwerfgesellschaft“ (Grewe 2017: 7) wurden empirisch bisher Praktiken des Tauschens, Reparierens und Mülltauschens (Grewe 2017) sowie des ethischen und ‚guten‘ Konsums (Gruhn 2022) untersucht. Beide Praxiszusammenhänge zielen auf einen bewussten Umgang mit Ressourcen und eine Veränderung von Konsumpraktiken ab. Insbesondere Gruhn (2022: 199–204) zeigt anschaulich die Sprachlosigkeit rund um den Verzichtsbegriff, den die Akteur:innen trotz freiwilliger Selbstbeschränkung und Reduktion nicht verwenden wollen.

In ihrem Beitrag zum alltagspraktischen Umgang mit der Postwachstums-Debatte in Griechenland argumentiert Poehls (2012: 7), dass die Krise „als politisch, sozial und kulturell wirkmächtige Redefigur“ neue Deutungs- und Handlungsmuster hervorbringt; hier etwa das „weniger wollen“ als „kritisch-reflexive Konsumpraxis“ der Consumer Citizen (ebd.: 11–12). Handlungsleitend ist für viele Akteur:innen begrifflich statt des Verzichts die Nachhaltigkeit. Maile (2020) untersucht das Tiny House Movement als nachhaltigen Lebensstil und Postwachstumsstrategie. Sie argumentiert, dass der demonstrative Nicht-Konsum einen identitätsstiftenden Charakter hat. Die Lebensführung auf engstem Raum steht symbolisch für einen milieuspezifischen Lebensstil, Nachhaltigkeit, Mobilität und Unabhängigkeit und drückt damit gleichzeitig eine politische Haltung aus (Maile 2020: 59).

In eine ähnliche Richtung argumentiert auch Kanz (2025), allerdings am Beispiel des Medienverzichts und der Entnetzung – also der auf Reduktion abzielenden qualitativen und quantitativen Umgestaltung von Netzwerken. Mit dem Verzicht sind stets Positionierungen der Akteur:innen verbunden: etwa als nachhaltige, selbstbestimmte oder disziplinierte Subjekte. Empirisch fundierte

(Paech 2019: 126) verwendet Oliver Stengel die Begriffe weitgehend synonym und rechnet daher auch bei suffizientem Verhalten mit emotionalen Kosten (Stengel 2011: 140, 214, 216). Für den Hinweis danken wir Jonas Lage.

Beiträge zum Medienverzicht (Ewert 2013; Hämmerling 2023; Kanz 2025) verweisen dabei einerseits auf die handlungsleitende Funktion von (Medien-)Kritik und andererseits auf die situative Einbettung von Medien- und Kommunikationsroutinen, die für Praktiken der Reduktion nicht nur reflektiert, sondern auch durchbrochen werden müssen.

Das empirisch und kulturwissenschaftlich derzeit am häufigsten untersuchte Verzichtsphänomen ist das des Minimalismus bzw. des Downshifting in seinen unterschiedlichen Spielarten (Derwanz 2022; Helbig 2015; Weyers 2019; Strebiner 2022). Diese ethnografischen Studien argumentieren, dass es sich beim Minimalismus einerseits um eine Ordnungsstrategie von Besitz vor dem Hintergrund von Überfluss handelt (Derwanz 2015: 195–198) und sie andererseits als eine Tauschbeziehung (Heimerdinger 2022: 48–49) gedeutet werden können. Das ‚Weniger‘ wird dabei im Kontext einer Suchbewegung nach Gestaltungsspielräumen eines ‚guten‘ Lebens in eine Maximierung gewendet (Weyers 2019: 89). In der Deutung der Akteur:innen – das zeigen die Studien anschaulich – ist es nicht der materielle Besitz, auf den es ankommt, sondern die „geteilte Zeit mit Freunden und Familie, das Pflegen von Hobbys und Talenten“ (Helbig 2015: 2), das durch die Reduktionspraktiken ermöglicht wird.

## **Zielsetzung und Aufbau dieses Bandes**

In der Zusammenschau zeigt sich also sowohl eine starke ideengeschichtliche Verankerung des Verzichtskonzeptes, eine politische Umkämpftheit des Begriffs als auch ein gesteigertes aktuelles thematisches wissenschaftliches Interesse an konkreten Praktiken und kulturellen Phänomenen, die mit diesem Begriff verbunden sind. Der vorliegende Band hat es sich zur Aufgabe gemacht, Verbindungslinien zwischen diesen verschiedenen Bereichen aufzuzeigen, um die philosophischen, ethischen und kulturhistorischen Befrachtungen des Konzepts mit gegenwärtigen politischen und thematischen Lagerungen besser zueinander in Beziehung setzen zu können. Er ist von der These geleitet, dass Genügsamkeit, Suffizienz, Sparsamkeit oder Konsumverzicht zwar gegenwärtig ebenso populäre wie umkämpfte Praktiken und Konzepte sind, zugleich jedoch religions- und kulturhistorisch an traditionsreiche Praktiken der Askese mit spiritueller Lagerung anschließen. Denn die individuelle Selbstrücknahme zugunsten eines größeren, übergeordneten oder ‚höheren‘ Anliegens ist keine neue Idee. Vielfältige Formen der mehr oder weniger freiwilligen Selbstbeschränkung, wie sexuelle Enthaltsamkeit, Besitzlosigkeit, Gehorsam, Spendenbereitschaft oder Fasten sind vielmehr in religiösen Kontexten als spirituell oder ethisch positiv gerahmte Praktiken sowohl propagiert als auch problematisiert worden. Sie weisen jedenfalls weit zurückreichende kulturgeschichtliche Situierungen auf und sind – so unsere These – in gegenwärtigen Reduktionsdiskursen weiterhin in unterschied-

lichem Ausmaß wirksam. Aus dieser Überlegung resultiert auch der Titel dieses Bandes. Im Verzichtsbegriff und seiner gegenwärtigen Diskursivierung spiegelt sich das gesamte Spannungsverhältnis zwischen kultureller Praxis, ideengeschichtlichem Gehalt und politischen Forderungen und zugleich ihrer Abwehr vor dem Hintergrund gegenwärtig opportuner Wohlstandsvorstellungen.

Die Beiträge des Bandes sind demnach auch in fünf Sektionen gruppiert. In der ersten Sektion *Begriffe* werden grundsätzliche konzeptionelle Fragen zum Verzichtsbegriff bearbeitet. Der Theologe Ruben Zimmermann erarbeitet aus moralphilosophischer und handlungstheoretischer Perspektive das Konzept Verzicht und betont dabei seinen teleologischen Charakter, also die Orientierung auf bestimmte Ziele hin. Er veranschaulicht diese Überlegungen anhand empirischen Materials zur Praxis des Sterbefastens. Katharina Wörn, ebenfalls evangelische Theologin, akzentuiert in ihrem Beitrag zu Verzicht als Verhaltensoption drei Aspekte: seine Alltäglichkeit, sein transformatives Potenzial und seinen nicht determinierenden Charakter als Aufbruch ins Ungewisse.

Auch die zweite Sektion *Ideengeschichten* wird durch theologische Expertise bestritten und sondiert historisch-geistesgeschichtliche Traditionslinien aus katholischer Perspektive. Michaela Bill-Mrziglod situiert dazu den *contemptus mundi*, die Weltverachtung, als historischen Begriff und diskutiert ihn im Zusammenhang mit dem Begriff der Weltverantwortung als produktive Lesart einer positiv verstandenen Askesevorstellung im Sinne gelingenden Lebens. Michael Plattig O.Carm. greift historisch noch weiter aus und zeichnet das Verzichtsmotiv ausgehend vom frühchristlichen Armuts- und Nachfolgeideal über mittelalterliche, mystische und monastische Traditionen bis in die Gegenwart der kirchlichen Soziallehre nach. Wichtig ist ihm dabei herauszuarbeiten, dass Verzichtsideen stets mit Blick auf spezifische historische Kontexte und Ziele ihrer Artikulation verstanden werden müssen und nicht als Selbstzweck konzipiert wurden.

Im dritten Abschnitt stehen in unterschiedlichem Maß historisch und gegenwärtig situierte *Praktiken* im Vordergrund. Elisa Heuser nimmt aus einer empirisch-kulturwissenschaftlichen Perspektive das Schauhungern Fastender Frauen im 19. Jahrhundert in Großbritannien in den Blick und kontrastiert diese Praxis mit der Rezeption männlicher Hungerkünstler. Die vergleichende Analyse des vergeschlechtlichten Verzichts zeigt deutliche Unterschiede in der Bewertung der Praxis zwischen weiblicher Inszenierung und männlicher Willensstärke. Die praktische Theologin Antonia Rumpf arbeitet in ihrem Beitrag am Beispiel zeitgenössischer, christlich geprägter Fastenpraktiken unterschiedliche Bezugssysteme in den Deutungen der Akteur:innen heraus. Diese spannen sich zwischen religiösen und spirituellen Dimensionen und unterschiedlichen Orientierungen der Praxis auf, so etwa an Prinzipien, Relationen oder Formen der Selbsterfahrung. Zugespitzt auf eine antikapitalistische Verzichtsethik untersucht Claudia Willms aus einer ethnografischen Perspektive das körperliche und kognitive

Wissen, das in muslimischen und christlichen Praktiken verhandelt und aktualisiert wird.

Die vierte Sektion rückt *Positionierungen* aus einer kultur- und sozialwissenschaftlichen Perspektive in den Mittelpunkt. Die Soziologin Nina Degele lotet in ihrem Beitrag Fragen der Agency aus, indem sie die 19-Grad-Maßnahmen der deutschen Bundesregierung zur Reduktion des Gasverbrauchs als Form des institutionellen Verzichts analysiert. Lea Breitsprecher betrachtet Verzicht im Feld der bioökonomischen Innovation und nimmt dafür explizit die Produktionssphäre und unternehmerische Praktiken in den Blick. Aus einer empirisch-kulturwissenschaftlichen Position heraus plädiert sie dafür, Verzicht als analytische Brille für moralisch fundierte Entscheidungsfindungen, Zeitlichkeiten und Subjektivierungsprozesse produktiv zu machen. Die Perspektive von Alltagsakteur:innen nachvollziehend arbeitet die Empirische Kulturwissenschaftlerin Lara Gruhn narrationsanalytisch die Erzählmuster des Verzichts oder expliziten Nicht-Verzichts mit Blick auf die Positionierungen der nachhaltig Konsumierenden heraus und beschreibt die individuellen und gesellschaftlichen Sinngebungen, die damit in Bezug stehen. Im letzten Beitrag der Sektion argumentiert Hannah Kanz am Beispiel des Tastenhandys als zeitgenössischer Materialisierung des Verzichts, Unterlassungspraktiken sowohl von ihrer zeitlichen und affektiven Dimension her zu denken und Verzicht als punktuelle Verdichtung des Nicht-Tuns zu verstehen.

Im fünften und letzten Teil *Spannungsfelder* werden wichtige Diskurslinien aus den Beiträgen des Bandes aufgegriffen und abschließend noch einmal übergreifend vor dem Hintergrund grundsätzlicher Fragen thematisiert. Die Historikerin Annette Kehnel rekapituliert zunächst das berühmte antike Beispiel des Diogenes von Sinope als ‚prototypischen Minimalisten‘ und stellt daran anknüpfend die Frage, ob Verzicht – bei allen Kosten – auch Spaß machen könne. Die Antwort ist zwar mit Blick auf historische Beispiele ein klares ‚Ja‘, doch weist sie auch auf das in den letzten Jahrhunderten stark angewachsene Spannungsverhältnis zwischen der Fähigkeit zur Mäßigung einerseits und den modernen Dynamiken des Wachstums und der Ressourcenbeanspruchung andererseits hin. Nina Degele, Timo Heimerdinger, Nicole Weydmann und Katharina Wörn schließlich widmen sich in ihrem abschließenden Beitrag den Potenzialen der Provokation und Subversion, die den gegenwärtigen gesellschaftlichen Umgang mit dem Verzichtsbegriff begleiten. Während die Rede von Verzicht oft die Maximen von Wachstum und Autonomie herauszufordern scheint, kann die Praxis des Verzichts genau diese Imperative subversiv unterlaufen. In diesem Sinn bleibt die Auseinandersetzung mit Verzicht unmittelbar an zentrale gegenwärtige Debatten um Zukunft, Wohlfahrt und Gestaltung unserer Gesellschaft, unseres Lebens und Wirtschaftens rückgebunden. Zugleich werden hieran Horizonte der Sinndeutung verhandelt, die über die gegenwärtige Situation hinausweisen und an tradierte historisch Vorstellungen vom guten oder sinnvollen



Leben anschließen, die sich nicht nur aber auch aus philosophischen oder religiösen Kontexten speisen. Der vorliegende Band leistet einen Beitrag zur Differenzierung dieser Debatte und diskutiert Voraussetzungen, Implikationen und Potenziale sowohl des Verzichtsbegriffs als auch der damit verbundenen Praktiken.

## Literatur und Quellen

- Alcohol Research UK. o. D. „Benefits of the Dry January Challenge, and When You Can Expect to See Them.“ Zugriff 18.02.2025. <https://alcoholchange.org.uk/blog/benefits-of-dry-january-and-when-you-can-expect-to-see-them>
- Balderjahn, Ingo. 2024. *Lust auf Verzicht: Warum bewusster Konsum glücklich macht und dem Klima hilft*. München: oekom-Verlag. <https://doi.org/10.14512/9783987263194>
- BMZ. o. D. „Klimawandel und Entwicklung.“ Zugriff 18.02.2025. <https://www.bmz.de/de/themen/klimawandel-und-entwicklung>
- Czarniawska, Barbara und Orvar Löfgren, Hrsg. 2019. *Overwhelmed by Overflows? How People and Organizations Create and Manage Excess*. Lund: Lund University Press. <https://doi.org/10.7765/9789198469813>
- Derwanz, Heike. 2015. „Die diskursive Konstruktion des ‚Weniger‘: Vom Voluntary Simplicity Movement zum Minimalismus.“ In *Knappheit, Mangel, Überfluss: Kulturwissenschaftliche Positionen zum Umgang mit begrenzten Ressourcen*, hrsg. von Markus Tauschek und Maria Grewe, 181–203. Frankfurt a. M.: Campus Verlag.
- Derwanz, Heike. Hrsg. 2022. *Minimalismus: Ein Reader*. Bielefeld: transcript Verlag. <https://doi.org/10.1515/9783839460764>
- Duden. 1989. *Etymologie: Herkunftswörterbuch der deutschen Sprache* (Band 7). Mannheim et al.: Dudenverlag.
- Düffel, John von. 2024. *Ich möchte lieber nichts: Eine Geschichte vom Konsumverzicht*. Köln: DuMont.
- Ewert, Lina. 2013. „Auf Medien-Diät: Ein Selbstversuch.“ In *Update in Progress: Beiträge zu einer ethnologischen Medienforschung* (Berliner Blätter 64), hrsg. von Falk Blask, Joachim Kallinich und Sanna Schondelmayer, 126–134. Berlin: Panama Verlag.
- GEP. 2023. „Die evangelische Fastenaktion ‚7 Wochen Ohne‘.“ Zugriff 18.02.2025. <https://7wochenohne.evangelisch.de/die-evangelische-fastenaktion-7-wochen-ohne>
- Grewe, Maria. 2017. *Teilen, Reparieren, Mülltauchen: Kulturelle Strategien im Umgang mit Knappheit und Überfluss*. Bielefeld: transcript Verlag. <https://doi.org/10.1515/9783839438589>
- Gruhn, Lara. 2022. *Guter Konsum: Alltägliche Ethiken zwischen Wissen und Handeln*. Zürich: Chronos Verlag. <https://doi.org/10.33057/chronos.1670>
- Hämmerling, Christine. 2023. „Raus aus dem Netz? Alltage ohne Smartphone.“ Vortrag im Rahmen der 30. Tagung der Österreichischen Gesellschaft für Empirische Kulturwissenschaft und Volkskunde (ÖGEKW): *Alltage und Kultur/en der Digi-*

- talität: (Empirisch-) Kulturwissenschaftliche Perspektiven auf den soziokulturellen Wandel.* Klagenfurt, 20. Mai 2023.
- Heimerdinger, Timo. 2020. „Verzicht: Eine Reizvokabel im Diskursklima des Klimadiskurses.“ *Kuckuck: Notizen zur Alltagskultur* 35 (2): 74–76.
- Heimerdinger, Timo. 2022a. „Minimalismus alltagskulturell: Konsumverzicht als komplexe Tauschpraxis“ In *Minimalismus: Ein Reader*, hrsg. von Heike Derwanz, 35–56. Bielefeld: transcript Verlag. <https://doi.org/10.1515/9783839460764-002>
- Heimerdinger, Timo. 2022b. „Bescheidenheit, Genügsamkeit, Verzicht: Praktiken der Unterlassung in alltagskultureller Perspektive.“ *Praktische Theologie. Zeitschrift für Praxis in Kirche, Gesellschaft und Kultur* 57 (2): 76–81. <https://doi.org/10.14315/prth-2022-570205>
- Heimerdinger, Timo. 2024. „Verzicht‘ – Reizwort, Schlüsselbegriff oder blinder Fleck? In *Miteinander – Gegeneinander – Durcheinander: Gleichgewicht als Lebenskunst*, hrsg. von Renate Daniel, Johanna Haberer, Christiane Neuen, 89–110. Ostfildern: Patmos.
- Heimerdinger, Timo. 2025. „Freiwilliger Verzicht‘ – ein Pleonasmus? Beobachtungen zum öffentlichen Gebrauch des Verzichtsbegriffs.“ In *Semantiken des Verzichts*, hrsg. von Heike Paul und Astrid Séville. Bielefeld: transcript Verlag (in Vorbereitung).
- Helbig, Julia S. 2015. „Minimalismus zwischen Downshifting und Konsumverzicht: Eine volkswissenschaftliche Studie auf Basis qualitativer Interviews.“ Masterarbeit, Universität Hamburg.
- Höffe, Otfried. 2023. *Die hohe Kunst des Verzichts: Kleine Philosophie der Selbstbeschränkung. Originalausgabe.* München: C.H. Beck. <https://doi.org/10.17104/9783406807480>
- Kanz, Hannah. 2025. *Offline-Sein: Eine Ethnographie von Praktiken der Entnetzung.* Münster / New York: Waxmann.
- KonMari. o. D. „A Life-Changing Method for Everyone.“ Zugriff 18.02.2025. <https://konmari.com/?srsltid=AfmBOoqwW2w3iZbhXMN2CVBik5uN5tSM7hQYfWd9yp8bg3uvFc8ZqINb>.
- Lepenes, Philipp. 2022. *Verbot und Verzicht: Politik aus dem Geiste des Unterlassens.* Berlin: Suhrkamp.
- Löfgren, Orvar. 2007. „Excessive Living.“ *Culture and Organization* 13 (2): 131–43. <https://doi.org/10.1080/14759550701299867>
- Löfgren, Orvar und Barbara Czarniawska. 2019. „Introduction.“ In *Overwhelmed by Overflows? How People and Organizations Create and Manage Excess*, hrsg. von Barbara Czarniawska und Orvar Löfgren, 1–11. Lund: Lund University Press. <https://doi.org/10.7765/9789198469813.00006>
- Maile, Lisa. 2020. *Tiny House Movement: Alternative Wohn- und Lebensformen als Ausdruck einer Postwachstumsstrategie.* München: utzverlag. <https://doi.org/10.5771/9783831676309>
- Paech, Niko. 2019. *Befreiung vom Überfluss: Auf dem Weg in die Postwachstumsökonomie.* 11. Aufl. München: oekom-Verlag.
- Paul, Heike und Astrid Séville, Hrsg. 2025. *Semantiken des Verzichts.* Bielefeld: transcript Verlag (in Vorbereitung).

- Poehls, Kerstin. 2012. „Weniger Wollen: Alltagswelten im Kontext von ‚Krise‘ und Post-Wachstums-Debatte.“ *vokus* 22 (2): 5–18.
- Reckwitz, Andreas. 2024. *Verlust: Ein Grundproblem der Moderne*. Berlin: Suhrkamp.
- Stengel, Oliver. 2011. *Suffizienz: die Konsumgesellschaft in der ökologischen Krise*. München: oekom-Verlag. <https://doi.org/10.14512/9783865813855>
- Strebing, Verena. 2022. „Einblicke in minimalistische Kleiderschränke: Von textilen Alltagspraktiken und minimalistischen Prozessen.“ In *Minimalismus: Ein Reader*, hrsg. von Heike Derwanz, 69–88. Bielefeld: transcript Verlag. <https://doi.org/10.1515/9783839460764-004>
- Syvertsen, Trine. 2023. „Framing Digital Disconnection: Problem Definitions, Values, and Actions Among Digital Detox Organisers.“ *Convergence* 29 (3): 658–74. <https://doi.org/10.1177/13548565221122910>
- Tauschek, Markus und Maria Grewe, Hrsg. 2015. *Knappheit, Mangel, Überfluss: Kulturwissenschaftliche Positionen zum Umgang mit begrenzten Ressourcen*. Frankfurt a. M.: Campus Verlag.
- Veganuary. 2025. „Über Veganuary: Wer wir sind und was wir tun.“ Zugriff 18.02.2025. <https://veganuary.com/de/uber-uns/uber-veganuary>.
- Wegst, Ulrich. 2021. *Keine Angst vorm Verzicht: Ein Plädoyer für die wichtigste Kulturtechnik des 21. Jahrhunderts*. Marburg: Büchner.
- Weyers, Ophelia. 2019. „Die Last der Dinge: Ein Leben mit möglichst wenig Besitz.“ In *Forme[l]n des guten Lebens: Ethnografische Erkundungen alltäglicher Aushandlungen von Glück und Moral*, hrsg. von Monique Scheer und Jan Hinrichsen, 75–91. Tübingen: Tübinger Vereinigung für Volkskunde.
- Wils, Jean-Pierre. 2024. *Verzicht und Freiheit: Überlebensräume der Zukunft*. Stuttgart: Hirzel. <https://doi.org/10.3813/9783777635675>
- Zimmermann, Ruben. 2025. *Warum weniger gut sein kann: Eine Ethik des Verzichts*. Stuttgart: Reclam.



# Begriffe



# Verzichten ist mehr als Unterlassen

## Moralphilosophische Grundlagen und medizinethische Anwendungen einer ‚Ethik des Verzichts‘

*Ruben Zimmermann*

Man mag darüber diskutieren, ob Verzichten eine Lebenskunst (Höffe 2023), ein Akt der Selbstbestimmung (Balderjahn 2024) oder gar eine Kulturtechnik (Wegst 2021) darstellt. In jedem Fall aber geht es beim Verzichten um eine Praxis, also um ein bestimmtes Verhalten oder eine Lebensweise. Insofern diese menschliche Handlung (im weiteren Sinne) hinsichtlich ihrer Begründungszusammenhänge reflektiert und kommuniziert wird, wird das Verzichten auch zu einem Gegenstand der Moralphilosophie und Ethik. Im Folgenden soll es um diese Perspektive einer ‚Ethik des Verzichts‘ gehen. Ich möchte fragen, warum Menschen verzichten bzw. welche moralphilosophisch relevanten Parameter dieses Ethos des Verzichts bestimmen. Dabei gehe ich in drei Schritten vor: Zunächst soll das Problem des Unterlassens handlungstheoretisch und moralphilosophisch untersucht werden. Im zweiten Teil werden Parameter genannt und erläutert, die die Verzichtshandlung bestimmen und damit eine ‚Ethik des Verzichts‘ präfigurieren. Im dritten Teil wird die Verzichtsethik im Bereich der Medizinethik appliziert, wobei insbesondere der Freiwillige Verzicht auf Nahrung und Flüssigkeit (FVNF) am Lebensende als Anwendungsbeispiel dient.

## Moralphilosophische Grundlagen zur ‚Ethik des Verzichts‘

### Vom Verzichtsethos zur ‚Ethik des Verzichts‘

In der Moralphilosophie kann man mit weitgehendem Konsens die Unterscheidung von Ethos und Ethik annehmen (Werner 2021: 3–15). Ethos (meist synonym mit Moral verwendet) meint dabei die Geltung habitualisierter Handlungen, wie sie insbesondere innerhalb von Gruppen eine Rolle spielen. Es geht um das, was *man* tut oder nicht tut. Dabei müssen Imperative oder Regeln nicht explizit formuliert werden, sondern können auch implizit als geltend akzeptiert sein und zur Anwendung kommen. Ethos bezeichnet somit ein Verhalten, das von einer bestimmten Gruppe von Menschen als gut und richtig eingeschätzt wird. Ethos ist demnach häufig Sozialethos, bei dem bestimmte handlungsleitende Normen innerhalb eines Kulturkreises, einer *peer group* oder eines Berufsstandes gelten.

Bei Letzterem spricht man dann von Berufsethos oder Standesethos z. B. von Ärzt\*innen. Die in der Gruppe geltenden Normen bilden meist die Grundlage, auf deren Basis Einzelne ein individuelles Ethos formen und es durch Anlehnung oder Abgrenzung somit zum eigenen Verhaltensmaßstab machen.

Ethik hingegen ist „die Theorie der Moral oder des Ethos“ (Körtner 2015: 36; vgl. Birnbacher 2013: 2). Die Ethik bezieht sich auf das moralische Handeln, ist also nicht davon abzulösen. Aber die Ethik (synonym auch Moralphilosophie) reflektiert darüber, nimmt eine Meta-Ebene zum rechten oder falschen Verhalten ein. Aus der Ebene der Imperative oder des Moralpredigens wird ein Theorie-Unternehmen, indem über die Gründe des richtigen Handelns nachgedacht wird. Ethik fragt nicht nur, ‚ist das eine gut oder richtig‘, sondern ‚warum ist dieses Verhalten richtig oder falsch, oder besser als ein anderes?‘ Die Ethik untersucht die Begründungszusammenhänge und Bewertungen des moralischen Handelns und ist hierbei – nach Birnbacher – „in höherem Maße an methodischen Idealen wie Rationalität, Kohärenz und Systematizität orientiert“ (2013: 5).

Wenn Ethik somit die „Reflexion von Lebensweisen hinsichtlich ihrer leitenden Normen mit dem Ziel der Bewertung“ (Zimmermann 2016: 12) darstellt, dann geht es in der „Ethik des Verzichts“ also um die Frage, wie Verzichtsaakte begründet werden (können) und inwiefern sie als ‚richtig‘ oder ‚gut‘ (oder ‚falsch‘) bewertet werden, sowohl für den/die Einzelne\*n als auch im Blick auf eine Gemeinschaft. Meine Leitthese besteht darin, dass die Verzichtsethik als eine *Ethik sui generis* beschrieben werden kann und muss. Sie zeigt zwar Anleihen und Schnittmengen mit anderen Ethik-Konzeptionen, lässt sich jedoch keinem Modell zu- oder unterordnen und erfordert eine Handlungsreflexion eigener Art.

## Das Problem des Unterlassens

Bevor ich diese ‚Ethik des Verzichts‘ positiv beschreibe, möchte ich zunächst – wie es der Titel des Beitrags schon andeutet – auf das für den Gegenstand zentrale Problem des Unterlassens eingehen. In meiner Ethik-Definition wurde schon sichtbar, dass die Ethik nicht nur auf Handlungen oder Handlungsentscheidungen bezogen ist. Auch der Begriff ‚Verhalten‘, der stärker das Nicht-Handeln einschließt, greift zu kurz. Stattdessen habe ich von ‚Lebensweisen‘ gesprochen. Philosophisch (und z. T. auch rechtlich betrachtet) sind diese Differenzierungen eher sekundär. Denn man kann tatsächlich nach unserem Recht für etwas bestraft werden, das man gar nicht getan hat, wenn man z. B. einer Person in einer Notlage nicht hilft, obwohl die Hilfe möglich, erforderlich und zumutbar ist (§ 323c StGB).

Ich komme darauf später noch einmal zurück, möchte hier aber zunächst philosophisch noch tiefer fragen, ob Unterlassungen nicht grundsätzlich Hand-



lungen gleichzustellen sind, eben als eine Art ‚negative Handlung‘ zu betrachten sind. Eine solche Position hat prominent der Philosoph Georg Henrik von Wright vertreten, indem er sprachlich zwischen Handlungen (*acts*) und Handeln (*action*) unterscheidet. Die Überkategorie ist für ihn die Handlung (*act*), die sich in die Modi des Handelns, sei es in den Modus der ‚Tätigkeit‘ (*action*), sei es in den Modus der Unterlassung (*forbearance*) ausdifferenzieren lässt (von Wright 1963: 48). Ein Nicht-Tun ist demnach eben auch eine Handlung, wenn auch eine im Modus des Unterlassens (Flick 2015).

Als deutscher Philosoph und Ethiker hat sich Dieter Birnbacher intensiv mit dem Problem beschäftigt, und zwar in seiner 1995 in erster und 2015 in zweiter Auflage erschienenen Arbeit *Tun und Unterlassen*. Birnbacher expliziert Tun und Unterlassen zwar als Kontrastbegriffe (Birnbacher 2015a: 27–60), schreibt ihnen aber gleichermaßen kausale Wirksamkeit zu (ebd.: 61–90), so dass sie moralphilosophisch auch zu denselben Schlussfolgerungen führen. Der praktische Philosoph Birnbacher, der insbesondere auch als Medizin- und Klimaethiker bekannt ist, steuert hier bereits auf die Frage zu, ob Tun oder Unterlassen, Handeln oder Geschehen-Lassen ethisch verschieden bewertet werden müssen. Dass sie moralisch verschieden beurteilt werden, ist uns allen bewusst: Wer vorsätzlich lügt, wird moralisch strenger beurteilt, als eine Person, die einen Sachverhalt verschweigt. Schließlich reflektiert Birnbacher die (wie schon angedeutet) insbesondere rechtlich maßgebliche Frage nach der Kausalität von Unterlassungen im Vergleich mit positiven Handlungen. Kann man auch für die Folgen von nicht vollzogenen Handlungen zur Verantwortung oder Rechenschaft gezogen werden? Hierzu gibt es innerhalb der Rechtsphilosophie unterschiedliche Meinungen: Birnbacher und Hommen (wie auch von Wright) sprechen von einer „negativen Kausalität“ (Birnbacher/Hommen 2012), die besagt, dass auch Unterlassungen kausal mit den Folgen des Nichts-Tuns verbunden sind. Andere wie z. B. Michael S. Moore (2009) haben in Frage gestellt, dass Unterlassungen als kausale Faktoren bzw. Ursachen im engeren Sinn von Ereignissen betrachtet werden können.

Die Frage der Kausalität von (positiven) Handlungen und Unterlassungen kann im rechtlichen wie auch im ethischen Zusammenhang von größter Bedeutung sein. Macht es nicht einen Unterschied, ob ich z. B. ein schwerbehindertes neugeborenes Kind sterben lasse oder ob ich es aktiv töte? Oder ob ich es unterlasse, bei dem Suizid meiner an Krebs erkrankten Schwester einzugreifen, ihr assistiere, indem ich ein tödliches Mittel bereitstelle, oder ob ich ihr das Mittel verabreiche, also die zum Tode führende Handlung selbst ausführe? Im Zusammenhang einer Verzichtsethik spielt die Frage der Kausalität hingegen keine so wesentliche Rolle und wird lediglich hinsichtlich der handlungstheoretischen Grundfragen in den Blick genommen (Zimmermann/Zimmermann 2019). Ich möchte dabei zwei Punkte vertiefen: zum einen die Definition des Unterlas-

sungsbegriffs und zum anderen die moralisch-philosophische Bewertung von passivem Verhalten, also Untätigkeit.

#### a) Der Begriff der Unterlassung

In der *Enzyklopädie Philosophie und Wissenschaftstheorie* wird „Unterlassung“ als „Bezeichnung für die vermeidbare Nichtausführung einer Handlung im engeren Sinne, d. h. eines aktiven Verhaltens“ (Lübbe 2024: 212) definiert. Der wesentliche Akzent liegt hierbei auf der Vermeidbarkeit der Nichtausführung – das klingt kompliziert und ist auch als doppelte Verneinung tatsächlich etwas um die Ecke gedacht. Birnbacher formuliert deshalb m. E. klarer, wenn er statt von „vermeidbaren Nichtausführung“ einfach von der „Möglichkeit“ der Ausführung spricht. Genau genommen knüpft Birnbacher die Grundform des Unterlassens an zwei Bedingungen, die „individuell notwendig und zusammen hinreichend sind“ (Birnbacher 2015a: 34). Zum einen die Nicht-Ausführung einer Handlung und zum andere die realistische Möglichkeit, sie praktisch auszuführen. Wenn also ein Handlungssubjekt (S) etwas unterlässt, heißt das

- 1) S führt die Handlung (h) nicht aus – oder anders formuliert: Es ist nicht der Fall, dass S h ausführt.
- 2) S könnte h ausführen.

Wenn z. B. eine Passantin am Straßenrand bei einem fahrerlos rollenden Auto die Bremse nicht betätigt (und damit z. B. ein Kind überrollt und getötet wird), würden wir nicht sagen, dass sie es unterlassen hat, zu bremsen oder das Auto aufzuhalten. Sie konnte es schlichtweg nicht. Wir können von dem Handlungssubjekt also nur dann sagen, dass es unterlässt, etwas zu tun, wenn es tatsächlich in der Lage ist, diese Handlung auch auszuführen. Insofern reicht die Bedingung 1) allein nicht aus, vielmehr müssen 1) und 2) zusammenkommen, um von einer Unterlassung zu sprechen. Es muss die Möglichkeit – und zwar in objektiver wie auch in subjektiver Hinsicht – bestehen, eine Handlung auszuführen. Wenn also objektiv eine Eingriffsmöglichkeit für eine Person besteht, dann muss diese nicht nur erkennbar sein, sondern sie muss vom Akteur subjektiv auch tatsächlich erkannt worden sein (Birnbacher 2015a: 37–44). Um im Beispiel zu bleiben: Wenn die Passantin also die Möglichkeit hätte, das Kind von der Fahrbahn zu ziehen, bevor es überrollt wird, dann muss sie diese Möglichkeit auch tatsächlich erkannt haben. Möglicherweise hatte sie aber nicht gesehen, dass das Auto fahrerlos war, also eine Lebensgefahr bestand. Sie hätte also objektiv das Kind retten können, aber hat subjektiv die Gefahr und ihre Handlungsmöglichkeit nicht gesehen. In diesem Fall können wir zwar sagen, sie rettete das Kind nicht, aber wir würden begrifflich präzise nicht sagen können, sie unterließ es, das Kind zu retten. Von Unterlassung kann also nur dann gesprochen werden,

wenn ein Handlungssubjekt die Möglichkeit des Handelns objektiv hat und subjektiv erkannt hat und sie dennoch nicht ausführt.

In der philosophischen Debatte wurde nun insbesondere eine weitere Eingrenzung des Unterlassungsbegriffs vorgenommen. Man könne – so einige Philosoph\*innen – nur dann von einer Unterlassung sprechen, wenn außer den beiden genannten Bedingungen noch eine dritte hinzutritt, nämlich die Erwartung oder Verpflichtung, eine positive Handlung auch auszuführen (Birnbacher 2015a: 47). Auch die strafrechtliche Bewertung von Unterlassen unterliegt einer ähnlichen Einschränkung. Während aktives Tun grundsätzlich strafbar ist, sofern es einen Straftatbestand erfüllt, gilt dies für das Unterlassen lediglich dann, wenn eine Rechtspflicht zum Handeln besteht. Strafrechtlich unterscheidet man hierbei zwischen den sog. echten Unterlassungsdelikten, bei denen bereits ein bestimmtes Unterlassen selbst unter Strafe steht (z. B. die Unterlassene Hilfeleistung, § 323c StGB). Und den sog. unechten Unterlassungsdelikten, bei denen ein Begehungsdelikt durch Unterlassen verwirklicht wird und sich die Pflicht zum Handeln aus der besonderen Verantwortungsbeziehung zwischen dem Akteur zum Opfer (sog. Garantenpflicht, § 13 Abs. 1 StGB) ergibt. So sind beispielsweise Eltern verpflichtet, ihre Kinder vor Gefahren zu schützen (§ 1626 Abs. 2 BGB), ebenso wie dem Arzt/der Ärztin kraft Behandlungsvertrag eine Schutzpflicht gegenüber der ihm/ihr anvertrauten Patient\*innen zukommt. Ergibt sich die Strafbarkeit des Unterlassens durch die besondere Beziehung zwischen Täter und Opfer, statuiert das Gesetz eine fakultative Strafmilderung (§ 49 Abs. 1 StGB). Unterlassen ist mithin lediglich unter engen Voraussetzungen strafbar und wird tendenziell milder bestraft als aktives Tun.

Den Unterlassungsbegriff auf diese Weise einzugrenzen, hat zweifellos große Vorteile für die Rechtspraxis, denn sonst könnten Menschen in bald inflationärer Weise zur Rechenschaft für ihr Nicht-Handeln herangezogen werden, ohne dass sie unmittelbar in Geschehnisse eingebunden sind oder die Kompetenz für bestimmte Handlungen haben. In ethischer Hinsicht bleibt es hingegen problematisch. Wenn ein Firmenchef es unterlässt, für Saisonarbeiter\*innen in Deutschland den Mindestlohn zu bezahlen, begeht er eine Ordnungswidrigkeit (§ 21 MiLoG) bzw. Straftat bezüglich der nicht ordnungsgemäßen Abfuhr von Sozialversicherungsbeiträgen (§ 266a StGB). Wenn ein Firmenchef unter einer Größe von 1000 Mitarbeiter\*innen in Deutschland (gemäß des Lieferkettensorgfaltspflichtengesetzes, LkSG) in Filialfirmen z. B. in Bangladesch keinen ausreichenden Arbeitsschutz gewährt, hingegen nicht. In letzterem Fall ist der Chef zwar für sein Nicht-Handeln *de iure* nicht strafbar, weil es z. B. keine oder nur unzureichende Arbeitsschutzgesetze in diesem Land gibt, die ihn zur Handlung verpflichten. Moralisch bleibt die Unterlassung aber dennoch bedenklich. Denn wäre er nicht auch ohne gesetzliche Vorgaben verpflichtet, die Herstellungsbedingungen von Produkten zu prüfen, die er günstig einkaufen kann? Hier sind

wir allerdings über die reine Deskription einer Unterlassung hinausgegangen und haben sie ethisch bewertet, was mich zum nächsten Punkt führt.

## b) Die ethische Bewertung von Unterlassungen

Wie oben ausgeführt, ist es die Aufgabe der Ethik, Handlungen zu bewerten. Ethik kann nur dann Orientierung in Entscheidungssituationen geben, wenn sie zu Urteilen gelangt, welche Handlung richtig oder falsch, oder besser oder schlechter ist. Derartige Wertungskategorien sind nicht nur von bestimmten Normen und Kontexten oder zeitlichen Gegebenheiten abhängig. Evaluative ethische Urteile hängen auch in hohem Maße von dem ethischen System ab, innerhalb dessen sie abgegeben werden. Eine Handlung wie z. B. die Wahrheit zu sagen, könnte in einer bestimmten Situation fatal sein, wenn man z. B. einem/ einer Gewalttäter\*in offen sagt, wo sich sein/ihr Opfer versteckt hält. Gleichwohl ist es ethisch falsch zu lügen, wenn man in einem ethischen System wie der Kantianischen Pflichtenethik denkt, die eine Handlung nur dann als gut ansieht, wenn aus ihr ein allgemeines Gesetz werden kann. Lügen wird niemand zu einem grundsätzlichen Prinzip machen wollen, obgleich die Mehrheit von Menschen doch der Meinung wäre, den/die Gewalttäter\*in besser anzulügen, als das Opfer zu verraten.

Nun könnte man fragen, ob es einen Unterschied macht, ob man lediglich verschweigt, mitzuteilen, wo sich das Opfer befindet, oder ob man explizit entgegen der Tatsache sagt, dass es nicht dort sei oder man es nicht wisse. Allgemeiner gesprochen: Gibt es einen moralischen Unterschied, etwas zu unterlassen (schweigen) oder aktiv zu handeln (lügen)? Hier kommt noch ein weiterer Aspekt ins Spiel, nämlich derjenige der Absicht (*intentio*) des Handelns. Aufgrund der guten Absicht, einen Menschen zu retten, wird die Handlung moralisch legitimiert, vielfach sogar in beiden Handlungsmodi (Tun und Unterlassen). Ist es aber die Absicht durch Verschweigen z. B. eigene Fehler zu kaschieren, dann wäre es moralisch weniger gut oder gar verwerflich (z. B. das Schweigen beim Wissen über sexualisierte Gewalt). Der Aspekt der Absicht ist zunächst auf das Handlungssubjekt bezogen und wechselt die ethische Perspektive von einer Prinzipien- bzw. Pflichtenethik hin zur Gesinnungs- bzw. Tugendethik.

Einen Schritt weiter gehen konsequentialistische ethische Modelle, die die Handlungsfolgen als Maßstab der Bewertung heranziehen, unabhängig von Prinzipien oder noch so guten Absichten. Für eine konsequentialistische oder teleologische Ethik zählt das Ergebnis, das Ziel (*telos*) oder die Handlungsfolge. Im Präferenzutilitarismus von Peter Singer, zum Beispiel, macht es moralisch keinen Unterschied, ob ein schwerstbehindertes Neugeborenes nicht behandelt oder aktiv getötet wird. Ziel der Handlung ist jeweils das Eintreten des Todes, sei es durch Unterlassung intensivmedizinischer Maßnahmen (z. B. die Einleitung künstlicher Beatmung), sei es durch aktives Handeln (z. B. einer tödlichen