

HEIKE DERWANZ (HG.)

# MINIMALISMUS

EIN READER

[transcript]

**Aus:**

*Heike Derwanz (Hg.)*

## **Minimalismus – Ein Reader**

April 2022, 236 S., kart., 13 Farbabb., 9 SW-Abb.

38,00 € (DE), 978-3-8376-6076-0

E-Book: kostenlos erhältlich als Open-Access-Publikation

PDF: ISBN 978-3-8394-6076-4

Minimalismus prägt den Alltag von immer mehr Menschen. Für jüngere Generationen erscheint Minimalismus als neues Phänomen, das – häufig vermischt mit einer ökologischen Lebensweise – die Kultur in Deutschland verändert. Dass diese Diskussion über Wohlstand, Besitz und menschliche Grundbedürfnisse eine lange Tradition besitzt, ist bisher im populären Diskurs nicht sichtbar. Der Minimalismus-Reader eröffnet erstmals die Vielschichtigkeit des Phänomens durch verschiedene wissenschaftliche Perspektiven aus der Kulturanthropologie, Soziologie, Ethnologie, Kulturpsychologie, Katholischen Theologie, Ostasiatischen Kunstgeschichte und Designgeschichte.

**Heike Derwanz** ist Juniorprofessorin für die Vermittlung Materieller Kultur an der Carl von Ossietzky Universität Oldenburg. Die Kultur- und Kunstwissenschaftlerin war vor einer Vertretungsprofessur in Ethnologie und Kulturwissenschaften an der Universität Bremen Projektkoordinatorin der interdisziplinären Forschungsinitiative »Low-Budget-Urbanität« an der HafenCity Universität Hamburg. Seit 2018 erforscht sie in dem DFG-geförderten Projekt »Textilminimalismus. Pioniere nachhaltiger Praxis?« die Alltagspraktiken deutschsprachiger Minimalist:innen. Ihre thematischen Schwerpunkte sind u. a. die Kulturanthropologie des Textilen und der Mode, ökonomische Praktiken und Stadthnologie.

Weitere Informationen und Bestellung unter:  
[www.transcript-verlag.de/978-3-8376-6076-0](http://www.transcript-verlag.de/978-3-8376-6076-0)

# Inhalt

---

## **Perspektiven auf das Phänomen Minimalismus**

Zur Einführung

*Heike Derwanz (Kulturwissenschaften)* ..... 7

## **Minimalismus alltagskulturell**

Konsumverzicht als komplexe Tauschpraxis

*Timo Heimerdinger (Kulturanthropologie)* ..... 35

## **Licht und Schatten der Wahlfreiheit**

Minimalismus und nachhaltiger Konsum in der sozial-ökologischen Transformation

*Stephan Lorenz (Soziologie)* ..... 57

## **Einblicke in minimalistische Kleiderschränke**

Von textilen Alltagspraktiken und minimalistischen Prozessen

*Verena Strebinger (Kulturanthropologie)* ..... 69

## **Rückzug als Fortschrittsutopie**

Kulturpsychologische Anmerkungen zum Minimalismus

*Herbert Fitzek (Kulturpsychologie)* ..... 89

## **Einfachheit, Glück und Askese**

Themen minimalistischer Auseinandersetzung in Deutschland

*Heike Derwanz (Kulturwissenschaften)* ..... 111

## **Minimalismus als christliche Grundhaltung**

*Michael Plattig O.Carm. (Katholische Theologie)* ..... 137

## **Inspiration Zen?**

Minimalismus als Weg

*Wibke Schrape (Ostasiatische Kunstgeschichte)*..... 159

## **Minimalismus als Universalismus**

Zur Ästhetik des Weniger in der Moderne

*Annette Geiger (Designgeschichte)*..... 183

## **Das gute Leben jenseits der Konsumkultur**

Reimagining the good life beyond consumer culture:

A revolution in consciousness [Übersetzung aus dem Englischen]

*Samuel Alexander (Politikwissenschaften)* ..... 205

**Autor:innen** ..... 233

# Perspektiven auf das Phänomen Minimalismus

## Zur Einführung

---

Heike Derwanz (Kulturwissenschaften)

Minimalistische Ästhetiken und Fragen zu Einfachheit und Überfluss schwirren durch Internet und Printmedien. Für jüngere Generationen erscheint Minimalismus als neues Phänomen, das gegenwärtig die Alltagskultur in Deutschland verändert. Dass aber die Diskussionen über Wohlstand, Besitz und menschliche Grundbedürfnisse lange Traditionen haben, ist bisher im populären Diskurs nicht sichtbar. Ausgehend vom Minimalismus-Trend möchten wir mit diesem Buch erstmals den Zugang zur Vielschichtigkeit des Phänomens und seiner langen Kulturgeschichte eröffnen. Der Reader ist einführend und zugänglich sowohl für Studierende als auch für Interessierte konzipiert. Als Produkt eines Workshops zu interdisziplinären Perspektiven auf Minimalismus ist er Teil des Forschungsprojektes *Textil-Minimalist:innen – Pioniere nachhaltiger Praxis?* (2018–2021). In dem kulturanthropologischen Projekt stellten wir uns die Frage, ob und wie nachhaltigere Lebensweisen im Alltag bereits durch Minimalist:innen umgesetzt werden. Sind sie die Vorbilder, die uns in ihren Videos zeigen, wie wir Programme zur Erhaltung unseres Planeten in Realität umwandeln können? Minimalismus berührt dabei so viele Fragen zum Leben im 21. Jahrhundert, dass besonders die Zusammenarbeit verschiedener Disziplinen Lösungen verspricht.

Bei der wissenschaftlichen Beschäftigung mit zeitgenössischen kulturellen Phänomenen haben die verschiedenen sozial- und kulturwissenschaftlichen Disziplinen eigene Perspektiven und Methoden. Religiöse Texte und Texte der griechischen Philosophie sind faszinierende historische Quellen, die das Maßhalten diskutieren. Im wissenschaftlichen Raum wird heute vor allem aus der Perspektive der Konsumforschung in den Wirtschafts- und Sozialwissenschaften über Minimalismus und freiwillige Einfachheit nachgedacht. Minimalismus selbst erscheint dabei als ein Sammelbegriff unterschiedlicher Praktiken, Ästhetiken und Motivationen. Der Minimalismus-Reader beginnt

mit den zeitgenössischen Deutungen des heute in den Medien sichtbaren Phänomens aus der Perspektive der Soziologie, Kulturanthropologie und Kulturpsychologie und geht dann in historische Betrachtungen der Kulturwissenschaft, Theologie, Kunst- und Designgeschichte über. Der letzte Beitrag ist die Übersetzung eines Artikels des australischen Politikwissenschaftlers Samuel Alexander über die transnationale Bewegung der »freiwilligen Einfachheit«, Voluntary Simplicity, einer alternativen Bezeichnung für den Lebensstil des Minimalismus.

In manchen Disziplinen, zum Beispiel in der Kulturanthropologie, Soziologie oder morphologischen Kulturpsychologie, werden eigene empirische Daten gesammelt. In anderen wird mittels Interpretation und Kontextualisierung von Quellen aus kulturellen Archiven der heutigen Populärkultur bis hin zu kanonisierten Werken der Hochkulturen gearbeitet. In all den Spuren menschlicher Lebensstile und des Nachdenkens über Einfachheit und Maßhalten finden die Autor:innen des Readers Motive des zeitgenössischen Minimalismus. »Seit den Anfängen der anthropologischen Reflexion weiß der Mensch um die Gefährdung seiner selbst durch Maßlosigkeit und Vermessenheit« (Hufnagel 2010: 204), bemerkt der Mainzer Philosoph Erwin Hufnagel. In dieser Einführung möchte ich mich deshalb mit den in allen Disziplinen vorhandenen Grundkonstanten des Themas beschäftigen: erstens dem Maß und den Dingen, zweitens Ästhetiken und Gestaltungen und drittens darüber ausgehandelte Normen und die moralische Aufladung des Themas.

## Das Maß und die Dinge

Dass Menschen *zu viele* Dinge besitzen können, wird in Berichten und Dokumentationen über das Messie-Syndrom, aber auch in der Netflix-Serie »Aufräumen mit Marie Kondo« seit Jahren deutlich kommuniziert. Das pathologische Horten von Dingen ist als zwanghafte Persönlichkeitsstörung anerkannt (Pritz et al. 2009). Auch in der Ankündigung der Netflix-Serie wird auf die negativen Auswirkungen von zu vielen Dingen hingewiesen, sie seien Altlasten, die beseitigt werden müssten, und erst das Aufräumen schaffe Raum für Lebensfreude (Netflix o. J.). Minimalismus scheint das Gegenbild zu einer Machtübernahme der Dinge zu sein, das Kontrolle, Ordnung und Schönheit bringt.

Ratgeber und Studien beschreiben, dass Messies Dinge anders bewerten, ein anderes Verhältnis zu ihnen haben. Messies, so schreiben Cherrier und

Ponnor (2010) sowie Pritz et al. (2009), sehen in allen Dingen ein Potenzial für die Zukunft. Sie denken, dass sie die Dinge wieder gebrauchen werden und können sich deshalb von Verpackungen, Zeitungen oder anderem nicht trennen. Minimalist:innen hingegen leben genau diese Beziehung zwischen Menschen und Dingen nicht. Das Ziel ihrer Reflektionen über das »Dinge Brauchen« ist, viele Dinge nicht mehr besitzen zu müssen. Wie unter einem Vergrößerungsglas werden so die Beziehungen zwischen Menschen und ihren Dingen im Messie-Sein und im Minimalismus als Lebensformen sichtbar. Ich möchte diese Beobachtung theoretisch in der in diesem Reader präsentierten wissenschaftlichen Position der Materiellen Kultur verankern.

Minimalismus als Lebensform betrifft in seiner materiellen Dimension zunächst den Alltag und den Haushalt, nachgeordnet die Produktion der Dinge. Sie sind Forschungsgegenstände des interdisziplinären Bereiches der *Materiellen Kultur*, die sich zunächst mit der materiellen Seite heutiger oder früherer Kulturen beschäftigte (Bräunlein 2012: 31). Dinge wurden hier als Zeichen für menschliches Handeln gesehen und es wurde versucht, ihre Bedeutung nachzuvollziehen (ebd.: 34). Ab den 1980er-Jahren wurden die Dinge auf andere Weise in den Mittelpunkt gerückt, indem sie mit Praktiken und Handlungsmacht verbunden wurden. In den USA und Großbritannien entstanden die *Material Culture Studies* und in verschiedenen Wissenschaften spricht man von einem *Material Turn* (ebd.: 35). Um die scheinbare Macht der Dinge im Leben von Minimalist:innen und Messies zu verstehen, braucht es diese neuen Konzepte, die das soziale und kulturelle Leben von Menschen nicht mehr als etwas Immaterielles abtrennt von der Welt der Dinge denken (Samida et al. 2014: 4 f.). Im Zuge der Akteur-Netzwerk-Theorie wird seitdem von der Agency, der Wirkmacht von Dingen, gesprochen, die sie in Verbindung mit menschlichen und nicht-menschlichen Akteur:innen haben (Hahn/Neumann 2018: 11–15). Das Bild der Netzwerke wurde mittlerweile weitergedacht und mit anderen Anteilen, wie Atmosphären, zum Bild der Assemblagen ausgeweitet (Derix et al. 2016: 395; Hahn/Neumann 2018: 25; Farias 2010: 14 f.). In minimalistischen Wohnungen herrschen zum Beispiel ruhige und klare Atmosphären, die eine Überflutung von Oberflächen mit Stiften, Kassenzetteln, Werbeflyern und anderen alltäglichen Dingen als unpassend erscheinen lassen. In Assemblagen ermöglichen Dinge das Wirken von Menschen und umgekehrt. Neu daran ist, dass auch Potenziale, Wünsche und Projektionen einbezogen werden. Dinge sind also Zeichen und Medium, ihre Bedeutungen und Funktionen sind aber stark abhängig vom Kontext und von unserer aktuellen Beziehung zu ihnen (Samida et al. 2014: 1). Für die Diskussion über Mini-

malismus sollten deshalb zwei Merkmale der wissenschaftlichen Diskussion gegenüber dem Alltagsverständnis hervorgehoben werden: Zum einen geht die Bedeutung von vielen Dingen in unserem Leben weit über den »praktisch-funktionalen Sach- oder Nutzwert« hinaus, wie Samida et al. es formulieren (ebd.). Sie seien, so Samida et al., mehr als die »Summe einiger genau spezifizierter Eigenschaften« (ebd.: 8). Sie besitzen beispielsweise gerade im Alltag eine orientierende Funktion und ordnen unsere Lebenswelt (ebd.). Zum anderen sind die Rollen und Bedeutungen, die Dinge annehmen, ambivalent, widersprüchlich (ebd.) oder nicht immer vorhanden (Hahn 2010: 17).

Genau diese Vielfalt zeigt sich in der oft ungewöhnlichen Umgangsweise von Messies und Minimalist:innen mit Dingen. Cherrier und Ponnor beispielsweise untersuchten funktionale Messies, also Personen, die sich noch in ein Leben mit anderen Menschen integrieren können (2010: 10). Sie stellten fest, dass die Bedeutung von Dingen von ihren Gesprächspartner:innen im Kontext der Wegwerfgesellschaft gesehen werden und primär auf drei Aspekten beruhen. Die Befragten verbinden sich emotional durch die Dinge erstens mit der Vergangenheit und zweitens mit der Zukunft: Sie bewahren die Dinge auf, die sie an Orte, Menschen und Ereignisse erinnern. Sie bewahren aber auch Dinge für zukünftige Generationen (ebd.: 13, 17). Ein wichtiges drittes Motiv ist der Wunsch, Ressourcen zu schonen und damit nachhaltig zu handeln (ebd.). Es macht nun den Umgang von Messies mit Dingen aus, dass diese Beweggründe zum Horten führen, nicht aber zur Pflege und konservierenden Aufbewahrung (ebd.: 18). Die Dinge nehmen überhand und können nicht mehr gemanagt werden. Bei dysfunktionalen Messies vermischt sich Haushaltsabfall mit anderen Gegenständen und lässt keine Organisation oder Kontrolle mehr zu (ebd.: 9). Ihre ursprüngliche Motivation, Dinge für schlechte Zeiten vorzuhalten, kann nicht mehr eingelöst werden und führt stattdessen zu einem sozialen Rückzug (ebd.). Es ist die Menge der Dinge und die Unmöglichkeit ihrer funktionalen Ordnung, die das Gegenbild zur minimalistischen Lebensweise bilden. Aus der theoretischen Perspektive der materiellen Kultur ist es aber auch eine Überladung mit Bedeutungsebenen und Potenzialen. »Messies«, schreiben Pritz et al., »weigern sich, die Dinge nur nach ihrem Nutzen zu beurteilen, sie machen sie zu Wertgegenständen [...]« (2009: vii). Auch die Kulturanthropologin Sophie Woodward weist in einer Studie über »Kram« (*clutter*) darauf hin, dass es so schwer ist, mit ihm umzugehen, weil er mit sozialen Beziehungen aufgeladen ist und durch seine Materialität Macht über Menschen besitzt (2021: 13). Kram ist gar eine Assemblage verschiedener Dinge mit der Tendenz, sich zu erweitern (Löfgren

2012: 113). Er führt uns einen Konflikt vor Augen: Wir möchten nachhaltig und sparsam handeln und Dinge mehrmals benutzen und andererseits aufgeräumt wirken (ebd.).

Minimalismus setzt hier mit sowohl emotionalen als auch funktionalen Strategien zur Bewältigung der in der Überflussgesellschaft vorhandenen Dinge an. Die Hamburger Ethnologin Julia Susan Helbig beschreibt in ihrer Arbeit »Minimalismus zwischen Downshifting und Konsumverzicht«:

»Die materiellen Lebensumstände werden von den Akteuren selbst nicht als Reichtum erlebt, sondern als Belastung. Das Verwalten der vielen persönlichen Gegenstände wird als Herausforderung empfunden und die damit verbundenen Ressourcen von Zeit und Raum als Verschwendung bedauert. Die Akteure sind der Ansicht, dass Gegenstände, die keine Verwendung finden, unnötigerweise zu viele von diesen Ressourcen binden. Durch ein Reduzieren des eigenen Besitzes sollen diese Ressourcen wieder frei gesetzt werden.« (2015: 55)

Das Aufräumen oder »Entrümpeln« wird nicht nur von Julia Susan Helbig, sondern auch in der ethnografischen Studie von Verena Strebinger als Einstiegspraxis benannt. Beschrieben werden emotionale Herangehensweisen, zum Beispiel die der amerikanischen Minimalistin Courtney Carver in ihrem Jahrescoaching *A simple year*. Hier leiten folgende drei Fragen das Sortieren von persönlichen Gegenständen: Bedeutet es mir etwas? Welche Emotionen fördert das Objekt? Würde ich es mir zu Hause hinstellen? (2009: 23). Aber auch rein funktionale Methoden werden in minimalistischer Literatur erwähnt, wie zum Beispiel, alles auszusortieren, was nicht regelmäßig genutzt wird (Helbig 2015: 68). Helbig betont, dass die materiellen Dinge in ihrer Reduktion von Minimalist:innen genutzt werden, um »das eigene Leben klarer, übersichtlicher und einfacher zu gestalten, sicht-, zeig- und erfahrbar« (ebd.: 65).

Das Ziel des minimalistischen Umgangs mit Dingen wird oft durch das Zitat des Architekten Mies van der Rohe »less is more« (Chayka 2020: 63) zusammengefasst und häufig auch angepasst, wie im Namen des Blogs von Courtney Carver *Be more with less*. Die Begriffe *Weniger* und *Minimum* – das geringste oder niedrigste Maß – geben vielen Konzepten ihre Namen. Das Abgeben von Dingen (und auch immateriellen und digitalen Aspekten wie Freundschaften oder Mitgliedschaften), um etwas anderes dafür zu bekommen, ist der Zugang des ersten Artikels dieses Sammelbandes. Der Kulturanthropologe **Timo Heimerdinger** setzt sich darin mit dem Begriff und den

Praktiken des Verzichts im Alltag auseinander. Heimerdinger schlägt eine Definition minimalistischer Alltagspraktiken vor, die nicht die Reduktion oder den Verzicht auf Besitz oder bestimmte Tätigkeiten in den Fokus rückt, sondern den Nutzen und Gewinn, der durch die Reduktion erreicht wird. Das intentionale und zielgerichtete Loswerden, um etwas anderes zu erlangen, entspricht einer Tauschökonomie, die durch Heimerdingers kulturalanthropologische Analyse des Phänomens mithilfe des Verzicht-Begriffes in den Blick kommt. Dies illustriert das Beispiel der wohl international bekanntesten Fürsprecher des Minimalismus, die sich »*The Minimalists*« nennen. Die Amerikaner Joshua Fields Milburn und Ryan Nicodemus haben ihren minimalistischen Prozess und auch ihre Definitionen von Minimalismus in mehreren Büchern nachvollzogen. Sie betonen den Aspekt des bewussten Tausches:

»Minimalists don't focus on having less, less, less. Rather, we focus on making room for more, more, more: more time, more passion, more experiences, more growth, more contribution, more contentment – and more freedom. It just so happens that clearing the clutter from life's path helps us make that room.« (2015: 4)

Die vielen Selbstdokumente von Minimalist:innen lassen zwar erkennen, dass Minimalismus immer eine persönliche Reise darstellt, die individuell begangen wird (siehe die Beiträge von Heimerdinger, Strebinger und Schrape in diesem Band), aber sie ermöglichen damit noch keinen wissenschaftlichen Zugang dazu, wie Minimalist:innen das neue Maß der Dinge finden und halten. **Verena Strebinger** zeigt in ihrem Artikel am Beispiel von Kleidung, wie drei von 45 interviewten Minimalist:innen ihren Kleiderschrank, aber auch ihre Beziehung zu ihrer Kleidung bearbeitet haben. Anhand ihres selbst erhobenen Datenmaterials beschreibt Strebinger detailliert den minimalistischen Prozess und widerlegt damit, dass es »nur« um eine Reduktion des Kaufens geht. Minimalist:innen überdenken und verändern vielmehr ihren gesamten Umgang mit Kleidung. Das neue Maß an Kleidung gibt den Ausschlag, sie auch anders zu behandeln. Der minimalistische Umgang mit Dingen zeigt sich damit vor allem in der Bewusstwerdung von Alltagspraktiken.

Für die eigenen Dinge ein neues Maß finden zu wollen, kann durch die Erfahrung des Überflusses und eines dadurch hervorgebrachten Kontrollverlustes motiviert sein. Der amerikanische Ökonom John Kenneth Galbraith hat in seinem Buch »*The affluent society*« bereits 1958 den Begriff der Überflusgesellschaft geprägt. In der Soziologie wird allerdings unter anderem von Georg Kneer (2001) und Stefan Lorenz (2009) darauf hingewiesen, dass der

Begriff zwar aufgenommen wurde und selbsterklärend scheint, aber nicht präzise ist. Ursprünglich erklärt Galbraith mit dem Begriff der Überflussgesellschaft, dass es genug gibt, um alle zu versorgen, und dass nur die Verteilung das Problem sei. Er weist mehrmals auf die stetig zunehmende Werbung und Produktion von neuen Bedürfnissen hin. Aus ethnologischer Perspektive kann hinzugefügt werden, dass sich beispielsweise die Menge der Haushaltsgegenstände (Löfgren 2012) immer weiter erhöht hat sowie auch die Anzahl der Quadratmeter, auf denen Menschen in Deutschland leben (Jaeger et al. 2018; Destatis 2020). Maßlosigkeit, schreibt Thomas Vogel in seinem Buch über Kulturpraktiken und Konzepte der Mäßigung, sei in unserer Kultur Teil des Fortschritts und positiv bewertet (2018: 14).

Doch Überfluss ist nur ein Auslöser von vielen (Elgin/Mitchell 2003 [1977]: 147–152; Shaw/Newholm 2002; Craig-Lees/Hill 2002: 197; Tolga 2021: 29–34). Viele deutsche Minimalist:innen grenzen Minimalismus von Armut ab (Raeggel 2017; Klumb/Siewert 2017). Die Beispiele amerikanischer Minimalist:innen deuten jedoch darauf hin, dass Verschuldung und damit drohende Armut sehr wohl starke Motivatoren für den minimalistischen Alltag sind (Fields Milburn/Nicodemus 2015). Drohender Armut mit der Neudefinition von Überflüssigem zu begegnen, ist auch in ethnografischem Material des Ausgangsprojektes zu Textil-Minimalismus präsent, wird aber nicht häufig ausgesprochen. Das Minimieren wird hingegen als Fortschritt und positive Entwicklung erzählt. Aus kulturpsychologischer Perspektive hat sich **Herbert Fitzek** in diesem Band mit möglichen Erklärungen beschäftigt, wie für Minimalist:innen das Reduzieren als Fortschritt erlebt wird. Für ihn ist der zeitgenössische Minimalismus eine Bewegung, die versucht, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren und so der Gleichgültigkeit und dem Überfluss zu begegnen. Sie stellt damit eine Verkehrung des gesellschaftlich propagierten Fortschritts durch Wachstum dar. Minimalistische Strategien sind jedoch eine Hoffnung, sich selbst wehren zu können und die eigene Kultur zu korrigieren, auch wenn sie aus Sicht der Kulturpsychologie nicht das einzige Rezept für ein gelungenes Leben darstellen.

Minimalismus kann also, wie auch Sparsamkeit (Miller 1998: 132 ff.; Podkalicka/Potts 2014), zur Strategie werden, um dem Überfluss an Dingen im Haushalt zu begegnen. Historisch ist Sparsamkeit die (teils vorausschauende) Antwort auf Knappheit oder einen Mangel. Der vorsichtige und kluge Umgang zur Schonung der Ressourcen erlebte in den Ländern des globalen Nordens nach der Wirtschaftskrise 2008 ein neues Interesse (ebd.: 2). Wie wird nun Minimalismus, der viele Merkmale mit Sparsamkeit teilt, durch

Überfluss motiviert? Der schwedische Kulturanthropologe Löfgren hat in einem Projekt Überfluss im Alltag untersucht. In seiner Feldforschung sind ihm vor allem Routinen aufgefallen, die den Alltag handhabbar machen: »Through routinization, people integrate and absorb new tasks, skills, objects, and ideas into the everyday« (ebd.: 109). Gemeint sind damit beispielsweise Bewältigungsstrategien wie Priorisieren, Zusammenlegen von Aufgaben, Planen, Synchronisieren, aber auch Vereinfachen (ebd.: 110). Überlastung, so Löfgren, tritt dann auf, wenn Routinen wegbrechen. Der Haushalt ist ein »komplexes System von Ordnung« (ebd.: 114), in dem Bewältigungsstrategien wie Ordnen und Verstauen die Unordnung der Dinge in Schach halten sollen (ebd.: 115). »Vergessen, Ignorieren oder Übersehen« sind andere Routinen (ebd.: 117), die nicht in einen minimalistischen Haushalt zu passen scheinen. Die minimalistische Lebensweise, so scheint es an dieser Stelle, ist eine Metastrategie, um sich der Dinge im Haushalt bewusst zu werden – unserer Beziehung zu ihnen, ihrer Beziehung zu anderen Dingen sowie den alltäglichen Praktiken mit ihnen. Minimalist:innen reduzieren mit dieser Reflektion die emotionale Überfrachtung durch Dinge, wie sie bei Messies vorherrscht. Mit einem sehr viel enger gesteckten Rahmen aus Dingen und Wahlmöglichkeiten beugen sie dem psychologischen Syndrom der *decision fatigue* vor, der eingeschränkten Möglichkeit, Entscheidungen zu treffen und Kontrolle auszuüben (Pignatiello/Martin/Hickman 2018). Minimalismus ist eine Bewältigungsstrategie, die angepasst ist an die Überfluggesellschaft, in der die meisten Alltagsdinge massenproduziert, leicht ersetzbar und ohnehin nicht sehr langlebig sind. Doch Minimalismus wirkt nicht nur in der Handlung, sondern auch in der Wahrnehmung.

## Maßvolle Gestaltungen

Minimalismus ist vornehmlich als eine Strömung in der Gestaltung bekannt, sei es in den Bereichen Kunst, Architektur, Design oder Musik. In den Medien beschreibt der Begriff Minimalismus aktuell eine Gestaltung, deren Wirkung viele Menschen besonders zu faszinieren scheint. Der deutsche Minimalist Michael Klumb umschreibt in einem Interview die Entwicklung seines Wohnraumes durch Minimalismus:

»Ich stand in meiner Wohnung und alles war so unordentlich. Es war einfach zu viel. [...] Bis ich mit dem Zustand meiner Wohnung zufrieden war,

hat es ungefähr drei Jahre gedauert. [...] Wenn man weniger Zeug hat, kann man schneller aufräumen, es sieht ordentlicher aus und man hat mehr freie Flächen. Es gibt auch weniger Ablenkung. Fühlt man sich beispielsweise unwohl, schaut man zuerst, was man am Äußeren ändern kann. Indirekt hat es aber auch einen Effekt auf einen selbst. Man fühlt sich einfach besser. [...] Es kommt darauf an, wie man seine Wohnung gestaltet. Auf jeden Fall ist es erstmal leerer.« (Wiswedel o. J. 14 f.)

Aus der Perspektive der Philosophin und Minimalistin Ines Eckermann wird das Phänomen Minimalismus heute vor allem im Internet präsentiert:

»YouTuber, Blogger und Instagramer geben ihren Minimalismus großzügig der Öffentlichkeit preis. Sie nehmen uns mit auf eine Tour durch ihre spartanisch möblierte Bleibe, zeigen ihren winzigen Kleidungsstapel her oder erklären, wie man mit drei verschiedenen Zutaten ein Fünf-Gänge-Menü für Minimalisten zaubert. [...] Für manch andere Social-Media-Minimalisten grenzt es aber an ein Zuschaustellen des ultimativen Trend-Lifestyles und ihrer moralischen Überlegenheit [...].« (2019: 233)

Eckermann ist die Überzeichnung und Kritik an der Ästhetik in ihrem Buch »Ich brauche nicht mehr« ebenso wichtig wie die Wertschätzung.

So viel zur Vorstellung, wie sie Anfang der 2020er-Jahre von minimalistischem Leben und auch minimalistischem Design präsent ist. Dabei werden immer wieder dieselben Vorbilder herangezogen: das Design der Moderne, zum Beispiel die Entwürfe des Bauhauses und seiner Nachfolgeinstitutionen, skandinavisches Design mit seiner hellen, reduzierten Farbwahl und natürlichen Materialien sowie japanische Ästhetiken (Chayka 2020: 4; 168–227). In diesem Band widmet sich **Wibke Schrape** aus der Perspektive der ostasiatischen Kunstgeschichte drei Themen, in denen der japanische Zen-Buddhismus als Inspiration für Minimalismus wirkt: Alltagshandlungen, Raum und Dingbeziehung. Heutige Minimalist:innen wie auch Texte von Zen-Buddhist:innen beschreiben ritualisierte Alltagshandlungen, die eher über das Tun als über das Denken verhandelt werden und auf die Seele wirken. Hier werden die oben genannten Alltagspraktiken wie Aufräumen und Putzen genannt, die auch in den Konzepten der in der westlichen Welt sehr einflussreichen japanischen Aufräumungspezialistin Marie Kondō eine große Rolle spielen. Die Räume, auf die sich Minimalist:innen beziehen, sind dabei einfach und schlicht in wenigen Farben und Materialien gehalten und

finden in japanischen Wohn- und Teeräumen ein historisches Vorbild, das auch für die Vermarktung einer schlichten Ästhetik herangezogen wird.

Inspiziert von japanischem Wohnen und, dies wird wenig genannt, der Camping-, Bauwagenbewegung sowie Berg- und Waldhütten ist die Tiny-House-Bewegung medial sehr sichtbar. Die Ethnologin Lisa Maile publizierte eine Studie zu dieser »alternative[n], kostengünstige[n] und nachhaltige[n] Wohnform« (2020: 13). Das zunächst aus den USA bekannte Phänomen erlebt in Deutschland ebenfalls große Aufmerksamkeit. Es resultiert aus der Krise des deutschen Wohnungsmarktes in den Großstädten sowie den »grünen« Bewegungen. Das Leben in Tiny Houses wird von Maile eindeutig als »minimalistische Lebensweise« (ebd.: 15) bezeichnet und Minimalismus als ihr Vorläufer identifiziert (ebd.: 23). Mailes Intention ist es, die Bewegung als eine politische Antwort auf die Konsumgesellschaft zu lesen. Dies wird durch besonders umweltbewusste Praktiken beim Bau (und Betrieb) des Hauses ausgedrückt, das sich durch hochwertige Materialien, individuelle Details, multifunktionale Stauräume und Möbelstücke auszeichnet (ebd.: 26). Schon 1977 weisen die Autor:innen Elgin und Mitchell auf die qualitativen Unterschiede des *simple life* und seine ökonomischen Auswirkungen hin:

»Living simply need not be equated with living cheaply. The hand-crafted, durable, esthetically enduring products that appeal to frugal consumers are oftentimes purchased at a considerable premium over mass-produced items. [...] Material simplicity will thus likely be manifest in consumption styles that are less ascetic (of strictly enforced austerity) and more aesthetic (where each person will consider whether his or her level and pattern of consumption fits, with grace and integrity, into the practical art of daily living. « (2003 [1977]: 148)

Hochwertige Materialien und ein Fokus auf der Ästhetik waren schon in der Vergangenheit die Merkmale der Voluntary-Simplicity-Bewegung.

In den 1970er Jahren war die Kunstform der *Minimal Art* noch sehr präsent. Auch hier überraschte das Material und seine möglichst einfachen Formen. Minimal Art wurde ab 1963 von den US-amerikanischen Künstlern Donald Judd, Robert Morris, Dan Flavin, Carl Andre und Sol LeWitt in Form von Plastiken geometrischer Körper gezeigt (Brinkmann 2006: II f.). Aus heutiger kunsthistorischer Perspektive wird Minimal Art durch drei Merkmale charakterisiert:

»Die in Farbe und Form gravierende Reduktion minimalistischer Kunst wehrt sich gegen eine gefühlsbetonte Interpretation, wie sie so häufig beim vorausgehenden und sich zeitgleich weiterentwickelnden, sogenannten (amerikanischen) abstrakten Expressionismus Anwendung findet. Die drei Maximen der Minimal Art, sich *erstens* in Kunstwerken auf einfache geometrische Formen, die von Donald Judd sogenannten Primary Structures, zurückzubehalten, Werke *zweitens* in Serie herzustellen und dabei *drittens* auf industrielles Material sowie industrielle Fertigungstechniken zurückzugreifen, fordern nicht nur eine Neudefinition des Werkbegriffs, sondern auch der Künstlerin und des Künstlers.« (Krezdorn 2019: 72 f.)

Dies kann auch in verwandten Disziplinen nachvollzogen werden, etwa in der Architektur (beispielsweise die Karriere von Philip Johnsons Glashaus von 1949 [Chayka 2020: 56 f.]) oder in minimalistischen Produktdesigns wie von Dieter Rams, der mit seinen Büchern »So wenig Design wie möglich« (2013) oder »Weniger, aber besser« (2014) seine zehn Grundregeln zum puristischen Design verbreitete. Die Gestaltungsrichtungen beeinflussten sich dabei in ihrer dekorationslosen, funktionalistischen Gestaltung gegenseitig, wie in Abb. 1 zu sehen ist, wo sich Innenarchitektur und Kleidung im minimalistisch gestalteten Geschäft der Marke Jil Sander ergänzen.

Auch im Bereich modischer Kleidung diente minimalistische Ästhetik als Narrativ. Zeitschriften, wie »Vogue« und »Harper's Bazaar«, haben Künstler:innenaussagen und Beispiele der Minimal Art seit den 1960er-Jahren aufgenommen »to acclimate middle-class taste to the aesthetics of minimalism by pointedly fusing the dictates of minimal art and minimal fashion«, schreibt die Modehistorikerin Elyssa Dimant (2010: 47). Während Ingrid Loschek den Purismus als Stil erst in den 1990er-Jahren ansetzt und Minimalismus als seine Erweiterung begreift (Loschek 2007: 238), setzen die beiden Übersichts-bände »*Minimalism and fashion. Reduction in the post-modern era*« von Elyssa Dimant und auch Harriet Walkers »*Less is more. Minimalism in fashion*« den Zeitpunkt weitaus früher an. Harriet Walker beispielsweise bemerkt: »Any history of fashion in the twentieth century is a history of minimalism« (2011: 9). Sie bezieht dies auf die Entwicklung reduzierter und funktioneller Kleidung, die günstig für viele Menschen maschinell hergestellt werden konnte (ebd.: 11).

In den 1980er- und 1990er-Jahren wird der Begriff Minimalismus in Deutschland reflexartig für die Kleidung der Designerin beziehungsweise ab 1999 der Marke Jil Sander benutzt. Auf einer Modewebsite wird sie zitiert mit dem Credo: »Die reinste Form von Luxus ist Reduktion. Ein Kleidungsstück

*Abb. 1: Jil-Sander-Geschäft in Mailand, Gestaltung Büro Gabellini Sheppard (2000).*



Foto: Paul Warchol (2017).

ist perfekt, wenn man nichts mehr weglassen kann« (Unger o. J.). Minimalismus wird in den Quellen zu Sander mit Purismus gleichgesetzt, weitere beschreibende Begriffe sind Einfachheit, Funktionalität, Reinheit, Zeitlosigkeit (Lehnert 1998: 156). Modehistorisch wird Sanders geometrischer Stil und die Einfarbigkeit zum Merkmal minimalistischer Kleidung (Fabbri 2019: X). Sander betont in Interviews ihren Perfektions- und Qualitätsanspruch (zum Beispiel in »Harper's Bazaar« 1987; Schell/Morner 1989). In einem Interview mit der Zeitung »Die Welt« erklärt Sander 1989 über ihre Kundinnen: »Sie

wollen einen Gegenwert für ihr Geld und keine Wegwerfsachen. Die Frauen sind kritischer, sicher auch durch das Überangebot von Textilien, sind selbstbewusster. Sie wollen das Besondere, das sie kaufen, am Körper fühlen« (Schell/Morner 1989). Gemäß Jil Sander sollten sie lieber weniger, dafür aber hochwertige Kleidung kaufen, die zusammenpasst (ebd.).

Damit ist das heute mit Minimalismus assoziierte Konzept der *Capsule Wardrobe*, einer Basisgarderobe, umrissen (zum Beispiel Mak 2017; Dollase 2019). Es ist neben den Tiny Houses das am stärksten in den Medien rezipierte Phänomen minimalistischer Alltagspraktiken. Eine Capsule Wardrobe ist eine von mehreren Praktiken, den Überfluss an Kleidung im Haushalt zu beherrschen. Bereits seit den 1970er-Jahren existiert der Begriff, den die Schöpferin Susie Faux später definiert als eine »small considered collection of clothes providing an effective minimum number of garments to meet your daily needs« (Faux/Davies 1988: 54). In der ethnografischen Studie »Textil-Minimalist:innen. Pioniere nachhaltiger Praxis« wurden mehrere Capsule Wardrobes untersucht, die sich unter anderem durch ihre Kombinierbarkeit von anderen Kleiderschränken unterscheiden. Das ethnografische Material zeigt, wie sorgfältig die Auswahl anhand ästhetischer und qualitativer Prinzipien erfolgt (Strebinger 2019), um mit diesem Minimum tatsächlich die täglichen Bedürfnisse abzudecken.

Die Nutzung des Begriffes Minimalismus schwankt also je nach Bereich zwischen bloßer Reduktion in seiner breitesten Definition und dem Bezug auf geometrische Grundformen in enger Auslegung. In allen Beispielen ist das Klare und Geordnete jedoch das wichtigste Kennzeichen minimalistischer Gestaltung. Die Kulturwissenschaftlerin Stefanie Mallon geht in ihrem Buch »Das Ordnen der Dinge« der Bedeutung von Ordnung im Alltag nach. Sie fragt nach dem Aufräumen als soziale Praktik im Haushalt und zeigt, wie sehr Ordnung als soziale Norm gesetzt wird. Sie muss von Kindern erlernt werden und wird im Falle von Unordnung auf verschiedene Weisen gesellschaftlich sanktioniert. Wie Sophie Woodward (2021) und auch Löfgren (2012) betonen, entsteht Unordnung aber ständig und scheinbar von selbst, während Ordnung »unter Zufuhr von Energie und Informationen« geschaffen werden muss (Mallon 2018: 11). Ordnung ist mit anderen Normen wie Hygiene und psychischer Gesundheit verbunden und wird in Form der Sauberkeitserwartung vor allem an Frauen adressiert (ebd.: 220).

In diesem Band hat sich die Designhistorikerin **Annette Geiger** mit den normativen Implikationen der Ästhetik des Weniger beschäftigt. Sie erzählt die europäische Geschichte des Minimalismus als Ästhetik aus zwei Perspek-

tiven. Zum einen stellt sie die zivilisationskritische und individualistische Seite des heutigen Minimalismus heraus, in der nur eine privilegierte gesellschaftliche Schicht durch Verzicht mehr Selbstzufriedenheit erlangen kann. Geiger nennt es die Identitätspolitik bürgerlicher Schichten, sich gegen die Norm des Massenkonsums zu stellen. Das Gegenteil ist der Fall, wenn Minimalismus zur allgemeinen und universellen Norm des guten Geschmacks erhoben wird. Auf das Wesentliche beschränkt, in klarer Ordnung und mit mathematischen Idealformen wie Kugel, Kubus, Kegel oder Pyramide beansprucht minimalistisches Design universelle Gültigkeit, demonstriert aber auch hier durch die Gesten der Erhabenheit, wie sich herrschende Kulturen von populären abgrenzen. Beat Schneider bindet diese Beobachtung konkret an die 1990er-Jahre, in denen »archaische Schlichtheit« in das Design kam und »das Bewusstsein für Qualität, Langlebigkeit und ökologische Zusammenhänge« zum Differenzierungsinstrument der Mittelschichten wurde (2005: 174). Mit dem »Neuen britischen Design« erwuchs ein neuer Stil, den Schneider »Neue Einfachheit« nennt und der durch die Designer:innen von IKEA Einzug in die Massenkultur fand (ebd.: 177).

Ob Universalismus oder soziale Distinktion, minimalistische Gestaltung spielt auch in der Religions- und Philosophiegeschichte eine Rolle. In Publikationen zum Minimalismus ist der Bezug auf Ideen der Religion und Philosophie ein fester Bestandteil (Eckermann 2020: 1–12; Helbig 2015: 14–18; Alexander in diesem Band), ging doch oft eine Kultur des Maßhaltens von religiösen Gruppen aus. Andersherum wurde in diesen Bewegungen eine minimalistische Gestaltung genutzt, um den neuen Ideen oder der freiwilligen Einfachheit eine Gestalt zu geben und sich abzugrenzen. Der Calvinismus und auch das Design der Shaker waren dabei besonders einflussreich. **Michael Plattig** geht in seinem Text aus der Perspektive der katholischen Theologie den oft zitierten Wurzeln der freiwilligen Einfachheit im Neuen Testament, in christlichen Texten zur spirituellen Tradition und in Ordensregeln nach. Verschiedene Themen kommen dabei in den Blick, die heute noch wirken: Besonders im Neuen Testament und später bei den Wüstenvätern, einer Gruppe von Eremiten im 3. Jahrhundert n. Chr., suchten Menschen Freiheit, indem Abhängigkeiten und Bindungen an Güter vermieden wurden. Die Absicherung durch Güter wurde hier vor allem in Frage gestellt, zugleich aber auch Habgier und Besitz kritisiert, der auf Ungerechtigkeit basiert. Soziale Verantwortung durch Teilen mit anderen und Askese, zum Beispiel durch Fasten, sind weitere Motive der christlichen Quellen. Auch die Gestaltung des reduzierten Besitzes wurde bedacht. So entstanden detaillierte Vorschriften für die Kleidung,

die Eingang in viele Ordensregeln fanden. Die einfache Mönchskutte wurde sogar zum Symbol der neuen Armutsbewegungen im Hochmittelalter.

## Moralischer Konsum

Um das Phänomen des Minimalismus ganz zu erfassen, fehlt noch ein letzter analytischer Zugang, der durch den Begriff des Konsums geleistet wird. Der Konsumbegriff rahmt die eben gemachten Ausführungen zur Beziehung zu den Dingen und zu den Gestaltungen des Weniger, indem er sie mit dem menschlichen Grundbedürfnis nach Konsum verbindet. Konsum ist deshalb in vielen Geistes- und Sozialwissenschaften ein weit ausdifferenziertes Forschungsfeld. Der Begriff Konsum wird dabei nicht nur in den einzelnen Wissenschaften unterschiedlich genutzt, sondern auch in Wissenschaft und Alltagsverständnis: In letzterem geht es zumeist lediglich um das Kaufen. Die Soziologie hingegen, so fasst Stefan Lorenz zusammen, befasst sich mit Konsumkritik als Kulturkritik, Lebensstilfragen, der Ausrichtung der Gesellschaft auf Konsum und mit sozialer Integration durch Konsum (2009: 68). Ein wichtiges Buch für die Aufarbeitung des Konsums in der Kulturanthropologie ist »The world of goods. Towards an anthropology of consumption« von Mary Douglas und Baron Isherwood von 1978, welches neue Grundlagen für die Interpretation westlicher Konsumgesellschaften legte. Die Autor:innen beschreiben darin beispielsweise, wie neue Produkte erfunden werden, die sich dann zu Notwendigkeiten entwickeln (1978: 98 f.). Sie entschleiern damit die vermeintlich klare und omnipräsente Differenzierung von Notwendigkeiten und Luxusgütern als soziale Konstruktion, eine der wichtigsten theoretischen Grundlagen für die minimalistische Frage nach den individuellen Bedürfnissen. In diese Zeit fallen auch die ersten Texte zur Voluntary-Simplicity-Bewegung in den USA von Duane Elgin und Arnold Mitchell, die eine soziale Bewegung mit dem Hebel des verminderten Konsums ankündigen (2003 [1977]).

Der britische Anthropologe Daniel Miller hat seit den 1990er-Jahren das Feld der Konsumtheorie neu bestimmt, indem er zeigte, dass viele Motive des Konsums durch soziale Beziehungen motiviert sind (für einen Überblick siehe Hahn 2005: 79). Dass Konsum oder Nicht-Konsum für das Verständnis des Phänomens Minimalismus zentral ist, wird in den Themen, die populärwissenschaftliche Quellen mit Minimalismus verbinden, deutlich. Die Kulturwissenschaftlerin **Heike Derwanz** analysiert in sechs populären Quellen aus den

Jahren 1998 bis 2018 die Variationen des Diskurses in Deutschland. Durch die sechs unterschiedlichen Medien kommen verschiedene Zugänge in den Blick, die überraschenderweise schon sehr lange diskutiert werden: Durch einen Spielfilm wird Minimalismus selbst zum Konsumprodukt; in einem Podcast sprechen Minimalisten über die Suche nach ihren ganz eigenen Bedarfen; ein Trendreport aus dem Jahr 2003 zeigt den Wertewandel als Reaktion auf Überfluss und eine Gesellschaftsanalyse postuliert Askese als neoliberales Führungsinstrument. Minimalismus erscheint zumeist als Selbsttechnik durch Konsum oder selbst als ein moralisch aufgeladenes Konsumgut.

Minimalistischem Konsum wird auf vielen Gebieten enorme Wirkkraft zugetraut. Minimalismus ist dabei sicherlich zum Teil Projektionsfläche. Die Absage an den gewohnten Massenkonsum weckt beispielsweise Assoziationen mit Askese und sogar Mangel. Die alten Ängste jedoch, dass Minimalist:innen gar nicht mehr konsumieren und damit das Wirtschaftssystem gefährden, wurden viel diskutiert (zum Beispiel Huneke 2005) und inzwischen wohl ausgeräumt. Dorothy Leonard-Barton hat bereits 1981 vorausgesagt, dass es durch die Voluntary-Simplicity-Bewegung ein Wachstum im Bereich des Do-it-yourself und der recyclingfähigen langlebigen Waren geben würde (1981: 250). Das Zukunftsinstitut, das schon den Trendreport über den Simplify-Trend 2003 erstellt hat, erklärt heute, dass der Konsum der Minimalist:innen sich tatsächlich strukturell von dem der anderen unterscheidet: »Das Geld fließt nun nicht in den Konsum von Produkten, sondern in Dienstleister, die dabei helfen, Verzicht zu üben« (Zukunftsinstitut o. J.; siehe zum Beispiel Tolga 2021: 138–144). Die radikalen ökonomischen Veränderungen klingen in Zitaten der »Minimalists« an: »Minimalism is simply about stripping away the unnecessary things in your life so you can focus on what's important. Ultimately, minimalism is the thing that gets us past the things so we can focus on life's most important things – which actually aren't things at all« (Fields Milburn/Nicodemus 2016: 25).

Diese Einstellung wurde bereits in den 1990er-Jahren von der soziologischen Werteforschung als postmaterialistisch diskutiert (Lechleitner 2016: 31). Das wohl linearste und älteste Modell des Postmaterialismus nach Ronald Ingleharts besagt: »Ist der soziale Status der Familie schwach, wird die Ausbildung von materialistischen Wertorientierungen begünstigt, ist der soziale Status hoch, so entwickeln sich postmaterialistische Wertorientierungen« (Lechleitner 2016: 33). Postmaterialistische Werte zielen daher anstatt auf Versorgung und Sicherheit auf Partizipation und Menschenwürde sowie auf intellektuelle und ästhetische Bedürfnisse (ebd.: 45). Sie finden sich schon in

einem der meistgelesenen Büchern der Bewegung »Walden oder das Leben in den Wäldern« von Henry David Thoreau: »Wenn er die Dinge hat, die zum Leben nötig sind, so gibt es noch andere Bestrebungen, als das Überflüssige zu beschaffen: es steht ihm jetzt frei, sich dem Leben selbst zuzuwenden, da er von der niederen Arbeit beurlaubt ist« (1999 [1854]: 19). Das Buch »Walden« ist durchtränkt von diesen Wertungen Thoreaus über ein richtiges Leben und auch von einer hier sichtbaren Glorifizierung von Armut: »Was Luxus und Bequemlichkeit anbelangt, so haben die Weisesten immer ein einfacheres und ärmlicheres Leben geführt als die Armen. Niemand war ärmer als die [...] Philosophen an äußeren Reichtümern, niemand so reich an inneren« (ebd.: 18).

Wichtig ist an dieser Stelle zu erwähnen, dass dies eine Position ist, die Entscheidungsmöglichkeiten im Konsum voraussetzt. Der Fokus des Artikels von **Stephan Lorenz** in diesem Band liegt deshalb auf den Konsumwahlfreiheiten, denen eine hohe soziale Bedeutung zukommt. Genau hier sind Minimalist:innen aktiv und »wählen« einen reduzierten und deshalb oft nachhaltigeren Konsum. Sie reagieren damit auch auf drei Probleme der Wahlfreiheit: Zwischen Luxusproblemen und Verlagerung von Bedürfnissen erscheinen erstens Überforderungen aufgrund der vielen Optionen, zweitens neue Zwänge und drittens die globale Frage der Nachhaltigkeit. Lorenz sieht dabei im Minimalismus eine Nische mit dem Potenzial, eine Vision für Antworten auf diese Fragen zu finden.

Minimalismus kann Konsumkritik bedeuten, er kann aber auch, wie Derwanz und Geiger in ihren Artikeln darstellen, einen Statuskonsum bezeichnen. Diese Beobachtung teilt die Ethnologin Julia Susan Helbig über Minimalist:innen: »Oder ist gerade die Nicht-Ausübung von Verschwendung eine Demonstration des eigenen Wohlstands? [...] Was für den einen bedeutend ist, um seinen Status zu markieren, kann für den anderen lediglich schlechten Geschmack darstellen. In diesem Sinne können Minimalisten durchaus durch ihren Verzicht ausdrücken wollen, dass sie es gar nicht nötig haben, sich mit der Zurschaustellung von Überfluss zu produzieren« (2015: 33). Aus der Zusammenschau der soziologischen und kulturalanthropologischen Konsumtheorien ist deshalb in Bezug auf Minimalismus festzuhalten, dass sich auch Minimalist:innen durch Gegen- oder Antikonsum nicht der Bedeutung von Konsum entziehen können.

Praktizierende des Minimalismus oder der Voluntary Simplicity werden in den Kontext des grünen, nachhaltigen Konsums gestellt (Evans 2011; Helbig 2015: 38 f.). Weniger und achtsamer zu kaufen, scheint auf den ersten

Blick eine Lösung für die Überfluss- und Konsumgesellschaft zu sein, indem Bürger:innen über ihren Konsum Produkte und Produktionsweisen wählen oder abwählen. Es sollte deshalb auf das Potenzial für nachhaltigere oder gar Postwachstumslebensstile hingewiesen werden.

Viele Praktiken, die in der Literatur als ein Leben in freiwilliger Einfachheit beschrieben werden, sind aus der Postwachstumsbewegung (engl. Post- oder Degrowth; Burkhart et al. 2017) bekannt. Postwachstumsorientierte Produktion und ein entsprechender Konsum können als nachhaltige Alternativen bezeichnet werden, die ökologische und soziale Ansprüche vereinen. Da es bisher nur in wissenschaftlichen Texten zum Minimalismus (wie Huneke 2005 oder Alexander in diesem Band) zusammenfassende Beschreibungen gibt, müssen die Praktiken und Ziele heutiger Minimalist:innen als individuell angesehen werden. Degrowth oder Postwachstum kann hingegen als eine soziale Bewegung definiert werden:

»Degrowth steht für einen Transformationspfad hin zu Formen des Wirtschaftens und der gesellschaftlichen (Selbst-)Organisation, in denen das Wohlergehen aller im Zentrum steht und die ökologischen Lebensgrundlagen erhalten werden. Dies schließt eine grundlegende Veränderung der alltäglichen Praxis im Umgang miteinander und einen umfassenden kulturellen Wandel ebenso ein wie eine Überwindung der kapitalistischen Produktionsweise mit ihren Wachstums-, Wettbewerbs- und Profitzwängen. Degrowth ist kein geschlossenes Alternativmodell, kein fertiger Plan, der sich am Reißbrett entwerfen lässt. Vielmehr geht es darum, zentrale Bereiche des Wirtschaftens und Lebens zu repolitisieren, um gemeinsam Alternativen zu erdenken, auszuprobieren und zu erkämpfen. Die gemeinsamen Werte der gewünschten Transformation sind Achtsamkeit, Solidarität und Kooperation. Ziel ist ein selbstbestimmtes Leben in Würde für alle [...].« (Burkhart et al. 2017: 108–117)

Samuel Alexander beschäftigt sich explizit mit der Frage, ob die Durchsetzung von Nachhaltigkeit das Leben in freiwilliger Einfachheit nach sich ziehen muss. Er kommt zu dem Ergebnis, dass sich für eine nachhaltigere Gesellschaft die gültigen, den Überkonsum favorisierenden Werte verändern müssen. Nachhaltigkeit könne nur durch strukturellen Wandel erreicht werden, den er im Postwachstum sieht. Eine politische Akzeptanz des Postwachstumsmodells würde vielen Menschen das freiwillige einfache Leben erleichtern (Alexander 2015: 108). Doch die politische Änderung könne wohl nur durch Minimalismus als Massenphänomen realisiert werden. Alexander (in diesem

Band), aber auch Heimerdinger (2020: 75) weisen darauf hin, dass Verzicht nicht erzwungen werden kann, sondern dass er sich selbst gewählt entwickeln muss, um verbreitet zu werden.

Minimalismus ist eines – vermutlich das medial sichtbarste und modischste – der Gesichter des Postwachstums. Doch eine minimalistische Alltagspraxis muss keinen nachhaltigeren Konsum inkludieren, das zeigt der Artikel von Verena Strebinger. Eine minimalistische Capsule Wardrobe muss nicht zwangsläufig nachhaltig sein, denn Kleidungsstücke könnten theoretisch jede Saison ersetzt werden. Das entspricht der Fast Fashion – dem schnellen Kaufen und Wegwerfen von Kleidung (Derwanz 2020). Auf der anderen Seite zeigen die empirischen Ergebnisse von Strebingers Ethnografie, dass sich Minimalist:innen über die Qualität der Kleidung beklagen. Durch das häufige Waschen und Tragen prägt schlechte Qualität die Konsumphase stärker als beim seltenen Tragen. In einem Konsumklima, in dem viele Produkte geplant schnell kaputt gehen, wird es auch Minimalist:innen schwerer fallen, nachhaltig zu konsumieren.

## Forschungspotenziale

Minimalismus ist, wie der Titel des Forschungsprojektes »Textil-Minimalist:innen – Pioniere nachhaltiger Praxis?« andeutet, nicht einfach *eine* Lebensstil-Mode zu Beginn des 21. Jahrhunderts. Minimalismus trägt das Potenzial in sich, den Alltag von Menschen so zu verändern, dass ihr Umfeld und auch die Erde positiv beeinflusst werden. Minimalismus ist, dies zeigt diese Einführung, ein altes, anthropologisches und – aufgrund der weitreichenden Konsequenzen – zugleich hoch brisantes und aktuelles Thema. Seit den letzten Zusammenstellungen von Texten durch Daniel Doherty und Amitai Etzioni 2003 in ihrem Reader »Voluntary simplicity. Responding to consumer culture« beziehungsweise »Less is more. An anthology of ancient and modern voices raised in praise of simplicity« (1991) von Goldian VandenBroeck ist einiges passiert. Mangelt es auch immer noch an spezifischen Studien zu Downshifting, Voluntary Simplicity und Minimalismus, so haben sich vor allem die Akteur:innen selbst in unzähligen Dokumenten zu Wort gemeldet. Die Bewegung wurde so durch Vermittlungsformate und Medien, aber auch Designgegenstände selbst kommodifiziert und konsumierbar gemacht.

Es bleiben bei diesen ersten Näherungen immer noch viele Fragen und ganze Bereiche über Minimalismus als Phänomen, Ästhetik, Lebensstil oder

auch als soziale Bewegung offen, die in Zukunft von Wissenschaftler:innen idealerweise interdisziplinär diskutiert werden sollten. Der australische Politik- und Rechtswissenschaftler **Samuel Alexander** beschreibt in seinem Text in diesem Band die heutige Bewegung der »freiwilligen Einfachheit« mit ihren alternativen Konsumpraktiken und auch Erzählungen. Er stellt die typischen Missverständnisse dar, die Rechtfertigungen, die Praktiken selbst und die Kritik an der Bewegung. Doch wie viele andere Wissenschaftler:innen verbleibt auch er in der Verkürzung politischer Mitbestimmung auf Konsum.

Der Politikwissenschaftler Oliver Geden kritisiert dies scharf, denn er sieht darin eine De-Politisierung und Moralisierung der Debatten um Nachhaltigkeit (2008: 133). Auch Stephan Lorenz kritisiert diese Argumentation, betrifft doch der Überfluss nicht alle in einer Gesellschaft, weshalb er von einer flexibilisierten Überflussgesellschaft spricht (2014: 63 f.). Am profanen Beispiel schwarzer Leggings in Größe 48, die eine große Nachfrage haben, aber nicht ausreichend angeboten werden, hat die Sozialanthropologin Kaori O'Connor widerlegt (2011: 1 f.), dass Nachfrage das Angebot steuern kann. Wählen können grundsätzlich ohnehin nur diejenigen, die konsumieren, und so legen auch Texte zum Minimalismus und Voluntary Simplicity nahe, dass es sich um ein Mittelschichtphänomen handelt (Maile 2020: 25 und Grigsby 2004). Die noch ausstehende Unterscheidung von Sparsamkeit und Minimalismus kommt dabei wieder in den Blick. Wichtige soziale Differenzierungen, zum Beispiel, wie Minimalismus in verschiedenen gesellschaftlichen Klassen wirkt (Grigsby 2004: 119–164) und wie Minimalismus als Strategie gegen Armut neo-liberal ausgenutzt werden könnte, sind weitere Forschungslücken. Wohnung, Kleidung und Nahrungsmittel haben doch weit mehr Funktionen, als Menschen am Leben zu halten, wie in der kulturalanthropologischen Theorie und durch den Beitrag von Stefan Lorenz in diesem Band ausformuliert wurde. Hier ist mithilfe der Wirtschaftsethnologie zu reflektieren, dass Ökonomie eine veränderbare, gesellschaftlich-kulturelle Konstruktion ist.

Wissenschaftler:innen sind bei zeitgenössischen Themen wie dem Minimalismus mit einer Vielfalt von Quellen konfrontiert, die als Selbstdokumente, populärwissenschaftliche Quellen oder bloße Dokumentationen die digitalen und analogen Archive überfluten. Eine Positionsbestimmung der eigenen Instrumentarien und Quellen ist deshalb besonders angebracht in einem Moment, in dem die Interessensbekundungen von allen gesellschaftlichen Seiten kommen. Welche Beziehungen haben beispielsweise Minimalismus und Religionen heute? Es ist ein spannendes Unternehmen, auf inter-

disziplinäre Weise den Einfluss des minimalistischen Designs auf das Leben über mehrere Jahrhunderte hinweg zu untersuchen.

Dies schärft auch den Blick für die von Alexander (in diesem Band) und Rodriguez (2017: 293) aufgeworfene Frage, inwieweit Minimalismus überhaupt eine Bewegung und vielleicht sogar eine politische Bewegung sein kann. Minimalismus hat die kritische Reflektion des Überkonsums (ebd.: 287) auf eine individuelle und verständliche alltägliche Ebene gebracht und veranschaulicht in den Selbstdokumenten den Tausch von Überfluss und Glück. Einige Minimalist:innen fangen an, sich über diese Reflektion über Abhängigkeiten und Ausbeutung durch Konsum zu informieren, doch es fehlt laut Alexander und Rodriguez das gemeinschaftliche Moment. An dieser Stelle fällt auch auf, dass Voluntary Simplicity intensiv in Australien und in den USA beforscht wurde; viele Primärquellen zum Minimalismus stammen aus den USA oder, im Rahmen des hier zugrundeliegenden Projektes, aus Deutschland. Es bleibt also zu klären, inwieweit sich Minimalismus und Voluntary Simplicity überhaupt global verbreitet haben und welche Einflüsse nationalstaatliche Gesetzgebungen oder auch ökonomische Atmosphären haben. Eine besondere Rolle spielt dabei sicherlich das Aufkommen der sozialen Medien und die Dominanz der englischen Sprache, was in einem transnationalen Forschungsprojekt untersucht werden könnte. Die deutschen Minimalist:innen zumindest »vergemeinschaften« sich – über lokale Treffen zu Minimalismus-Stammtischen, über Podcasts und digitale Netzwerke und, zumindest für ein paar Jahre, über die Minimal-Convention (siehe Klumb/Siewert 2017). Doch warum sollten sie sich neben den jahrtausendealten Diskussionen über das richtige Maß zwischen Haben und Sein (Erich Fromm) oder Individualität und Solidarität (im Christentum oder der Degrowth-Bewegung) auch noch der Aufgabe annehmen, die seit Jahrzehnten bekannten toxischen Auswirkungen der Überflussgesellschaft zu beheben? Die Frage, die uns aber im Anthropozän beschäftigt, bleibt trotzdem, ob die minimalistische Lebensweise einen Unterschied machen kann.

## Literatur & Quellen

- Alexander, Samuel (2015): *Prosperous Descent: Crisis as Opportunity in an Age of Limits*. Collected Essays Vol I. Melbourne: Simplicity Institute.
- Bräunlein, Peter J. (2012): *Material Turn*. In: Georg-August Universität Göttingen (Hg.): *Dinge des Wissens. Die Sammlungen, Museen und Gärten der Universität Göttingen*. Göttingen: Wallstein. 30–44.
- Brinkmann, Margit (2006): *Minimal Art. Etablierung und Vermittlung moderner Kunst in den 1960er Jahren*. Dissertation. Bonn: Friedrich-Wilhelms-Universität.
- Burkhart, Corinna / Eversberg, Dennis / Schmelzer, Matthias / Treu, Nina (2017): *Degrowth: In Bewegung, um Alternativen zu stärken und Wachstum, Wettbewerb und Profit zu überwinden*. In: *Konzeptwerk Neue Ökonomie / DFG-Kolleg Postwachstumsgesellschaften* (Hg.): *Degrowth in Bewegung(en)*. München: oekom. 108–117.
- Chayka, Kyle (2020): *The Longing for Less. Living With Minimalism*. New York: Bloomsbury.
- Cherrier, Hélène / Ponnor, Tresa (2010): *A Study of Hoarding Behavior and Attachment to Material Possessions*. In: *Qualitative Market Research: An International Journal* 13/1, 8–23.
- Craig-Lees, Margaret / Hill, Constance (2002): *Understanding Voluntary Simplicity*. In: *Psychology & Marketing* 19/2, 187–210.
- Derix, Simone / Gammerl, Benno / Reinecke, Christiane / Verheyen, Nina (2016): *Der Wert der Dinge. Zur Wirtschafts- und Sozialgeschichte der Materialitäten*. In: *Zeithistorische Forschungen / Studies in Contemporary History* 13, 387–403.
- Derwanz, Heike (2020): *Der schnelle Tod der Fast Fashion. Empirische Zugänge zu einer Theorie des Aussortierens*. In: Haller, Melanie / Mallon, Stefanie / Rüter, Traute (Hg.): *Der Tod und das Ding. Textile Materialitäten im Kontext von Vergänglichkeit*. Münster: Waxmann. 211–239.
- Destatis (2020): *Wohnungsbestand Ende 2019: 42,5 Millionen Wohnungen*. Pressemitteilung Nr. 281 vom 29. Juli 2020. [https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2020/07/PD20\\_281\\_31231.html](https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2020/07/PD20_281_31231.html) [zuletzt abgerufen am 13.09.2021].
- Dimant, Elyssa (2010): *Minimalism and Fashion. Reduction in the Postmodern Era*. New York: HarperCollins.
- Doherty, Daniel / Etzioni, Amitai (Hg.) (2003): *Voluntary Simplicity. Responding to Consumer Culture*. Lanham et al.: Rowman & Littlefield.

- Dollase, Sunray (2019): *Capsule Wardrobe. Mini-Garderobe mit Maxi-Wirkung*. Braunschweig: Selbstverlag.
- Douglas, Mary / Isherwood, Baron (1978): *The World of Goods. Towards an Anthropology of Consumption*. Harmondsworth: Penguin.
- Eckermann, Ines M. (2019): *Ich brauche nicht mehr. Konsumgelassenheit erlangen und nachhaltig glücklich werden*. Baden-Baden: Tectum.
- Elgin, Duane / Mitchell, Arnold (2003 [1977]): *Voluntary Simplicity. A Movement Emerges*. In: Doherty, Daniel / Etzioni, Amitai (Hg.): *Voluntary Simplicity. Responding to Consumer Culture*. Lanham et al.: Rowman & Littlefield. 145–171.
- Evans, David (2011): *Thrifty, Green or Frugal: Reflections on Sustainable Consumption in a Changing Economic Climate*. In: *Geoforum* 42/5, 550–557.
- Fabrizi, Fabrizio (2019): *The Eighties. For an Overall View*. In: *ZoneModa Journal* 9/1, v–x.
- Farias, Ignacio (2010): *Introduction. Decentering the Object of Urban Studies*. In: Farias, Ignacio / Bender, Thomas (Hg.): *Urban Assemblages. How Actor-Network Theory Changes Urban Studies*. London / New York: Routledge. 1–24.
- Faux, Susie / Davies, Philippa (1988): *Wardrobe. Develop Your Style and Confidence*. London: Piatkus.
- Fields Milburn, Joshua / Nicodemus, Ryan (2015): *Essential. Essays by The Minimalists*. Missoula: Asymmetrical.
- Fields Milburn, Joshua / Nicodemus, Ryan (2016): *Minimalism. Live a Meaningful Life*. Missoula: Asymmetrical.
- Galbraith, John Kenneth (1998 [1958]): *The Affluent Society. Fortieth Anniversary Edition*. Boston / New York: Mariner.
- Geden, Oliver (2008): *Strategischer Konsum statt nachhaltiger Politik? Ohnmacht und Selbstüberschätzung des »klimabewussten« Verbrauchers*. In: *Transit* 36. Heft Klimapolitik und Solidarität, 132–141.
- Grigsby, Mary (2004): *Buying Time and Getting By: The Voluntary Simplicity Movement*. Albany: State University of New York Press.
- Hahn, Hans Peter (2005): *Dinge des Alltags – Umgang und Bedeutungen. Eine ethnologische Perspektive*. In: König, Gudrun (Hg.): *Alltagsdinge. Erkundungen der materiellen Kultur*. Tübingen: TVV. 62–79.
- Hahn, Hans Peter (2010): *Von der Ethnografie des Wohnzimmers zur »Topografie des Zufalls«*. In: Tietmeyer, Elisabeth / Hirschberger, Claudia / Noack, Karoline / Redlin, Jane (Hg.): *Die Sprache der Dinge. Kulturwis-*

- senschaftliche Perspektiven auf die materielle Kultur. Münster et al.: Waxmann. 9–21.
- Hahn, Hans Peter / Neumann, Friedemann (Hg.) (2018): Dinge als Herausforderung. Kontexte, Umgangsweisen und Umwertung von Objekten. Bielefeld: transcript.
- Harper's Bazaar (1987): Jil Sander. Schöne Optik und gutes Material allein genügt nicht. In: Harper's Bazaar 9/1987.
- Heimerdinger, Timo (2020) Verzicht – ein Reizvokabel im Diskursklima des Klimadiskurses. Kuckuck 2/35, 74–77.
- Helbig, Julia Susann (2015): Minimalismus zwischen Downshifting und Konsumverzicht – Eine volkswissenschaftliche Studie auf Basis qualitativer Interviews. Unveröff. Masterarbeit, Universität Hamburg.
- Hufnagel, Erwin (2010): Maßhalten – Pädagogische Ansichten über eine traditionsreiche Tugend. In: Bellebaum, Alfred / Hettlage, Robert (Hg.): Glück hat viele Gesichter. Annäherungen an eine gekonnte Lebensführung. Wiesbaden: VS Verlag. 203–244.
- Huneke, Mary E. (2005): The Face of the Un-Consumer. An Empirical Examination of the Practice of Voluntary Simplicity in the United States. In: Psychology & Marketing 22, 527–550.
- Jaeger, Jochen A. G. / Schwick, Christian / Hennig, Ernest I. / Schwarzak, Marco / Krüger, Tobias / Behnisch, Martin / Soukup, Tomas / Orlitova, Erika / Nazarnia, Naghme / Kienast, Felix (2018): Messung der Zersiedelung ermöglicht Monitoring und stärkere Berücksichtigung in der Planung. In: Behnisch, Martin / Kretschmer, Odette / Meinel, Gotthard (Hg.): Flächeninanspruchnahme in Deutschland. Auf dem Weg zu einem besseren Verständnis der Siedlungs- und Verkehrsflächenentwicklung. Berlin: Springer. 245–267.
- Klumb, Michael / Siewert, Daniel (2017): Zwischenfolge Feedback, Armut und Minimalismus, Youtube und mehr. In: Minimalismus Podcast. Der Podcast zum Thema Minimalismus. Episode 40. <https://www.minimalismus-podcast.de/mp040/> [zuletzt abgerufen am 08.09.2021].
- Kneer, Georg (2001): Überfluggesellschaft. In: Kneer, Georg / Nassehi, Armin / Schroer, Markus (Hg.) Klassische Gesellschaftsbegriffe der Soziologie. München: Fink, 422–443.
- Krezdorn, Antonia (2019): Vom Hadern der Kunstkritik mit der Minimal Art. Greenberg – Lippard – Krauss. In: GA 2. Kunstgeschichtliches Journal für Studentische Forschung und Kritik 02, 72–90.

- Lechleitner, Philipp (2016): Wertekonstellationen im Wandel. Eine empirische Bestandsaufnahme. Wiesbaden: Springer.
- Lehnert, Gertrud (1998): Frauen machen Mode. Coco Chanel, Jil Sander, Vivienne Westwood u. a. m. Modeschöpferinnen vom 18. Jahrhundert bis heute. Dortmund: Ebersbach.
- Leonard-Barton, Dorothy (1981): Voluntary Simplicity Lifestyles and Energy Conservation. In: *Journal of Consumer Research* 8, 243–252.
- Löfgren, Orvar (2012): It's simply too much! Coping with domestic overflow. In: Czarniawska, Barbara / Löfgren, Orvar (Hg.): *Managing Overflow in Affluent Societies*. New York / London: Routledge. 101–179.
- Lorenz, Stefan (2009): Die Tafeln zwischen Konsumismus und ‚Überflüssigkeit‘. Zur Perspektive einer Soziologie des Überflusses. In: Selke, Stefan (Hg.): *Tafeln in Deutschland*. Wiesbaden: VS. 65–84.
- Lorenz, Stephan (2014): Mehr oder weniger? Zur Soziologie ökologischer Wachstumskritik und nachhaltiger Entwicklung. Bielefeld: transcript.
- Loschek, Ingrid (2007): Wann ist Mode? Strukturen, Strategien und Innovationen. Berlin: Reimer.
- Maile, Lisa (2020) *Tiny House Movement. Alternative Wohn- und Lebensformen als Ausdruck einer Postwachstumsstrategie*. München: utz.
- Mak, Wendy (2017): *The Capsule Wardrobe. 1,000 Outfits from 30 Pieces*. New York: Skyhorse.
- Mallon, Stefanie (2018) *Das Ordnen der Dinge. Aufräumen als soziale Praktik*. Frankfurt/New York: Campus.
- Miller, Daniel (1998): *A Theory of Shopping*. Ithaca: Cornell University Press.
- Netflix (o. J.) Aufräumen mit Marie Kondō. Ankündigungstext. <https://www.netflix.com/at/title/80209379> [zuletzt abgerufen am 10.09.2021].
- O'Connor, Kaori (2011): *Lycra. How a Fiber Shaped America*. New York / London: Routledge.
- Pignatiello, Grant A. / Martin, Richard J. / Hickman, Ronald L. (2018): Decision Fatigue. A Conceptual Analysis. *Journal of Health Psychology* 25/1, 123–135.
- Podkalicka, Aneta / Potts, Jason (2014): Towards a general theory of thrift. In: *International Journal of Culture Studies* 17/3, 227–241.
- Pritz, Alfred / Vykoukal, Elisabeth / Reboly, Katharina / Agdari-Moghadam, Nassim (Hg.) (2009): *Das Messie-Syndrom. Phänomen, Diagnostik, Therapie und Kulturgeschichte des pathologischen Sammelns*. Wien / New York: Springer.

- Raeggel, Gabi (2017) Minimalismus – Reichtum – Armut. <https://achtsamer-minimalismus.de/2017/06/01/minimalismus-reichtum-armut> [zuletzt abgerufen am 13.09.2021].
- Rams, Dieter (2013): So wenig Design wie möglich. Hamburg: Edel.
- Rams, Dieter (2014): Weniger, aber besser. 5. Aufl. Berlin: Gestalten.
- Rodriguez, Jason (2018): US Minimalist Movement. Radical Political Practice? Review of Radical Political Economics 50/2, 286–296.
- Samida, Stefanie / Eggert, Manfred K. H. / Hahn, Hans Peter (2014): Einleitung: Materielle Kultur in den Kultur- und Sozialwissenschaften. In: Samida, Stefanie / Eggert, Manfred K. H. / Hahn, Hans Peter (Hg.): Handbuch Materielle Kultur. Bedeutungen, Konzepte, Disziplinen. Stuttgart / Weimar: Metzler.1–12.
- Schell, Manfred / Morner, Peter (1989): Jil Sander. Mein Name muß nicht auf jeder Kachel zu lesen sein. In: Die Welt 10.4.1989.
- Schneider, Beat (2005): Design. Eine Einführung. Entwurf im sozialen, kulturellen und wirtschaftlichen Kontext. Basel et al.: Birkhäuser.
- Shaw, Deidre / Newholm, Terry (2002): Voluntary Simplicity and the Ethics of Consumption. In: Psychology & Marketing 19, 167–185.
- Der Spiegel (1987): »Ich möchte aufrütteln: Seht doch genau hin«. Die Designerin Jil Sander über Luxus und seine Moden. In: Der Spiegel 27/1987, 174–178.
- Strebing, Verena (2019): Von Farbfächern und Standardkombinationen. Alltagspraktiken im Rahmen von Capsule Wardrobes. In: Kuckuck 34/2, 40–43.
- Thoreau, Henry David (1999 [1854]): Walden. Oder das Leben in den Wäldern. Köln: Könnemann.
- Tolga, Selim (2021): Minimalismus leben für Dummies. Weinheim: Wiley.
- Unger (o. J.) Die Geschichte von Jil Sander. <https://www.unger-fashion.com/brand-story-jil-sander> [zuletzt abgerufen am 13.09.2021].
- VandenBroeck, Goldian (Hg.) (1996): Less is More: An Anthology of Ancient and Modern Voices Raised in Praise of Simplicity. 2. Aufl. Rochester: Inner Traditions.
- Vogel, Thomas (2018): Mäßigung. Was wir von einer alten Tugend lernen können. München: oekom.
- Walker, Harriet (2011): Less is more. Minimalism in Fashion. London: Merrell.
- Wiswedel, Alina (o. J.): Aufräumen als Lebensstil. Ein Minimalist im Interview. Greenup, 14–15.

Woodward, Sophie (2021): Clutter in Domestic Spaces. Material Vibrancy, and Competing Moralities. In: *The Sociological Review*, 1214–1228.

Zukunftsinstitut (o. J.): Minimalismus: Besser statt mehr. <https://www.zukunftsinstitut.de/artikel/minimalismus-besser-statt-mehr> [zuletzt abgerufen am 13.09.2021].