

Text für das Video

Hinführung:

Stell dir vor, wie es wäre, für eine Woche, für einen Monat oder gar für ein ganzes Jahr in einem aufs Minimum reduzierten Zimmer zu leben. Befreit von den vielen unnötigen Dingen unseres Alltags, reduziert auf das absolute Minimum. Könntest du diesem Leben etwas abgewinnen und würde es dich vielleicht sogar glücklicher machen?

Minimalismus, eine Lebenseinstellung die immer mehr in den Trend kommt. Diese besondere Form des Lebens wollen wir in unserem folgenden Video erklären.

Allgemein:

Wenn ihr das Wort Minimalismus hört, seht ihr vermutlich sofort ein Tiny House mit einigen wenigen Gegenständen vor euch. Alles ist schlicht und ohne Spaß und für Freunde haben Minimalisten sowieso keine Zeit. Das sind alles Vorurteile, die nicht unbedingt mit der Realität übereinstimmen.

Minimalismus ist ein Lebensstil, eine neue Art zu leben und zu denken. Der Grundgedanke ist einfach: Es geht darum in einem stetigen Prozess alles Überflüssige zu entfernen und Platz für das Wesentliche zu schaffen.

Minimalisten möchten ohne Ballast leben, um sich auf die Dinge zu konzentrieren, die sie glücklich machen. Das große Ziel am Ende: mit sich selbst glücklich und zufrieden zu leben.

Die Idee des Minimalismus kommt ursprünglich aus der Kunst. Die Kunstrichtung "Minimal Arts" ist in den frühen 60er Jahren entstanden und hat Bilder hervorgebracht, die auf die einfachsten Grundstrukturen reduziert sind. Auf diese Weise wird dem Betrachter Klarheit und Logik vermittelt. Ähnliche Eigenschaften, die heutige Minimalisten schätzen.

Jeder definiert Minimalismus anders. So gibt es zum einen die Hardcore Minimalisten, die wir immer vor Augen haben, wenn wir an Minimalismus denken. Hardcore Minimalisten reduzieren ihre Besitztümer aufs absolute Minimum und verzichten auf jeglichen Konsum. Das Ganze geht auch weniger radikal. Indem man zum Beispiel alle Sachen ausmistet, die keinen Mehrwert für einen haben und bewusst neue, lang haltbare Gegenstände kauft. Minimalismus ist kein Wettbewerb wer weniger besitzt, sondern soll lediglich das Lebensgefühl

verbessern. Deshalb ist es auch wichtig nicht physische Lebensbereiche zu entrümpeln. Das gelingt, indem man beispielsweise den überquellenden Terminkalender auf die wichtigsten Verpflichtungen reduziert und belastende Beziehungen beendet.

Der Trend Minimalismus ist als Gegenbewegung zu unserer konsumorientierten Überflusgesellschaft entstanden. Immer größer, immer besser, immer mehr, nach diesem Motto leben die meisten Industriestaaten. Die Lebenseinstellung vieler Menschen in Europa verdeutlicht das folgende Zitat von Dave Ramsi besonders gut: *“Wir kaufen Dinge, die wir nicht brauchen, mit Geld, das wir nicht haben, um Menschen zu beeindrucken, die wir nicht mögen.”*

Besitz als Identität ersatz. Soziale Medien als Scheinwelt. Haben wir den Fokus auf das Wesentliche verloren?

Es scheint so. Aber mit dem Lifestyle Minimalismus haben wir die Chance mehr Langsamkeit in unser Leben zu bringen und unsere Umgebung mit mehr Wertschätzung zu betrachten. Glück kann man nicht kaufen, deshalb erhöht Minimalismus die Zufriedenheit, weil wir nicht mehr die Qual der Wahl haben, sondern uns auf uns selbst konzentrieren können. Außerdem leben wir automatisch nachhaltiger und unterstützen die Welt im Kampf gegen den Klimawandel. Der Klimawandel ist nämlich eng mit unserer Konsumgesellschaft verbunden. Klingt doch sehr verlockend, oder?

Olaf Bossi ist ein bekannter Kabarettist und lebt mit seiner Familie minimalistisch. Wir haben ihm ein paar Fragen gestellt:

[Interview mit Olaf Bossi]

[Befragung von Schülerinnen und Schüler]

Fazit:

Es lohnt sich sicher auch für Sie zu überlegen, was Ihre Must-Haves sind und auf was Sie verzichten können. Vielleicht gibt es Ihnen einen Input ihr Leben umzustrukturieren. Denn für die Zukunft Europas und der ganzen Welt ist es unvermeidlich, dass wir unsere Lebenseinstellung ändern.

Also denken Sie beim Einkaufen daran: Weniger ist mehr!

Quellen

1. <https://www.gannett-cdn.com/-mm-/4d568d8fb9f637fe4ccf831f83b5b5c77c594e4b/c=19-0-1519-2000/local/-/media/2017/04/27/TennGroup/Nashville/636288953019537722-Dave-Ramsey.JPG>
2. [https://www.pinterest.de/search/pins/?q=minimalism&rs=rs&eq=&etslf=3050&term_meta\[\]=minimalism%7Crecentsearch%7C0](https://www.pinterest.de/search/pins/?q=minimalism&rs=rs&eq=&etslf=3050&term_meta[]=minimalism%7Crecentsearch%7C0)
3. <https://www.brigitte.de/leben/wohnen/minimalismus-als-lebensstil-weniger-ist-mehr-11065120.html>
4. <https://bossi.de>
5. <https://www.contemporaryartissue.com/minimal-art-the-25-most-important-minimal-artists/>
6. <https://genugteam.com/vorurteile-ueber-minimalisten/>