

Weniger ist mehr

„Sag mal, hast du vielleicht eine Säge“, fragt mich mein Freund am Telefon. „So eine kleine Mini-Eisensäge oder so was in der Art?“ Ja, habe ich. „Du, dann bring die doch nachher mal mit, danke!“ – Wir sind zum Fußballgucken verabredet und während ich mir das erste Bier aufmache, verschwindet mein Kumpel mit der Säge im Badezimmer. Und kommt mit seiner Zahnbürste zurück: „Hier, halt die mal!“ Im Fernsehen erklingt jetzt die Nationalhymne. Ich erhebe mich vom Sofa, halte mit beiden Händen Franks Zahnbürste fest während er sie in der Mitte durchsägt. Er grinst zufrieden: „Prima! Wieder 12 Gramm gespart!“. Anpiff. Keine Zeit für weitere Fragen. Erst in der Halbzeitpause klärt Frank mich auf: Er plane eine Pilgertour auf dem Jakobsweg – und je leichter dabei der Rucksack bliebe, desto besser, sagt er: „Eine normale Duschgelflasche z.B. wiegt fast 500 Gramm, eine Zahnpastatube mindestens 150! Wer so was mit sich rumschleppt, ist echt selber schuld!“ – Frank nimmt stattdessen nur kleine Probiertütchen mit: „Damit spar' ich locker 450 Gramm – Nachschub hol ich mir unterwegs.“ – Maximal 10 Kilo will er in seinen Rucksack packen und damit immerhin drei Wochen über die Runden kommen. Für echte Puristen sei sogar das noch viel zu viel: „Manche kommen mit nicht einmal 8 Kilo aus – sogar mit eigenem Zelt!“

Tatsächlich: Zu Hause im Internet stoße ich auf alle möglichen Ratgeberseiten und Foren zum Thema „Ultraleichtwandern“. Die alte Lebensweisheit, dass weniger oft mehr ist, wird hier auf die Spitze getrieben, nur das Allernötigste darf mit auf die Reise, der Rest bleibt zurück. Wie ein sportlicher Gegenentwurf zur Überflussgesellschaft wirkt das: Verzicht üben, sich bewusst bescheiden, Ballast abwerfen. Vielleicht liegt ja darin tatsächlich die Chance, sich selbst wieder neu zu entdecken, das eigene Leben sozusagen zu entrümpeln. Heilsam und wohltuend könnte das sein – nicht nur für ein paar Urlaubswochen, sondern auch zu Hause im viel zu vollgestopften Alltag. Aber ob *ich* das auch könnte? – Ich bin schließlich Kombi-Fahrer und den packe ich meistens schon am letzten Arbeitstag voll bis unters Dach. Zwar stellt sich hinterher oft heraus, dass ich das Meiste gar nicht gebraucht habe, dass es nur für unnötige Schlepperei und erhöhten Benzinverbrauch gut war. Aber deswegen gleich die Zahnbürste durchsägen?

Das Telefon klingelt: Frank ist zurück vom Jakobsweg und lädt ein zu einem Bilderabend. Ob ich irgendwas mitbringen soll, frage ich ihn: Einen Salat oder vielleicht was zum Trinken oder Nachtschisch oder ein paar Baguette oder... – „Nein, danke“, unterbricht er mich freundlich. „Nur dich selbst, das genügt! – Für alles andere ist schon gesorgt.“