

# Inspiration Zen?

## Minimalismus als Weg

---

Wibke Schrape (*Ostasiatische Kunstgeschichte*)

»For us, Japanese art means simplicity,  
black and white.«

Will Petersen, zit. nach Chayka 2020: 223)

Minimalist:innen beziehen sich häufig auf japanische Traditionen und Ästhetiken des Zen, des Teeweges und *wabi-sabi*. Reflexartig fällt auch der Name Marie Kondō, wenn es um Minimalismus geht – auch wenn sie sich klar von diesem distanziert und sich auch viele Minimalist:innen genauso deutlich von ihr distanzieren.<sup>1</sup> Es scheint also eine Beziehung zwischen Japan, Zen und Minimalismus zu geben. Aber worin genau besteht diese und wie prägend ist japanische Ästhetik tatsächlich für Minimalist:innen? Diese Frage bildet den Ausgangspunkt für diese Annäherung an das Thema Minimalismus aus der Perspektive japanischer Ästhetik.

Minimalismen und japanische Ästhetiken sind gleichermaßen plural, vielschichtig und prozessual – zeitlich, räumlich und durch individuelle Gegebenheiten und Wahrnehmungen bedingt. Die japanischen Ästhetiken, auf die sich Minimalist:innen beziehen, sind jedoch überschaubar, spezifisch zu benennen, miteinander verflochten und vor allem: historisch, traditionell

---

1 Marie Kondō ist eine Aufräum- und Organisationsexpertin, die eine eigene Methode des Aus- und Aufräumens entwickelt hat. Diese bezeichnet sie nach ihrem Namen als Kon(dō)Mari-Methode. Ihre Bücher geben praktische Hinweise, was man für den individuell angestrebten Lifestyle behalten sollte und wie das zu Behaltende ordentlich zu verstauen ist. Ratgeberliteratur der Minimalist:innen dagegen fokussiert stärker auf das Warum als auf das Wie und distanziert sich, zum Beispiel im Falle der *The Minimalists*, deutlich von Marie Kondō, da für Minimalist:innen auch geordnetes Horten von Dingen letztlich Horten von Dingen ist (The Minimalists Podcast).

oder auch fossilisiert, wie es Donald Richie in seinem »Tractate on Japanese Aesthetics« formuliert (Richie 2007: 22, 70). Ihnen zugrunde liegen Zen-Praktiken, die sich zu bestimmten Zeiten aus bestimmten Gründen mit japanischen Wohn- und Lebenspraktiken verflochten haben und bis heute in die japanische Gesellschaft hineinwirken.

Dieser Beitrag zeigt Übereinstimmungen zwischen Grundsätzen der zen-buddhistischen Lehre, japanischen Ästhetiken und minimalistischen Lebensentwürfen auf. Beleuchtet werden teils zufällige, teils auch bewusste Gemeinsamkeiten, die zumindest teilweise auf einer Adaption und Interpretation von Fragmenten der zen-buddhistischen Lehre und japanischen Ästhetiken in minimalistischen Praktiken beruhen. Die Dichte der Analogien macht deutlich, dass Minimalismus kein genuin euro-amerikanisches Phänomen mit ausschließlichen Wurzeln in Christentum und Kynismus (einer antiken philosophischen Strömung der Bedürfnislosigkeit) ist, sondern so vielschichtig, individuell und transkulturell wie die Gesellschaften, in denen Minimalist:innen agieren.

Eine Auswahl repräsentativer digital und als Ratgeber publizierter Berichte vornehmlich amerikanischer und japanischer Wortführer:innen des Minimalismus bildet den Ausgangspunkt für die Recherche. Beim Lesen dieser Berichte haben sich drei Schwerpunkte möglicher Schnittstellen zwischen japanischer Ästhetik und Minimalismus herauskristallisiert, die in diesem Beitrag näher betrachtet werden: gemeinsame Grundannahmen in Zen-Buddhismus und Minimalismus mit Fokus auf ritualisierte Alltagshandlungen, das ästhetische Ideal der Einfachheit mit Schwerpunkt auf den traditionellen japanischen Raum und schließlich der Umgang mit den Dingen und Vorlieben in der Objektgestaltung. Die Herangehensweise über populäre Selbstberichte von Minimalist:innen macht deutlich, dass es sich hier lediglich um eine erste Annäherung an das Thema Minimalismus und japanische Ästhetik handelt. Im Ausblick wird dementsprechend das Potenzial für ein Zen-inspiriertes Verständnis von Minimalismus als Weg aber auch das Potenzial dieser spezifischen Forschungsperspektive zusammenfassend reflektiert.

## Zen-Buddhismus und Minimalismus – Selbstwirksamkeit durch meditatives Arbeiten

»Zen lehrt uns auch, dass wir mit Wenigem glücklich sein können, wahrscheinlich sogar glücklicher als mit großen Besitztümern.« (Masuno 2019: 11)

Der Buddhismus kann Minimalist:innen in mehrfacher Hinsicht als Inspiration dienen oder, um es anders zu formulieren: Grundsätze der buddhistischen Lehre spiegeln sich in minimalistischen Lebensentwürfen wider, wie es auch bei antiken Lebensentwürfen des Verzichts unter anderem bei Diogenes von Sinope (413–323? v. Chr.) der Fall ist. Bereits Siddhartha Gautama (563–483 v. Chr.), der historische Buddha, beschäftigte sich mit der Frage nach dem Genug für ein glückliches Leben. Er entschied sich gegen den Luxus des Palastes und gegen die Askese. Stattdessen führte er nach seiner Erleuchtung ein besitzloses, erfülltes Leben auf Wanderschaft.

Zen-Mönche sind per Definition Minimalisten. Die Reduktion des Besitzes ist ein Grundpfeiler der Zen-Lehre:

»Ein erfülltes Leben bedarf einer unendlichen Einfachheit, die wir dadurch finden, dass wir uns von allem Überflüssigem und Unnötigen lösen. Zen lehrt uns eine Methode, um zu dieser unendlichen Einfachheit zu gelangen. Wenn wir uns konsequent all der unnötigen Dinge entledigen, die wir angesammelt haben, ohne uns dessen bewusst zu sein, erreichen wir den Zustand des *mushin*, in dem wir durch nichts abgelenkt werden und in dem unser Geist und unser Herz frei und offen sind.« (Masuno 2019: 13–14)

Die Reduktion auf das Notwendige ist also Voraussetzung, um den Zustand absoluter Gelassenheit (*mushin*, wörtlich ›kein Herz‹) zu erreichen. Ohne sich mit diesen jahrhundertealten Praktiken des Buddhismus auseinanderzusetzen zu müssen, spiegeln Berichte von Minimalist:innen diese Erfahrung des Loslassens von Besitz und der daraus entstehenden gedanklichen und seelischen Freiräume wider (z. B. Carver o. J.; Sasaki 2018: 65, 81–82).

Zen (chin. *Chan*, kor. *Seon*, vietn. *Thiền*, abgeleitet von Sanskrit *Dhyana* ›Meditation‹) ist eine Form des Mahayana-Buddhismus, die ihren Ursprung auf eine Episode im Leben des historischen Buddha kurz vor seinem Tod zurückführt. Der Legende nach drehte Siddhartha Gautama vor seinen versammelten Anhängern schweigend eine Lotusblüte. Während alle ratlos waren, lächelte der Schüler Mahakashyapa. Der Buddha erklärte daraufhin, dass seine Weisheit auf Mahakashyapa übergegangen und das Rad (Dharma) der

Buddha-Lehre in Gang gesetzt sei. Mahakasyapa gilt damit als erster Patriarch des Zen-Buddhismus. Ihm folgten weitere 26 indische Patriarchen, bis Bodhidharma (chin. *Damo*, jap. *Daruma*) die Lehre im 6. Jahrhundert nach China brachte und sie sich von dort in Ostasien verbreitete und im 12. Jahrhundert in Japan Fuß fasste.

Entscheidend an dieser Ursprungslegende des Zen ist der Fokus auf die wortlose Lehre. Zwar ist auch die Rezitation von Texten und das Lösen von *Kōans*, einer Art paradoxer Rätsel, Teil der Zen-Praxis. Diese umfasst aber vor allem Sitzmeditation (*zazen*), Gehmeditation (*kinhin*) und meditatives Arbeiten (*samu*). Zum meditativen Arbeiten gehören im Grunde alle Alltagsaufgaben wie Gartenarbeit, Brennholzschlagen, Kochen, Putzen. Es handelt sich dabei um aktive Meditationsformen oder Übungen in Bewegung, die durch die Konzentration auf einfache Tätigkeiten Körper und Geist zur Ruhe bringen. Aufräumen ordnet den Geist und Putzen reinigt das Herz. Diese Vorstellung beruht auf einem Misstrauen gegenüber dem Denken in der Zen-Lehre – der Körper begreift sehr viel besser als der Geist.

»Zen ist eine tägliche Praxis, es sind Übungen. Philosophie ist eine Wissenschaft, die darauf abzielt, Wissen zu mehren, logisch zu denken und zu neuen Wahrheiten zu gelangen. Das Ziel des Zen aber besteht darin, täglich Zen zu praktizieren, sich der Arbeit zu widmen, Körper und Geist zu stählen und Erleuchtung zu erlangen.« (Masuno 2019:172)

Charakteristisch für Zen-Buddhismus zumindest gegenüber der christlichen Lehre und Philosophie ist also das stärkere Vertrauen in körperliche als in geistige Wissensaneignung. Umso paradoxer ist es, wenn in der Degrowth-Bewegung buddhistische Lehren wie zum Beispiel von Manfred Folkers in »All you need is less. Eine Kultur des Genug aus ökonomischer und buddhistischer Sicht« (Folkers/Paech 2020) auf eine philosophische Betrachtung der Welt, also eine geistige Erkenntnis reduziert werden, um bloß nicht religiös anzumuten. Die Lehre des Buddha ist für Folkers lediglich

»eine offene und zugleich bodenständige Methode, die logisches Denken und Klarblick auf das gesamte Leben und auf das Leben als Ganzes anwendet. Die Essenz des Dharma ist eine alltagstaugliche Philosophie, die ohne religiöse Vorgaben zu einer tief begründeten Ethik gelangt.« (Folkers/Paech 2020: 30)

Für Folkers ist Buddhismus – welche Form des Buddhismus spezifiziert er nicht – eine säkulare Form der Spiritualität; eben bestens geeignet als sinn-

stiftende Philosophie ohne Religion, aber dafür mit universeller, europäisch weiter entwickelter Ethik. Zwar spricht nichts gegen eine individuelle Auslegung der Buddha-Lehre als einer »Kultur des Genug« (Folkers/Paech 2020: 33) und gerade in dieser philosophischen Lesart ist sie charakteristisch für die Zen-Rezeption in Europa und Nordamerika seit dem 20. Jahrhundert (Levine 2016: 1 f.). Problematisch ist aber, dass diese säkulare Interpretation des Buddhismus häufig, wie auch bei Folkers, mit teils offen abwertenden Verweisen auf religiöse Formen des Buddhismus in Asien (»religiöses Gedöns«, »asiatische Exotik« (Folkers/Paech 2020: 30), bzw. »die Schubladen Glaube, Religion und Esoterik«, »die kulturelle Ausprägung in Asien als Endergebnisse«, S. 225) einhergehen.

Demgegenüber sollen hier Übereinstimmungen im Verständnis von praktizierenden Zen-Buddhist:innen und Minimalist:innen im Sinne gleichartiger Phänomene und kultureller Verflechtungen aufgezeigt werden. Und diese liegen weniger im Denken als im Handeln. Auffällig in den Narrativen der Minimalist:innen ist die Hinwendung zu Alltagsritualen, wie sie auch das Leben in Zen-Tempeln prägen. Dies zeigt sich beispielhaft bereits darin, dass einer der ältesten und erfolgreichsten amerikanischen Minimalismus-Blogs »zenhabits.net« heißt. Aber auch in anderen Selbstberichten (z. B. Fields Millburn/Nicodemus 2014: 149–150) werden Tätigkeiten immer gleichartig und zu festen Tageszeiten ausgeführt: frühes Aufstehen mit der Sonne, Schreiben vor der Erwerbsarbeit, regelmäßiger Sport, tägliches Putzen, Meditation am Abend. Übereinstimmen minimalistische Erfahrungsberichte und die Auffassung des meditativen Arbeitens im Zen-Buddhismus außerdem in der Scharniererfahrung zwischen körperlichem Handeln und seelischem Befinden. Das Aufräumen führt zu Ruhe und Konzentration, das tägliche Staubsaugen verschafft Befriedigung und Selbstvertrauen, Taten und nicht Vorsätze sind es, die glücklich machen (Sasaki 2018: 183). Der international bekannteste japanische Minimalist Fumio Sasaki, der jeden Morgen sein Zimmer putzt, sagt über sich selbst, dass er sich wie ein Zen-Mönch während der Ausbildung fühle (Sasaki 2018: Bildteil). Diese Wahrnehmung harmoniert mit der seit der Yuan-Dynastie (1279–1368) verfestigten Chan-buddhistischen Auffassung, dass Putzen zur Erleuchtung führen kann:

»Putzen ist der Moment, in dem wir im Alltag vollkommene Gelassenheit erlangen können. Wenn wir mit freiem und offenem Geist sauber machen, werden wir ›eins mit der Arbeit‹. Und in diesem Moment des Nichts finden wir möglicherweise die Gelegenheit zur Erleuchtung.« (Masuno 2019:148)

Viele Minimalist:innen beginnen im Laufe des Aufräumens mit dem Meditieren – oder auch andersherum: Sie meditieren und beginnen mit dem Aus- und Aufräumen (z. B. Raeggel [o. J.]). Minimalismus und Meditation stützen sich gegenseitig und üben beide durch körperlich-sinnliche Handlungen ein sinnhaftes, bewusstes Leben in der Gegenwart ein. Hierin stimmen sie mit vielen anderen Achtsamkeitstrainings, die in den letzten Jahren zunehmend populär werden, überein. Wer sich auf den Abwasch von heute konzentriert und nicht über den von gestern nachdenkt oder sich um den morgigen sorgt, schafft es nicht nur, den heutigen Abwasch zu bewältigen, sondern sich über diesen Erfolg auch zu freuen. Diese praktische Erkenntnis (Sasaki 2018: 225–226) versinnbildlicht die Schnittstelle zwischen Entrümpeln, Aufräumen, Putzen und Aufmerksamkeitsschulung in Form von aktiven, (all)täglichen Übungen.

Minimalismus stützt sich also ähnlich wie Zen-Buddhismus auf aktive Meditationsformen. Während diese im Zen-Buddhismus helfen, Erleuchtung oder Erweckung (*satori*) zu erlangen, bewirken sie bei Minimalist:innen zumindest, sich selbst im Hier und Jetzt zu erleben und wahrzunehmen. Nimmt man sich selbst bewusst im Hier und Jetzt als Teil seiner Umgebung wahr, tritt die Frage nach dem Sinn des Lebens zugunsten von Selbstwirksamkeit zurück – man ist sich selbst gerade jetzt genug.

In dieser Erfahrung der aktiven Meditation verflucht sich auch der Teeweg (*chadō*) mit zen-buddhistischen Praktiken. Der Weg (jap. *dō*, chin. *dao*) bedeutet gleichermaßen Weg, Methode und Schule und findet in der japanischen Kultur zahlreiche Ausprägungen, wie zum Beispiel im Weg des Bogens (*kyūdō*) – einer japanischen Form des Bogenschießens –, im Bushidō – dem Weg des Kriegers – oder, noch zentraler, im Shintō – dem Weg der Götter.

Einen Weg des Minimalismus gibt es in Japan nicht. Minimalismus ist schon allein in der Adaption aus dem Englischen *minimarizumu* ミニマリズム als modernes, importiertes Phänomen zu erkennen. Gleichwohl finden sich im Minimalismus viele Eigenschaften der Zen-Lehre bzw. des Teeweges wieder, eben weil sie im meditativen Arbeiten eine gemeinsame Schnittstelle aufweisen. Die Perspektive des Zen-Buddhismus schärft also das Verständnis von Minimalismus als Weg und nicht als Selbstzweck oder Ziel. Zen-Buddhismus und Minimalismus stimmen in der Erfahrung überein, dass man mit dem Entrümpeln der eigenen Lebenswelt beginnt, um letztlich auch die innere Lebenswelt in Ordnung zu bringen. »In Japan heißt es, die Wohnung zu putzen, bedeutet, sich selbst herauszuputzen« (Sasaki 2018: 155). Das Entrümpeln und Aussortieren der realen und digitalen

Lebenswelt wird zu einer Übung oder Methode, um herauszufinden, was einem wichtig ist und einen glücklich macht (z. B. Sasaki 2018: 12, 135). Man fängt gewissermaßen bei den Dingen um sich herum an und endet bei den inneren Werten, wobei dieser Weg durchaus zyklisch, also in immer wiederkehrenden Schleifen zu verstehen ist. Denn genau wie *zazen* niemals endet, endet auch das Ausräumen, Aufräumen und Putzen nie, sondern beginnt jeden Tag von Neuem.

## Japanische Einfachheit – der leere Raum

»The Dojinsai study at Jishoji temple and Katsura Imperial Villa are so refreshing because they are completely empty. If they overflowed with all sorts of miscellaneous items and furnishing, it would be too terrible to look at. These sophisticated spaces were arranged simply, and when they were used for living, there were only a few furnishings, which were carefully used and then stored. Things that are not in use, no matter how splendid they may be, should be stored away. This is the Japanese way.« (Hara 2018: 78–79)

Auch wenn Zen in China als Chan, in Korea als Seon und in Vietnam als Thiền praktiziert wird, wird diese Form des Buddhismus heute international in erster Linie mit Japan assoziiert. Dies liegt schlicht an der Tatsache, dass sich der Zen-Buddhismus in Europa und Nordamerika ab dem frühen 20. Jahrhundert im Austausch mit Japan verbreitete und die international präsente amerikanische Entwicklung des Zen-Buddhismus bis heute stark von japanischen Meistern geprägt ist, auch wenn vietnamesische Meister in den letzten Jahrzehnten deutlich an Einfluss gewonnen haben. Die daraus resultierende Überblendung von Zen und Japan führt zu einer Außenwahrnehmung und Selbstvermarktung der japanischen Kultur als einer Zen-Kultur, die per Definition eine minimalistische Kultur ist. Das Argumentationsmuster ist dabei gut bekannt: Japan gilt bisweilen als vor der Moderne modern und vor der Postmoderne postmodern, nun also auch minimalistisch vor dem Minimalismus. Beispielhaft hierfür ist die Rezeption der kaiserlichen Villa Katsura Rikyū (Abb. 1) in Kyoto, die bereits der deutsche Architekt Bruno Taut für ihre schlichte Schönheit bewunderte, und die seitdem als Inbegriff japanischer vormoderner Moderne-Ästhetik gilt (für eine kritische Diskussion der Rezeption siehe Isozaki 2006).

Abb. 1: Blick aus dem Teehaus Shokin-tei in den Garten der Residenz Katsura Rikyū



Tatsächlich scheinen Einfachheit bzw. Schlichtheit ähnlich wie Naturverbundenheit sowie Harmonie und Eleganz Konstanten in der Reflektion japanischer Ästhetik zu sein. So umreißt der Literaturwissenschaftler Donald Keene japanische Ästhetik mit den Begriffen Andeutung, Unregelmäßigkeit, Einfachheit und Vergänglichkeit, auch wenn es durchaus immer gegenteilige Beispiele wie zum Beispiel die opulente shogunale Grabanlage Nikkō Tōshōgū und das farbenfrohe Theater Kabuki gebe (Keene 1969: 294). Keenes Blick auf japanische Ästhetik ist durchaus elitär (McCarthy 1969: 310). Als Literaturwissenschaftler blendet er zum Beispiel die städtische Vergnügungskultur aus, sodass prägende Konzepte wie das Spielerische (*asobi*, *mitate*) unerwähnt bleiben. Dazu passt, dass historisch wie in der Rezeption Schlichtheit in Japan ein ästhetisches Mittel ist, um sich von allem Gewöhnlichen bis Vulgären zu distanzieren – ein Phänomen, das auch im heutigen Minimalismus durchaus präsent ist (Chayka 2020: i, 38). Viele der historischen ästhetischen Werte wie *fūryū* (elegante Schlichtheit), *shibui* (subtil, herb) und *iki* (urbaner Schick) beinhalten dementsprechend auch eine moralische Komponente (Richie 2007: 40–41, 66). Keene weist auch bereits darauf hin, dass die Übereinstimmungen zwischen traditionellen japanischen Ästhetiken und zeitgenössischen westlichen Vorstellungen immer mehr zunehmen würden. Diesen Trend bestätigt auch Donald Richies Feststellung, dass japanische Ästhetiken sich mehr mit

Prozessen als mit Produkten und mehr mit der Konstruktion als dem Sich-ausdrücken eines Selbst beschäftigen (Richie 2007: 15). Hara Kenya, Designer, Kurator und Art-Direktor von MUJI, einem japanischen Lifestyle-Konzern, erkennt im Vergleich dazu in Feinheit, Gründlichkeit, Präzision und Einfachheit die prägenden Werte der japanischen Kultur (Hara 2018: 3).

Keene und Hara verbindet die Bezugnahme auf Einfachheit (*simplicity*). Diese Einfachheit ist es auch, die für Keene die Schnittstelle zwischen Zen-Buddhismus und japanischen Ästhetiken darstellt. Dies zeigt sich etwa daran, dass frühe buddhistische Tempel, wie zum Beispiel der Byōdōin in Uji, außen rot gefasst und innen bemalt sind, spätere Zen-Tempel aber sehr viel schlichter gehalten sind (Keene 1969: 301–302). Keene stellt fest, dass Zen-Buddhismus vielleicht weniger der Ursprung unserer heutigen Vorstellungen japanischer Ästhetik ist, sondern dass sich Zen-Buddhismus und Vorstellungen über Japan so weit verflochten und gegenseitig verstärkt haben, dass sie nicht mehr scharf voneinander zu trennen sind (Keene 1969: 297).

Tatsächlich sind fast alle historischen Beispiele, die für die Belegung der japanischen Einfachheit herangezogen werden, zen-buddhistische Beispiele, oder zumindest eng mit dem Zen-Buddhismus verflochtene Entwicklungen japanischer Ästhetik. Hierzu zählen: der Zen-Garten Ryōanji in Kyoto aus dem 15. Jahrhundert (Abb. 2 links, Darstellung der Bloggerin Mihoyo Fuji), das Studierzimmer Dōjinsai (Abb. 3) im Tempel Jishōji (besser bekannt als Ginkakuji, Silberner Tempel) aus dem 15. Jahrhundert, die *wabi-cha* genannte Form der Teezeremonie von Sen no Rikyū (1522–1591) und die kaiserliche Villa Katsura Rikyū (Abb. 1) aus der ersten Hälfte des 17. Jahrhundert. Vielleicht deshalb werden diese Beispiele heute auf der kalifornischen Website der in Japan geborenen Mihoyo Fuji folgerichtig als *Zen Minimalism* (Abb. 2) besprochen und mit zeitgenössischem japanischen Design in Beziehung gesetzt (Fuji o. J.).

Abb. 2: Nebeneinanderstellung des Zen-Gartens Ryōanji mit dem MUJI Tiny House



Schaut man sich diese wenigen, immer wieder herangezogenen Schlüsselwerke an, scheint sich die heutige Vorstellung von Einfachheit als wesentlicher Aspekt japanischer Ästhetik in einem relativ knappen Zeitraum von 200 Jahren zwischen 1450 und 1650 entwickelt zu haben. Eben dieser Zeitraum zwischen der Higashiyama-Kultur des Shogun Ashikaga Yoshimasa (1436–1490) und der frühen Edo-Zeit (1603–1868) gilt in Japan als Goldenes Zeitalter. Einfachheit als scheinbar zeitlose, unveränderliche ästhetische Kategorie gehört also zu den im langen 16. Jahrhundert verankerten und seit dem späten 19. Jahrhundert geprägten Klassizismen oder erfundenen Traditionen, die bis heute den Diskurs um japanische Ästhetik dominieren (Lillehoj 2004).

Beispielhaft hierfür ist Hara Kenyas Genealogie einer japanischen Ästhetik von Einfachheit und Leere. Er stellt fest, dass Einfachheit immer auf einen Gegenspieler in Form von »Komplexität, Redundanz und Exzess« (Hara 2018: 48) angewiesen ist. Diesen Punkt sieht er in Europa im späten 19. Jahrhundert mit der industriellen Revolution herannahen, woraus sich die Ästhetik der Moderne entwickelte. Demgegenüber setzt er die japanische Genese der Einfachheit im späten 15. Jahrhundert an und verweist speziell auf das Studierzimmer Dōjinsai im Tempel Jishōji, das ihn persönlich als Designer am stärksten berühre (Hara 2018: 50–51). In einem Vortrag (Hara o. J.) über die Philosophie der Marke MUJI nennt er die Leere als erste Grundlage und verweist auf eben diesen Raum. Er betont gerade an diesem Beispiel den Unterschied zwischen der westlich-modernen Einfachheit und der japanischen Einfachheit, welche ihre Bedeutung durch die darin zum Tragen kommende tiefgründige Leere erhalte. 2005 nutzt MUJI den kanonisch gewordenen Raum bestückt mit einer weißen MUJI-Schale als Werbeposter (Abb. 3), wobei die Schwarz-Weiß-Fotografie die strenge Schlichtheit des Raumes noch betont. Für Hara führt also eine direkte Genealogie der Einfachheit vom Dōjinsai zu zeitgenössischem japanischen Design: »This surely is how an aesthetic of emptiness began. It was a revolution in Japanese sensibilities—sparse, cool, and dry« (Hara 2018: 54).

Haras Argumentation, welche den zen-buddhistischen Kontext zugunsten einer japanischen Genealogie der Einfachheit und Leere ausblendet, ist beispielhaft für die Erfindung und Weiterschreibung von (nationalen) Traditionen.<sup>2</sup> Mit Blick auf historische Beispiele versteht er Einfachheit als ei-

2 Ganz im Gegensatz dazu vermittelt die kalifornische Webseite <https://www.interactiongreen.com> die gleichen Beispiele unter dem Begriff Zen und entwickelt daraus Zen Mi-

*Abb. 3: Studier- und Teezimmer Dōjinsai im Jishōji, Kyoto, hier als Werbeposter von MUJI 2005 mit einer MUJI-Teeschale*



nen japanischen Wert, den er mit Bodenschätzen anderer Nationen vergleicht (Hara 2018: vii–viii). Einfachheit zusammen mit neuester japanischer Technologie bilden für ihn die Grundlage für den Erfolg Japans in einer Zukunft, die global betrachtet von Asien dominiert werden wird (Hara 2018: 7, 107, 145–146). In diesem Sinne sind seine Ausführungen in »Designing Japan. A Future Built on Aesthetics« charakteristische Fortschreibungen moderner japanischer Identitätsdiskurse, sogenannter Nihonjinron – Schriften von Japaner:innen, die das spezifisch Japanische der japanischen Kultur herausarbeiten und dadurch die Einzigartigkeit Japans propagieren.

Das von Hara Kenya immer wieder herangezogene Studierzimmer Dōjinsai ist tatsächlich so etwas wie die Quintessenz einer japanischen Ästhetik der Einfachheit in ihrer Überblendung mit zen-buddhistischen Idealen. Das Zimmer ist Teil des Jishōji, der ab 1482 als Alterswohnsitz des Shogun Ashikaga

---

nimalism. Allein dieses Nebeneinander unterschiedlicher Interpretationen der gleichen Schlüsselwerke verdeutlicht, wie sehr Zen und japanische Ästhetik miteinander verflochten und gleichzeitig individuell auslegbare zeitgenössische Konzepte mit historischen Wurzeln sind.

Yoshimasa errichtet und nach seinem Tod zu einem Tempel der Zen-Schule Rinzai umgewidmet wurde. Yoshimasa selbst wurde 1485 unter dem Namen Dōkei zen-buddhistischer Mönch und zog sich aus der Politik zurück. Die kulturelle Blüte dieser Zeit geht Hand in Hand mit einem zehnjährigen Bürgerkrieg und der fast vollständigen Vernichtung Kyotos, die den politisch-gesellschaftlichen Rahmen für Yoshimasas Hinwendung zum Zen-Buddhismus und zu einer Ästhetik der Einfachheit bilden.

Im Studierzimmer Dōjinsai (Abb. 3) überblenden sich Einfachheit, japanische Kultur und Zen-Buddhismus zu einem Prototyp des leeren Raumes im sogenannten Shoin-Stil. Was macht diesen Raum so besonders? Zuvor waren Residenzen in der Regel nicht in feste Räume unterteilt und wiesen einen Holzboden auf. Erst in der Shoin-Bauweise trennten teilweise zu öffnende Papierwände einzelne Zimmer ab, die mit Tatami ausgelegt wurden. Die Größe von Räumen wurde fortan in der Anzahl dieser Tatami, Matten aus fest verwebtem Reisstroh, bemessen. Der Raum Dōjinsai umfasst viereinhalb Tatami und setzte auch in dieser Hinsicht einen Standard, der bis heute die klassische Größe für Teeräume bestimmt. Tatsächlich diente das Studierzimmer auch für Teezusammenkünfte und gilt deshalb als Prototyp des japanischen Teerraums. An einer Seite zum Garten befindet sich eine leicht erhöhte Bildnische (*tokonoma*), deren Schiebetüren sich öffnen lassen, sodass der Ausblick auf den Garten wie eine Hängertüte als Bildschmuck in den Raum integriert wird. Daneben ist ein Regal mit versetzten Brettern (*chigaidana*) eingebaut. Mit all diesen Elementen ist dieser Raum sowohl Prototyp als auch konserviertes Musterbeispiel japanischer Räume.

Bis heute folgen japanisch ausgestattete Wohnräume dem im Dōjinsai angelegtem Vorbild: Der Boden ist mit Tatami ausgelegt. Jeglicher Schmuck wie Bilder, Blumen und Räucherwerk wird auf die Bildnische beschränkt. Mit Papier bespannte Schiebetüren lassen die Grenze zwischen Innen und Außen verwischen. Der Schmuck in der Bildnische stellt in der Regel einen Bezug zur Jahreszeit her und verbindet auf diese Weise den Innenraum mit dem Außenraum, der Natur. Solche Räume können gleichermaßen als Schlaf-, Ess- und Wohnzimmer dienen. Alle Dinge, die gerade nicht in Benutzung sind wie zum Beispiel Futon und Bettzeug, werden hinter Schiebetüren im Wandschrank verstaut – alles hat seinen Platz in Kisten, Kästchen, hinter den Wänden. Möbel gibt es in der Regel nicht.<sup>3</sup> Der traditionelle japanische Wohnraum

3 Schwere Kommoden, *tansu*, wurden nicht in den eigentlichen Wohnräumen, sondern in Lagerräumen, oder bei größeren Anwesen in separaten Lagerhäusern unter-

ist also ein leerer, ein minimalistischer Raum. Gleichwohl verdeutlicht Inge Daniels in ihrer anthropologischen Studie »The Japanese House: Material Culture in the Modern Home« (Daniels 2010) unmissverständlich, dass dieser minimalistische Raum ein historisch geprägtes ästhetisches Ideal ist, das in der Wohnkultur der heutigen japanischen Konsumgesellschaft allenfalls widerhallt.

Wortführende Minimalist:innen preisen immer wieder die beruhigende und beglückende Wirkung von leeren Räumen, sodass verständlich ist, warum der traditionelle japanische Raum auch über Japan hinaus auf sie anziehend wirkt. In Japan wird diese beruhigende Wirkung leerer Räume durch ein Gefühl der Sicherheit verstärkt. Denn nicht fest verstaute Gegenstände sind bei Erdbeben lebensbedrohlich, was sich in der traditionellen japanischen Architektur widerspiegelt, die Gegenstände in der Regel sicher verpackt in Kästen in Wandschränken verstaute. Als direkte Reaktion auf die Gefahr herumfliegender Gegenstände bei der Dreifachkatastrophe aus Erdbeben, Tsunami und Kernschmelze am 11. März 2011 entschied sich beispielsweise die Illustratorin Yururi Mai zu einem minimalistischen Lebensstil. Ihr als Blog und Manga veröffentlichter Essay »In meinem Haus gibt es nichts« (*Watashi no uchi ni wa nanimo nai*) wurde 2016 als Comedyserie verfilmt. Fumio Sasaki berichtet ebenfalls, dass er sich heute bei Erdbeben zu Hause sicher fühle: »Wenn man weniger besitzt, kann einem weniger auf den Kopf fallen« (Sasaki 2018: 207).

Sasaki vergleicht seinen Wohnraum außerdem mit einem Teeraum, der bis heute fossilisiert weiterlebenden Variante des traditionellen japanischen Raumes:

»Mein Wohnzimmer ist im Grunde ein Teehaus, schlicht und leer. Wir sind ganz allein aufeinander zurückgeworfen, auch wenn das Gespräch stockt. Niemand ärgert sich, wenn in einem Teehaus weder Fernseher noch Radio stehen, schließlich geht es dort allein darum, Tee zu trinken und über die Gedanken zu reden, die einem so durch den Kopf gehen.« (Sasaki 2018: 215)

Auch für den Teeraum ist das Studierzimmer Dōjisa der Prototyp. Im 16. Jahrhundert standardisierten Teemeister seine Bauweise, bis schließlich der Teemeister Sen no Rikyū (1522–1591) um 1582 den minimalistischsten Tee-raum überhaupt schuf: den Taian (Abb. 4) im Zen-Tempel Myōkian bei Kyoto.

---

gebracht. Historische Schreibtische und Regale waren leicht und niedrig. Sie ließen sich bei Bedarf hervorholen und waren für die Nutzung im Sitzen auf dem Boden ausgerichtet.

Dieser Teeraum, der heute als Nationalschatz eingestuft ist, umfasst lediglich zwei Tatami, eine Tokonoma und einen sogenannten Kriecheingang für die Gäste. Gleich welchen Standes mussten alle Gäste kniend in den Teeraum hineinrutschen. Kleiner und intimer kann ein Teeraum nicht sein, weil es immer eine Tatami für den:die Gastgeber:in zum Zubereiten des Tees und eine für die Gäste zum Trinken des Tees geben muss.

*Abb. 4: Blick in den Teeraum Taian im Tempel Myōkian, Kyoto*



Teerräume und Teehäuser, die nicht Bestandteil einer Residenz oder eines Tempels sind, orientieren sich architektonisch an einfachen, strohgedeckten Hütten. Heute wird angenommen, dass Rikyū, der Vollender des *wabi-cha*, also des Tees karger Einfachheit, seinen strengen Stil und auch den Teeraum Taian als Gegenbewegung zu dem exzessiven und opulenten Stil der Teezeremonie seines Arbeitgebers, dem Shogun Toyotomi Hideyoshi entwickelte (Richie 2007: 30, 49), übrigens wieder in einer von Bürgerkrieg geprägten Zeit. Selbst zur Blütezeit des *wabi-cha* war Einfachheit also kein durchgängiges Prinzip japanischer Ästhetik, sondern ein sich in spezifischen historischen Kontexten herausgebildetes und vom Zen-Buddhismus geprägtes Ideal. So ließ Toyotomi Hideyoshi beispielsweise eine mehrere Tage währende Teezeremonie mit mehr als 1.000 Gästen veranstalten, die allerdings abgebrochen

wurde. Das Gegenstück zum Teeraum Taian bildet ein transportabler, vollständig mit Blattgold überzogener Teeraum des Shoguns.

## Im Dialog mit den Dingen

»Rikyū's *chanoyu* was called *wabicha*. Through it he taught that poverty had its own elegance, as reflected in the rustic tea house, in the superb simplicity of the common tea cup, and in the ordinary, if heightened and self-conscious, good manners of both tea-master and his guests. Abundance is unnecessary or, worse, vulgar. The one may stand for the all—less is always more.« (Richie 2007: 48–49)

Während Ashikaga Yoshimasa den Ursprung der Ästhetik von Einfachheit markiert, gilt Sen no Rikyū etwa einhundert Jahre später als ihr Vollender, sein *wabi-cha* markiert im späten 16. Jahrhundert die stärkste Durchdringung des Teeweges mit dem Zen-Buddhismus. Rikyūs Tee karger Einfachheit ist allerdings von durchaus komplexer, aufwendiger Schlichtheit. Die Regeln der Teezeremonie *chanoyu* (wörtlich übersetzt: ›Heißes Wasser für Tee‹) sind äußerst kompliziert. Es braucht mehrere Jahre des Übens, damit die vorgegebenen Handlungsabläufe der Teezubereitung in vollendete, schlicht und elegant anmutende Bewegungen und einen köstlichen Tee münden. Auch deshalb ist die Bezeichnung ›Teeweg‹ (*chadō*) sprechender als die Übersetzung ›Teezeremonie‹ für *chanoyu*.

Die für Rikyū bindenden ästhetischen Ideale *wabi* und *sabi*, die in Europa und Amerika häufig gemeinsam als *wabi-sabi* rezipiert werden (Kempton 2019), gehen in ihrem Ursprung bis in die Heian-Zeit (794–1185) zurück. *Sabi* leitet sich von den Verben *sabu* (›schwinden‹), *sabiteru* (›alt und rostig werden‹) und dem Adjektiv *sabishii* (›einsam‹, ›verweist‹) ab. Es beschreibt die Schönheit, die erst im Gebrauch von Dingen, im Prozess ihres Alterns entsteht. So betont Tanizaki Jun'ichiro in seinem »Lob des Schattens. Entwurf einer japanischen Ästhetik« (Tanizaki 2006 [1933]) immer wieder die Schönheit unbehandelten Holzes, die erst mit der Zeit als dunkle, die Maserung betonende Patina hervortritt und die Augen beruhigt. Während *sabi* also eine Wertschätzung für den Effekt der Zeit auf die Dinge umreißt, ist *wabi* eher eine Einstellung gegenüber diesen Effekten, die sich vor allem in einfachen, naturnah gestalteten, karg-ärmlichen Dingen zeigt. Das Wort *wabi* leitet sich von den Verben *wabu* (›schwinden‹), *wabiru* (›sich sorgen‹, ›sich verzehren‹) und dem

Adjektiv *wabishii* (»elend«, »einsam«, »arm«) ab. Suzuki Daisetz, der maßgeblich für die Verbreitung des Zen-Buddhismus in Europa und Nordamerika im 20. Jahrhundert war, beschreibt *wabi* als bewusste ästhetische Wertschätzung von Armut – der Zufriedenheit mit einer kleinen Hütte wie zum Beispiel Henry David Thoreaus Blockhütte (Richie 2007: 47, Thoreau 2020 [1854]). Beide, *wabi* und *sabi*, fußen auf der buddhistischen Grundannahme, dass alles vergänglich ist und dass in dieser Vergänglichkeit Schönheit zu finden ist, wenn auch eine Schönheit mit melancholischem Grundton.

Damit diese Schönheit von Räumen und Dingen mit der Zeit hervortreten kann, müssen natürliche und möglichst unbehandelte Materialien wie Holz, Lehm, Reisstroh und Papier verwendet werden. Auch die von Rikyū bevorzugten Teeutensilien setzen sich klar von der Perfektion chinesischen Porzellans und Lackes ab. An ihre Stelle treten tiefschwarzer Lack, geschnitzter Bambus und unregelmäßig geformte Keramiken in zurückhaltenden Glasuren. Die höchste Verehrung im *wabi-cha* erfahren dementsprechend schwarze Raku-Schalen (Abb. 5), die immer wieder, auch von dem Designer Hara Kenya, als Paradebeispiel für die Tiefgründigkeit und Macht japanischer Einfachheit herangezogen werden. Charakteristisch und inzwischen auch in Europa sehr beliebt ist die Aufwertung von beschädigten Keramiken durch Goldlackreparaturen (*kintsugi*), eine sichtbare und edle Form der Reparatur, die Brüche in der Biografie von Objekten sichtbar erhält und mit Bedeutung anreichert (Abb. 6).

Abb. 5 (links): *Chōjirō I* (?–1589), schwarze Raku-Teeschale, glasierte Irdenware, H. 8,2 cm, Dm. 10,3 cm, Tokyo Nationalmuseum;

Abb. 6 (rechts): Teeschale mit Goldlackreparatur, Momoyama-Zeit (1573–1603), *Ko-karatsu*, glasiertes Steinzeug, H. 7,8 cm, Dm. 11 cm, Museum für Kunst und Gewerbe Hamburg



Die Farben des Teerraums umreißen im Grunde das gängige Farbspektrum von Minimalist:innen (vgl. Chayka 2020: 4, 37, 220): weiß (Papierbespannung von Schiebetüren), schwarz (Textileinfassung der Tatami), beige (Reisstroh der Tatami), grau (lehmverputzte Wände) und holzfarben (Pfeiler der Tokonoma). Alle Töne harmonieren miteinander und reihen sich ein, schmeicheln dem Auge, ohne es anzustrengen (Kempton 2019: 60–62, Sasaki 2018: 108).

Gegenüber dieser traditionellen japanischen Ästhetik nehmen unter heutigen Minimalist:innen das Weiß oder Metall von Apple-Produkten (z. B. Sasaki 2018: 28–29, 36) sowie das mattweiße Plastik von MUJI einen größeren Raum ein. Minimalistisch ist Apples Design vor allem hinsichtlich der Reduzierung von Erhebungen und Öffnungen hin zu heute üblichen Touchscreen-Oberflächen, bisweilen steht die Reduktion des Designs sogar über der Funktionalität (Chayka 2020: 41–42, Shelley 2017: 4–5). Auffällig an der Oberflächengestaltung von MUJI ist hingegen, dass in der Regel glänzende, weiße Oberflächen zugunsten von matt durchscheinenden, oft auch an der Oberfläche angerauten Weißtönen vermieden werden. Die Plastikoberflächen erscheinen auf diese Weise hochwertiger und erinnern an Papier. Sie wecken auch Assoziationen von Reinheit, ohne einen kalten, weißen Glanz abzugeben, wie er zum Beispiel für Tanizaki Jun'ichirō in Form von weißen, glänzenden Fliesen eine Beleidigung für das Auge ist (Tanizaki 2006 [1933]: 12). Gleiches gilt für das allseits beliebte MacBook Air. Anders als bei den meisten Laptops und früheren MacBooks wird hier kein Plastik, sondern höherwertiges Metall verwendet, dessen Oberfläche angeraut ist, sodass die Geräte selbst mit Gebrauchsspuren schön altern. In dieser Hinsicht entsprechen viele Produkte von Apple und MUJI zumindest in der Oberflächengestaltung tatsächlich dem Ideal von *wabi* und *sabi*: Sie verzichten auf Dekor und setzen auf höhere Qualität im Material.

Der Lifestyle-Konzern MUJI, wörtlich ›keine Marke‹ bzw. *Muji ryōhin* ›qualitative Produkte ohne Marke‹, setzt seinen Namen konsequent in der Gestaltung um (vgl. Rühle 2018: 13). Gerade in Japan, wo Stifte, Kleidung, Taschen aller Farben und mit allen möglichen Emblemen von Mickey Mouse über Hello Kitty bis zu Pokémon und Dragonball etc. allgegenwärtig sind, fallen MUJI-Produkte durch ihre schlichte Einfarbigkeit in neutralen Tönen ohne Bilder und Ornamente auf. Die Preisschilder mit MUJI-Schriftzug lassen sich in der Regel restlos von Schreibwaren und Gebrauchsgegenständen entfernen. Minimalistisches Design inklusive reduzierter Farbpalette und ausgewählter Materialien ist die Grundlage von MUJI-Produkten vom Bleistift über ungebleichte Papierwaren bis zur MUJI-Hütte (Abb. 2 rechts).

Diese schlichte, funktions- und qualitätsorientierte Gestaltung ist Grundlage für die Beliebtheit dieser Produkte unter Minimalist:innen. Denn Minimalist:in zu sein, bedeutet nicht, Dinge nicht zu lieben. Oft ist das Gegenteil der Fall. Schon im Film »Minimalism. A Documentary About the Important Things« (2016) mahnt Juliet Schor zu mehr Materialismus im Sinne einer intensiven Auseinandersetzung mit der Materialität und Qualität von Dingen. Der japanische Minimalist Sasaki Fumio ist jemand, der seine Dinge liebt und seinen Apple-Geräten – sowie Steve Jobs – tiefe Dankbarkeit entgegenbringt, ihnen sogar ebenbürtig mit seinen Kolleg:innen im Verlag dankt für die Unterstützung beim Schreiben seines ersten Buches (Sasaki 2018: 249). Interessant ist dabei, dass Sasaki das minimalistische Design der Apple-Produkte – weiß, keine unnötigen Tasten, keine Gebrauchsanweisungen – auf den Minimalismus von Steve Jobs zurückführt, der wiederum praktizierender Zen-Buddhist war. Sasaki interpretiert den Gebrauch von Apple-Produkten deshalb als Re-Import japanischer Kultur: »Mir gefällt die Vorstellung, dass die japanische Kultur den Geist eines der weltgrößten Unternehmungen geprägt hat. Bis heute ist das iPhone in Japan besonders beliebt, was bedeutet, dass wir unsere minimalistische Kultur re-importiert haben« (Sasaki 2018: 29). Sasis Verständnis japanischer Kultur ist symptomatisch für die Unschärfe und zeitliche Überblendung historischer japanischer und zeitgenössischer Minimalismus-Ästhetiken. Die Geschichte minimalistischen Designs bedarf also einer eigenen Untersuchung, die genauso transkulturell als Verflechtungsgeschichte geschrieben werden müsste, wie Designer:innen unterschiedlichste Inspirationen verarbeiten. So überrascht die Vereinnahmung von Apple-Produkten als Re-Import japanischer Ästhetik zwar im ersten Moment, beinhaltet aber eine berechtigte Kritik an einer linearen Geschichtsschreibung, welche den Minimalismus von Steve Jobs direkt auf Dieter Rams Grundsatz »Weniger aber besser« zurückführt (Shelley 2017: 3–5).

Die Freude am Materiellen scheint tief verwurzelt in der japanischen Kultur. Sie besitzt dabei andere Nuancen als die Wertschätzung qualitativ hochwertiger Dinge, wie die Leser:innen sie vielleicht hinsichtlich der »guten alten Dinge« in den Läden der deutschen Manufactum-Einzelhandelskette empfinden. Auffällig ist bei japanischen Autor:innen der Umgang mit Dingen wie mit Lebewesen – sie können Zeit rauben, Energie stehlen und stumm mahnen: »Unser Besitz hat sich gegen uns erhoben, er beherrscht uns und wir merken es nicht einmal« (Sasaki 2018: 52). Der Zen-Mönch Masuno Shunmyo erläutert, dass sich unbenutzte Dinge in einem Schlafzustand befinden

– sie hindern nicht nur ihre Besitzer:innen am Leben, sondern diese hindern auch die Dinge an ihrem Leben (Masuno 2019: 32). Löst man sich dagegen von seinem Besitz, haben die Dinge die Möglichkeit zu zirkulieren, und es gelangen andere Dinge, die man gerade braucht, auf wundersame Weise zu einem (Masuno 2019: 165).

Auch bei Marie Kondō ist das Verwischen der Objekt-Subjekt-Grenze immer wieder spürbar: »Clothes, like people, can relax more freely when in the company of others who are very similar in type, and therefore organizing them by category helps them feel more comfortable and secure« (Kondō 2014:78). Sie stellt sich neuen Wohnungen und Häusern vor, weckt Bücher vor dem Aussortieren auf und mahnt ihre Programmteilnehmer:innen, sich bei den Dingen zu bedanken, die sie weggeben. Es sind auch die Dinge, die beim Berühren einen Funken der Freude auslösen: Die Frage, ob die Dinge bleiben oder gehen müssen, ist bei Marie Kondō keine Frage von Nutzen, Wert oder abstrakter Freude, wie *The Minimalists* sie beschreiben (Fields Millburn/Nicodemus 2014: 68, 71), sondern eine körperliche Reaktion auf eine Eins-zu-Eins-Berührung mit den Dingen (Kondō 2014: 57), was sie mit kleinen Hüpfen und auseinander stiebenden Händen ihren amerikanischen Kund:innen verständlich zu machen versucht (Netflix-Serie »Aufräumen mit Marie Kondō«, 2019). Ganz anders mutet dagegen der amerikanische Slogan *Love People, Use Things: Because the Opposite Never Works* (2021) von *The Minimalists* an, der aus der Frage nach Liebe eine Entweder-oder-Entscheidung zwischen Dingen und Menschen aufmacht. Das eine muss das andere jedoch nicht ausschließen. Die in diesen Beispielen zutage tretenden unterschiedlichen Auffassungen bei den wortführenden amerikanischen und japanischen Minimalist:innen beruhen auf einer unterschiedlichen Wahrnehmung der Welt. Buddhismus und Shintoismus prägen die japanische Ding-Welt bis in den heutigen Alltag: Götter können ihre Gestalt wandeln, sich in hölzernen Statuen, Bergen, Füchsen oder Menschen manifestieren. Begreift man die Welt als ein sich ständig wandelndes Gewebe von Beziehungen, in die Lebewesen und Dinge gleichermaßen eingebunden sind, tritt die scharfe Dialektik zwischen Objekt und Subjekt zugunsten eines sinnlichen Erfühlens von Relationen in den Hintergrund. Respekt, Dankbarkeit und Liebe gebührt dann nicht nur den Mitmenschen, sondern eben auch den Dingen, mit denen man lebt.

## Ausblick: Minimalismus als Weg

Ware tada taru o shiru 吾唯足知 »Was ich habe, ist alles, was ich brauche.«  
(Inscription auf einem Reinigungsbecken im Garten des Zen-Tempels Ryōanji,  
Kyoto)

Dieser Beitrag hat gezeigt, dass es zwischen Minimalismus, Zen-Buddhismus und japanischer Ästhetik vielfältige Schnittflächen gibt. Inwiefern es sich dabei um zufällige Analogien oder doch eine deutliche Inspiration durch Zen-Praktiken und japanische Ästhetiken handelt, sollte jeweils individuell untersucht werden. Trotzdem kann festgehalten werden, dass Zen-Praktiken und -Lehren gerade in der Verflechtung mit japanischen Ästhetiken eine Inspirationsquelle bilden, die sich wie ein roter Faden durch verschiedene Aspekte von Minimalismus verfolgen lässt: das Reduzieren des Besitzes, das Aufräumen, das Meditieren, das Putzen, das Loslassen von Verpflichtungen, das Vermeiden von Konsum zugunsten eines Konsumierens im Sinne von Ver- und Gebrauchen von Vorhandenem, das Sichkonzentrieren auf das Wesentliche im Hier und Jetzt, aber auch der respekt- bis liebevolle und pflegende Umgang mit den wenigen Dingen, die Minimalist:innen weiter begleiten, und die eben nicht aussortiert werden.

Versteht man zudem – wie dies kontinuierlich von minimalistischen Wortführer:innen erläutert wird – Minimalismus als Weg und nicht als Ziel, treten die Verflechtungen mit japanischen Ästhetiken in der Tradition des Zen deutlich hervor. Verständlicher wird dann auch, wie das Reduzieren des eigenen Besitzes zu allgemeineren gesellschaftlichen Phänomenen wie Degrowth bis hin zur finanziellen Entschuldung als Weg in die Freiheit bei amerikanischen Minimalist:innen (Rodriguez 2018) führen kann. Dabei lässt der Blick auf die zeitgenössische japanische Minimalismus-Szene bisweilen unterschiedliche Tendenzen der Bewegung in Amerika, Deutschland und Japan aufscheinen, die nicht klar entlang nationaler Grenzen erfolgen, aber doch durch verschiedene Bedingungen wie zum Beispiel die individuelle Verschuldung in den USA oder auch die Erdbebengefahr und den Shintoismus in Japan geprägt werden.

Minimalismus ist erst einmal ein Wohlstandsphänomen: Der Wohlstand ist für einen persönlich so belastend, dass man sich von ihm befreien muss (Sasaki 2018: 9, 27). In dieser Hinsicht ist Minimalismus eine asketisch anmutende Ausprägung von Individualismus. Er bietet modernen Konsument:innen einen möglichen Weg, über die Reduzierung von Besitz Selbstwirksam-

keit zu entwickeln. Interessant daran ist, dass mit der Besinnung auf das Jetzt und das Selbst eine Gelassenheit und Dankbarkeit einhergeht, die nicht nur ein Mehr für einen selbst, sondern auch für Mitmenschen und Umwelt generieren kann, wenn Minimalismus als Weg und nicht als Ziel aufgefasst wird. Mit der Reduktion auf wenige essenzielle Dinge wächst zumindest bei wortführenden Minimalist:innen in Amerika, Deutschland und Japan gleichermaßen das Bewusstsein für den eigenen ökologischen Fußabdruck inklusive Müll- und Konsumreduktion sowie gesunde, häufig fleischlose Ernährung. Minimalismus überschneidet sich in dieser Hinsicht mit zeitgleichen Bewegungen wie Degrowth, Veganismus und Klimaschutzbewegungen.

Inwiefern individueller Minimalismus auch ein Weg in eine »Kultur des Genug« sein kann, legen Manfred Folkers und Niko Paech in ihrer Abhandlung »All you need is less. Eine Kultur des Genug aus ökonomischer und buddhistischer Sicht« dar, ohne allerdings explizit auf das Phänomen Minimalismus einzugehen (Folkers/Paech 2020). Beide nähern sich dem Problem eher aus theoretischer Perspektive: Folkers in Form einer aus dem Buddhismus abgeleiteten Philosophie des Genug und Paech aus der Analyse der gescheiterten Green-Growth-Strategie und der daraus resultierenden Notwendigkeit zur Suffizienz im Sinne einer »Reduktion oder Selbstbegrenzung menschlicher Ansprüche« (Folkers/Paech 2020: 12). Ihr Ziel ist es, Impulse für eine Postwachstumsgesellschaft zu geben, die weltweit sowohl persönlichen Genuss als auch soziale Gerechtigkeit im Einklang mit den auf der Erde verfügbaren Ressourcen ermöglicht. Dieses Szenario könnte die bisweilen durchaus zu Recht als Wohlstandsindividualist:innen kritisierten Minimalist:innen zu Suffizienz-Pionier:innen umdeuten.

Zen-Praktiken und japanische Ästhetiken können auf diesem Weg des Minimalismus als Inspiration dienen, stellen letztlich aber nur eine von vielen Inspirationsquellen dar, die eben von Diogenes bis Thoreau oder eben auch Japan reichen und sich häufig gar nicht scharf voneinander trennen lassen. Ihnen gemeinsam ist das Etikett der Tradition und Geschichte. Die Ideale von Zen und Teekultur, aber auch von Diogenes und Thoreau lassen sich allerdings nicht einfach übernehmen, sondern bedürfen eines individuellen Aneignungsprozesses, der im global anmutenden Phänomen Minimalismus ortsunabhängig stattfindet und doch in jeweiligen sozio-kulturellen Kontexten verankert ist. In dieser Hinsicht bedarf die Analyse von Zen als Inspiration für Minimalismus einer umfassenderen Betrachtung, die nicht nur die international populären Wortführer:innen in den Blick nimmt, sondern das Phänomen in seiner gesellschaftlichen Komplexität jenseits von Ratgeberlite-

ratur und Sozialen Medien untersucht. Ein solch tiefer gehender Blick scheint durchaus lohnend, um dem gesellschaftlichen Potenzial von Minimalismus als ein scheinbar universelles Phänomen von Wohlstandsgesellschaften in seiner Komplexität und Wirkmacht nachzugehen.

## Literatur & Quellen

- Carver, Courtney (o. J.): *The Best Things Are Never Things (And Other Lessons From Project 333)*. <https://bemorewithless.com/best-things> [zuletzt abgerufen am 21.04.2021].
- Chayka, Kyle (2020): *The Longing for Less. Living with Minimalism*. New York u. a.: Bloomsbury.
- Daniels, Inge (2010): *The Japanese House. Material Culture in the Modern Home*. Oxford, New York: Berg.
- Fields Millburn, Joshua / Nicodemus, Ryan (2014): *Everything That Remains: A Memoir by The Minimalists*. Missoula: Asymmetrical.
- Fields Millburn, Joshua / Nicodemus, Ryan (2021): *Love People, Use Things: Because the Opposite Never Works*. New York: Macmillan.
- Folkers, Manfred / Paech, Niko (2020): *All You Need Is Less. Eine Kultur des Genug aus ökonomischer und buddhistischer Sicht*. München: oekom.
- Fuji, Mihoyo (o. J.): <https://www.interactiongreen.com/> [zuletzt abgerufen am 06.03.2021].
- Hara, Kenya (2018): *Designing Japan. A Future Built on Aesthetics*. Zürich: Lars Müller.
- Hara, Kenya (o. J.): *Visualize the Philosophy of MUJI*. <https://www.muji.com/jp/flagship/huaihai755/archive/hara.html> [zuletzt abgerufen am 06.03.2021].
- Isozaki, Arata (2006): *Japan-ness in Architecture*. London, Cambridge: The MIT.
- Kempton, Beth (2019): *Wabi Sabi. Die japanische Weisheit für ein perfekt unperfektes Leben*. Köln: Lübbe.
- Keene, Donald (1969): *Japanese Aesthetics*. In: *Philosophy East and West*, 19/3, 293–309.
- Kondō, Marie (2014): *The Life-Changing Magic of Tidying up*. New York: Random House.
- Levine, P. A. (2016): *Critical Zen Art History*. In: *Journal of Art Historiography* 15/2016, 1–30.

- Lillehoj, Elizabeth (Hg.) (2004): *Critical Perspectives on Classicism in Japanese Painting, 1600–1700*. Honolulu: University of Hawai'i Press.
- Masuno, Shunmyō (2019): *Zen Magic. Wie man sein Leben aufräumt und dabei ein reines Herz bekommt*. München: O. W. Barth.
- McCarthy, Harold E. (1969): On Donald Keene's »Japanese Aesthetics«. In: *Philosophy East and West* 19/3, 310–136.
- Raeggel, Gabi (o. J.): <https://achtsamer-minimalismus.de/ueber-mich-2/> [zuletzt abgerufen am 07.03.2021].
- Richie, Donald (2007): *A Tractate on Japanese Aesthetics*. Berkely: Stone Bridge Press.
- Rodriguez, Jason (2018): The US Minimalist Movement: Radical Political Practice? In: *Review of Radical Political Economics* 50/2, 286–296.
- Rühle, Christiane (2018): *Markeninszenierung in Japan. Zur narrativen Konstruktion der Lifestyle-Marken »Muji« und »Uniqlo«*. Bielefeld: transcript.
- Sasaki, Fumio (2018): *Das kann doch weg! Das befreiende Gefühl mit weniger zu leben. 55 Tipps für einen minimalistischen Lebensstil*. München: Integral.
- Shelley, Cameron (2017): *Design and Society: Social Issues in Technological Design. (Studies in Applied Philosophy, Epistemology and Rational Ethics, Bd. 36)*. Cham: Springer International.
- Tanizaki Jun'ichirō (2006 [1933]): *Lob des Schattens. Entwurf einer japanischen Ästhetik*. Zürich: Manesse.
- Thoreau, Henry D. (2020 [1854]): *Walden: oder Vom Leben im Wald*. Zürich: Manesse.

## Abbildungsverzeichnis

- Abb. 1: Blick aus dem Teehaus Shokin-tei in den Garten der Residenz Katsura Rikyū. Quelle: <https://de.wikipedia.org/wiki/Katsura-Villa#/media/Datei:Shokin-tei.jpg> [zuletzt abgerufen am 17.06.2021].
- Abb. 2: Nebeneinanderstellung des Zen-Gartens Ryōanji mit dem MUJI Tiny House zu Zen Minimalism. Quelle: <https://www.interactiongreen.com/home-2/zero/zen-minimalism> [zuletzt abgerufen am 17.06.2021].
- Abb. 3: Studier- und Teezimmer Dōjinsai im Jishōji, Kyoto, hier als Werbeposter von MUJI 2005 mit einer MUJI-Teeschale (Hara 2018: 272).

Abb. 4: Blick in den Teeraum Taian im Tempel Myōkian, Kyoto: links die Gastgeber-Tatami, rechts die der Gäste. Quelle: <https://www.mori.art.museum/jp/news/2018/07/1343/> [zuletzt abgerufen am 17.06.2021].

Abb. 5: Chōjirō I (?–1589), schwarze Raku-Teeschale, glasierte Irdenware, H. 8,2 cm, Dm. 10,3 cm, Tokyo Nationalmuseum. Online verfügbar unter: <https://webarchives.tnm.jp/imgsearch/show/COO13840> [zuletzt abgerufen am 17.06.2021].

Abb. 6: Teeschale mit Goldlackreparatur, Momoyama-Zeit (1573–1603), Ko-karatsu, glasiertes Steinzeug, H. 7,8 cm, Dm. 11 cm, Museum für Kunst und Gewerbe Hamburg.