

Peter Kammerer, Montebello, 22. - 24.10.2021

“NICHT WAREN, SONDERN DIE KUNST DES LEBENS PRODUZIEREN” ODER „IVAN ILLICH: WAREN, BEDÜRFNISSE, KONVIVIALES LEBEN“

Vorbemerkung

A) Illich und Marx

Der Titel enthält eine Aufforderung, deren Aktualität in COVID-Zeiten unmittelbar einleuchten müsste. In einer von Waren beherrschten Welt wird die Lebenskunst, zu der Illich auch die Kunst des Sterbens zählt, eine schwierige Angelegenheit. In einem Aufsatz aus dem Jahre 2011 für die von Goffredo Fofi herausgegebene Zeitschrift *LO STRANIERO* habe ich die Existenz einer unterirdischen Strömung aufzuzeigen versucht, die Marx und Illich in dieser Frage verbindet.<sup>1</sup> Wenn ich heute auf die Bedeutung dieser Verbindung zurückkomme, geht es mir weniger darum, die Bedeutung von Marx für Illich aufzuzeigen, als vielmehr die Bedeutung von Illich für den in eine Sackgasse geratenen Marxismus zu behaupten. Man kann das Misstrauen der Arbeiterbewegung gegen die antitechnologische Radikalität und Verklärung der Subsistenzwirtschaft bei Illich verstehen. Und doch mag Illich einer im „ismus“ erstarrten Theorie die Rückkehr zu Wurzeln erleichtern, die beiden Denkern gemeinsam sind, nämlich zu Fragen, die man unter dem Titel „Lebenskunst“ zusammenfassen könnte und die in den Marxschen Manuskripten von 1844 erstmals auf eine der modernen Warenwelt angemessene Weise behandelt wurden. Zwei Zitate, die auch von Illich formuliert sein könnten, mögen dies veranschaulichen:

- a) „Jeder Mensch spekuliert darauf, dem andern ein neues Bedürfnis zu schaffen, um ihn zu einem neuen Opfer zu zwingen, um ihn in eine neue Abhängigkeit zu versetzen und ihn zu einer neuen Weise des Genusses und damit des ökonomischen Ruins zu verleiten“. (Heft III, XIV,7)<sup>2</sup>

Wenn sich allgemein durchgesetzt hat, dass ein Mensch nur dann die zum Leben notwendigen Mittel (Einkommen) erhält, wenn er anderen etwas verkauft, werden die Individuen an den Markt gekettet und gezwungen, seine Gesetze zu verinnerlichen und ihnen ihre Interessen und die Triebstruktur des eigenen Handelns anzupassen. Diese Ketten wurden von der Arbeiterbewegung nie zerbrochen. Sie hat gelernt, mit ihnen zu leben.

- b) „Mit der Verwertung der Sachenwelt nimmt die Entwertung der Menschenwelt in direktem Verhältnis zu“. (Heft I)<sup>3</sup>

Der Satz bezeichnet den Kern der Marxschen Verelendungstheorie, die anscheinend durch den Überfluss an Waren in der „affluent society“ widerlegt wurde. Es ist eine ungewöhnliche List der Geistesgeschichte, dass ausgerechnet Illich mit seiner Theorie von der anthropologischen

1 Peter Kammerer: „Ivan Illich: l'economia, i bisogni, la convivialità“ in: *Lo Straniero*, anno XV, n.137, novembre 2011.

2 Karl Marx: Ökonomisch-philosophische Manuskripte. Kommentar von Michael Quante“, Suhrkamp Studienbibliothek, Frankfurt 2009, S. 134.

3 Ebd. S. 84.

Mutation des *homo sapiens* zum *homo miserabilis* Instrumente und Argumente liefert, um diese Marxsche, von der Arbeiterbewegung längst aufgegebenen Theorie, zu verstehen und fruchtbar zu machen.

#### B) Illich lesen in Zeiten des COVID

Ich möchte Ihnen einige kurze Textstellen unterbreiten, die ich für äusserst diskussionswürdig halte. Ich hoffe, dass COVID mehr und anderes lehrt, als nur soziale Disziplin zu üben und vor allem zur Gelegenheit wird, darüber nachzudenken, wie unsere Gesellschaft mit Leben und Sterben umgeht. Insbesondere mit Risikofaktoren und dem Schlagwort Sicherheit, das zu einer Gottheit geworden ist, die jedes Opfer verlangen darf. Ein Albtraum. Als Ivan Illich in den fernen 70er Jahren einen Spaziergang durch Assisi unternahm, schrieb er: „Ich musste darüber nachdenken, wie weit und in was für subtilen und vielfältigen Formen die Lage des Leprakranken in unsere Gesellschaft eingedrungen ist.“<sup>4</sup> Illich spricht von der Stigmatisierung einer Krankheit und dem ihr folgenden Ausschluss aus dem sozialen Leben. „Ich möchte die Aufmerksamkeit lenken auf die Macht, eine Stigmatisierung auszusprechen und denke vor allem an jene Stigmatisierung, die durch die einfache Feststellung eines Risikos entsteht“. (S. 38) Diese Macht wird delegiert an „Spezialisten im Kleid der Wissenschaft“ und die Erteilung dieser Vollmacht schafft, nach der Auffassung von Illich, den seiner Autonomie enteigneten *homo miserabilis*, der damit auf die eigene, Marx würde sagen, „allseitige Entwicklung“ verzichtet, die die Würde des Menschen ausmacht. Die zunehmende Medikalisierung natürlicher Lebensumstände, zum Beispiel der Schwangerschaft und des Alters, führen nach Illich zu einer schleichenden Expansion der Macht, Stigmatisierungen auszusprechen. „Eine Gesellschaft, in der nicht nur die Kunst des Sterbens nicht mehr ausgeübt werden kann ... sondern in der man sich schon beim Aufwachen am Morgen zum eigenen Selbstverständnis nach technischen Kriterien selbst diagnostiziert, muss uns Angst machen.“ (S. 41) Und er schliesst: „Die Auffassung, dass technische Kompetenz das Recht zur Diagnose gibt und dazu, Etiketten zu verleihen, auch wenn diese stigmatisieren und dass die so Stigmatisierten zur Behandlung gezwungen werden können, ist eine im Bereich der Medizin entstandene Auffassung, die sich von da in alle Bereiche der Gesellschaft ausbreitet“. (44) Selbst die Pädagogen verhalten sich heute wie Mediziner. Soweit Illich.

Es fällt mir schwer, hinter diesen Phänomenen der Kontrolle und der Selektion nicht den Schatten einer ökonomizistischen Auffassung des Lebens zu sehen, in der die menschliche Tätigkeit den Gesetzen der Arbeitsteilung, der Produktivitätssteigerung, der Gewöhnung an fremdbestimmte Arbeit, der Herrschaft der Mittel über die Ziele und insgesamt einer Passivität unterworfen wird, die durch alle Arten von Drogen und Illusionen aufrecht erhalten wird, kurz, Kontrolle und Selektion sind Instrumente jener Ordnung, die nach der Marxschen Auffassung und Utopie überwunden werden muss, um den wirklichen Reichtum der menschlichen Gattung zu ermöglichen, der im Bedürfnis nach dem anderen Menschen besteht.<sup>5</sup>

---

4 Von mir übersetzt aus: „Illich risponde dopo Nemesi Medica“, a cura di Luigi Bovo e Pia Bruzzichelli, Cittadella editrice, 1978.

5 In den „Manuskripten“ heisst es: „Man sieht, wie an die Stelle des nationalökonomischen Reichtums und Elendes der reiche Mensch und das reiche menschliche Bedürfnis tritt. Der reiche Mensch ist zugleich der einer Totalität der menschlichen Lebensäußerung bedürftige Mensch. Der

### C) "WAREN, BEDÜRFNISSE, KONVIVALITÄT", 2011

Gestatten Sie mir, nach diesen Vorbemerkungen meinen Artikel aus dem Jahre 2011 kurz zusammen zu fassen. Doch zuvor muss ich noch gestehen, dass ich nicht kompetent auf den heutigen Stand der Diskussion über das Werk von Illich eingehen kann. Nur so viel: zu dem von mir behandelten Thema gehört unbedingt das Buch von Marianne Gronemeyer, *Wer arbeitet, sündigt ... : ein Plädoyer für gute Arbeit*. Primus Verlag, 2012, das ich erst jetzt in die Hand bekommen habe und für die folgenden Ausführungen noch nicht verwenden konnte.

#### ZUSAMMENFASSUNG:

##### 1.

Ivan Illich ist ein Dorn im Fleisch unserer Theorien zu Wirtschaft und Gesellschaft, die seit Jahren wie unter einem magischen Wiederholungszwang behaupten, um aus der Krise zu kommen (aus welcher?) müssen wir mehr und neue Waren produzieren. Gleichzeitig gehören Frustration und Verstümmelung durch industriell produzierten Reichtum inzwischen zur Alltagserfahrung von Millionen Menschen, die hilflos den Un-Sinn dieser inzwischen von allen Regierungen der Welt gepriesenen Rezepte nicht zu erkennen vermögen.<sup>6</sup> Ich würde gerne Ivan Illich, den radikalsten Kritiker solcher Fortschrittsmythen, nicht als einen einsamen, aristokratischen Denker, sondern als Teil eines Kreises sehen, zu dem so unterschiedliche Leute wie Bahro, Brecht, Fromm, Gorz, Gramsci, Keynes, Marcuse, Marx, Napoleoni, Pasolini, Polanyi usw. (in alphabetischer Reihenfolge) gehören. Insbesondere interessiert mich die Linie, die von Marx über Erich Fromm zu Illich geht, um mehr über das zu erfahren, was Marx in seinen Frühschriften die Humanisierung der Sinne und der Bedürfnisse genannt hat. Auf diesem Weg können wir dann ohne weiteres allen soeben genannten weiteren Namen begegnen. Die Linie Marx-Fromm-Illich beruht auf einer Arbeitshypothese, die von der Freundschaft Fromm-Illich Mitte der 60er Jahre und von der Arbeit Fromms am Buch „Das Menschenbild bei Marx“, 1963, ausgeht. Grundlegend für unsere Ausführungen sind der Artikel „Bedürfnisse“ von Illich, gesammelt in der grossartigen Anthologie von Wolfgang Sachs (Hrsg.) „Wie im Westen so auf Erden“, Hamburg 1993 und der kleine Band „Fortschrittsmythen“ (Rowohlt 1978), in dem Illich eine Theorie der menschlichen Verelendung formuliert, die deutlich auf die „Ökonomisch-philosophischen Manuskripte“ von Marx verweisen.<sup>7</sup>

##### 2.

Seit Ende der 60er Jahre zerstört Illich systematisch Fortschrittsmythen, die sowohl vom Kapitalismus als auch vom Sozialismus hartnäckig gepflegt werden. Die gigantische Anhäufung von industriell erzeugten Waren zerstört Gebrauchswerte, bzw. die Fähigkeit, Dinge zu gebrauchen und damit den eigentlichen Reichtum der Menschen. Es gibt eine Schwelle, an der die industrielle

---

Mensch, in dem seine eigne Verwirklichung, als innere Notwendigkeit, als Not existiert. Nicht nur der Reichtum, auch die Armut des Menschen erhält gleichmäßig - unter Voraussetzung des Sozialismus - eine menschliche und daher gesellschaftliche Bedeutung.“

<sup>6</sup> Ivan Illich: „Fortschrittsmythen“, Hamburg 1978, S. 10.

<sup>7</sup> Karl Marx: Ökonomisch-philosophische Manuskripte. Kommentar von Michael Quante“, Suhrkamp Studienbibliothek, Frankfurt 2009.

Produktionsweise „unvermeidlich Gebrauchswerte zerstört“.<sup>8</sup> Die Folgen sind Frustration und Abhängigkeit. Dieses Mysterium der Zerstörung von Gebrauchswerten durch Überproduktion von Tauschwerten, die ihren eigentlichen Gebrauchswert verlieren, ist die Folge der Zerstörung der Subsistenzwirtschaft und der Enteignung des Wissens und Könnens grundlegender menschlicher „vernakulärer Tätigkeiten“, angefangen vom Anbau der Nahrungsmittel, von der Herstellung von Kleidung und Wohnung bis zur Tätigkeit des Gebrauchs der eigenen Füße, den der in Wolkenkratzern behauste Mensch zu verlieren beginnt.

Was uns an Illichs radikalem Blick zurück interessiert, ist der Angriff auf die technische und soziale Arbeitsteilung, die notwendige Voraussetzung der industriellen Massenproduktion. Deren negativen Folgen werden schon bei Adam Smith diskutiert, doch letztlich akzeptiert als Preis für die wunderbare Vermehrung von Waren. Ein Pakt mit dem Teufel, wie wir ihn von Faust, aber auch von Peter Schlemihl (1813) kennen, der seinen unnützen Schatten eintauscht gegen die unbegrenzte Verfügbarkeit von Geld. Nur dass Faust und Schlemihl mit dem eigenen, das Kapital aber mit fremdem Blut unterschreiben. Auch die Freiwilligkeit herrscht nur in der schönen Literatur. Karl Polanyi hat gezeigt, wie die Durchsetzung der freien Marktwirtschaft mit Hilfe von meist staatlicher Gewalt vor sich ging. Seitdem gibt es kaum einen Wert mehr, der nicht auf dem Altar der wirtschaftlichen Erfordernisse geopfert werden würde. Opfer als „kreative Zerstörung“ gemeinschaftlicher Organisationen und Lebensverhältnisse, an deren Stelle neue Organisationen der Gesellschaft, der Staaten und des Weltmarkts treten. Marx hat diese Umwälzungen als notwendigen und positiven Fortschritt gesehen und meinte, das Bewusstsein ihrer entsetzlichen Kosten würde für die, die sie tragen, zum revolutionären Hebel der notwendigen gesellschaftlichen Veränderungen werden. Die Sinnlosigkeit der „Produktion für die Produktion“ hatte ihre historische Berechtigung, schreibt er in Verteidigung dieser „stoisch-zynischen“ Formel von Ricardo.<sup>9</sup> Auch Keynes folgte dieser Ansicht und hielt die Trugbilder des Wirtschaftswachstums für notwendige Verblendungen, um die Mittel für die Lösung der grossen Menschheitsfragen erzeugen zu können. Im Jahre 1930, vor nun fast 100 Jahren, schrieb er, noch sei es nicht die Zeit, sich die Wahrheit zu sagen: „Geiz, Wucher und Vorsorge müssen für eine kleine Weile noch unsere Götter sein. Denn nur sie können uns aus dem Stollen der wirtschaftlichen Notwendigkeit in das Tageslicht führen“. Erst dann werden die Menschen die Jagd nach Job und Geld als das erkennen können, was sie sind: „ein ziemlich widerliches Leiden, eine jener halbverbrecherischen, halbkrankhaften Neigungen, die man mit Schaudern an die Fachleute für geistige Erkrankungen verweist. Wir werden dann endlich die Freiheit haben, alle Arten von gesellschaftlichen Gewohnheiten und wirtschaftlichen Kniffen von uns zu werfen, die die Verteilung des Reichtums, wirtschaftliche Belohnungen und Strafen betreffen, und die wir jetzt, so widerlich und ungerecht sie in sich selbst sein mögen, mit allen Mitteln aufrechterhalten, weil sie ungeheuer nützlich sind, die Anhäufung von Kapital zu fördern“.<sup>10</sup>

---

8 Ivan Illich: „Fortschrittsmythen“, Hamburg 1978, S. 7. Marx nennt diesen Sachverhalt so: Die Vermehrung der Bedürfnisse und ihrer Mittel erzeugt Bedürfnislosigkeit und Mittellosigkeit.

9 Karl Marx: „Theorien über den Mehrwert“, Mew, 26, Band 2, S. 110/112.

10 John Maynard Keynes: „Economic possibilities for our grandchildren“, in: Essays in Persuasion, Collected Writings, Volume IX, London 1972, S. 321-332; deutsch: „Wirtschaftliche Möglichkeiten für unsere Enkelkinder (1930)“, in: „Politik und Wirtschaft. Männer und Probleme. Ausgewählte

Wie lange muss die "kleine Weile" noch dauern, bis freie Menschen, wie Keynes schreibt, erneut das Ziel über die Mittel stellen, dem Guten vor den Gütern den Vorzug geben und sich der wunderbaren Kunst widmen, unmittelbar aus den Dingen einen Genuss zu ziehen, unbekümmert wie die Lilien auf dem Felde, die nicht arbeiten noch spinnen, aber herrlicher gekleidet sind als Salomon in all seiner Pracht? Was mit dieser „kleinen Weile“ nicht stimmt, erklärt uns Illich: Die Anhäufung von Waren beseitigt nur partiell und nur ein bestimmtes Elend der Menschen, erzeugt gleichzeitig aber eine „Modernisierung der Armut“ und neue Nöte. Zwar war sich Keynes der Schwierigkeiten bewusst, die der Zusammenbruch „notwendiger Illusionen“ und die Transition vom alten zu einem neuen Bewusstsein mit sich bringen würden, doch unterschätzte er das, was Illich die anthropologische Mutation *vom homo sapiens* zum *homo miserabilis* nennt. Die Natur des Menschen verändert sich unter dem Druck einer neuen Lebensweise, an die er sich mit all seinen Sinnen anpassen muss. Neue Fähigkeiten werden erworben um den Preis eines Verlusts autonomer Lebensgestaltung. Doch nicht nur die Abhängigkeit von Waren, die immer weniger Befriedigung verschaffen, nimmt zu. Illich entdeckt auch die Kontraproduktivität der bürokratisch-technologischen Systeme, die schliesslich das Gegenteil dessen erzeugen, wozu sie geschaffen wurden. Es ist sicherlich eine grobe Provokation zu behaupten, dass Medizin krank macht, Schulen ver dummen, Schnellstrassen den Verkehr zum Erliegen bringen, Kommunikationsmittel nichts mehr mitteilen, Nahrungsmittel für die Ernährung Gift werden. Doch bereits die Tendenz eines solchen Umschlags ursprünglicher Ziele in ihr Gegenteil bedarf nicht nur der Erklärung, sondern auch des Widerstands. Dieser wird immer schwerer zu realisieren, wenn diese Tendenz auch im Bereich des politischen Handelns zunimmt, die den *homo miserabilis* unfähig macht zur Freiheit.<sup>11</sup> Das wäre der Punkt, zu dem eine Diskussion zwischen Ivan Illich und Alexander Langer von unschätzbarem Wert gewesen wäre.

Die Evolution der Natur des Menschen, deren atemberaubende Beschleunigung im vorigen Jahrhundert nur andeutungsweise denkbar war, und der Weg dieser Evolution zur Freiheit, werden von Marx in den „Manuskripten“ erstmals umrissen und zwingen ihn zum Studium und zur Kritik der Politischen Ökonomie. Letztlich geht es um das Bild des Menschen und dessen, was wir für „menschlich“ erachten. Bei Marx, bei Fromm und auch bei Illich.

### 3.

Die von Illich aufgeworfenen Fragen werden von Marx behandelt im 1. Kapitel des 1. Bandes von „Das Kapital“, das sehr trocken und abstrakt versucht, das Mysterium der Ware zu lösen und den Begriff des Fetischismus prägt. Kautsky empfiehlt dem lesenden Arbeiter, es zu überspringen. Verständlich, aber im Licht unseres Interesses ein schlechter Rat. Jahrzehnte zuvor hatte Marx in seinen Manuskripten eine Theorie der Entfremdung und der Verelendung entwickelt. Diese Manuskripte wurden erst 1932 veröffentlicht. Die Analyse des Fetischismus blieb Abhandlungen von John Maynard Keynes, übertragen durch Eduard Rosenbaum, Tübingen 1956, S. 270.

<sup>11</sup> In: "I fiumi a Nord del futuro. Testamento raccolto da David Cayley", Quodlibet, Macerata, 2009, S. 173, konstatiert Illich die Unfähigkeit des Menschen der neuen Ära Wünsche zu verwirklichen. Deutsche Ausgabe: *In den Flüssen nördlich der Zukunft. Letzte Gespräche über Religion und Gesellschaft mit David Cayley*. Verlag Beck, München, 2006.

in der Praxis der Arbeiterbewegung folgenlos, die der Verelendung wurde aufgegeben und die der Entfremdung im wesentlichen auf die Fabrikarbeit begrenzt. Dabei lässt bereits der erste Satz des „Kapital“ ahnen, dass mit dem modernen Reichtum etwas nicht stimmt. Der Satz lautet:

„Der Reichtum der Gesellschaften, in welchen kapitalistische Produktionsweise herrscht, erscheint als eine `ungeheure Warensammlung`, die einzelne Ware als seine Elementarform“.

Nach diesem gewichtigen Satz könnte man tatsächlich mehrere Paragraphen überspringen, um dann im Paragraph 4 zu lesen:

„Eine Ware erscheint auf den ersten Blick ein selbstverständliches, triviales Ding. Ihre Analyse ergibt, dass sie ein sehr vertracktes Ding ist, voll metaphysischer Spitzfindigkeit und theologischer Mucken“.

Ohne dem Fetischismus der Waren schon ganz auf die Schliche gekommen zu sein, hatte Marx schon in den Manuskripten bemerkt, wie die Ware „als ein fremdes Wesen, als eine von dem Produzenten unabhängige Macht, dem Menschen gegenüber tritt“.

„Mit der Masse der Gegenstände wächst daher das Reich der fremden Wesen, denen der Mensch unterjocht ist, und jedes neue Produkt ist eine neue Potenz des wechselseitigen Betrugs und der wechselseitigen Ausplünderung“. (Heft III, XIV,7)<sup>12</sup>

Das Ergebnis kennen wir bereits:

„Mit der Verwertung der Sachenwelt nimmt die Entwertung der Menschenwelt in direktem Verhältnis zu“. (Heft I)<sup>13</sup>

Dieser Satz aus dem Jahre 1844, damals dem Leser vielleicht unverständlich, ist heute allgemeine, wenn auch unverstandene Alltagserfahrung. Und er bleibt unverstanden, wenn nicht

“an die Stelle des nationalökonomischen Reichtums und Elendes der reiche Mensch und das reiche menschliche Bedürfnis tritt. Der reiche Mensch ist zugleich der einer Totalität der menschlichen Lebensäußerung bedürftige Mensch. Der Mensch, in dem seine eigene Verwirklichung, als innere Notwendigkeit, als Not existiert. Nicht nur der Reichtum, auch die Armut des Menschen erhält gleichmäßig - unter Voraussetzung des Sozialismus - eine menschliche und daher gesellschaftliche Bedeutung.“ (Heft III)<sup>14</sup>

Der reiche ist der des Menschen bedürftige Mensch, es gibt keine schönere Definition dessen, was Illich Konvivialität nennt.

4.

Illich, der „Verteidiger ursprünglicher menschlicher Tätigkeiten wie lernen, gehen, wohnen, pflegen, miteinander reden“<sup>15</sup> teilt mit Marx ein Menschenbild, das das 21. Jahrhundert vielleicht

---

12 Karl Marx: Ökonomisch-philosophische Manuskripte. Kommentar von Michael Quante“, Suhrkamp Studienbibliothek, Frankfurt 2009, S. 135.

13 Ebda. S. 84.

14 Ebda. S. 126.

15 Vorwort von Wolfgang Sachs zu Martina Kaller-Dietrich: „Ivan Illich. Vita e opere“, Edizioni dell'Asino, Roma 2011.

nicht überleben wird. Die menschliche Natur, die sich über Hunderttausende von Jahren gebildet hat, ist heute Einflüssen ausgesetzt, die weitgehend vom Menschen selbst gemacht werden. Ob es gelingen wird die menschliche Tätigkeit den Zwängen der Arbeitsteilung, der Produktivitätsdiktate, der Drogen und Illusionen zu entziehen, wird zum entscheidenden Kapitel unserer Evolution. Es mutet wie ein Wunder an, dass trotz des Triumphes technologischer Sachzwänge die Vorstellung, der Mensch könne frei und seiner selbst bewusst zum Herrn seines Schicksals werden, bis heute überlebt hat. Heiner Müller meinte, Archäologie sei die Wissenschaft der Zukunft und Illich hat diese, die gewachsene Natur des Menschen freilegende Wissenschaft, in den letzten Jahrzehnten seines Lebens betrieben. Auf diesem Weg finden wir viele, immer wieder auch totgesagte Gleichgesinnte. Zu den Vergnügungen des Verkehrs mit ihnen und zur Kritik der Fortschrittsmythen gehören, neben dem Willen zum Widerstand, eine Genussfähigkeit, wie sie Brecht in seinem Gedicht VERGNÜGUNGEN beschrieben hat. Es lautet:

Der erste Blick aus dem Fenster am Morgen  
Das wiedergefundene alte Buch  
Begeisterte Gesichter  
Schnee, der Wechsel der Jahreszeiten  
Die Zeitung  
Der Hund  
Die Dialektik  
Duschen, Schwimmen  
Alte Musik  
Bequeme Schuhe  
Begreifen  
Neue Musik  
Schreiben, Pflanzen  
Reisen  
Singen  
Freundlich sein.

---