

ERODING GROUNDS

VOLUME #1



UNWELTEN

ESSAYS

Inhalt	Seite
Vorwort	4
Einleitung	8
Es läuft etwas ab in den Bergen, das noch nie zuvor da war	18
Burnout Paradise (Version 8)	34
Zukunftslust als Medizin	46

Eroding Grounds ist ein mehrjähriges Kunst- und Diskursprojekt von Benjamin Burger und Mona De Weerd (Extraleben). In verschiedenen Formaten und Kooperationen untersuchen sie die sich weltweit manifestierenden Erschöpfungs- und Erosionserscheinungen aus ökologischen, politischen und persönlichen Perspektiven.

Im Essayband *#1 Unwelten* beschreiben die Autor*innen Phänomene der zunehmenden Verschiebung von lebenswerten *Umwelten* hin zu irreversibel-geschädigten *Umwelten*.



Liebe Leser*innen

Das Foto auf der vorherigen Doppelseite, aufgenommen im August 2024 bei Montpellier, erscheint uns bezeichnend für die Widersprüche unserer Zeit: Im Vordergrund wird Eis verkauft, auf der anderen Seite der Bucht tobt ein Inferno. Die Klimakatastrophe vollzieht sich direkt vor unseren Augen – bleibt aber doch nur ein Hintergrundereignis. Warum bricht niemand in Panik aus? Angesichts permanenter Krisen scheinen wir das Feuer vor lauter mentaler Erschöpfung nicht mehr zu sehen. Oder sind wir mental so erschöpft, gerade *weil* wir es ausblenden?

Das brennende Ufer ist kein isoliertes Ereignis. Es ist verstrickt in komplexe globale Zusammenhänge. Als Symptom einer krankenden Welt(un)ordnung zeugt es von den Bedingungen, die es überhaupt erst ermöglichen: Ein zu trockener Waldboden infolge der immer drastischeren Erderwärmung infolge einer zu hohen CO2 Konzentration infolge fossiler Brennstoffe infolge eines globalen Warenverkehrs infolge ... einer schier endlosen Kausalkette. Wo endet sie? Bei der Erfindung des Verbrennermotors, der Öl-Lobby, dem Beginn der industriellen Revolution, der Sesshaftigkeit der Menschheit? Beim Blick in den Spiegel?

Unsere Welt verschiebt sich grundlegend und langfristig. Damit schwindet auch die Vertrautheit mit unserer Umwelt, unser reales sowie metaphysisches Empfinden des «In-der-Welt-Seins». Es wächst eine massive Kluft zwischen dem, was wir über unsere Umwelten zu wissen glauben, und den real vorherrschenden Bedingungen, die Megafeuer, Bergstürze, Eisschmelzen, Extremwetter, Artensterben und sogar die Verlangsamung der Erdrotation begünstigen.

Wir müssen immer mehr kognitive Leistung aufbringen, um das Offensichtliche zu ignorieren und unsere alte Welt für uns zu erhalten – sie förmlich zusammenzuhalten. Wir beruhigen uns selbst, beruhigen unsere Kinder. Kurator*innen haben gegenüber unseren Projekten immer wieder erwähnt, dass wir hoffnungsvoll enden müssten. Wir dürften das Publikum nicht desillusioniert zurücklassen. Im Umkehrschluss sollen wir es verzaubern. *Really?* Das gilt vielleicht noch für Kinder, aber für Erwachsene? Fakt ist, wir sind die erste Elterngeneration, die ihren Kindern keine bessere Zukunft mehr versprechen kann. Das sollte einen Unterschied machen, wie wir leben. Sollte. Irgendwann ist die Diskrepanz zwischen der Wirklichkeit und der eigenen Illusion so gross, dass die Aufrechterhaltung der Illusion sehr viel mehr Energie kostet als die Konfrontation mit der Wirklichkeit. Aber natürlich, was soll das schon heissen? Am Strand schreien: «Das fossile Zeitalter war ein grosser Bluff. Schaut wie die Kulissen in Flammen aufgehen!»? Solange alles um uns herum weitermacht wie bisher, müssen wir funktional bleiben wie bisher. Wenn wir funktional bleiben wie bisher, wird alles um uns herum weitergehen wie bisher. «Einmal Eiscreme bitte, den Sonnenschirm stelle ich zwischen mich und die Rauchwolke».

Die Dissonanz ist gross.

Eroding Grounds ergründet diese stetig wachsenden Klüfte, zwischen dem, was wir zu verdrängen suchen und dem, was sich als neue (Klima)realität aufdrängt. Wir wollen diese Brüche kartografieren, um einen Umgang mit ihnen zu lernen. Es tun sich Abgründe auf, ja. Aber niemand hat gesagt, dass es sich darin nicht leben lässt. Welche Adaptionsstrategien brauchen wir, um in diesen *Umwelten* weiterhin leben zu können?

ERODING GROUNDS
#1 UNWELTEN

Einleitung: Von Umwelten zu Unwelten

Gletscher schmelzen, Berge stürzen ein, Körper und Psychen erschöpfen, Sicherheiten und Gewissheiten bröckeln, Demokratien erodieren. Wir leben an einem Punkt, an dem wir angesichts dieser vielen, sich überlagernden (Dauer-)Krisen nicht mehr von isolierten oder zeitlich begrenzten Krisen sprechen können, sondern von einer anbrechenden Katastrophenzeit – einer Zeit voller Kippunkte, mit irreversiblen gesellschaftlichen, politischen und ökologischen Schäden. Wir leben nicht mehr in *Umwelten*, sondern in *Unwelten*.

Der vorliegende Essayband mit dem Titel *Eroding Grounds #1 Unwelten*, untersucht diese Erschöpfungs- und Erosionserscheinungen von Menschen, Systemen und Umwelten als ein omnipräsentes Gegenwartsphänomen. Aus ihren jeweiligen Perspektiven nähern sich die Autor*innen diesen ökologischen und gesellschaftlichen Verheerungen an: wissenschaftlich, persönlich, politisch, aktivistisch. Der Idee zu diesem Band liegt die Annahme zugrunde, dass die Erschöpfungen und damit einhergehenden Verluste von Landschaften, demokratischen Werten und Sicherheiten nicht zufällig sind, sondern spezifisch, ja sogar folgerichtig, in Zeiten des Spätkapitalismus – oder wie die US-amerikanische Literaturwissenschaftlerin Anna Kornbluh unsere Epoche treffenderweise nennt – im «Zu-Spät-Kapitalismus». Es ist nur konsequent, dass ein Wirtschaftssystem, das auf unendlichem Wachstum beruht, eine Welt mit endlichen Ressourcen an ihr Limit führt. Auch zeigt sich, dass das sogenannte «Wachstum» eigentlich keins ist. Die Profite entstehen nie allein aus einem energetischen Überschuss oder einer intrinsischen Wertsteigerung, sondern immer auch aus Ausbeutungsverhältnissen. Die Kosten für das Wachstum gehen zu Lasten menschlicher und ökologischer Ressourcen – hier und vor allem anderswo

auf dem Globus: Billiglohn- oder Mindestlohnarbeit, unsichtbare Care-Arbeit, rücksichtsloser Ressourcenabbau, Ausnutzung von Prekarität im weitesten Sinne. Nicht alle Akteur*innen innerhalb und insbesondere am Ende der Wertschöpfungskette, haben eine Stimme und können von ihrer Erschöpfung berichten. Mehr noch. Wer erschöpft ist, wird sich nicht auflehnen können. Erschöpfung ist somit ein Aspekt der Unterdrückung.

Wir als Kunstschaffende nehmen eine seltsame Zwischenposition ein. Wir können unsere Stimmen erheben, Dinge verhandeln, Themen ästhetisch-geformt vermitteln. Wir erschaffen kulturelles Kapital und haben das Privileg, wahrgenommen zu werden. Gleichzeitig ist die Kunst- und Kulturlandschaft durchzogen von Prekarität und Knappheiten. Wer nicht aus einem reichen akademischen Haushalt kommt, arbeitet hier fast sicher an der Armutsgrenze. Soziale Herkunft spielt eine grosse Rolle. Es ist also kein Zufall, dass wir das Phänomen der Erschöpfung auch aus einer soziologischen Perspektive erfassen wollen, wobei der Startpunkt unsere eigene biografische Position als Kinder aus Arbeiter*innen-Familien war. *Eroding Grounds* ist somit auch eine Selbstbeobachtung, eine Suche nach den Gründen für die eigene Erschöpfung. Feststellend, dass diese Erschöpfung nicht rein privat ist, sondern System hat, involvieren wir die Stimmen anderer. Mit ihren jeweiligen Perspektiven können wir so ein zunehmend umfangreicheres, aber lange nicht vollständiges Bild von Erosion und Erschöpfung als Gegenwartsphänomen zeichnen. Die Autor*innen fokussieren sich auf Kippunkte verschiedener Systeme: das Auftauen des Permafrosts, das zu Bergstürzen führt, das Ausbrennen von Menschen im Kulturkapitalismus und die Überschreitung planetarer Grenzen und damit verbundenen Folgen für Mensch und Umwelt.

Aus Sicht der Ärztin und Klimaaktivistin Bea Albermann ist die Erde krank. In ihrem Essay *Zukunftslust als Medizin* beschreibt sie die Erde als Patientin. Sie stellt ihr eine Diagnose, hält Risikofaktoren fest und zeigt auf welche Therapiemethoden es gäbe. Beruhigend und erschütternd zugleich ist, dass all diese Therapien bekannt sind. Es mangelt also nicht, wie so häufig angenommen, an politischen Zukunftsszenarien oder konkreten Massnahmen; es mangelt uns an kollektiver Vorstellungskraft, dass sich unsere Lebenswelten nach erfolgreicher Therapieanwendung wirklich bessern. Eigentlich ist also der Mensch – sind wir – der eigentliche Patient von Bea Albermann und wir leiden unter einer Form der kollektiven Depression, einer Erschöpfung von Vorstellungskraft und *Zukunftslust*, wie es Albermann nennt. Das könnte an der von Albermann beschriebenen *Überweltigung* liegen, der Zustand, wenn uns die vielen Krisen dieser Welt mental überfordern, paralisieren, unbeweglich machen. Sie kontert die *Überweltigung* mit einem programmatischen Aufruf zur gemeinsamen *Beweltigung*, und beschreibt exemplarisch soziale Kippunkte der Geschichte, in denen Utopien zur Realität wurden: Denn ohne Lust auf Zukunft, bleiben wir der katastrophischen Gegenwart ausgeliefert.

Ähnlich und doch einen anderen Ausgangspunkt nehmend, plädiert die Dramaturgin und Theaterkritikerin Anna Bertram in ihrem Essay *Burnout Paradise (Version 8)* für mehr Resonanz mit der Welt. Anna Bertram beschreibt persönlich, wie die Gegenwart, das Schreiben ihres Essays, sie in der Mangel hielt. Als Kunst- und Kulturschaffende rechnet sie mit einem entfesselten Kapitalismus ab, in dem alles, auch das Persönliche – ja sogar der eigene Burnout – zur Ressource wird und in ihrem Falle für die Kunst ausgeschlachtet werden kann. Dabei wird klar, dass

die Kunst nur stellvertretend für eine systemische Selbstausbeutungslogik steht. Sie verweist auf eine Dynamik in der Kunst, die die persönliche Biografie, das eigene Repräsentationspotenzial, zur Ressource macht. Kurator*innen, CEOs, Entscheidungsträger*innen schauen von Aussen dem Spektakel zu, bei dem die prekäre Klasse sich immer schneller um sich selbst kreist – bis zum Kotzen. Zum Kotzen ist das allemal. Man kotzt nicht nur sich selbst aus, sondern dabei geht einem auch noch die Welt verloren. Man nimmt sie nur noch im eigenen Schwindel wahr. Wer profitiert von unserer Erschöpfung? Was ist die Ursache? Das gesellschaftliche Stigma, das ausgebrannte Personen erhalten, wird durch die WHO so klassifiziert, dass Burnout ein Individualversagen durch mangelnde Stressbewältigungskompetenz sei. Dass aber, wie Bea Albermann in ihrem Essay beschreibt, dysfunktionale Umwelten solche Erschöpfungen bedingen und beschleunigen können, dass wird bei dieser Diagnose ausgeklammert. Es wird unterschätzt, wie sehr ein Burnout, oder ähnliche Erschöpfungen, an dem eigenen Selbstbild, dem Selbstvertrauen und dem Gefühl der Selbstwirksamkeit kratzen – ja es förmlich zerbröseln.

Im Essay *Es läuft etwas ab in den Bergen, das noch nie zuvor da war* beschreibt der Schweizer Glaziologe Wilfried Haeberli im Interview mit der Forschungsgruppe *Augmented Ecospheres*, welche Bedingungen zusammenkommen müssen, damit Bergflanken, wie die bei Blatten 2025, einstürzen. Eine wesentliche Grundbedingung ist das Auftauen des Permafrosts. Durch die Erderwärmung werden die Berge instabil. Die Berge werden quasi ebenfalls *überweltigt*, ähnlich wie unsere Psychen erreichen auch sie einen Punkt, an dem sie irgendwann unter ihrer eigenen Last zusammenbrechen. Damit ruft Haeberli nichts weniger

als ein neues Zeitalter der Instabilität in den Schweizer Hochgebirgen aus, das uns noch über Generationen beschäftigen wird. Was fest war, ist es nicht mehr. Haeberli beschreibt beispielhaft, wie Umwelten, Wohn- und Lebensräume wortwörtlich zu *Umwelten*, unbewohnbaren Gebieten werden. Die Konsequenzen haben weitreichende Folgen für Sicherheit- und Gefahrenanalysen, auf Bundes- und Gemeindepolitik aber auch auf Ideelles. Stürzende Berge, das kratzt am Selbstbild – mindestens an dem eines Volkes, das so stolz auf seine vermeintlich unerrückbaren Berge ist. 2014 hat sich die deutsche NPD Partei (heute «Die Heimat»), gesichert rechtsextrem, das Matterhorn auf ihre Wahlplakate gedruckt: «Vorbild Schweiz» haben sie gefordert, «Ausländer raus» haben sie gemeint. Den deutschen Rechten wurde das Matterhorn zum Sinnbild einer völkischen Härte im Umgang mit allem was von Aussen kommt, eine physische Barriere. Was passiert, wenn die Berge bröckeln – die Vorstellung einer nationalen Identität wortwörtlich porös wird? Ändert sich die Form der Toblerone-Schokolade? Neben all den Verwüstungen, liegt vielleicht hier eine Chance, sich realistisch und im Bewusstsein von Belastungsgrenzen und Kippunkten auf eine neue Zukunft einzulassen.





Die transdisziplinäre Forschungsgruppe *Augmented Ecospheres* im Gespräch mit dem Glaziologen und Geomorphologen Wilfried Haerberli.

Es läuft etwas ab in den Bergen, das noch nie zuvor da war

- Mit einer gewissen Nervosität empfangen wir Wilfried Haerberli in unserem – für den Anlass etwas zu improvisiert wirkenden – fensterlosen Forschungsraum an der Zürcher Hochschule der Künste. Nicht nur weil Haerberli, Jahrgang 1947, der als Pionier und Koryphäe der Permafrostforschung im Hochgebirgsraum gilt, vermutlich andere wissenschaftliche Laboratorien gewohnt ist. Als Professor für Physische Geographie an der Universität Zürich hat er eine ganze Generation von Wissenschaftler*innen geprägt, die heute an Universitäten forscht und lehrt oder in Umweltämtern und NGOs tätig ist. Sondern wir erwarten mit Spannung, ob er unsere Beobachtung bestätigen wird und welche Konsequenzen für die Zukunft der Berge und unserer Umwelt daraus entstehen. Für unsere eigene Forschung setzen wir uns mit den durch den Klimawandel entstehenden Transformationen von Ökosystemen entlang eines Wasserlaufs von der Quelle in den Bergen bis zum Zürichsee auseinander. Wir suchen nach Prozessen, Spuren und Zeugnissen der Klimakatastrophe, welche die bereits heute stattfindenden akuten Veränderungen sicht-, hör- und spürbar machen. Unsere erste Exkursion führte uns im Sommer 2025 an das Griessee, ein kleiner Gletschersee in der Nähe des Klausenpasses und am Fuss der Clariden-Nordwand, einer Permafrost-Flanke. Dort machten wir unter anderem Tonaufnahmen. Wir erwarteten vor unserem Besuch wenig überraschend mit verschiedenen Schmelz-, Fliess- und Wassergeräuschen heimzukehren. Allerdings hielten unsere Mikrofone etwas anderes fest, das in fast jeder Aufnahme geisterhaft im Hintergrund zu hören war. Wir spielen Haerberli einige Aufnahmen vor. Er erkennt die Geräusche sofort.

Haeberli: Das ist so ein Knistern ... Was man jetzt gehört hat, ist ein Abrutschgeräusch gewesen. Gesteine, die bewegt werden. Feinmaterialien, die die Wand runterrieseln.

- Stimmt. Erst dachten wir, die Mikrofone seien über etwas geschleift oder seien defekt. Aber auf den Aufnahmen, sowohl an Land wie unter Wasser, ist ein konstantes Knistern zu hören. Es entpuppt sich als Rieseln, Schlittern und Rutschen von Kies und Geröll, das sich während unseres Aufenthalts permanent aus der Bergflanke löste und über den fast vollständig mit Schutt bedeckten Restgletscher rutschte. Anlässlich eines künstlerischen Prototyps, den wir im November 2025 erarbeiteten, reagierte eine Testperson stark auf diese Aufnahme, als wir sie ihr vorspielten, und meinte, ihr sei beim Wandern aufgefallen, dass es in den Bergen in den letzten Jahren lauter geworden sei.

Haeberli: Das ist eine subjektive Empfindung und schwer quantifizierbar, aber sie entspricht dem Vorgang in der Natur. Steinschlag und Felsstürze in den Hochgebirgen haben eindeutig zugenommen. Sie können jede*n Hüttenwart*in oder Bergführer*in fragen, die in diesen Bergflanken unterwegs sind. Die Berge sind aktiver geworden: Kleine Ereignisse treten sehr häufig auf, die grossen Bergstürze sind zwar im Verhältnis immer noch selten, haben aber im Vergleich zum vorherigen Jahrhundert deutlich zugenommen. Wir sprechen von einem Bergsturz, wenn mindestens eine Million Kubikmeter Gestein ins Rutschen kommt. Wenn wir uns die Frequenz dieser grossen Stürze anschauen, dann gibt es in der zentralen Alpenregion Europas eine dramatische Entwicklung innerhalb der letzten 120 Jahre. Insgesamt sind im 20. Jahrhundert acht solcher Bergstürze dokumentiert. Und seit der

Jahrtausendwende hatten wir nochmals acht in nur 25 Jahren verzeichnet – der letzte war in Blatten am 28. Mai 2025. Das ist im Vergleich zum vorherigen Jahrhundert ein Faktor 4. Statistisch gesehen lässt sich aufgrund der kleinen Ereigniszahlen dieser Faktor nicht abschliessend bestimmen. Eigentlich müssten wir noch 75 Jahre bis 2100 warten, um die Statistiken miteinander vergleichen zu können. Das würde aber bedeuten, dass es in den nächsten 75 Jahren ruhig bleiben müsste im Hochgebirge, damit wir eine Zunahme ausschliessen können. Leider ist das nicht sehr plausibel. Statt einen statistischen Beweis zu führen, was bei diesen kleinen Fallzahlen unmöglich ist, ist es viel angemessener, mit Plausibilitäten zu operieren: die Zunahme ist eine starke Warnung. Es gibt nämlich weitere Indizien, dass es sich um ein häufiger werdendes Phänomen handelt. Von den acht Bergstürzen im letzten Jahrhundert passierten die ersten vier innerhalb der ersten 80 Jahre und die nächsten vier bereits in 20 Jahren zwischen 1980 und 2000. Das heisst, ab 1980 hat sich die Häufigkeit bereits vervierfacht. Und jetzt haben wir innerhalb eines ähnlichen Zeitraums zwischen 2000 und 2025 mit acht zusätzlichen Stürzen nochmals fast eine Verdopplung. Das weist nicht nur auf eine geringfügige Zunahme, das ist eine eklatante Zunahme! Die Berge werden instabiler.

Es gibt drei entscheidende Faktoren, die einen Bergsturz grundsätzlich im Hochgebirge begünstigen können:

1. Der geschwächte Zustand des Gesteins.
2. Die Topografie. Sie muss steil sein und eine gewisse Minimalhöhe aufweisen.
3. Die Eisverhältnisse bzw. der Zustand des Permafrosts.

Welche dieser Faktoren könnten eine derart dramatische Zunahme der Bergstürze erklären? Der Fall in Blatten ist gut dokumentiert. Faktor 1, das Gestein, kann es nicht sein. Denn das Gestein, auch wenn es entscheidend ist, verändert sich in Zeitskalen von Jahrtausenden, nicht Jahrzehnten. Faktor 2, die Topografie, auch nicht. Die Topografie kann sich zwar ändern, wenn z.B. die Gletscher zurückgehen, dies war aber in Blatten nicht ausschlaggebend. Bleibt Faktor Nummer 3, der Permafrost. Das Eis des Permafrosts verändert sich seit 120 Jahren, also seit rund 1900, mit zunehmender Geschwindigkeit. Das ist die einzige Veränderung, die eine zeitliche und physikalische Erklärung für diese dramatische Zunahme von Bergstürzen liefert. Das hängt mit dem Einfluss des Permafrosts auf die Hochgebirge zusammen.

— Haeberli beschäftigte sich bereits in seiner Dissertation, veröffentlicht 1975, mit dem Permafrost in den Alpen. Er wollte damals etwas machen, was noch unerforscht war, und wählte, fasziniert vom Hochgebirge, bewusst ein Thema oberhalb der Waldgrenze – es sei eine emotionale Entscheidung gewesen, erzählt er. Bereits damals musste er aufgrund von einfachen Klimamodellen feststellen, dass die Gletscher bei einer starken Erwärmung keine Chance haben. Der Einfluss der Klimaänderung auf den Permafrost war hingegen weniger durchschaubar. Forschung zum Thema gab es aus Alaska, Sibirien, Kanada, zum Tibet-Plateau, doch in den steilen Bergen der Alpen war dies wissenschaftliches Neuland. In einem früheren Gespräch, das wir mit Haeberli führten, ist uns eine Aussage in Erinnerung geblieben, die für unser Verständnis der Vorgänge in den Bergregionen unter den Vorzeichen des Klimawandels prägend war: Es sei ein Leichtes, eine auch emotiona-

le Verbindung zum Verschwinden der Gletscher aufzubauen. Tatsächlich sind in den letzten Jahren dazu unzählige Visualisierungen, künstlerische Projekte oder solche der Wissenschaftskommunikation entstanden. Der Rückgang der Gletscher hat sich, auch als ambivalente Form des markttauglichen Katastrophentourismus, tief in unser Bildgedächtnis eingepreßt. Viel schwieriger hingegen sei es, in eine Beziehung zu treten zu den verborgenen, abstrakteren, aber mindestens so bedeutsamen Vorgängen, die mit dem Permafrost in Verbindung stehen.

Haerberli: Permafrost ist ein extrem träges System. Es ist so wichtig, das zu verstehen. Es ist übrigens auch ein grosses Wahrnehmungsproblem innerhalb der Wissenschaft und ganz besonders im Kontakt mit Behörden. Während allen mittlerweile klar ist, dass von den Gletschern in den Alpen bereits 2050 nur noch ein kleiner Teil da sein wird, ist die Wahrnehmung beim Permafrost völlig anders. Es ist schwierig zu vermitteln, dass die Berge, die Jungfrau beispielsweise, bis ins tiefste Innere gefroren sind und jetzt wärmer werden. Der Permafrost gerät immer mehr aus dem Gleichgewicht. Thermisch ist er schwer gestört, heute schon. Und das wirkt sich auf die Felsstabilität aus.

Es gibt ein geläufiges Missverständnis, wie Permafrost in den Hochalpen wirkt. Es wird dabei angenommen, dass der Permafrost so etwas wie der «Leim der Alpen» sei. Für gefrorene Felsflanken trifft das physikalisch aber so nicht zu: Das Gestein hält die Berge entscheidend zusammen. Der Permafrost dichtet vor allem die Felsflanken ab, so dass kein Wasser in sie eindringen kann. Selbst ein zerrütteter Fels wirkt auf Wasser wie impermeabler Granit, wenn er gefroren ist. Wird er aber wärmer, dann bildet sich in seinen Mi-

kroporen Wasser, wie bei auftauender Butter, und das beeinflusst die Festigkeit des Gesteins. Das Wasser kann so immer tiefer in den Stein eindringen. Schon geringe Wassermengen können im Inneren des Berges sehr hohen Druck aufbauen. Das spielt bei der Auslösung von Sturzereignissen oft eine Schlüsselrolle.

Diese Fähigkeit des Permafrostes, die Berge abzudichten, ist temperaturabhängig. Je wärmer der Permafrost, desto weniger dicht und fest sind die Berge. Aus der Analyse von Eisbohrkernen, rekonstruierten Gletscherschwankungen und weltweiter Datierung von Moränen kennen wir den Bereich der natürlichen Temperaturschwankungen im Holozän – wir nennen das den Bereich der «natürlichen, vorindustriellen Variabilität». Die Berge waren sich Klimaschwankungen auch ohne Einfluss des Menschen schon immer gewohnt. Seit ungefähr 1980 aber haben die Klimaverhältnisse und damit auch die ökologischen Verhältnisse in der Natur weltweit den Bereich der natürlichen Variabilität verlassen. Sauerstoffisotopen aus Bohrkernen z.B. der Alpen zeigen heute Werte, die es in historischer Zeit noch nie gegeben hat. Auch untersuchte Baumringe zeigen Entwicklungen vor allem in den letzten 20 Jahren, die in historischer Zeit noch nie derart verzeichnet worden sind. Der Permafrost ist in den letzten 100 Jahren immer wärmer geworden und das erhöht generell die Abtragsraten. Es ist also ganz klar, dass Bergstürze im Hochgebirge – wie der in Blatten – mit der Erwärmung des Permafrostes durch den menschengemachten Klimawandel zu tun haben. Die Berge sind thermisch in einem Zustand, den es so noch nie gegeben hat.

— Wir sind berührt davon, dass Haeberli bereit ist, seine Erfahrung und sein grosses Wissen, das er sich über die Jahre erarbeitet hat, derart grosszügig mit uns (Fremde

für ihn) zu teilen. Er müsse sich eingestehen, dass die schwerwiegenden Entwicklungen ihre beklemmende Faszination hätten, meint er einmal im Verlauf des Gesprächs – dass diese Faszination vielleicht sogar notwendig sei, um dranzubleiben und sich nicht von den bedrückenden Umständen abzuwenden. Wir spüren eine tiefe Beunruhigung in seiner Stimme und ein Bedürfnis, klare Worte zu finden, die das dramatische Ausmass der Entwicklung verdeutlichen. Auch dieses Gefühl überträgt sich auf uns umso mehr, je länger wir am Transkript dieses Gesprächs arbeiten. Die Tragweite der gegenwärtig ablaufenden Entwicklungen wird uns immer deutlicher.

Haeberli: Aus der Sicht des Permafrostes gesprochen, geht es ihm heute schlecht, er ist «krank». Mit dem Klimawandel haben wir es mit einem Phänomen zu tun, das den Permafrost völlig aus dem Gleichgewicht bringt und sich drastisch auf die Sicherheit in den Hochgebirgen auswirkt. Wir befinden uns diesbezüglich in komplettem Neuland. Für eine zukunftsorientierte Gefahreinschätzung muss man sich heute eine Vorstellung von einem Hochgebirge machen, das nicht nur anders als die Vergangenheit ist, sondern vor allem auch anders als die Gegenwart sein wird. Wir müssen also heute von einem Hochgebirge ausgehen, das sich dramatisch weiter verändert. Gefahreinschätzung in den Bergen für zum Beispiel Bauvorhaben sind bis ungefähr in die 80er Jahre aufgrund des Prinzips gemacht worden: «Was in der Vergangenheit war, kann wieder geschehen. Was in der Vergangenheit nicht war, kann entweder nicht geschehen oder es ist nicht vorhersehbar.» Bei den heutigen Kraftwerkskonzessionen zum Beispiel, die noch aus dieser Zeit stammen, kommt das Hochgebirge als klimabedingte Gefahrenkategorie schlichtweg

nicht vor. Damals sagte man sich, die hohen Berge sind so wie sie sind und sie werden immer so sein: Das Matterhorn als Inbegriff eines steilen Zahns mit unendlicher Stabilität. Ein Bergsturz war dann allenfalls ein Schicksalsschlag. Das war noch das Argument bei der Mattmark-Katastrophe. Das Gericht hat damals auf politischen Druck das Ereignis der tödlichen Eislawine als «nicht vorhersehbares Naturereignis» bezeichnet und damit alle Angeklagten freisprechen können. Heute gilt dies als kras- ses Fehlurteil. Mit Ereignissen wie der Hochwasserkatastrophe von 1987, die in vielen Regionen der Schweiz zu Überschwem- mungen und Murgängen geführt hat, begann ein Umdenken. Dies hat dazu beigetragen, dass beim Bund heute in die Gefahrenprä- vention investiert wird. Der Faktor Zeit muss in der Gefahrenana- lyse berücksichtigt werden und diese muss mittlerweile szena- riobasiert erfolgen. Für ein Kraftwerk (oder ein Dorf) muss man zum Beispiel ausrechnen, wie die Landschaft aussieht, wenn die Gletscher verschwunden sind. Das bedeutet, dass man sich in diesen Landschaften mit Zukunftsszenarien auseinandersetzen muss, die anders sind als heute. Wenn man heute im Hochge- birge Bauvorhaben plant oder wenn die Behörden das Wissen haben, dass sich aufgrund des Gletscherrückgangs ein See bil- den wird, dann sind sie verpflichtet, für die Sicherheit zu sor- gen. Wenn die Gletscher sich zurückziehen, ziehen sie sich näm- lich zu den steilen Bergflanken zurück, und unmittelbar an deren Fuss entstehen Schmelzwasserseen. Ein Sturz aus einer Perma- frost-Flanke könnte direkt in einen solchen See fallen. Und so ein Sturz übt einen Impuls auf das Wasser aus, es entsteht eine so- genannte «Push-Wave». Beim Eintauchen selbst befindet sich die Gesteinsmasse noch in Bewegung und schiebt gleichzeitig das Wasser vorwärts. Das heisst, der ganze Wasserkörper des Sees gerät in Bewegung und wird teilweise als Flutwelle aus dem

Becken gedrückt. Ein solcher Sturz in einen See kann ein Vielfa- ches des eigenen Sturzvolumens an Wasser in Bewegung setzen. Die gleiche Gefahr gilt natürlich auch für Stauseen. Man könn- te heute keine Kraftwerkskonzession mehr erteilen, ohne dass man die Gefahr von möglichen klimabedingten Stürzen aus Per- mafrost-Flanken in einen Stausee abgeklärt hat. Flutwellen könn- en nämlich Schäden über grosse Distanzen verursachen. Das jüngste Ereignis 2023 im Sikkim Himalaya zerstörte die Mau- er eines vollen Stausees in 60 Kilometer Entfernung. Man muss sich das für ein Gebirgsland wie die Schweiz einmal vorstellen.

— Wilfried Haeberli hat sich neben seiner wissenschaftli- chen Expertise politisch und auch in der Öffentlichkeit immer wieder stark engagiert. So gehörte er dem Initi- ativkomitee der Gletscherinitiative an, welche die Ziele aus dem Pariser Klimaabkommen in der Schweizer Bun- desverfassung verankern wollte (der indirekte Gegenent- wurf des Parlamentes wurde von der Schweizer Bevölke- rung 2023 deutlich angenommen). Haeberli nutzt seine Position als unabhängiger Experte bewusst für auch poin- tierte Aussagen und war immer wieder an in der Öffent- lichkeit ausgetragenen Kontroversen beteiligt. Zwischen Wissenschaft und politischem Engagement sieht er kei- nen Widerspruch, im Gegenteil. Er wird als Experte noch heute weltweit angefragt für die Abschätzung von Na- turgefahren und ist damit immer wieder in auch politisch heiklen Feldern tätig, in denen wissenschaftliche, ökono- mische und gesellschaftliche Anliegen in Konflikt gera- ten können. Solche Spannungsfelder verweisen über das konkrete Arbeitsgebiet hinaus auf grundlegende gesell- schaftliche Dynamiken. In jüngster Zeit begegnete uns

in Berichterstattungen vermehrt die Rede von einer «Erosion der Demokratie», womit die Aushöhlung demokratischer Prinzipien durch autoritäre Kräfte bezeichnet wird. Der technische Vorgang der Erosion, wie ihn die Geomorphologie verwendet, scheint also auch in das politische Vokabular Einzug zu halten. Ob es einen Zusammenhang gibt zwischen dem Bröckeln der Berge und dem Bröckeln demokratischer Strukturen?

Haeberli: Die Veränderungen im Hochgebirge sind dramatisch. Diese neue Realität ist schwer zu akzeptieren. Angriffe gegen die wissenschaftlichen Erkenntnisse kamen immer aus der rechten Ecke und waren immer etwa gleich, sind aber heute seltener geworden. Bei den Gletschern war noch bis in die jüngste Zeit ein gängiges Argument, dass sie schon immer vor- und zurückgegangen seien. Und das ist natürlich richtig. Aber ignoriert oder verschwiegen wurde der zweite Teil der Wahrheit: Dass die Atmosphäre in einem Zustand ist, den es in der Geschichte der Menschheit noch nie gegeben hat. Mit dieser Zusammensetzung der Atmosphäre ist die Entwicklung in die Zukunft vorgegeben. Der Permafrost reicht zum Beispiel am Kleinen Nesthorn bei Blatten 200 bis 300 Meter in die Tiefe. Mit dem heutigen Temperaturanstieg als Resultat von 150 Jahren Erderwärmung hat sich der Permafrost dort bereits bis etwa 100 Meter unter der Oberfläche erwärmt. Unterhalb von 100 Metern herrschen heute aber immer noch die Temperaturen der kleinen Eiszeit, die bis in die Mitte des 19. Jahrhunderts reichte. Die Wärmeausbreitung im Inneren der Berge ist also ein sehr träger Prozess. Das heisst, dass die Wärme sich selbst dann weiter in der Tiefe und in der Zeit fortpflanzen würde, wenn wir die Oberflächen der Berge abrupt abkühlen könnten. Die Störung ist nämlich schon im Berg und

frisst sich weiter hinein. Selbst wenn wir es schaffen könnten, die Erwärmungskurve wieder herunterzubiegen, was schon Jahrzehnte braucht, würde es weitere mindestens 150 Jahre brauchen, bis die Kälte zurück in den Berg gewandert ist. Der Permafrost ist nachhaltig geschwächt, die Stabilität der Berge ist geschwächt, und es werden sich noch viele zukünftige Generationen damit beschäftigen müssen. Das vermittelt auch ein Gefühl der Machtlosigkeit. Die Entwicklung ist zu weit fortgeschritten. Wir können die Geschwindigkeit einer ungunstigen Entwicklung dämpfen. Das liegt in unserer Hand. Aber wir können sie für viele zukünftige Generationen nicht mehr umkehren.

Wir haben heute in den Alpenländern das Wissen und die Technologie und letztlich auch die Finanzen, um sinnvolle Schutzmassnahmen zu ergreifen. Wobei es auch bei aller Technik und Vorsorge Grenzen des Möglichen gibt. Es ist eine primäre Aufgabe der Permafrostforschung, Zukunftsszenarien und entsprechende Lösungsvorschläge zu entwickeln, die leicht oder auch sehr schwierig zu akzeptieren sein können. Das Ereignis von Blatten zum Beispiel war nicht mehr vermeidbar. Dass man Menschen am Leben erhalten konnte, ist bei aller Tragik des Unfalls ein riesiger Erfolg. Aber das Dorf Blatten ist ein jahrhundertaltes Dorf gewesen. Und da ist auch etwas Ideelles von unersetzlichem Wert verloren gegangen. Blatten ist in dem Sinn, wie es vorher existierte, nicht reparabel. Es gibt kaum Platz, wo man im Tal noch einigermaßen sicher vor Naturgefahren weiter bauen kann. Das ist eine Hauptlektion, die man aus Blatten weltweit lernen muss: Mit dem Zustand des Permafrosts, der sich auf die Felsstabilität auswirkt, können nun Schäden auftreten, die unvermeidbar und irreparabel sind. Es macht die Berge, in die ich selbst so gerne klettern gegangen bin, etwas zwiespältiger. Es läuft etwas ab

in den Bergen, das noch nie zuvor da war. Die einheimische Bevölkerung, vor allem die Bergführer*innen, haben das sehr wohl begriffen. Die Veränderungen in den Bergen sind so weit fortgeschritten, dass sie nur noch beschränkt mit empirischem Wissen über vergangene Zustände zu bewältigen sind. Die zukunftsorientierte Planung von Massnahmen übersteigt auch die Kapazität der Gemeindepolitik. Eine Gemeinde kann sich nicht mehr nur auf historische Kataster von Naturereignissen berufen, sondern sie braucht ein Zukunftsszenario, das mit Satellitenbildern, digitalen Geländemodellen und Modellrechnungen etc. entworfen werden muss. Und dazu brauchen die Gemeinden die Wissenschaft. Politisch ist das heikel, weil es die traditionelle Autonomie der Gemeinde im Naturgefahrenbereich betrifft.

- Das Gespräch mit Haeberli spannt einen weiten Bogen: von den Anfängen seiner Forschung, in denen der Permafrost in den Alpen wissenschaftliches Neuland darstellte, hin zu einer Gegenwart, in der sich die Perspektive auf die Alpen auch politisch verschoben hat. Im Nachgang unseres Gesprächs schreibt er uns, wie sich präventive Denkweisen in der Schweiz schrittweise etabliert haben – zunächst im Umgang mit Gletschern, etwa im Nachgang der erwähnten Katastrophe von Mattmark, später auch im Hinblick auf den Permafrost. An die Stelle rückblickender Erfahrungswerte traten zunehmend zukunftsorientierte, szenariobasierte Ansätze. Heute jedoch sehen Haeberli, seine Kolleg*innen und eine jüngere Generation von Forschenden sich erneut mit einem Terrain konfrontiert, für das sie keine historischen Vergleiche mehr ziehen können. Wir alle treten damit in eine Zukunft ein, von der kein lebendiges Wesen Erfahrungswerte besitzt.

Haeberli: Das kann Angst machen. Das Auftauen des Permafrosts hat eine erschreckende Dimension, aber auch politisch mache ich mir grosse Sorgen. Wir erleben derzeit global-politisch einen völligen Stillstand, wenn nicht sogar eine Umkehr. Wir versuchen zurzeit eine wissenschaftliche Quantifizierung der Eintrittswahrscheinlichkeit von Ereignissen wie jenes bei Blatten zu entwickeln. Dafür arbeiten wir mit zwei Kollegen des U.S. Geological Survey zusammen. Vor ein paar Monaten haben sie plötzlich nicht mehr auf unsere E-Mails geantwortet. Und dann haben sie sich von persönlichen E-Mail-Adressen gemeldet. Sie konnten unter der Regierung von Trump nicht mehr für den geologischen Dienst arbeiten. Und über die Website im Internet dieses staatlichen Dienstes waren die weltweit verwendeten digitalen Geländemodelle nicht mehr verfügbar. Der politische Eingriff ist gerade bei den Klimawissenschaften dramatisch! Es bröckelt also nicht nur in den Bergen, sondern auch in den Demokratien. Ich finde das eine entsetzliche Sache, wenn ich daran denke, dass ich mich wie viele andere auch ein berufliches Leben lang für vernünftige Massnahmen im Hinblick auf eine schwierige Zukunft eingesetzt habe und wir jetzt ansehen müssen, wie von autokratischen Regimes zunehmend das Gegenteil gemacht wird. Auch ich habe Kinder und Enkel. Wenn ich daran denke, welche Zukunft auf sie zukommt, das macht mir Mühe.

- Durch das Gespräch mit Wilfried Haeberli veränderte sich auch unser Blick auf die vertrauten Landschaften. Sie wurden uns fremder – zwiespältig. Einerseits geht etwas verloren, andererseits entstehen neue Landschaften. Das Bild der Berge als stabile Kulisse haben wir aber hinter uns gelassen, sie erscheinen uns vielmehr als Räume im Übergang, geprägt von unsichtbaren Prozessen, die sich unse-

rer unmittelbaren Anschauung entziehen, aber gleichwohl unerhört wirkmächtig sind. In solchen Prozessen zu leben, bedeutet zunehmend, sich auf einen unsicheren Grund einzulassen: Veränderungen wahrzunehmen, Verluste anzuerkennen, vielleicht sogar zu betrauern, und dennoch Formen des Weiterlebens zu entwickeln.

Haeberli: Als Geowissenschaftler kann ich nur sagen: wir müssen lernen, in menschlich-sozialen und politisch langfristigen Zeitdimensionen zu denken und zu handeln. Ich glaube schon, dass man zumindest gravierende Fehlentwicklungen noch zu einem guten Teil vermeiden kann. Viele Probleme könnte man einigermaßen in den Griff bekommen, wenn man solidarisch wäre – vor allem mit den zukünftigen Generationen.

Das Gespräch mit Wilfried Haeberli führten Benjamin Burger, Patrick Müller und Eva-Maria Spreitzer am 21. März 2026. In der vorliegenden Fassung handelt es sich um ein redigiertes Transkript einer Auswahl seiner Antworten; der mündliche Tonfall wurde bewusst beibehalten.

Burnout Paradise (Version 8)

WELCOME TO MY ISLAND

Da sitze ich also an der achten Fassung dieses Essays, Wochen nach ursprünglich geplanter Abgabe. Die Frist schneidet mir in einen Teil meiner Brust, den ich nicht genau verorten kann. Wie so oft auch mich selbst. Die Informationsfluten und politischen Dauerkrisen sind mir irgendwann zu viele geworden, stehlen ungefragt Zeit und Aufmerksamkeit. Sie schlagen sich inzwischen auch in meinem Alltag nieder, haben sich wie Schlamm greifbar und dreckig um mich herum verbreitet; sickern infektiös als harter Machtanspruch und ökonomische Autorität durch die Venen dieser Stadt, durch Blicke und Institutionen hindurch bis in meinen Körper. Und so leise wie sich ein gesellschaftliches Paradigma gerade gefährlich an den rechten Rand zu verschieben scheint, so schwierig scheint es, sich dahingehend zu artikulieren. Verhalten würde ich mich dabei gerne, privat oder beruflich, künstlerisch. Oder handwerklich. Um die ein oder andere akute Bruchstelle zu reparieren oder um überhaupt erst zu verstehen, was da eigentlich gerade am Zerfallen ist. Längst aber strömen da Millionen von Kubikmetern an dreckigen Gewässern und entstellten Bildern der Wirklichkeit um uns herum und gestalten es schwierig, sich selbst oder gar einander überhaupt zu finden.

Abseits und fern dieser Metaphern liegen daneben, sauber und ruhig, die Limmat und der Zürichsee. Ja, es lebt sich ganz gut hier, in der Schweiz, in Zürich. In diesem funktionalen Workaholic-Themenpark darf ich sogar meine eigene Depression und Er-

schöpfung kreativ verwerten. Der Ablauf: Anfrage für einen Essay kommt rein, das Honorar wird verhandelt, und die künstlerische Vernetzung gibt es als unsichtbare Währung gratis dazu. Ein Beitrag für einen Essayband im Lebenslauf wird sich auch vor den Förderinstitutionen gut zeigen lassen. Und ökonomisch gesprochen werde ich sogar für meinen körperlichen und psychischen Zusammenbruch letzten Sommer belohnt – ich nutze mein Burnout als feuilletonistische Ressource. Das fühlt sich fast nach Wasserrutsche mit Prosecco im Alpamare an. Und zeugt davon, dass sich selbst der tiefste und dunkelste Abgrund meiner psychiatrischen Biografie in ein produktives Kulturerzeugnis transformieren lässt. Okay, let's go. Meine psychiatrische Krise, ich verwerte sie gerne weiter in diesem Output-Kanal schöpferischer Tätigkeit. Ein Riesenrad steht unter Stroboskoplichtern bereit und fängt an, sich zu drehen. *Wer soll ich für euch sein?*

ERSTE RUNDE: DIAGNOSEN- TOKEN-TORNADO

Eine erste abgeschickte Textfassung ergab dann das Feedback: Persönlicher schreiben, stärkere Einbringung eigener Erfahrung, vielleicht auch eine Körperlichkeit verhandeln, und grundsätzlich dürfe ich ruhig mehr Haltung zeigen. Eine Haltung, die müsse ich ja haben. *Habe ich die?* Zuvor hatte ich den Auftraggebenden dieses Essays mehrere Male nicht geantwortet, bereits verscho-

bene Deadlines wieder verschoben. Mich dabei als relativ halungslos und fast lethargisch empfunden. Hatte aber schliesslich das Glück, dass die beiden wohlwollend sind. Und wie alle Kulturschaffenden in dieser Stadt meist zu sehr beschäftigt mit eigenen Projekten, als dass sie immer wieder nachhaken könnten. Nach dem ersten Gespräch zumindest stand das grobe Konzept für den Text fest: Ein positioniertes Subjekt – Ich – das ausgehend vom eigenen erlebten Burnout diese Erfahrung gesellschaftlich und institutionell einordnet, darin nach kulturpolitischen Verantwortungen sucht, und dabei als Trägerin, Autorin und Gegenstand der eigenen Geschichte fungiert und vermittelt. *Kein Problem.*

Und nun stelle ich mir zum ersten Mal die notwendige und ernsthafte Frage nach Ursprung und Verantwortung meines Zusammenbruchs. Wer trägt die Schuld? Auch an dem für mich lebenslangen und irreversiblen Körperschaden? Folgt man dem Internationalen-Krankheits-Kodex der World Health Organisation (WHO), dann gibt es auf die Schuldfrage eine klare Antwort: Ich trage sie selbst. Mein Burnout und die darauffolgenden Monate einer mittelgradigen bis schweren Depression sind demnach die Konsequenz meines persönlichen Fehlmanagements von Arbeitsstress. Dass die Weltgesundheitsorganisation ein Burnout als Individualversagen abfertigt, ist alarmierend – aber auch nicht wirklich etwas Neues. Die Verschiebung von institutioneller Verantwortung auf das Individuum ist dem Neoliberalismus so fest eingeschrieben, dass natürlich auch ein Gesundheitssystem diese Logik fortsetzt. «Jeder ist für seinen Erfolg oder Misserfolg selbst verantwortlich» schreit als affirmatives Mantra durch die Jahrtausendwende und es war nur eine Frage der Zeit, bis dieses Dogma sich auch in meinen Körper einschreiben würde.

AUF HIGH SPEED IM GLASTURM-TOWER

In Kunst- und Kulturinstitutionen scheinen diese quantifizierungs-basierten Logiken verhältnismässig früh einzugreifen – zumindest in Hinblick darauf, dass Kunst eigentlich ein rechtlich geschützter und autonomer Bereich sein sollte. Bereits im Antragswesen, wenn es noch gar keine Produktion gibt, wird die Idee an erster Stelle zum Objekt von Bewertung und Messbarkeit. Institutionen und Förderungen buchen und beauftragen ihre ästhetischen Positionen über verschiedene Formen der Repräsentation. Künstlerische Mitarbeit, Kuration, Programmation und Förderung beurteilen darin nicht nur, was du machst, sondern auch, wie du wirkst. Affekt und Wirkung sind mächtige Kategorien – und die Ausschlichtung einer Singularität ist für Kulturschaffende nicht nur Marketing, sondern zentrale Existenzgrundlage. Der Wettbewerb nach Relevanz und Dringlichkeit flimmert bereits durch Dossiers, Bewerbungen und digitale Räume, bevor es überhaupt zur Kunstproduktion selbst kommt. Welche Themen, Methoden und Formen könnten als relevant gelten? Welche Debatten und Zugänge sind «hot»? Kunst scheint nicht nur produziert zu werden, um etwas zu verhandeln – sondern um in den richtigen Kontexten konsumierbar und förderfähig zu sein. Somit auch hier wieder die Frage: *Wer sollen wir für euch sein?*

«Zugänglich, aber innovativ». «Kritisch, aber nicht angriffig». «Inklusiv, innovativ, nachhaltig, publikumswirksam und fair – gesellschaftlich relevant». Oder in diesem Fall eben: Ein Text, der per-

sönliche Betroffenheit – Burnout – mit Gesellschaftskritik und einem Blick auf Institutionen und individuelle Nuancen verbindet – und dabei erzählerisch überzeugt. Ich verstehe den Anspruch und finde ihn fair und sogar richtig. Doch dieses einschneidende Gefühl in meiner Brust, dass ich nicht loswerde, jetzt aber zumindest besser verorten kann, rührt genau von dort. Von der schmerzhaften Tatsache her, dass ich all das erfüllen kann, muss, soll, möchte – ja was überhaupt – und mich in dieser ständigen Formung, Introspektion und Verwertung bis in den Zusammenbruch erschöpfe. Denn es gibt keinen Endpunkt in dieser sich ständig reflektierenden Denkspirale. Dazu das Navigieren von Erwartungen, Kontexten und Rezipient*innen. Es ist das formale und funktionale Diktat, das neben unserer Dauererschöpfung auch einen künstlerischen Verlust mit sich bringt: Den Zerfall von Sinnhaftigkeit in der Kunst. Und damit den Zerfall von Bedeutung, von Gehalt und Resonanz mit der Welt. Zumindest hatte ich immer geglaubt, diesen Sinn in Kunst gefunden zu haben.

IN DER ECHOKAMMER DER CHRONISCHEN SELBSTBESCHLEU- NIGUNGSSPIRALE

Erschöpfung entsteht also vielleicht genau an dieser Schwelle, an der maximale Selbstgestaltung auf minimale Sinnschöpfung

trifft. Wo wir zu viel selbst steuern müssen und dabei das Gefühl von Wirksamkeit verlieren. An jener Schwelle, an der wir formale und systemische Anforderungen erfüllen möchten – aber nicht aus intrinsischer Überzeugung, sondern weil wir müssen. Wir werden als autonom und selbstverantwortlich adressiert, gleichzeitig aber verschiebt sich damit auch die Last der Sinnproduktion einzig auf das einzelne Subjekt. Und so geht es uns an Resonanz verloren. Weil Welt uns nicht mehr als Gegenüber erscheint, sondern als etwas, das gestaltet, optimiert und bewältigt werden muss. Keine Resonanz, die berühren oder Wirkung zurückgeben könnte, wie es ein Händedruck oder eine etwas längere Umarmung kann. Etwas, das gespürt wird. Stattdessen verwerten wir in dieser endlos intellektuellen Selbstbeobachtungsmaschine zumeist nur noch uns selbst als Nährboden. Und das, obwohl der Boden längst keine Nährstoffe mehr in sich trägt. Und so graben wir ohne stabilen Punkt im erodierten Selbst weiter. Drill, Baby, Drill – das ist inneres Wachstum ohne Grenzen! Oder: Ein never-ending Diskurs in einer einsamen algorithmischen Echo-Kammer. Die gesättigt ist von eigenen Bildern, Worten und Interpretationen; voll mit Neuronen, mit denen wir uns zu verknüpfen *glauben*, während wir doch nur noch mit uns selbst reden. In dieser Produktion ohne ein Aussen entsteht nicht Sinn, nicht Wahrheit, nicht einmal Ideologie – sondern die Erschöpfung selbst.

Diskursverrohung und endlose Selbstbeobachtungen sind die Konsequenz, wenn Formalisierung, Ziele und Zahlen über einen eigentlichen Gehalt von Kunst gelegt werden. Dies geht auf Kosten von allem, was sich nicht zählen lässt, aber eben Bedeutung trägt. Es leidet die Psyche, die Kunst, und am Ende damit vor allem: wir selbst. Dass die Institutionen und damit das System darin aber selbst keine Verantwortung übernehmen, entlarvt der In-

ternationale Gesundheitskodex. Das ist der Pakt mit dem Teufel, den wir eingegangen sind, ohne uns dafür entschieden zu haben. Der Gewinn für uns: Fun in Burnout Paradise, Förderung unserer Kunst und ein Leben davon. Der gezahlte Preis: Echokammer, chronische Überlastung und das ständige Zurückgeworfen sein auf sich selbst. Ein Tauschgeschäft mit eben doch genug Belohnung, um weiterzumachen. Aber auch mit genug Erschöpfung, um nicht auszubrechen.

MIT SCHWINDEL DIE BEZIEHUNG RETTEN

Solange wir Kulturschaffenden die diskursiven Formen, Produkte und Darstellungen als ausschliessliches Ziel verstehen und uns auf Rollercoasters und in Glas-Towern befinden, vergessen wir dabei Lebensrealität und eine materialistische Sicht auf die Welt. Vor Fahrten im Riesenrad haben wir verlernt, den Boden zu sehen oder zu greifen. Spüren nur noch uns, vielleicht noch den flauen Magen nach zu viel Zuckerwatte. Aber Zucker verklebt die Kunst. «Das Ziel für die nächste Spielzeit ist es, die Auslastung aufrechtzuerhalten», formulierte ein befreundeter Dramaturg neulich. Anstatt zu sagen: «Das Ziel ist es, Ästhetiken und Themen anzubieten, in denen sich Menschen und ihre Lebensrealitäten wiedererkennen und gerne ins Theater kommen».

Die Beziehung von Kunst und Welt scheint daran zu kranken, dass Kämpfe und das Leid von Kulturschaffenden nicht die all-

gemeinen Lebensrealitäten darstellen und somit Kulturschaffende vor allem für andere Kulturschaffende Kultur schaffen. In Vergessenheit unserer selbst sind wir elitär, akademisiert, formal selbstverliebt, besessen damit, den Diskurs voranzutreiben und besessen mit uns selbst geworden – weil wir uns am Nächsten sind. Und weil wir institutionell und sozial dafür belohnt werden, entscheiden wir uns immer wieder für uns selbst. Der Neoliberalismus erzieht uns mit Zucker als Peitsche zu Subjekten, die vor lauter Introspektion und eigenen Kämpfen nur noch sich selbst sehen. Die Folge: Aufmerksamkeit springt vom gesellschaftlichen Kontext auf die Bedienung der Strukturen der Kunst selbst über. Ein exklusives Reflexionsinstrument für wenige, die eben das gut können: bedienen. Die, die gerade so die richtigen Checkboxen erfüllen, um auf das nächste Fahrgeschäft und kurzzyklische Förder-Stimulation aufzusteigen. Zuckerwatte gibt es gratis dazu. Doch ein Riesenrad ist eben auch nur ein sehr grosses Hamsterrad. Dass uns da irgendwann im Paradies schlecht wird, ist nicht verwunderlich. Runden drehen im eigenen Saft kann interessant sein, aber nur, wenn man es auch wieder heraus schafft.

KURZSCHLUSS- KOTZEN IM FUNPARK

Wo also ist er, der Ausgang aus dem Riesenrad der zirkulären Selbstschleifen? Ein Kurzschlussgedanke wäre, sich schlechtere politische oder ökonomische Verhältnisse zu wünschen. Ein

autoritäres Regime oder vielleicht eine kleine Diktatur in Burnout Paradise gefällig? Dort wäre die Dringlichkeit der Kunst aus den Verhältnissen selbst gegeben. Kunst wäre nicht mehr Teil eines ökonomischen Aufmerksamkeits-Wettbewerbs, sondern ein materieller Kampf, in dem wir einen (kollektiven) Sinn sähen. Wir hätten in diesem Szenario maximale Selbstgestaltung mit maximaler Sinnbindung zugleich. Womöglich sogar eine konkrete Adressierung. Und da die Frage unserer Identitätsbildung bereits von einer gewaltvollen Instanz verordnet würde, müssten wir diese auch nicht akzeptieren. *Dann wüssten wir, wer wir nicht sein wollen.*

Doch bevor dieser Essay genau so endet, bevor der Kurzschluss greift, bevor der erwartbare Plot-Twist kommt – dass Burnout Paradise kein Paradise ist und die schlechten Verhältnisse längst um uns herum sind, wir sie aber hinter blinkenden Kunstdiskurs-Girlanden, perfekter Loopzirkulation und zu viel Zucker aus dem Blick verloren haben – bevor all das passiert, verweigert sich der Körper.

Es ist ein merkwürdiges Ende, doch das ehrlichste, was dieser Text finden konnte. Wenn der Körper nicht mehr kann, dann kann er nicht mehr. Wir haben ihn wohl in diesem Text zu wenig mitgedacht. Zu wenig geschützt. Zu wenig ernst genommen. Körperlicher Kollaps wegen zu viel nicht integrierbarer Belastung auf den Fahrgeschäften. Zu viel Stress. Zu viel Input, der keinen Ort mehr findet. Dabei war eine der Anweisungen doch noch gewesen, die Körperlichkeit mit einzubeziehen.

Es endet so: Der Körper verweigert die weitere Teilnahme am Themenpark und er kotzt jetzt. Kein Argument mehr und keine Kritik, sondern nur noch Reflex. Das unmissverständliche Ende der Verfügbarkeit ist erreicht. Es wird gekotzt vom Glas-Tower,

vom Riesenrad, in die Echokammer hinein, auf ausjustierte Fahrgeschäfte in Fossilöl schwimmend, eigentlich überall hin, hinter die Fressbuden. Da strömen bald Kubikmeter an dreckigem Wasser, durchmischt mit Kotze, Fäkalien und Brainrot. Und jetzt fließt dieser Strom auch in die Informationsfluten und in die politischen Dauerkrisen rein. Plötzlich scheint unklar, ob die Flut zu Beginn nur eine Metapher war, oder ob Burnout Paradise nicht schon längst auf diesem Zerfall aufgebaut hat, ganz physisch. Aber der Körper kann nicht mehr denken und kann auch nicht mehr zwischen Reaktion und Welt unterscheiden. Immerhin passiert noch etwas, auch wenn es nur Kotzen ist, ein unkontrollierbarer Ausdruck als letzte Form von Verhalten. Ein bisschen wie Data Poisoning, denke ich mir noch, während sich Burnout Paradise weiterdreht, als endloses Versprechen unserer freien Kunst und ihrer Dringlichkeit.

1. ES BEGINNT IM KÖRPER. IMMER.

«There is too much bad news to justify complacency. There is too much good news to justify despair.» – Donella Meadows

Die Vorstellung, einen Text darüber zu schreiben, wie die planetaren Krisen unsere Gesundheit bedrohen, *überweltigt* mich. *Überweltigung* – so nenne ich den Zustand, wenn mich die Welt überrollt. Wenn die Ungerechtigkeiten dieser Welt sich in meinem Körper ausbreiten und als somatische Erfahrung spürbar werden. Ein schwindelerregendes Kreisen – irgendwo verortet zwischen Schädelbasis und Magen. Es lähmt meine Gedanken und lässt meine Finger auf der Tastatur erstarren. Dieses Kreisen wird begleitet von Wellen des Entsetzens und der Ohnmacht, tiefer unten in meinem Bauch.

Ich sitze *überweltigt* vor meinem Computer: Schon seit über einem halben Jahrhundert sind die Diagnosen der planetaren Krisen mehr als deutlich gestellt, die Risikofaktoren benannt, wirksame Therapien für eine lebenswerte Zukunft aufgeschrieben und an internationalen Konferenzen vorgeschlagen worden – ob auf Bühnen, in Büchern, Podcasts, Filmen, in allen erdenklichen Formaten. Was kann ich jetzt überhaupt noch für Worte finden, die nicht einfach im Strom der KI-generierten Texte, Fake News und Videos von Kriegen, Krisen und Kochvideos untergehen? Welche Worte, Bilder, Emotionen können unsere Aufmerksamkeit tatsächlich auf das Wesentliche lenken und uns einladen, ins Handeln zu kommen?

Als Ärztin habe ich für Notfallsituationen genau das gelernt: Priorisieren und Handeln. Und zwar schnell, nicht in Zeitlupe. Wenn ein Patient nach einem Autounfall mit multiplem Organversagen auf die Notaufnahme gebracht wird, fragen wir uns: Was braucht es am dringendsten, um Überleben sicherzustellen? Damit Patient*innen im besten Falle nicht nur überleben, sondern in Würde und mit Lebensqualität weiterleben können? Auch die Klimakrise ist bereits heute ein medizinischer Notfall. Sie gilt sogar als die grösste existierende Bedrohung für unsere Gesundheit. Was braucht es also jetzt in diesem systemischen Notfall, um planetare Gesundheit zu ermöglichen? Ein gesundes Leben für uns alle, ohne dabei die Chancen auf ein ebenso gesundes Leben für künftige Generationen zu schmälern – und dabei nicht nur uns Menschen, sondern auch alle anderen Tiere und Lebewesen mitzudenken, mit denen wir die Erde teilen?

Ob Notaufnahme oder planetarer Notfall, die Antwort bleibt die gleiche: Ich muss meinen «Krisenmuskel» aktivieren. Der Krisenmuskel, obwohl in keinem Anatomiebuch zu finden, ist dennoch kraftvoll genug, um mich aus der Ohnmacht ins Handeln zu bringen. Vom Erstarren in Bewegung. Er aktiviert meine Vorstellungskraft und schärft meinen Blick für das Wesentliche – für das, was jetzt von lebenserhaltender Wichtigkeit ist, sei es für das Überleben unseres verunfallten Patienten oder für unser kollektives Überleben. Ich erinnere mich also an meinen Krisenmuskel und langsam, aber merklich, wandelt sich der *Überweltigungs*-Schwindel in etwas, für das ich noch keinen Namen habe. Noch nicht. Es beginnt mit einem prickelnden Gefühl von Zukunftslust, das sich bis in meine Fingerspitzen ausbreitet.

Und meine Hände fangen an zu tippen.

Notfallbericht

Patientin: Erde

Alter: ca. 4.55 Mrd. Jahre

Einweisungsgrund: Multisystemisches Versagen mit fortgeschrittenen planetaren Krisen (Klimakrise, Umweltverschmutzung und Artensterben) bei gleichzeitigem kollektivem Handlungs-Defizit.

Aktuelle Beschwerden: Die Patientin wird notfallmässig in kritisch reduziertem Allgemeinzustand eingeliefert. Seit dem Beginn der Industrialisierung habe sie eine chronische Erschöpfung ihrer Ökosysteme bemerkt – mit einer akuten Verschlechterung seit Einführung des Neoliberalismus. Sie berichtet von einem Tumor-ähnlichen Wachstum in ihrem Organismus: Eine Ballung der Ressourcen bei wenigen Grosskonzernen, Superreichen und Big Tech. Diese würden immer mehr Raum einnehmen und dabei lebenswichtige Funktionen verdrängen und irreversibel zerstören.

Obwohl zahlreiche Therapieoptionen vorliegen, würden sie durch pathologische Abwehrmechanismen des tumorösen Systems systematisch blockiert. O-Ton der Patientin: «Es scheint leichter zu sein, sich mein Ende vorzustellen als das Ende des Systems, das mich krank macht.»

Anamnese / Risikofaktoren

— Überkonsum: Extreme Schiefelage im Stoffwechsel: Das reichste Prozent der Menschheit verbraucht mehr Ressourcen und produziert mehr Verschmutzung als fünf Milliarden Menschen und vergiftet damit den gesamten Organismus.

- Wachstums-orientiertes Wirtschaftssystem: Dauerhafte Überlastung der planetaren Grenzen durch zwanghaft anmutende Profitmaximierung.
- Neokoloniale Strukturen: Belastungen werden systematisch ausgelagert: Die am wenigsten verantwortlichen Regionen und Menschen tragen die schwersten Symptome - eine Art globale Schmerzverschiebung.
- Patriarchale Ordnung: Frauen sind überproportional von der Klimakrise betroffen. Lebensnotwendige Sorgearbeit für das eigene Wohlbefinden, füreinander und für die Mitwelt wird systematisch unsichtbar gemacht und entwertet.
- Rassismus & Diskriminierung: Menschen, die nicht der *weissen* oder gesellschaftlichen Norm entsprechen, wurden jahrhundertlang abgewertet. Die künstlich erzwungene Trennung durch «Rassen» geschah analog zur Trennung zwischen Mensch und Natur und legitimiert weiterhin deren Ausbeutung.

Klinische Untersuchung

- Temperatur: Global +1.4 Grad Celsius Fieber, Tendenz steigend. Regionaler Befund Schweiz: +2.4 Grad Celsius - lokale Überhitzung.
- Vitalparameter: 7 von 9 planetaren Grenzen überschritten, kritisch.
- Atmung: Eingeschränkt. 9 von 10 Menschen atmen verschmutzte Luft ein.
- Neurostatus (Menschheit): Apathisch; auffällige Diskrepanz zwischen Wissen und Handeln; Realität wird erkannt, aber nicht adäquat verarbeitet.
- Labor: Nachweis persistenter Schadstoffe in Böden, Grundwasser und Körpern, u.a. von PFAS, Pestiziden und Antibiotika.

Diagnose: Fortgeschrittene Systemische Krise bei gleichzeitigem Versagen kollektiver Handlungskraft

Therapieempfehlung

Dringend indiziert: tiefgreifender Systemwandel. Symptomlinderung allein nicht ausreichend. Die meisten Interventionen sind bekannt, erprobt und teilweise bereits erfolgreich angewendet, z.B.:

- Stoffwechsel stabilisieren: Wirtschaft neu ausrichten auf Wohlergehen statt auf Profit, Kreislaufprozesse und Suffizienz einführen, Umverteilung der Ressourcen durch Besteuerung der Superreichen und Maximaleinkommen/-erbe, Einführung eines bedingungslosen Grundeinkommens für Existenzsicherung, Schuldenerlass für ausgebeutete Regionen und Länder, Einführung lokaler Währungen.
- Schadstoffe und Verschmutzung vermeiden: Fossile Energien divesten und zu erneuerbarer, dezentraler Versorgung wechseln, Werbung limitieren, geplante Obsoleszenz kriminalisieren, Ausbau-Stopp für neue Flughäfen und Autobahnen.
- Regeneration ermöglichen: Zeit und Sorge neu verteilen durch Arbeitszeitverkürzung bei gleichbleibender Lebensqualität, eine Job-Garantie für alle Personen in fossilen Berufen, massive Aufwertung von Pflege-, Sorge- und Bildungsarbeit (z.B. Einführung Care-Einkommen).
- Immunsystem stärken: Förderung von Resilienz, Gemeinschaft und Zugang, z.B. durch geteilten Besitz (Bibliotheken, Leih-Cafés mit Werkzeugen und Geräten, Wohn-Genossenschaften, etc.), Politische Bildung und Engagement unterstützen.

- Ernährung umstellen: Förderung regenerativer Landwirtschaft und solidarischer Versorgungssysteme, Schwerpunkt auf pflanzenbasierte, gesundheitsfördernde Ernährung.
- Mobilität neu organisieren: Förderung von aktivem und barrierefreiem, zuverlässigem öffentlichen Verkehr (z.B. Konzept 15-Minuten Stadt, Priorisierung von Fuss- und Veloverkehr, Autofreie Städte, Gratis ÖV).
- Entscheidungsautonomie fördern: Stärkung partizipativer Demokratieformen (z.B. Bürger*innen-Räte und generationenübergreifende Foren, sowie Einbezug bisher marginalisierter Stimmen), Demokratisierung der Wirtschaft.

Prognose

Bei sofortigem Handeln: Stabilisierung möglich – mit Aussicht auf ein würdevolles Leben für alle innerhalb der Belastungsgrenzen der Patientin.

Ohne Intervention: Weiterer Funktionsverlust – mit unvorhersehbaren Kippunkten und irreversiblen Schäden.

Was bedeutet das für mich – für uns – heute? Drei Einstiegs- punkte, die sich in der Praxis bewähren: *Erstens*: uns erlauben, all das, was wir bereits verloren haben, zu betrauern. Den Mut haben, uns mit unserer Mitwelt verbunden zu fühlen, und auch den Schmerz zuzulassen und zu benennen, wenn Ökosysteme, unsere Heimat und sichere Lebensbedingungen unwiderruflich zerstört werden. *Zweitens*: uns hartnäckig dafür einsetzen, was wir noch alles gewinnen können! *Drittens*: offen über die ersten beiden Punkte mit anderen sprechen – denn das Schweigen darüber ist, wie wir gleich sehen werden, ein Missverständnis mit schwerwiegenden Folgen.

2. DAS WICHTIGSTE: NICHT ALLEINE BLEIBEN.

«One of the most vital ways we sustain ourselves is by building communities of resistance, places where we know we are not alone.» – bell hooks

Wir leben in Zeiten, in denen bereits neun von zehn Menschen auf dieser Erde mehr klimaschützende Massnahmen befürworten und ein Grossteil sogar bereit wäre, ein Prozent ihres Einkommens dafür abzugeben. Die Krux: Mindestens ebenso viele Menschen meinen, sie seien die einzigen in ihrem Umfeld, die sich Klimaschutz wünschen. Dieses Phänomen wird in der Psychologie als «Pluralistische Ignoranz» bezeichnet: Wir unterschätzen systematisch die Bereitschaft unserer Mitmenschen, aktiv zum Klimaschutz beizutragen. Wir meinen, wir seien in der Minderheit – tatsächlich sind wir jedoch in der Mehrheit.

Das bedeutet konkret: Wenn ich heute meiner Nachbarin, meinem Kollegen erzähle, was mich bewegt oder bei der Arbeit oder im Freizeitverein neugierige Fragen stelle oder Handlungsoptionen aufzeige, wie wir etwas verändern können – dann breche ich ein Schweigen, das gar keines sein müsste. Statt aktiv die vermeintliche kollektive Gleichgültigkeit aufrechtzuerhalten, lassen wir im Gespräch die Vereinzelung hinter uns, gehen in Verbindung und senken die Schwelle, damit andere dasselbe tun.

«Es ist kein Zeichen von Gesundheit, an eine von Grund auf kranke Gesellschaft angepasst zu sein.» – Jiddu Krishnamurti

Um meinen Krisenmuskel zu aktivieren, muss ich mich von den Systemkrisen berühren lassen. Körperlich. Meine Emotionen spüren, trauern, hässig sein – zulassen, was da ist. Und dann realisieren, dass ich mit dieser Erfahrung nicht alleine bin. Das erfordert bewusstes Training. Wenn ich zu viel Zeit auf meinem Newsfeed oder vor dem Fernseher verbringe, stellt sich rasch Muskelkater ein. Ich sitze einsam vor dem Bildschirm und bin *überweltigt*. Das ist kein Zufall: Die Medien und Algorithmen sind so konzipiert, dass ich möglichst lange sitze und konsumiere – nicht, damit ich in Verbindung gehe und handle. Die *Überweltigung* ist dabei kein Versehen, sondern ein Geschäftsmodell. Nicht meine Handlungsfähigkeit zählt, sondern die Verweildauer und die Vereinnahmung meiner Aufmerksamkeit. Der Grund, wieso ich mich nicht schon längst von den Sozialen Medien verabschiedet habe: Dieselben Plattformen, die durch unachtsamen Konsum meine Vereinzelung fördern, können auch Verbindung

ermöglichen – wenn ich sie bewusst dafür nutze.

Soziale Medien eröffnen Perspektiven von marginalisierten Stimmen von überall aus der Welt. Geschichten, die in den Mainstream-Medien oft systematisch ausgelassen werden. Wir können versuchen, diese Plattformen ganz bewusst zu nutzen und achtsam sein – damit wir nicht vom Algorithmus in den Strudel der Aufmerksamkeitsökonomie hineingezogen werden. Sondern von anderen lernen und Handlungsmöglichkeiten entdecken können. Um Inspiration und Gleichgesinnte zu finden, ein Gespräch zu beginnen, mich zu verabreden und mit anderen zu organisieren, sei es für den Gemeinschaftsgarten oder den nächsten Streik. Das macht den Unterschied: Vom digitalen *Verbinden* zum physischen *Verbünden*. Dabei können begrenzte Bildschirmzeit und bewusste Offline-Zeiten helfen. Unsere Krisenmuskeln wachsen nicht in Isolation. Sie wachsen, wenn wir uns begegnen – auf der Strasse, in Versammlungen, in Gesprächen, beim gemeinsamen Handeln für unsere wünschenswerte Zukunft. Durch dieses gemeinsame Muskeltraining werden wir stärker – und mit der Zeit auch resilienter.

Im Schreiben den Weltschmerz rauslassen als Therapie gegen die Überweltigung – ein Auszug aus dem Notizbuch der Autorin, März 2022:

Manchmal, da fühle ich mich so klein. Dann bin ich ohnmächtig, weil die grossen, die die Macht haben, diese Macht irgendwie nicht nutzen, um den Nutzen für uns alle zu maximieren, sondern das einzige was die Maximieren, das Geld auf ihrem eigenen Bankkonto ist. Oder genau

*genommen, auf den Bankkonti, wenn man die auf
Offshore-Finanzplätzen noch dazu zählt.*

*Manchmal, da fühle ich mich so klein.
Und wenn ich mir dann eingestehe, dass dieses
manchmal gar nicht so selten ist, sondern Alltag
von jungen Menschen, die auf dieser Welt
aufwachsen, dann fühle ich mich noch kleiner.*

*Dann denk ich: Ich bin ja nur ein
Tropfen auf dem heissen Stein
ein klitzekleiner Tropfen im Ozean
der doch eh nichts verändern kann.
Und manchmal, wenn ich kurz innehalte
und vom Konjunktiv ins Präsens schalte
merke ich: vielleicht bin ich zwar klein,
aber - wait a second - ich bin nicht allein.
was ist denn schon ein Ozean, wenn
nicht ein Meer voller Tropfen
und wenn viele solche Tropfen an
die Fensterscheibe klopfen
dann sind sie laut und künden an:*

he, da kommt der wind of change, of system change

*und ja, ich weiss, so motivational speech
ist immer auch ein bisschen
cringe*

*aber hilft halt trotzdem irgendwie, um sich
nicht mehr so klein und allein zu fühlen.*

Individuelle und kollektive Resilienz ist in diesen Krisenzeiten nicht einfach, wenn uns die Medien und politische Mehrheiten suggerieren, dass Eigenverantwortung die Lösung sei. Dass auf Eigenverantwortung zu vertrauen keine zukunftstaugliche, sondern eine gesundheitsschädliche Strategie ist, beweist das Konzept der «Gesundheitsdeterminanten»: Achtzig Prozent unserer Gesundheit werden über äussere Einflüsse bestimmt – Einkommen, Vermögen, Bildung, Beruf, Herkunft, Wohnlage, Diskriminierungserfahrungen und die ökologischen Bedingungen unseres Lebensraumes.

Wie viel Zeit, Geld und Ressourcen stehen mir überhaupt zur Verfügung, um mir Auszeiten zu gönnen, ausgewogen zu kochen, mich regelmässig zu bewegen, genügend zu schlafen oder zur ärztlichen Vorsorge zu gehen? Kann ich mir eine Wohnung im grünen, ruhigen Stadtteil leisten oder wohne ich an einer vielbefahrenen, lauten Strasse, deren Autolärm und Luftverschmutzung meine Lebensqualität beeinflussen? Erlebe ich aufgrund meiner Hautfarbe, meiner Herkunft, meines Geschlechts, meines Bildungsstandes oder einer Behinderung Diskriminierungen? Wohne ich in einem Bergdorf, das durch von der Klimakrise verursachte Überflutungen oder Bergstürze gefährdet ist? Kann ich während Hitzewellen noch vor der Türe spazieren gehen, oder ist es so heiss, dass ich tagsüber drinnen bleiben muss? Hat meine Hausärztin überhaupt jemals gelernt, dass ich während Hitzewellen meine Blutdruck-Medikation anpassen sollte? Die Klimakrise ist schon lange kein abstraktes Zukunftsszenario mehr, sondern in uns allen verkörperte Gegenwart.

3. EINE REVOLUTION DER FÜRSORGE FÜR UNS, FÜREINANDER UND FÜR UNSERE MITWELT

«Politics is pervasive. Everything is political and the choice to be 'apolitical' is usually just an endorsement of the status quo and the unexamined life.» – Rebecca Solnit

Ich staune immer wieder, wenn mir gewisse ältere Herren in Machtpositionen erklären, dass meine Forderung nach Systemwandel eine «radikale Meinung» sei. Erstens bin ich als Medizinerin geübt im Latein, und stelle bei einem Blick auf den Ursprung des Worts «radikal» fest, dass es vom lateinischen Wort *radix* – «Wurzel» abstammt. Und die Wurzel des Problems anzugehen, ist genau das, was wir wollen – sei es im Polytrauma oder in der Polykrise. Von aussen Pflaster auf die Wunden zu kleben, während ein Patient innerlich verblutet, ist genauso wenig hilfreich, wie Pflasterlipolitik, die nicht die eigentlichen Ursachen der planetaren Krisen angeht.

Und zweitens ist die Forderung nach Systemwandel keine Meinung, sondern wissenschaftliche Evidenz – so festgehalten im Weltklima- und im Weltbiodiversitätsbericht. Wenn ich in der Notaufnahme einer Patientin mit einer schweren bakteriellen Infektion Antibiotika verschreibe und mich dabei auf evidenzbasierte, internationale Leitlinien stütze, wird das auch nicht als «radikale Meinung» wahrgenommen, sondern als ärztliche Expertise. Doch selbst nachdem im Jahr 2021 über 200 der weltweit führenden medizinischen Fachzeitschriften gemeinsam vor den gesundheitlichen Folgen der Klimakrise gewarnt und sofortiges Handeln ge-

fordert haben, bewegt sich ein Grossteil der Politiker*innen und Unternehmer*innen mit Entscheidungsmacht weiterhin in Zeitlupe durch unsere globale Notaufnahme. Oder läuft sogar rückwärts wieder raus, anstatt Erste Hilfe zu leisten. Siehe Trump und der Austritt der USA aus dem Pariser Abkommen und der Weltgesundheitsorganisation. Als Ärzt*innen würden wir in so einem Fall wegen unterlassener Hilfeleistung vor Gericht verklagt werden. Was im Spital strafbar wäre, ist in der Politik immer noch Alltag. Genau das haben übrigens die Klimaseniorinnen geltend gemacht und erhielten vor dem Europäischen Gerichtshof für Menschenrechte Recht: Die Schweizer Regierung mache zu wenig für den Klimaschutz und gefährde somit die Gesundheit der älteren Frauen.

Apropos Erfolge von widerständigen Frauen: Häufig vergessen wir, dass viele der Errungenschaften, die wir heute als selbstverständlich wahrnehmen, früher als «utopisch» oder «naiv» abgetan wurden. Dass diese Errungenschaften über Jahrzehnte und allen Machthierarchien zum Trotz erkämpft wurden. Das Frauenwahlrecht, die Fünftagewoche, rauchfreie Züge: Alle diese Kämpfe haben gemeinsam, dass mächtige, von Männern und Privatwirtschaft dominierte Lobbygruppen viel Zeit und Geld investierten, um ihre Umsetzungen zu verhindern. Doch die Menschen der Zivilgesellschaft blieben widerständig, trotz asymmetrischer Machtverhältnisse. Was einst Utopie war, ist heute Realität. Die Transformationswissenschaften geben dem einen Namen: Soziale Kippunkte. Es braucht keine Mehrheit. Eine kleine Gruppe entschlossener, engagierter Menschen kann reichen, um den Status quo zu ändern und ein System zum Kippen zu bringen.

Wer sich beim Durchlesen des Notfallberichts dabei ertappt, zu denken, «das klingt aber utopisch», möge sich an diese «Utopie-

Lücke» erinnern: Was heute vielleicht noch utopisch klingt, kann schon bald Realität werden, wenn nur genügend Menschen daran glauben und entsprechend handeln. Und möge sich dann fragen: Was ist meine eigene, kleine Utopie, die heute vielleicht noch als naiv abgetan wird? Ein Beispiel, das mich ermutigt: Paris. Im Frühjahr 2020, mitten im ersten Covid-Lockdown, beschloss die Stadt innerhalb weniger Wochen, 52 Kilometer provisorische Velospuren, die «coronapistes», auf den grossen Boulevards zu markieren. Was als Notlösung galt, blieb – weil die Menschen sie sofort nutzten. Auf dem Boulevard de Sébastopol fahren seither mehr Velos als Autos. Was in den Jahren davor als unrealistisch abgetan wurde – eine autoarme Millionenstadt – ist nun gelebte Realität.

Ein anderes Beispiel, das mich persönlich betrifft: In der Schweiz bedeutet eine Vollzeitstellung für Ärzt*innen aktuell offiziell eine Fünzigstundenwoche. In Norwegen sind es fünfunddreissig Stunden pro Woche – und das norwegische Gesundheitssystem schneidet im internationalen Vergleich zu Qualität und Zugänglichkeit trotzdem besser ab als das Schweizer. Aktuell kämpfen Ärzt*innen in der ganzen Schweiz dafür, die Arbeitszeit bei gleichem Lohn zu reduzieren, und werden dabei immer wieder als «utopisch» abgestempelt. Immer weniger Krankenhäuser können die Forderungen ignorieren und viele von ihnen beginnen, die Arbeitszeit zu senken – und schon wird die Utopie zur Realität.

Doch ganz gleich wie viele Stunden ich im Krankenhaus arbeite, wenn ich der grössten Bedrohung für die Gesundheit meiner Patient*innen – der Klimakrise – wirksam begegnen will, ist meine wertvollste Ressource meine Zeit. Wie investiere ich sie? Arbeite ich Vollzeit im Krankenhaus und arbeite mich dabei mit hoher Wahrscheinlichkeit ins Burnout? Oder arbeite ich Teilzeit und in-

vestiere einen Teil meiner freigewordenen Zeit, um meinen Krisenmuskel zu trainieren und mich gemeinsam mit anderen für politische Massnahmen einzusetzen, welche die gerechte Transformation in Richtung planetarer Gesundheit ermöglichen? Den Krisenmuskel trainieren heisst auch: die eigene Aufmerksamkeit bewusst zu lenken. Ob online oder offline: Ich kann bewusst entscheiden, ob ich meine wertvolle Zeit nutzen möchte, um mich dem passiven Konsum und der Vereinzelung hinzugeben. Oder um mich mit mir selbst, meiner Mitwelt und den Menschen um mich herum zu verbinden und zu verbünden.

Die feministische Philosophin Silvia Federici wurde 2023 in einem WOZ-Interview gefragt, ob sie optimistisch sei. Sie antwortete: «Ich frage mich das gar nicht – welche Wahl haben wir? Solange sich jemand wehrt, gibt es Hoffnung. Ich konzentriere mich auf das, was mir Hoffnung, Energie und Genuss gibt.» Genau das ist es, was ich meine, wenn ich vom Krisenmuskel spreche: nicht blinder Optimismus, sondern die Entscheidung, im Angesicht der Krise handlungsfähig zu bleiben.

Was bleibt, ist die Frage: Wer wollen wir gewesen sein?

«Hózhó is the joy of being a part of the beauty of all creation.» – Lyla June

Ich schliesse diesen Text wie ich ihn begonnen habe: im Körper. Mit dem prickelnden Gefühl von Zukunftslust in den Fingerspitzen. Mit der Erinnerung daran, dass der Ozean aus Tropfen besteht und ich ein Tropfen von vielen bin. Mit der Überzeugung,

dass Fürsorge – für uns selbst, für unsere Mitmenschen, für unsere Mitwelt – keine Schwäche ist, sondern die radikalste Form des Widerstands. Am Anfang dieses Textes war die *Überweltigung*. Das Kreisen ist verstummt. An seiner Stelle: *Beweltigung*. Nicht als Gegenteil der Ohnmacht – sondern als das, was aus ihr wächst, wenn man sie nicht alleine trägt.

Wir können gemeinsam träumen. Uns gegenseitig richtig Lust auf ein Zukunftsszenario machen, indem wir unsere Utopielücke überwunden und einen Systemwandel geschafft haben. Wir können uns wieder in die Zukunft verlieben. Und es ist genau diese kollektive Zukunftslust, die meinen Krisenmuskel aus seiner Erstarrung holt. Die den ersten elektrischen Impuls setzt, damit er loslegt. Immer wieder aufs Neue.

Welch eine Erleichterung, festzustellen, dass ich, wenn ich loslege, Selbstwirksamkeit, Freude und Gemeinschaft erleben darf. Weil es so viel weniger anstrengend ist, die Krisen unserer Zeit nicht ständig ausblenden zu müssen, sondern entsprechend meinen Werten zu handeln. Und dabei jedes Mal wieder so vielen wunderbaren, inspirierenden Menschen begegnen darf, die den Mut haben, sich von den Krisen der Welt berühren zu lassen und ins Trauern, Träumen und Handeln kommen. Die sich dafür entscheiden, den Status quo aktiv zu ändern – statt ihn aktiv zu erhalten.

Das ist eine Einladung: Lasst uns loslegen. *Beweltigen*, was uns einst *überweltigt* hat. Gemeinsam sorgen. Für uns selbst. Für unsere Mitmenschen. Für unsere Mitwelt. So schnell und so radikal, wie es die Dringlichkeit der planetaren Krisen erfordert. Hin zur wünschenswerten Zukunft, von der unsere Herzen längst wissen, dass sie möglich ist.



von Extraleben

Diese Essaysammlung ist Teil des
Kunstprojekts **Eroding Grounds**.

Herausgegeben von Benjamin Burger,
Mona De Weerd / Extraleben

Grafik von Benjamin Burger

Fotos Cover: Clariden Nordwand ©Augmented
Ecospheres, 2025 **Fotos Innenteil:** Strandszene
bei Montpellier ©Benjamin Burger, 2024 /
Griessseeli ©Augmented Ecospheres, 2025

Gefördert durch Stadt Zürich Kultur, Ernst Göhner
Stiftung, Cassinelli-Vogel-Stiftung

Dank an Kulturhaus Helferei Zürich

Gedruckt auf recyceltem Papier, Blauer Engel
2026 ©Extraleben, Zürich

www.extraleben.ch



Stadt Zürich
Kultur

EGS

Ernst
Göhner
Stiftung



KULTURHAUS
HELFEREI

MIT ESSAYS VON DER FORSCHUNGSGRUPPE
AUGMENTED ECOSPHERES & WILFRIED HAEBERLI,
BEA ALBERMANN UND ANNA BERTRAM.

VON EXTRALEBEN

