

Frugalismus: Mit 40 in Rente

Unsere Welt ist süchtig nach Konsum. Dahinter steckt eine Wirtschaftsideologie, die den unersättlichen Erwerb von Waren und Dienstleistungen fördert. **Der Schmierstoff, der den Kreislauf in Bewegung hält, ist Geld.** Jeder will mehr davon haben, vor allem große Unternehmen. Aus diesem Grund wollen sie dich verführen. Ständig bringen sie neue Produkte auf den Markt, die uns suggerieren: Du musst mich haben, ich mache dein Leben besser, das was du hast ist Schrott.

Finanzielle Freiheit als Ziel

Macht Konsum dein Leben aber wirklich besser? Manchmal sicher schon. Aber wahrscheinlich kennst du das Gefühl nach einem Kauf, dass nach wenigen Tagen die Euphorie schnell schwindet. Dein Geld ist aber weg. Geld, für das du hart gearbeitet hast und nun nicht mehr für sinnvolle Investitionen zur Verfügung steht, etwa um finanzielle Freiheit zu erlangen. Aus diesem Hamsterrad – immer mehr arbeiten, um immer mehr konsumieren zu können – versuchen zunehmend mehr Leute auszubrechen. Der Trend nennt sich Frugalismus. Dahinter steckt **die Idee, mit wenig auszukommen, aber glücklich zu leben.** Der Begriff leitet sich aus dem lateinischen Wort „frugalis“ ab, was so viel wie tugendhaft bedeutet. Und obwohl die Frugalisten nicht das neueste Smartphone in der Tasche, 25 paar Sneaker im Schrank und einen Sportwagen in der Garage haben, führen sie kein düsteres und unerfülltes Leben! Das Gegenteil ist oft der Fall.

Unterschiede zum Minimalismus

Frugalismus ähnelt somit dem Konzept des Minimalismus, wobei es doch Unterschiede gibt. Der Minimalismus konzentriert sich vorrangig darauf, möglichst wenig Dinge zu besitzen, während der **Frugalismus darauf abzielt, möglichst wenig Geld auszugeben.** Das Ziel lautet, möglichst früh finanzielle

Unabhängigkeit zu erreichen und ein selbstbestimmtes Leben zu führen. Sie wollen sich von den mit Geld verbundenen existentiellen Ängsten befreien, beispielsweise den Job zu verlieren oder in unserer Leistungsgesellschaft nicht mithalten zu können. Dazu gilt es, weniger auszugeben und mehr zu sparen. Dahinter steckt nicht Geiz, sondern das Bestreben mehr darüber nachzudenken, für was wir Geld ausgeben und ob es nicht günstigere und nachhaltigere Alternativen gibt. Hier ein paar typische Beispiele:

- Selbst kochen, statt essen zu gehen oder Fertiggerichte zu kaufen
- Fahrrad statt Auto fahren
- Gebrauchte Waren kaufen oder Dinge reparieren

Überlegen statt zugreifen

Frugalisten verzichten demnach auf überflüssige Dinge und dicke Gehälter, um ihre Suche nach Sinn zu befriedigen. Sie konzentrieren sich auf das, was sie brauchen, nicht auf das, was sie wollen. Das ist die größte Herausforderung, denn wir werden täglich hundertfach mit Werbung und anderen Botschaften konfrontiert, die uns zum Kaufen animieren. **Kaufentscheidungen treffen Frugalisten nicht spontan, sondern wohl überlegt.** Der Trick ist die 3-Tages-Regel. Also nicht direkt kaufen, sondern immer erst drei Tage warten und dann erneut überlegen: „Brauche ich das wirklich?“. Um ihre Ziele zu erreichen, folgen die Frugalisten zudem folgenden Masterplan:

- Regelmäßige Kosten so weit wie möglich reduzieren
- So viel sparen wie möglich
- Erspartes in Wertpapiere oder Immobilien stecken
- Passives Einkommen generieren

Nicht für Jeden geeignet

Frugalismus ist sicher nicht für jeden geeignet. Geringverdiener oder Großfamilien können sich in der Regel

keine Sparquoten um die 50 Prozent leisten. Anders sieht es für Berufseinsteiger ohne familiäre Verpflichtungen aus. Denn in dieser Phase gibt es oft hohe Gehaltssprünge, die schließlich nicht zwangsläufig zu mehr Konsum oder einer größeren Bleibe führen müssen.

Fazit

Frugalismus ist weniger eine Art des Sparens, sondern ein Lebensstil. Dieser wird sicher nicht jedem gefallen. Entscheidender ist aber vielmehr die Idee dahinter. **Bewusster zu konsumieren und nicht jedem Trend hinterherzuhecheln**, nur um anderen zu gefallen.