



Thomas Vogel

## Mäßigung

*Was wir von einer alten Tugend lernen können*

192 Seiten, Softcover,  
ISBN 978-3-96238-065-6,  
17,00 € (D).

Auch als E-Book erhältlich.

### Von der Aktualität einer alten Tugend

Warum fällt es uns so schwer, uns zu mäßigen – obwohl doch mittlerweile offensichtlich ist, dass unsere Art zu wirtschaften und zu leben nicht zukunftsfähig ist? Ist der Mensch überhaupt in der Lage, sich zu beschränken, und wenn ja, unter welchen Bedingungen? Welche Rolle spielen dabei Erziehung und Bildung? Antworten gibt Thomas Vogel in seinem Buch »Mäßigung. Was wir von einer alten Tugend lernen können« (ET 06.08.2018).

Seit über 2000 Jahren sind sich die Philosophen einig: Mäßigung ist der einzige Weg, das Gleichgewicht von Mensch und Natur zu wahren. Und auch aus eigener Erfahrung ist jedem klar: ein »Zuviel« führt auf Dauer zu Schäden an Körper und Seele – sei es ein Zuviel an Alkohol, Essen oder ein »Zuviel wollen in zu kurzer Zeit«. Im Grunde ist längst klar: Mit einem exzessiven Verschwendungs-, Produktions- und Lebensstil befördern wir nicht nur die Zerstörung der natürlichen Umwelt – wir werden darüberhinaus auch selbst nicht glücklich.

»Mäßigung hat nichts mit der Einschränkung unserer persönlichen Freiheit zu tun, vielmehr kann sie zu einem lustvollen und befreiten Leben führen«, ist sich Thomas Vogel sicher, für den die Grenzen des Wachstums schon lange überschritten sind. In seiner Schrift zur Mäßigung taucht er tief in die Philosophiegeschichte dieser Kardinaltugend ein, betrachtet sie aus ökonomischer, philosophischer und psychologischer Sicht und hilft uns dabei, zu einem zufriedeneren Leben (zurück) zu finden.



© Daniel George

## Thomas Vogel

Thomas Vogel lehrt Erziehungswissenschaft an der PH Heidelberg. Bereits seit vielen Jahren beschäftigt er sich aus philosophischer Sicht mit den Folgen der gesellschaftlichen Naturkrise. Sein Fazit: Ohne Mäßigung im Verhältnis zur Natur wird es der Menschheit nur schwer gelingen, ihre Lebensgrundlagen zu erhalten.

## Pressestimmen

»Thomas Vogel ist ein wertvolles Buch gelungen, dessen Lektüre uns nachdenken lässt.«  
Nikolai Luber, MILIEU