

*Fritz Reheis*

## Die Resonanzstrategie

Wie sich der Wachstumszwang überwinden lässt

### *Einleitung*

„*Schneller, höher, weiter!*“ Das ist das Mantra unseres Fortschritts. Wir gehorchen dem Steigerungsprinzip. „*Aber wohin?*“ Die Zweifel über das Ziel der Steigerung lassen sich immer weniger verdrängen. Zunächst klingt das Steigerungsprinzip olympisch. Wo es regiert, wird Genügsamkeit zum Fremdwort. Jedes Ausbleiben der angestrebten Steigerung, jeder Stillstand gilt als Alarmzeichen, als Vorbote einer Krise. Die Steigerung scheint irgendwie beruhigend, für Sicherheit zu sorgen. Soziologen sprechen von „dynamischer Stabilisierung“. Aber man muss nicht an die Rolle von Doping und Ökonomisierung im Sport erinnern, um seine Kehrseite zu erkennen. Es gibt immer auch Grenzen, bei deren Überschreitung die Stabilität verloren geht. Auf der Suche nach einer Begrenzung und damit einer Neuausrichtung des Fortschritts hilft – so die Botschaft dieses Essays – die Idee der Resonanz. Zur fragen ist: Wo begegnet sie uns? Wie können wir sie nutzen? Und was könnte durch die Lösung von Resonanzblockaden gewonnen werden?

### *Das Phänomen der Resonanz*

Der Mensch ist durch und durch auf Resonanz angewiesen: Wenn wir uns anderen Menschen mitteilen, erwarten wir Verständnis. Wenn wir unsere Kräfte anstrengen, erwarten wir Anerkennung. Und wenn wir lieben, erwarten wir Gegenliebe. Für den Menschen ist es ausgesprochen wichtig, so der Soziologe Hartmut Rosa, dass ihm die soziale Mitwelt nicht als „taub“ und „stumm“ begegnet, dass sie „antwortet“, dass sie als etwas „Lebendiges“ erfahren wird. Man kann das Phänomen der Reso-

nanz aber noch wesentlich weiter fassen. Anknüpfend an die wenig rezipierte „Allgemeine Resonanztheorie“ des Molekularbiologen Friedrich Cramer lässt sich zeigen, dass Resonanz in unseren Beziehungen zur sozialen Mitwelt genauso wichtig ist wie in unseren Beziehungen zur natürlichen Umwelt und zu uns selbst. Auch beim Umgang mit der Natur erwarten wir nämlich, dass sie uns, wenn wir sie pfleglich behandeln, einen sicheren Lebensraum und Früchte bietet, die uns ernähren und möglichst auch noch schön sein sollen. Und beim Umgang mit uns selbst erwarten wir, dass wir, wenn wir eine Entscheidung getroffen und entsprechend gehandelt haben, uns hinterher besser fühlen, dass sich unser ganzes Leben möglichst „stimmig“ anfühlt. Kurz: Der Mensch ist zutiefst darauf angewiesen, dass etwas zurückkommt, wenn er aktiv wird, dass er, wie Psychologen sagen, sich als „selbstwirksam“ erlebt.

Resonanz ist auch ein zentraler Schlüssel zur heute ständig beschworenen Nachhaltigkeit. Soziale Mitwelt, natürliche Umwelt und personale Innenwelt müssen, so lässt sich zeigen, als Resonanzräume erfahrbar sein, damit Leben und Zusammenleben auf Dauer gelingen können. Wo Resonanzen trotz aller Bemühungen ausbleiben, drohen böse Überraschungen: im Umgang mit der Mitwelt, wenn die verzweifelt auf Resonanz Hoffenden irgendwann mit der Verletzung zivilisatorischer Standards auf sich aufmerksam machen (durch Pöbelei, Hass, Gewalt und Terror, in der digitalen wie in der analogen Welt), im Umgang mit der Umwelt, wenn sich die Natur für die ihr zugefügten Verletzungen „rächt“ (durch Ausbleiben des Regens, Unfruchtbarkeit des Bodens, Verschwinden von Arten), im Umgang mit der Innenwelt, wenn Körper und Seele die Rücksichtslosigkeit des Menschen gegen sich selbst mit Störungen und Krankheiten quittieren (in Gestalt von Burnout, Angst, Depression, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, plötzlichem Tod).

Was nun ist „Resonanz“ eigentlich? Das Wort bedeutet Mitschwingen. Mitschwingen verweist auf Schwingen, das dem Mitschwingen zugrunde liegt. Schwingungen sind, so lehrt die elementare Physik, Ausdruck von kreisförmigen Bewegungen. Solche Bewegungen finden sich in der Mikro-, Meso- und Makrowelt in unendlicher Vielfalt, etwa bei kreisenden Elektronen, kreisenden Stoffen und kreisenden Himmelskörpern. In der Welt des Lebendigen, bei Pflanzen, Tieren und Menschen, zeigen sie sich in einer nicht geringeren Vielfalt, beim Menschen besonders gut beobachtbar am Atemzyklus, ohne den das Leben schneller als beim Zusammenbruch der meisten anderen unverzichtbaren Zyklen er-