

VORWORT

»Schneller, höher, weiter! – Aber wohin?« 9

EINLEITUNG

Höllenfahrt der Moderne 15

Kontrollverlust, organisierte Unverantwortlichkeit, Doppelmoral
Nachhaltigkeit als Verschiebebahnhof
Die Zeitdimension der Nachhaltigkeit
Was den Leser erwartet

KAPITEL 1

Zeit und Resonanz 31

***Die Zeit als roter Faden* 32**

Zeit und Veränderung
Lineare Zeit und Evolution, zyklische Zeit und Ökologie
Chaos und Ordnung

***Kreislauf und Rhythmus* 43**

Die Wiederkehr des Gleichen
Rhythmische Abweichungen und die Wiederkehr des Ähnlichen
Systemzeit und Eigenzeit

***Schwingung und Resonanz* 55**

Alles schwingt
Zeitbaum und Äste
Vielfalt, Gemächlichkeit und die Kreativität des Fehlers
Geschichtete Resonanz

***Fazit* 78**

KAPITEL 2

Umwelt und Regenerativität 81

Die Sonne 83

Schöpferische Kraft
Hardware und Software
Von der Chronobiologie zur künstlichen Intelligenz
Stoff-Wechsel

Technik und Vorsorge 97

Mensch und Arbeit I
Nachhaltige Forstwirtschaft
Quellen und Senken
Der Reproduktionsring

Praktische Resonanz I: Regenerativität 110

Hundertprozentig solar
Verstreuung reduzieren
Reparatur, Produktlebensdauer, Recycling
Von der Wiege zur Wiege
Kultivierung der Natur
Natur als Resonanzraum erfahren

Fazit 126

KAPITEL 3

Mitwelt und Reziprozität 129

Das Zwischenmenschliche 131

Evolutionärer Ursprung
Sprache und Verständigung
Beziehung und Moral

Austausch und Stabilität 142

Mensch und Arbeit II
Große Transformation und europäische Arroganz
Rituale und Solidarität
Das Prinzip der Wechselseitigkeit

Praktische Resonanz II: Reziprozität 164

Rechte der Menschen ernst nehmen
Verstehen und Verstandenwerden
Lebendige Demokratie
Atmende Demokratie
Kultivierung der Gesellschaft
Gesellschaft und Politik als Resonanzraum erfahren

Fazit 185

KAPITEL 4

Innenwelt und Reflexivität 187

Der Lebenslauf 189

Verlängerung, Beschleunigung, Flexibilisierung
Reifung und Beziehung
Gesundheit und Prävention
Krankheit und Therapie

Körper, Seele, Geist 204

Mensch und Arbeit III
Zivilisatorisches Minimum
Bedürfnis und Befriedigung
Handlung und Zielsetzung
Subjektivität und Leiblichkeit
Eingreifen und Begreifen

Praktische Resonanz III: Reflexivität 225

Genießen
Anerkennung als Wechselprozess
Identität und Willensfreiheit
Kultivierung des Alltags
Das Ich als Resonanzraum erfahren

Fazit 242

KAPITEL 5

Vom Geldwohlstand zum Zeitwohlstand 245

Moderne und Marktwirtschaft 247

Moderne und Aufklärung
Menschenwürde und Menschenrechte
Formale und materiale Seite der Rechte
Aufstieg und Niedergang der Marktwirtschaft
Pervertierung der Aufklärungsideale
Rücksichtslosigkeit gegenüber Zusammenhängen
Wie Märkte Hass säen

Geld, Kapital und Zeit 274

Geprägte Freiheit?
Geldwiderspruch und kapitalistische Verwertungslogik
Irreführung der Freiheit des Handelns
Exkurs: Finanzialisierung der Gesellschaft
Irreführung des Bewusstseins
Metaphern der Zwischenmenschlichkeit
Symphonie des Lebens, Lärm des Geldes
Und wem gehört eigentlich die Erde?

Zeit ist Geld? – Die Korrektur eines Irrwegs 306

Aufgabe, Leitlinien, Ressourcen
Strategie I: Zeitbewusster Lebensstil
Strategie II: Zeitbewusste Politik
Exkurs: Bedingungsloses Grundeinkommen und Umverteilung von Zeit
Strategie III: Zeitbewusste Wirtschaft
Zeitwohlstand und Bildung

Fazit 348

SCHLUSS

Revolutionäre Pause – ein Vorschlag 351

Anmerkungen 361

Dank 411

Über den Autor 412