



„Das Neue Normal“

Matthias Horx über unseren Weg in die Post-Corona-Zukunft

*Auf dem evKITA-Jubiläumskongress 2019 hatte der Zukunftsforscher Matthias Horx den Teilnehmer*innen Mut gemacht, keine Angst vor der Zukunft zu haben. Zukunftsdiskussionen seien meistens Problemdiskussionen, aber er wünsche sich, dass wir die Sichtweise einer gelungenen Zukunft einnehmen.*

Ganz in diesem Sinne verfasste Horx zu Beginn der Corona-Pandemie den in sozialen Medien häufig geteilten Beitrag „Die Zukunft nach Corona“. Darin ging es um eine Rückwärts-Prognose – auch Re-Gnose genannt. Bei der Methode geht es darum, von der (gelungenen) Zukunft aus zurück ins Heute zu schauen. Mithilfe dieser Technik wird es möglich, die Gegenwart von der Zukunft her zu denken und daraus gegebenenfalls Handlungsoptionen abzuleiten.

Da unsere Zukunftsvorstellungen auf unsere Handlungen und Lebensweisen wirken, kann ein positives Bild der Zukunft unser Verhalten verändern.

Diese Technik liegt auch Horx' Buch „Die Zukunft nach Corona“ zugrunde. Er beschreibt darin unter anderem den Wunsch, zur Normalität zurückzukehren – auch wenn das „Alte Normal“, wie er es nennt und beschreibt, eigentlich kein erstrebenswerter Zustand ist.

Mit diesen Ausschnitten aus seinem Buch möchten wir Sie einladen ins „Neue Normal“. Welche Veränderungen im Handeln und Denken können dazu beitragen, dass positive Zukunftsvorstellungen Realität werden können?

[...] Wie ist es Ihnen in und mit »der Krise« ergangen? Haben Sie Erfahrungen, Gedanken, Wandlungen, die in diesem Buch beschrieben sind, ähnlich erlebt? Oder *interessant anders*?

Haben Sie sich *gewundert*?

Hat sich etwas an Ihrer Zukunft verändert?

Ist etwas entstanden, was *bleiben* wird? Was sie mitnehmen in eine Welt »nach Corona«?

Womöglich sind Sie voll und ganz damit beschäftigt, zurück ins »Normal« zu gehen. Es muss ja weitergehen, es kann so nicht bleiben. So schnell wie möglich »den Laden wieder hochfahren«, das ist das Gebot der Stunde. Sonst drohen, wie wir überall lesen und hören können, schreckliche Folgen. Megakrisen, von denen wir »gar keine Vorstellung haben«. Globale Zusammenbrüche extraordinärer Art. Wenn wir nicht alle schnell wieder normal werden, sieht die Zukunft düster aus.

Es ist vollkommen verständlich, dass man will, dass alles so schnell wie möglich wieder so wird, wie es vorher war. Das ist nach jeder Krankheit so, nach jeder Krise. Es kann ein Genuss sein, wenn die Dinge wieder ins alte Lot kommen, denn wir Menschen sind ja alle Kontinuitätswesen. Wir gieren nach dem Gewohnten, dem Erlernen, dem Bewährten. Dem, was wir kennen. Nein, genauer gesagt: dem, was wir zu kennen glauben.

Wäre das nicht schön, wenn alles wieder so wäre wie früher? Die Cafés voll, die Flieger ausgebucht, die Partys ekstatisch und das Oktoberfest – *humptata* – aus allen Nähten platzend?

Wenn da vorne, zum Lido hin, sich die Touristen ballten, sodass überhaupt kein Durchkommen mehr wäre?

Menschen, die sich selbst spüren konnten, erkannten in dieser Krise, dass ihr Leben von bestimmten Denkweisen, von vorgefertigten Erwartungsmustern geprägt ist – von Fühl-Routinen, hart gewordenen inneren Einstellungen, Reflexen des Denkens. Von Rastern der Erwartung, die mit Enttäuschungen und nicht selten mit Zorn zu tun haben. Diese Weltbeschreibungen laufen in uns wie eine ratternde Maschine – eine Maschine aus Ängsten, Urteilen und Vorurteilen. Auch aus Klagen und Beschwerden.

Da ist zum Beispiel diese unendliche Sorge um den Zustand der Welt. Um die Zukunft, an die wir eigentlich nicht mehr glauben. Wir sind unendlich besorgt. Ob »die Welt überhaupt noch zu retten ist«? Geht nicht alles immerzu »den Bach herunter«? Wird nicht alles »immer schlimmer«?

Eigentlich haben wir »die Welt« schon abgeschrieben.

Aber in Wahrheit haben wir uns nur von ihr entfernt.

Denn hinter diesen großen Sorgen verbergen sich die inneren Sorgen: Ob wir genügend Spaß haben können. Ob wir genug

Bedeutung haben. Ob es uns gelingt, im Leben zu bestehen. Ja, darum geht es uns bei der Sorge um die Welt eigentlich am meisten.

Wir sind zornig. Verzweifelt. Irritiert. Wir haben ständig etwas anzumelden: Forderungen, die uns nicht erfüllt werden. Defizite, die wir überall bemerken. Unglücke, auf die andere aber nicht reagieren. Ist das nicht alles ein riesiger Skandal? Wie die Verantwortlichen, also »die da oben«, die Politiker, die Manager, die Reichen, die Privilegierten, die Welt zugrunde richten!

Solange wir in diesem ratternden Denk- und Fühlmodus bleiben, der alles immer in ein Konzept, ein Außen schiebt, ist die Corona-Krise für uns nur eine Bestätigung für den Niedergang der Welt. Wir sehen mal wieder, dass alles katastrophal ist. Ist doch klar: Die Menschen werden nach dieser Krise noch ignoranter sein, jeder wird ärmer sein, die Reichen werden sich auf ihre Inseln und Jachten zurückziehen, die Welt wird in eine jahre-, wenn nicht jahrzehntelange Rezession fallen, mit gigantischen Arbeitslosenzahlen, die internationalen Konflikte werden sich verschärfen, die Armen noch ärmer ...

Wir sehen das, was wir erwarten. Wie erwarten das, was wir denken.

So bauen wir uns ein zukunftsloses Gefängnis.

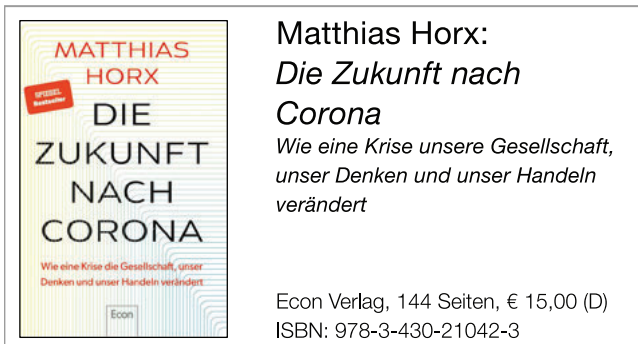
Das Interessante war doch, dass diese ratternden Welt-Urteile in dieser Krise nicht mehr so richtig funktionierten. Sie verloren plötzlich ihre Bedeutung. Diese Krise forderte uns heraus, anders zu reagieren als im ewigen Tonfall der Klage, des Vorwurfs, der Empörung. Im Kleinen konnten wir das überraschenderweise ziemlich gut. Wer die Krise zu nutzen wusste, der lernte seine inneren Gespenster ein bisschen besser kennen – und dann, sie besser zu kontrollieren. Er trat sozusagen mit ihnen in Verhandlung.

Also: Sollen wir wirklich dahin zurückkehren, wo alles kaputt war? Oder jedenfalls ziemlich marode?

Das Alte Normal

Erinnern wir uns: Im Herbst 2019 feierte *Friday for Future* einen riesigen Erfolg, mit 1,5 Millionen jungen Menschen auf den Straßen allein in Deutschland. Anfang 2020, etwa einen Monat vor der Pandemie, stand die kleine, trotzig Greta Thunberg in Davos auf dem Podium, auf dem Weltwirtschaftsgipfel, der in diesem Jahr wie ein leicht aus der Fassung geratener Hühnerhaufen wirkte. Die Mächtigen der Welt, die sich dort versammelten, trugen besorgte Mienen, mahnten zu besserer Zusammenarbeit, wirkten regelrecht zerknirscht.

Als hätten sie geahnt, dass sich da ein Virus auf die Reise machte ...



Das *Alte Normal* war eine Welt der wabernden Befürchtungen. Aber natürlich war alles in Ordnung. Die Flugzeuge wurden immer voller, es gab immer mehr davon, man konnte quasi rund um die Uhr fast überallhin fliegen.

Allein auf dem kleinen Flughafen in Davos standen 180 Privatjets. Die Kreuzfahrtschiffe wurden immer größer, hatten immer raffiniertere Bars und Entertainmentprogramme. Die Fußballstadien wurden immer voller, die Senderechte und die Tickets immer teurer, die Fußballstars immer besser bezahlt. Das war doch nur logisch, bei einem so »heißen« Sport, den wir alle (nun ja, fast alle) liebten.

Das war das *Alte Normal*. Normal war eine gespenstische Kombination von Routine und Angst, von latenter Hysterie und Selbstzufriedenheit.

Normal war, dass wir uns gegenseitig unseren Müll vor die Füße warfen. In der Beziehung zum Partner zum Beispiel. Oder in jenem großen Spiel, das wir »Gesellschaft« nannten. In den Debatten um die Zukunft, die jede Kultur, jedes Gemeinwesen braucht. Das fing in den Talkshows an, die oft so etwas waren wie Arenen gegenseitiger Vorhaltungen und Beleidigungen, Zelebrierungen der Spaltungen, die dann von den Populisten bereitwillig aufgegriffen und benutzt wurden.

Fast immer ging es darum, andere zu bezichtigen. Fast immer ging es darum, etwas zu erwarten, was von außen kommen sollte, von »denen da oben« – vom Staat, von den Reichen, von den »Verantwortlichen«, von den Bürgern, woher auch immer. Dass es »so nicht weitergehen« konnte, war eigentlich längst klar. Aber dafür musste man ja jemanden haftbar machen.

Denken lernen meint, dass wir zumindest etwas Kontrolle über das WIE und WAS unseres Denkens erlernen. Es meint, bewusst genug zu sein, um zu entscheiden, wohin wir unsere Aufmerksamkeit richten. Und zu verstehen, wie wir Sinn aus Erfahrungen generieren.

nach David Foster Wallace

Natürlich können wir in dieses *Alte Normal* zurückkehren. Wir sind ja bereits dabei. Das Normal der Klage, des Mangels, des Defizits, der unendlich wabernden Befürchtungen, dass der Wohlstand, die Ressourcen für uns alle »nicht reichen«, das Normal des gegenseitigen Bezichtigens und Beschuldigens und Befürchtens – es fängt schon wieder an.

»Der Mensch kann sich nicht ändern«, sagen die professionellen Zyniker überall. Ja, sie werden schon recht haben. Denn wenn alle das sagen, dann wird es auch stimmen.

Dann stimmt es, auch wenn es nicht richtig ist.

Aber wir könnten es auch lassen mit dem zurück zum *Alten Normal*. Ganz einfach. Indem wir diesen Blödsinn loslassen. Dann fangen wir endlich damit an, Zukunft zuzulassen.

Das Neue Normal

»Wie sieht es denn nun aus, das *Neue Normal*?«

»Was soll sich denn, bitte schön, *ändern* nach der Krise?«

»Sagen Sie uns das doch genau, mit Zahlen, Daten, Fakten. Mit Beweisen!«

Nein, ich kann es Ihnen nicht sagen. Ich kann es nur gemeinsam mit Ihnen ahnen. Weil es von Ihnen abhängt. Von uns allen. Ob etwas aus dieser Krise heraus den Weg verändert, auf dem wir gehen, hängt von uns *vielen* ab, die wir dennoch Individuen, einzigartige Einzelwesen sind.

Ich könnte mir aber etwas vorstellen.

Ich könnte mir vorstellen, dass wir zunächst mit so etwas wie *Dankbarkeit* anfangen.

Dankbarkeit ist ein Gefühl, bei dem nicht das eigene Ego, das eigene Wollen im Mittelpunkt steht. Oder die Defizite, die man an der Welt empfindet.

Dankbar könnten wir sein, dass wir eine Krise erlebten, die sich von den Krisen, die unsere Vorfahren erleben mussten, erheblich unterscheidet. Unsere Altvorderen waren im Laufe ihres Lebens von unfassbaren Katastrophen betroffen. Die Pest, die Spanische Grippe, die schrecklichen Seuchen früherer Tage waren mit Corona überhaupt nicht zu vergleichen. Als Europa 1945 in Trümmern lag, war es kaum vorstellbar, dass daraus jemals so etwas wie Wohlstand, Prosperität, persönliches Lebensglück entstehen könnte.

Dankbar könnten wir sein, dass eben *nicht* alles zusammengebrochen ist, auch wenn die Schwierigkeiten und das Leiden groß waren. Dass viele Menschen an den unterschiedlichsten Orten, aus den unterschiedlichsten Gruppen zusammengehalten haben – über die Generations- und Kulturgrenzen hinweg. Dass Politiker, Organisatoren, Ärzte, Lastwagenfahrer – *wir alle* – ein Netz gebildet haben, in dem auch etwas Neues entstand: eine Idee von Gemeinschaft, Kooperation, Widerstand.

Diese Krise hat uns Grenzen aufgezeigt, allerdings. Das war aber zugleich heilsam. Sie hat uns auch den Sinn von Grenzen klargemacht. Aber diese Grenzen sind nichts für immer Fixiertes. Es sind keine »Eisernen Vorhänge«.

Ein zweiter Begriff, für den ich mir eine neue Bedeutung im *Neuen Normal* vorstellen könnte, ist Verantwortung.

Verantwortung ist ein heikler Begriff. Man kann im Namen von Verantwortung andere kleinmachen, sie moralisch – oder *moralistisch* – unter Druck setzen. Dann wird daraus das Winken mit dem Zeigefinger, eine selbstherrliche Geste. Die kulturellen Verwerfungen unserer Zeit haben viel mit dieser Missbrauchsmöglichkeit der Verantwortung zu tun.

Verantwortung in einem erwachsenen Sinne bedeutet jedoch, dass wir zwischen dem, was wir verantworten *können*, und dem, was sich unserer Formungsmacht entzieht, unterscheiden lernen. Das ist ganz entscheidend, weil in einer übermedialisierten Welt ja ständig unfassbar viel Schreckliches an uns herangetragen wird, an dem wir so schnell nichts ändern können. Wir sind moralisch stets überfordert. Es ist also nicht so, dass wir in Wahrheit unmoralische Menschen sind, denen alles egal ist. Sondern uns ist alles zuviel, *weil* wir empathisch sind. Und dann rasten wir aus.

Krisen wie die COVID-Krise helfen uns dabei, zu klären, wofür wir verantwortlich sein können und was wir besser »lassen« sollen. Oder auch: wofür wir jetzt eintreten und was wir erst demnächst mit anderen lösen wollen. Damit wird der ewige Zorn über unsere Wirkungslosigkeit gestillt. Wir können unseren Teil dazu beitragen, anstatt Teil der Probleme selbst zu werden.

Wenn wir uns selbst verantworten, nehmen wir uns selbst ernst. Wir betreiben Selbst-Sorge im Sinne des Selbst-Verste-

hens. Wir arbeiten daran, selbst-wirksam zu werden, anstatt alles immer nur – oft auf dem Wege des moralischen Vorwurfs – an die Außenwelt zu delegieren.

Vielleicht hilft es auch, die schlechte Meinung über uns selbst zu revidieren. Etwa unsere eigene Ohnmachtskonstruktion. Zum Beispiel, was unser Kaufverhalten betrifft.

»Was können wir denn schon tun, wenn die Preise billig und die Informationen rar sind?« So einfach ist es aber nicht. Oder unser Gesundheitsverhalten: »Was können wir denn schon tun, wenn die Gesellschaft uns zu Suchtverhalten und schlechter Lebensweise zwingt?« Nein, niemand zwingt uns. Wir könnten auch anders.

Wir können etwas tun. Wir können etwas klären und uns entscheiden.

Im *Neuen Normal* würden wir uns nicht immerzu von Angst-Behauptungen verängstigen lassen.

Im *Neuen Normal* würden wir nicht immer glauben, dass etwas, was schwierig erscheint, auch unmöglich ist.

Im *Neuen Normal* würden wir nicht glauben, dass es nur *ein* einziges Wohlstands-Zukunftsmodell gäbe, nämlich das Modell des immer schnelleren Warenabsatzes.

Im *Neuen Normal* würden wir uns selbst und unserer *Wirkung* auf die (bessere) Zukunft mehr vertrauen.



Matthias Horx

ist Trend- und Zukunftsforscher.