Dr. Christoph Kolbe

Zum Eigenen finden…

Authentizität in einer volatilen Zeit

Vortrag am 14.11. 2026 auf der Herbsttagung der GLE-D

Was ist Authentizität?

Etymologie

- Urheber einer Tat
- Echtheit
- Autor

Was ist Authentizität?

- Eine existenzielle Haltung
- Eine Vollzugserfahrung
- Stimmigkeit für unser Eigenes
- Selbstsein im Horizont des Mitseins

Was ist das Eigene?

Ein dreifaches Verständnis

- materiell als Besitz
- individuell als Typus
- existenziell als Stimmigkeit

Was ist das Eigene?

In der Existenzphilosophie geht es beim Eigenen immer um das Selbst und ein Verständnis des Existenziellen.

Sören Kierkegaard *

Er fragt: In welchem Verhältnis stehe ich zu mir und meiner Welt?

Lebe ich oder werde ich gelebt?

Das Selbst ist Ausdruck dieses Verhältnisses.

Selbst ist „Selbstbestimmung“.

* zum Folgenden s. Safranski 2023, 101-119

Sören Kierkegaard

Diese Selbstbestimmung gibt es nur durch eine Entscheidung, die der Mensch trifft.

Gelingt Selbstbestimmung nicht, sind innere Leere und Verzweiflung die Folge.

Sören Kierkegaard

Kierkegaard verzahnt nun die Frage nach dem Selbst, also dem, was ich – ganz für mich – als *mein* Eigenes zu finden habe, mit dem Verständnis des „Existenziellen“.

Sören Kierkegaard

Es geht um die Entscheidung, sich aus Freiheit auf das einzulassen, was als Erfahrung gegeben ist.

Das erfordert Mut und einen „Sprung“. Deshalb ist Existenzielles diskontinuierlich.

Karl Jaspers *

Ihm geht es um „Existenzerhellung“. Das Ich will das „wahre Selbst“ gewinnen – immer mit dem Risiko, sich zu verfehlen.

* zum Folgenden s. Safranski 2023, 193-202

Karl Jaspers

Ich und Selbst stehen in einer Polarität.

„Existenziell“ bedeutet für Jaspers, dass das Ich zum „Ich-Selbst“ werden will.

Karl Jaspers

Das Selbst ist jedoch kein Objekt, keine Substanz, sondern ein dynamischer Prozess eines Selbstverhältnisses.

Karl Jaspers

In diesen Vollzug müssen Begleiter:innen mit eintreten, um die zu Begleitenden zu verstehen.

„Das existenziell Lebendige erschließt sich nur im je eigenen Vollzug“.* Es ist nicht objektivierbar.

* Safranski, 198

Karl Jaspers

Der Einzelne soll „zu sich selbst erweckt“ werden. Wenn dies gelingt, ist es ein Geschenk.

Es handelt sich hierbei um eine fortwährend neue Aufgabe.

Karl Jaspers

Diese Aufgabe beinhaltet immer auch die Möglichkeit des Scheiterns. „Grenzsituationen“ sind deshalb die Nagelprobe.

Martin Heidegger *

Folgende Beobachtung ist sein Ausgangspunkt: „Uneigentlichkeit“ ist das Übliche. Der Mensch lebt in der Welt des Jedermanns, des „Man“ – eine Welt der Geschäftigkeit, der Konventionen und der Rituale.

* zum Folgenden s. Safranski 2023, 202-211

Martin Heidegger

Uneigentlichkeit ist also das Normale, das Gewöhnliche.

„Eigentlichkeit“ ist hingegen ein Losreißen vom Gewöhnlichen, ein Akt der Freiheit, um zu sich selbst zu kommen.

Martin Heidegger

Eigentlichkeit ist somit eine veränderte Einstellung und Haltung – egal zu welchem Lebensbereich.

Martin Heidegger

Zwei Merkmale sind der Eigentlichkeit eigen:

Entscheidung und Verantwortung.

Intensitätssteigerung ist ihr Lohn.

Martin Heidegger

Heideggers Verständnis des Eigentlichseins entspricht dem, was Jaspers mit dem Begriff des Existenziellen beschrieben hat.

Georg Simmel *

Seine Frage: Wie findet der Mensch das Eigene?

Seine Antwort: Er hat nach seinem „individuellen Gesetz“ zu leben. Es gilt nur für den Einzelnen, gibt ihm Orientierung, ist ein Kompass.

* zum Folgenden s. Safranski 2023, 156-159

Georg Simmel

Dies ist keine Beliebigkeit, sondern „Ausdruck einer aus dem eigenen Selbst stammenden und sich selbst auferlegten Verbindlichkeit“.

Safranski 157

Georg Simmel

Das individuelle Gesetzt lässt uns spüren, was uns gemäß ist. Es wirkt als Gewissen, das uns zu uns selbst ruft. Es entlässt uns nicht aus den Verpflichtungen gegenüber der Moral, führt aber darüber hinaus.

Zusammenfassung

Authentizität als Erfahrung der Stimmigkeit bedarf des Eigenen. Das Eigene zeigt sich als das Existenzielle, also das, was uns unmittelbar angeht, als ein Verhältnis, als Jemeinigkeit, die uns zu uns selbst führt und in die Verantwortung ruft. Frankl verknüpft dies mit der Sinnerfahrung.

Zusammenfassung

Authentizität ist Vollzug, ist Handeln.

Das Eigene hat der Mensch zu wählen und zu entscheiden. Und er hat es zu leben sowie zu verantworten. Hierin ist er unvertretbar.

Existenzielle Kompetenzen

1. **Leben ist zu gestalten!**

   Die Fähigkeit der Auseinandersetzung

Personalität zeigt sich im existenziellen Umgang des Menschen mit der ihn anfragenden Situation.

Existenzielle Kompetenzen

2. **Selbstbestimmung braucht Urteilskraft!**

   Die Fähigkeit, das Wesentliche in den Blick zu nehmen, und der Mut, das persönlich Richtige zu ergreifen

Ambiguitäten sind auszuhalten.

Existenzielle Kompetenzen

3. Herausforderungen mit Gelassenheit begegnen!

- Erwartungen loslassen
- Vertrauen wagen
- Zuversicht schenken

Martin Buber

„Es gibt etwas, was man an einem einzigen Ort in der Welt finden kann. Es ist ein großer Schatz, man kann ihn die Erfüllung des Daseins nennen. Und der Ort, an dem dieser Schatz zu finden ist, ist der Ort, wo man steht.“

Buber 2025, 53f.

Martin Buber

Von Rabbi Sussja wird überliefert

„In der kommenden Welt wird man mich nicht fragen ‚Warum bist du nicht Mose gewesen?‘ Man wird mich fragen: ‚Warum bist du nicht Sussja gewesen?‘.“

Buber 2025, 17f.

Literatur

Bauer T (2018) Die Vereindeutigung der Welt: Über den Verlust der Mehrdeutigkeit und Vielfalt. Ditzingen: Reclam

Buber M (2025), Der Weg des Menschen nach der chassidischen Lehre. München: Gütersloher Verlagshaus (25. Auflage)

Frankl VE (1985), Ärztliche Seelsorge. Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse. Frankfurt/Main: Fischer

Kolbe C (2021), Die Fähigkeit, dem Eigenen zu folgen. Authentizität in der heutigen Zeit. In: Existenzanalyse 38/2, 4-10

Kolbe C (2025), Ein Streifzug durch die Existenzphilosophie, um dem Eigenen zu begegnen. Video-Vortrag: https://www.youtube.com/watch?v=4xBB5VM03GY

Kolbe C (2026), Zuversichtlich leben im Angesicht von Angst und Bedrohung. Krisen als existenzielle Herausforderung. In: Existenzanalyse (in Vorbereitung zum Druck)

Längle A (2026), Existenzanalyse. Existenzielle Zugänge der Psychotherapie. Wien: Facultas, 2˚

Rosa H (2026), Situation und Konstellation. Vom Verschwinden des Spielraums. Berlin: Suhrkamp

Safranski R (2003), Wieviel Globalisierung verträgt der Mensch? München, Wien: Hanser

Safranski R (2023), Einzeln sein. Eine philosophische Herausforderung, Frankfurt/Main: Fischer