# Existenz als zentraler Begriff des existenziellen Paradigmas

Der Begriff *'Existenz'* ist der Leitbegriff des existenziellen Paradigmas. Hier ein kurzer Überblick über den vielschichtigen Begriff Existenz. Existenz bedeutet im Lateinischen: Heraus-treten, heraus-heben, sich aufrichten, in Erscheinung treten, werden. Das bedeutet beispielsweise sich nicht bloss reaktiv oder unter Druck aus der Psychodynamik heraus reflexhaft zu verhalten, sondern sich davon distanzieren zu können. Ein Heraustreten aus dem Verstricktsein der inneren und äusseren Dynamik und in ein gestaltendes, freies (entschiedenes) Handeln kommen. Sich zu sich selbst verhalten und Widersprüche aushalten. Existenz ist auch Transzendenz des Egos (innere Freiheit).

Existenz bedeutet sich vom rein Faktischen (Bedingungen, Schicksal) abzuheben und in einen Umgang damit zu kommen. Der Mensch hat immer einen Spielraum, eine *Freiheit*. Der Mensch ist nicht ein für alle Mal festgelegt oder ausschliesslich durch die Umstände bestimmt: es liegt immer auch an ihm selbst, wie er sich entscheidet. Existenz ist jener Bereich unseres Lebens, der *nicht* vorgegeben ist, sondern der durch uns gestaltet werden kann bzw. zu gestalten ist. In diesem Sinne geht die existenzphilosophische Grundüberzeugung davon aus*,* dass der Mensch letztlich frei ist – und damit verantwortlich für alles, was er tut. Damit ist der Mensch Herr seines Schicksals und Glücks. Freiheit ist kein theoretisches Wissen, sondern zeigt sich im konkreten Tun. Freiheit ist keine Wirklichkeit, die einfach gegeben oder nicht gegeben ist, sondern eine Möglichkeit. Dazu folgen weiter unten konkretere Ausführungen.

Existieren ist nicht blosses Dasein, vegetieren oder reines Überleben. Existieren bedeutet *aktives Handeln* statt sich opferhaft seinem Schicksal ausgeliefert fühlen. Kierkegaard, der Urvater der Existenzphilosophie drückt dies so aus: «Erst wenn wir handeln – und vor allem, wenn wir eine wichtige Wahl treffen – verhalten wir uns zu unserer eigenen Existenz.» Existenz bedeutet *das Leben gestalten:* (Mit-)Gestalter, (Mit-)Autor seines eigenen Daseins sein. Persönlich leben. Entschiedenes, bewusstes Dasein. Die menschliche Existenz befindet sich in ständiger Bewegung. Der Mensch muss sich daher ständig (neu) entscheiden und oft auch Wagnisse eingehen. Der Begriff *'Entscheiden'* ein zentraler Begriff des existenziellen Paradigmas.

*Existenz ist die spezifische menschliche Seinsart**:*** Nur der Mensch existiert. Der Mensch ist das einzige Lebewesen, dass sich seiner Existenz bewusst ist. Der Stein ist vorhanden, ein Tier lebt, der Mensch existiert. Existenz steht im Gegensatz zu 'Vorhandenheit' oder 'Vorkommen'. Das Besondere des Existierens gegenüber dem blossen Vorhandensein liegt darin, dass nur der Mensch nicht einfach ist, sondern 'zu sein hat'. Heidegger fasst dies mit dem Begriff 'Zu-sein-haben' zusammen. Im 'Zu-sein' liegt das Besondere des Menschen. Nur dem Menschen wird das eigene Leben zur Aufgabe, die an ihn gestellt ist, solange er lebt. Der Mensch ist sich selbst gegeben. Man hat sein Leben ohne Möglichkeit der Delegation selbst zu selben. Das bedingt eine Sorge um das eigene Dasein und erfordert einen Entscheid wie man sein Leben lebt. Das bedeutet das Leben in die eigene Hand nehmen und in bewusster Weise führen: wach, eigenverantwortlich sehend – nicht blind. *Selbstverantwortung* ist ein weiterer Zentralbegriff des existenziellen Paradigmas.

Jaspers – neben Heidegger ein weiterer bedeutender Existenzphilosoph – unterscheidet zwei Ebenen von Freiheit: Erstens sich in einer in konkreten Situationen für dieses oder jenes entscheiden zu können. Und zweitens der Entschluss im Dasein *selbst* zu sein. Das bedeutet sich selbst wahrhaft zu ergreifen. Die Wahl meines Selbst, sich auf sich selbst zu stellen und sich selbst zu werden, ist für Jaspers eine existenzielle Wahl. «Man kann sich selbst ergreifen oder sich selbst verfehlen». Jaspers beschreibt, dass der Mensch durch ein Sich-Einlassen, sich-hinein-Geben und Sich-Engagieren 'ganz' er selbst ist – ganz im ursprünglichen Sinn des Begriffs 'heil'. Jaspers glaubt, dass der Mensch sich seines Wesens erst in Grenzsituationen wie Tod, Leid, Zufall oder Scheitern wirklich bewusst wird. Die Nagelprobe der Philosophie sei das Bestehen vor der Wirklichkeit. Weiter Jaspers: «Wer philosophiert redet vom Selbstsein; wer das nicht tut, philosophiert auch nicht.». Darum nennt Jaspers sein Denken 'Existenzphilosophie: Das Denken, durch das der Mensch er selbst werden möchte. Kierkegaard drückte dies bereits 80 Jahre zuvor so aus: «Das Grosse ist nicht dies oder das zu sein, sondern man selbst zu sein». *Authentizität*, Selbstsein und Selbstwerdung sind weitere zentrale Themen des existenziellen Paradigmas.

Stefan Marti