

UniNUN - Podcast



Booklet zum Podcast
Michael Hampe

Lebenskunst im Gespräch – Michael Hampe & Christoph Röckelein

Studium Generale Lebenskunst der UniNUN

Was heißt es eigentlich, das eigene Leben zu gestalten – nicht nur zu bewältigen, sondern bewusst zu führen? In diesem Podcast begegnen sich mit Michael Hampe von der ETH Zürich und Christoph Röckelein zwei pragmatische Denker, die Lebenskunst nicht als Theorie, sondern als gelebte Praxis verstehen.

Ausgangspunkt des Gesprächs ist der scheinbar einfache Begriff: **Lebenskunst**. Hampe beschreibt ihn als Verbindung von „Leben“ – verstanden sowohl als biologischer Prozess als auch als individuelle Erfahrung – und „Kunst“, die kreative wie auch praktische Fähigkeiten umfasst. Lebenskunst entsteht genau dort, wo beides zusammenkommt: in der Art und Weise, wie wir auf das reagieren, was uns widerfährt.

Eine prägende persönliche Erfahrung bringt Hampe selbst ein: den frühen Tod seines Vaters. Er beschreibt, wie ihm eine gewisse Distanzierung – ein bewusstes Zurücktreten und Objektivieren der Situation – geholfen hat, mit dem Schmerz umzugehen und handlungsfähig zu bleiben. Diese Form der Distanz ist im Gespräch kein Rückzug aus dem Leben, sondern eine Voraussetzung dafür, es bewusst zu gestalten.

Darauf aufbauend entfaltet sich ein Dialog über **Offenheit und situatives Handeln**. Lebenskunst zeigt sich für beide nicht in festen Regeln, sondern in der Fähigkeit, auf konkrete Situationen angemessen zu reagieren. Philosophische Modelle wie die deontologische und teleologische Ethik werden dabei ebenso gestreift wie alternative Denkweisen – etwa das daoistische Konzept des Wuwei oder die buddhistische Praxis der Aufmerksamkeit. Röckelein ergänzt diese Perspektive um die Idee einer inneren Beobachtung: die Fähigkeit, sich selbst im Handeln wahrzunehmen und feine Intuitionen ernst zu nehmen.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf der Rolle von **Bildung und Institutionen**. Beide Gesprächspartner fragen, ob klassische Bildungssysteme noch Räume für solche Formen der Erfahrung bieten. Hampe formuliert hier auch Kritik: Zu oft dominierten Leistungsdruck, Verwertbarkeit und äußere Anerkennung. Demgegenüber sucht er Orte, an denen etwas anderes möglich ist – Räume für Reflexion, Stille und echte Auseinandersetzung.

Damit verbunden ist ein erweitertes Verständnis von Bildung: nicht als reine Wissensvermittlung, sondern als **Transformationsprozess**, der sich in einzelnen Momenten vollzieht. Neben fachlichem Lernen treten immaterielle Dimensionen wie Aufmerksamkeit, Intuition und die Fähigkeit, mit Unsicherheit umzugehen. Röckelein spricht hier von „situativer Handlungskompetenz“ – einer Form von Präsenz, die über bloße Reaktionsschnelligkeit hinausgeht. Dieser Podcast ist somit weniger eine Anleitung zur Lebensführung als eine Einladung zum Mitdenken:

Wie viel Distanz braucht es, um wirklich präsent zu sein?
Wie entstehen neue Möglichkeiten – gerade im Unscheinbaren?
Und welche Rolle kann Bildung spielen, wenn es um die Kunst des Lebens geht?

Ein Gespräch über Philosophie, Erfahrung und die leisen Formen von Orientierung in einer komplexen Gegenwart.

Viel Freude beim Hineinhören!



Podcast Mediathek



Prof. Dr. Michael Hampe – Lebenskunst in einer komplexen Gegenwart

Wenn Michael Hampe über Philosophie spricht, klingt das selten nach abstraktem Seminarraum. Eher nach einem Gespräch, das mitten ins Leben führt. Hampe, seit vielen Jahren Professor an der ETH Zürich, gehört zu denjenigen Denkern, die Philosophie nicht als abgeschlossene Disziplin verstehen, sondern als eine Praxis – als etwas, das unser Denken, Handeln und Wahrnehmen unmittelbar betrifft.

Geboren 1961 in Hannover, beginnt sein Weg zunächst klassisch: Studium der Philosophie, Psychologie und Germanistik in Heidelberg und Cambridge. Doch schon früh zeigt sich, dass Hampe sich nicht mit klar gezogenen Disziplinengrenzen zufriedengibt. Er erweitert seine Perspektive um ein Biologiestudium mit Fokus auf Neurobiologie und Genetik. Diese doppelte Verankerung – in Geistes- und Naturwissenschaften – prägt sein Denken bis heute. Sie schärft seinen Blick für die Frage, wie wir die Welt erkennen und welche Rolle wissenschaftliche Modelle dabei spielen.

Seine akademische Laufbahn führt ihn über Heidelberg, Dublin, Berlin, Kassel und Bamberg schließlich nach Zürich. Doch so beeindruckend diese Stationen sind – entscheidend ist weniger der Weg durch Institutionen als die Konsequenz, mit der Hampe eine eigene philosophische Haltung entwickelt hat: eine, die sich gegen starre Systeme richtet und für Offenheit plädiert.

Seine Arbeitsschwerpunkte liegen in der Philosophie und Geschichte der Erfahrungswissenschaften, der Metaphysik des Pragmatismus, der Kritischen Theorie, den Techniken der Selbsterkenntnis und der narrativen Philosophie.

Philosophie jenseits von Lehrsätzen

Im Zentrum von Hampes Arbeit steht eine grundlegende Skepsis gegenüber der Idee, Philosophie müsse endgültige Wahrheiten liefern. Stattdessen unterscheidet er zwischen einer „doktrinären“ Philosophie, die feste Lehrgebäude errichtet, und einer „nicht-doktrinären“ Form des Denkens, die beweglich bleibt, Fragen offenhält und unterschiedliche Perspektiven zulässt.

Diese Haltung zeigt sich auch in der Form seiner Texte. Hampe arbeitet nicht nur mit Argumenten, sondern mit Geschichten, Dialogen und vielstimmigen Erzählweisen. Für ihn entsteht Erkenntnis nicht allein durch logische Ableitung, sondern auch durch Erfahrung, Perspektivwechsel und das Nachvollziehen anderer Sichtweisen. Philosophie wird so zu etwas, das sich nicht nur lesen, sondern erleben lässt – zur Lebenskunst.

Lebenskunst ohne einfache Antworten

Ein zentrales Thema in Hampes Denken ist daher die Lebenskunst. Doch wer hier nach schnellen Rezepten sucht, wird enttäuscht. Hampe interessiert sich nicht für Optimierungsstrategien oder Glücksformeln. Im Gegenteil: Er stellt gerade die Vorstellung infrage, das Leben ließe sich planbar „gelingen“.



Lebenskunst bedeutet für ihn vielmehr, sich den eigenen Illusionen zu stellen. Die Idee, man müsse nur das „wahre Selbst“ finden, um glücklich zu sein, gehört für ihn zu diesen Illusionen. Stattdessen begreift er das Selbst als etwas Wandelbares – als ein Geflecht aus Erfahrungen, Rollen und Geschichten, das sich ständig verändert.

Diese Perspektive führt zu einer nüchternen, aber zugleich befreienden Haltung:

Nicht alles ist kontrollierbar. Nicht jede Erwartung erfüllt sich. Und genau darin liegt eine Chance. Wer aufhört, das Leben perfekt machen zu wollen, gewinnt Raum für Aufmerksamkeit, Offenheit und Gelassenheit.

Selbst scheinbar banale Themen wie Urlaub oder Selbstverwirklichung nutzt Hampe, um diese Einsichten greifbar zu machen. Wer Glück erzwingen will, wird oft enttäuscht. Wer hingegen bereit ist, Erfahrungen ohne feste Erwartungen zu machen, entdeckt neue Möglichkeiten des Erlebens.

Denken in einer komplexen Welt

Hampes Philosophie bleibt jedoch nicht beim Individuum stehen. Sie ist immer auch ein Kommentar zur Gegenwart. In einer Zeit, die stark von Wissenschaft, Technik und ökonomischem Denken geprägt ist, sieht er die Gefahr, dass andere Formen des Verstehens in den Hintergrund treten.

Sein Konzept einer „dritten Aufklärung“ setzt genau hier an. Es geht ihm nicht darum, die Errungenschaften der Aufklärung infrage zu stellen – im Gegenteil. Rationalität, Kritik und Argumentation bleiben zentral. Doch sie müssen ergänzt werden: durch Sensibilität für unterschiedliche Lebensformen, durch narrative Zugänge und durch die Bereitschaft, Komplexität auszuhalten, statt sie vorschnell zu vereinfachen.

Gerade in polarisierten gesellschaftlichen Debatten plädiert Hampe für mehr Vielstimmigkeit und für eine Kultur des Zuhörens. Wahrheit entsteht für ihn nicht als fertiges Ergebnis, sondern im Prozess des Austauschs.

Einladung zum Mitdenken

Michael Hampe steht für eine Philosophie, die sich nicht über das Leben erhebt, sondern in es hineinführt. Seine Arbeit lädt dazu ein, Gewissheiten zu hinterfragen, die eigene Perspektive zu relativieren und Denken als offenen Prozess zu begreifen. Michael Hampe war 2025 bereits im Thinktank der UniNUN und ist seit 2026 UniNUN Impulsgeber. In dieser Rolle geht es ihm nicht nur um Antworten, sondern um Fragen, nicht nur um Theorien, sondern um Erfahrungen. Und vielleicht auch darum, durch sein Mitwirken in der UniNUN die Vorstellung von einem „guten Leben“ ein Stück weit neu zu denken.



Auswahl wichtiger Publikationen:

- Die Wahrnehmungen der Organismen (1990),
- Gesetz und Distanz. Über die Prinzipien der theoretischen und praktischen Gesetzmässigkeit (1996),
- Das vollkommene Leben. vier Meditationen über das Glück (2009),
- Die Lehren der Philosophie. Eine Kritik (2014),
- Tunguska. Oder das Ende der Natur (2016),
- Die Lehren der Philosophie (2018),
- Die Wildnis, die Seele, das Nichts (2020),
- Wozu? Eine Philosophie der Zwecklosigkeit (2024)
- Krise der Aufklärung. Über die Fortsetzbarkeit einer Lebensform (2025).



Mehr über UniNUN und dem Studium Generale Lebenskunst:

Erzähl's weiter. UniNUN wächst durch Menschen wie dich – folg uns auf Social Media und bring die Idee in die Welt!
Denn fruchtbare Bildungsmomente verdienen Reichweite.





Kontakt

Dr. Christoph Röckelein
Geschäftsführer
info@uninun.de
www.uninun.de