

# Einfach Leben

Einfach Leben – Ich fürchte, dass die meisten von uns keine ernsthaften Menschen sind. Wir lassen gerne andere für uns denken und uns sagen, was wir tun sollen. Dadurch geraten wir in einen Zustand der Anpassung, des Gehorsams und Sich-Fügens. Ich meine, es wäre ein Fehler, wenn wir mit dem, was hier gesagt wird, einfach übereinstimmen oder dagegen sein wollten.

Wir sind hier, um die vielen menschlichen Probleme, die wir haben, gemeinsam zu untersuchen und zu erwägen. So wie wir uns neulich mit der Frage der Angst beschäftigt haben und ob es den Menschen – die immer mit Angst, Sorge und Kummer gelebt haben – überhaupt möglich sei, sich vollkommen davon zu befreien. Wir müssen Angst jedoch von einem anderen Standpunkt aus betrachten; wir werden auch über Zeit, Liebe und Tod sprechen. Um zu verstehen, was Liebe und Tod ist, müssen wir – nicht intellektuell, nicht verbal – die ganze Struktur und das Wesen der Zeit begreifen.

Die meisten von uns leben im Konflikt. Wir sehen, dass unser tägliches Leben ein Schlachtfeld ist, ein dauernder Kampf, eine dauernde Mühe, ein dauernder Verschleiß von Energie, um zu überwinden, zu widerstehen oder nachzugeben. Wir haben es hier mit Gegensätzen zu tun, und das bedeutet Konflikt. Unser Leben besteht aus einer Folge von Konflikten. Ein Geist im Zwiespalt, im Kampf ist ein gequälter Geist, der keine klare Sicht hat und die Probleme des Lebens unmöglich ganz verstehen kann oder sagen kann, ob es möglich ist, in der Welt ohne Mühsal und Konflikt zu leben.

1

Wir sehen, dass jede Form des Kampfes – was immer Gewalt miteinschließt – den Geist verbildet. Wir fragen uns, ob wir

denn ohne Mühsal und Konflikt leben können, das heißt, vollkommen und restlos im Frieden, sowohl innerlich als auch äußerlich. Wenn wir gemeinsam in diese Frage einsteigen wollen, müssen wir uns mit dem Problem der Dualität, der Gegensätze befassen und mit der Frage, ob eine psychische Notwendigkeit für diese Dualität besteht.

Wir leben in einem Engpaß von Gegensätzen; wir werden ständig in die eine oder andere Richtung gezerrt, von gegensätzlichen Wünschen und Widersprüchen zerrissen. Können wir ohne den Kampf der Gegensätze leben, und gibt es psychisch überhaupt einen Gegensatz? Oder gibt es nur das, »was ist«, und nicht das, »was sein sollte?« Gibt es nur die aktive Gegenwart und nicht die verbale oder psychische Zukunft, die den Gegensatz erzeugt? Wenn es innerlich, in der Psyche, unter der Haut sozusagen, keine Gegensätze gibt, dann scheiden wir den Konflikt ganz aus, dann gibt es nur das, »was ist«.

Ist es möglich, dieses »was ist« zu sehen und damit zu leben, nicht mit seinem Gegenteil, das Kampf, Konflikt und Widerspruch erzeugt? Ist das möglich? Es ist wirklich ein interessantes Problem, das wir verstehen müssen, denn wir haben dieses Dasein in Leben und Sterben, Hass und Liebe, Mut und Angst, Gut und Böse usw. gespalten, in endlose Gegensätze.

2

Aus Gegensätzen geht die Zeit hervor. Wir haben es offensichtlich mit zwei Arten von Zeit zu tun: der chronologischen und der psychischen Zeit. Die psychische Zeit betrifft das, was nicht ist oder was werden wird – ich bin dies, ich werde das, ich bin gewalttätig und werde gewaltlos sein. In dieser Spaltung zwischen dem, »was ist«, und dem, »was sein sollte«, bewegt sich die Zeit. Das hat mit Werden zu tun.

Ich bin gewalttätig, und denke, um gewaltlos und friedlich zu werden, muss ich Zeit haben. Die Gewaltlosigkeit ist das Gegenteil von Gewalt, und diese Spaltung erzeugt Konflikt, den Konflikt zwischen mir, wie ich bin und wie ich sein sollte. Darin liegt der ganze Prozeß der psychischen Zeit. Gibt es denn eigentlich eine psychische Zeit?

Es gibt natürlich die Uhrzeit, man braucht Zeit, um einen Autobus oder einen Zug zu erreichen – aber gibt es noch eine andere Art von Zeit? Denn diese Zeit erzeugt Angst. Das heißt, ich bin innerlich gemein und eklig, ich bin psychisch hässlich, und das Denken projiziert die Ideologie der zu erreichenden Gewaltlosigkeit, eine Ideologie der Vollkommenheit. Das Denken beansprucht also Zeit; und das Denken erzeugt Angst.

Das Denken erzeugt die Angst vor dem Morgen und dem, was geschehen könnte. Unser Denken hält an der Vergangenheit fest als das, »was war«, und trägt die verschiedenen Möglichkeiten für das, »was sein wird«, zusammen. Das Denken hat Angst sowohl vor der Vergangenheit als auch vor der Zukunft. Denken ist Zeit, und Zeit – die psychische Zeit– ist diese Spaltung zwischen dem, »was war«, »was ist« und »was sein sollte«.

### 3

Es geht uns hier um die Möglichkeit, so vollkommen und restlos in der aktiven Gegenwart zu leben, dass es nur die Gegenwart und sonst nichts gibt. Dazu muss man nicht nur diese ganze Frage der psychischen Zeit untersuchen, sondern auch die Art und Weise, wie das Denken die Zeit benützt als ein Mittel zur Leistung und wie dadurch Angst entsteht.

Wir fragen noch einmal: Gibt es den Gegensatz, das Ideal? Oder ist das nur eine Projektion des Denkens als ein nicht-faktisches Gegenteil dessen, »was ist«, weil das Denken das,

»was ist«, nicht in den Griff bekommt? Wie löst man dieses Problem und wie begreift man die Gegenwart?

Das Denken erzeugt die Zukunft als das Ideal, und, wie wir neulich sagten, alle Ideale sind sinnlos. Sie bedeuten gar nichts, sie haben die Menschen zu allen möglichen Kriegen und Unmenschlichkeiten, zur Spaltung zwischen den Menschen, zu Hass, Unterdrückung im Namen des Staates oder im Namen Gottes verführt. Leider haben wir viele Ideale; sie sind das Gegenteil dessen, »was ist«. Und weil wir nicht in der Lage sind, dieses, »was ist«, in den Griff zu bekommen, zu verstehen und es zu übersteigen, nehmen wir Zuflucht zu dem, »was sein sollte«.

Können wir mit dem, »was ist«, leben und darüber hinausgelangen, ohne einen Gegensatz zu erzeugen und dadurch den Konflikt, das Elend, den Kampf zu vermehren? Man ist gewalttätig, brutal, aggressiv, ehrgeizig, neidisch – das ist eine Tatsache –, das ist, »was ist«, und jedes Gegenteil dazu ist eine Erfindung des Menschen und bar jeder Wirklichkeit. Kann der Geist damit leben – ohne das Gegenteil – und das, »was ist«, verstehen und überschreiten? Wenn wir Liebe und Tod begreifen wollen – und das gehört zum wesentlichsten in unserem Leben –, muss man wirklich mit dem, »was ist«, leben.

4

Kann ich mich selbst so sehen, wie ich bin, mit meinen Hassgefühlen, Sorgen, Ängsten, mit all den ungezählten Qualen, die der Geist durchmacht – kann ich mit mir leben, mich selbst verstehen und mühelos überschreiten? Das ist nur möglich, wenn wir die Gegensätze ganz ausschalten. Drücke ich mich verständlich aus?

**AUDITORIUM: Ja.**

**KRISHNAMURTI:** Wenn Sie »Ja« sagen und »Wir verstehen es«, dann

meinen Sie das vielleicht verbal, intellektuell. Das intellektuelle Verständnis ist aber gar kein Verständnis. Es ist, wie wenn man eine Folge von Wörtern versteht, weil der Redner zufällig Englisch spricht. Sie verstehen die Worte verbal, doch das ist nicht rechtes Verstehen. Rechtes Verstehen heißt doch, unmittelbar wahrnehmen und handeln. Es ist so, wie wenn Sie etwas Gefährliches sehen, Sie handeln dann augenblicklich, ohne verbale Argumente des Intellekts. Das ist eine komplizierte Sache; all diese Probleme hängen zusammen. Sie sind komplex, um so mehr, wenn wir sie intellektuell, verbal behandeln. Wie wir schon bemerkt haben, das Wort ist nicht das Ding, die Beschreibung nicht der Gegenstand.

Wir haben hier eine Beschreibung gegeben, und wenn wir diese einfach intellektuell akzeptieren – diese Wortfolge, die nur eine Vorstellung ist – dann gibt es kein Verständnis und daher kein Handeln. Handeln kommt aus dem Verstehen; beides geschieht zugleich und augenblicklich: Man sagt nicht zuerst »Ich verstehe« und handelt nachher. Im Verstehen selbst liegt die Tat. Verstehen heißt, mit dem Leben, »was ist«, wobei durchaus nicht gesagt ist, dass man sich damit zufrieden gibt, im Gegenteil. Verstehen heißt, um ein Beispiel anzuführen, mit Brutalität oder Gewalt leben, die in der Welt um sich greift.

Menschen sind gewaltsam, in der Familie, im Büro, sie gebrauchen Gewalt, in allem, was sie tun, sie sind selbstbezogen und egoistisch. Gewalt ist also da. Sich nur einer Ideologie der Gewaltlosigkeit hinzugeben, ist absurd und eine Heuchelei.

5

Seien sie sich bewusst, dass man in verschiedener Weise gewaltsam ist – sexuell, im Denken, im Handeln. Leben Sie damit und verstehen Sie es ganz. Das werden Sie nur

fertigbringen, wenn Sie zu keiner Ideologie; zu keinem Gegensatz Zuflucht nehmen. Wenn es keinen Gegensatz gibt, woher wissen Sie dann, dass Sie gewalttätig sind? Ist das nicht eine Frage, die sich einem natürlich stellt? Nein? Woher weiß ich, dass ich gewalttätig bin, wenn mir das Prinzip der Gewaltlosigkeit nicht anezogen wäre? Ist Gewalt ein Denkprinzip oder eine Tatsache?

Ist Gewalt ein Wort, ein Begriff oder eine Wirklichkeit? Wenn ich mich ärgere, ist das Wort »Ärger« nicht nur das Gefühl selbst. Ist das Gefühl ein Begriff, ein Ideal? Sicherlich nicht; es ist, »was ist«. Kann ich, kann der Geist diesen Zustand der Gewalt betrachten, ohne sich in sein Gegenteil zu flüchten; kann er mit ihr leben und sie ganz verstehen? Das heißt, dass der Beobachter sich vom Gegenstand der Beobachtung nicht unterscheidet, wie es der Denkende tut, wenn er sagt: »Ich ärgere mich«.

Solange es diese Spaltung gibt zwischen dem Denkenden und dem Gedachten, dem Erfahrenden und der Erfahrung, dem Beobachter und dem Beobachteten und so fort, muss es Dualität geben. Den Konflikt ganz, restlos aufzuheben heißt, mit sich selbst vollkommen im Frieden leben und daher auch äußerlich friedlich sein. Das ist nur möglich, wenn es keine Gegensätze, keine Vergleiche gibt, wenn man sich dessen, »was ist«, aktiv bewusst ist und die Spaltung zwischen dem Beobachter und dem Beobachteten entfällt.

6

Wenn sie wirklich Krieg, Ärger, Gewalt und Hass in der Welt abschaffen wollen – und das muss jeden denkenden, ernsthaften Menschen etwas angehen –, wenn Ihnen das am Herzen liegt, wie wollen sie sich lösen von Zwist, Hass und Gewalt? Das ist ein sehr ernstes Problem, und wir müssen uns äußerste Mühe geben, seine Wahrheit zu erkennen. Wenn es, psychisch gesprochen, ein

Morgen gibt (und das ist keine philosophische Vorstellung), wenn es ein Morgen gibt als psychische Zeit, dann muss es Angst und daher Gewalt geben.

Frei sein vom Morgen heißt, nur in der aktiven Gegenwart zu leben. Dies wiederum bedeutet, dass man den ganzen Mechanismus des Denkens, als Vergangenheit und Zukunft, als Urheber von Angst und Freude, begreifen muss. Wenn Sie als Menschen dieses Problem nicht lösen, dann tragen Sie zwangsläufig zu Hass, Krieg und Gewalt bei.

Was ist wohl die Liebe für die meisten von uns? Ist Liebe Lust, Begehren, Eifersucht, Selbstbezogenheit? Sie ist eine der wichtigsten Probleme unseres Lebens, und wir müssen uns eingehend mit ihr befassen. Wir müssen die Frage stellen, ob der menschliche Geist, das Herz eingeschlossen, jemals wissen kann, was Liebe ist. Muss er immer mit Hass, Eifersucht, Ehrgeiz, Konkurrenzkampf leben und daher das, was man Liebe nennt, ganz ausschalten?

Wir haben die Frage gestellt: Ist Liebe Lust? Wie wir wissen, spielt in der westlichen Welt die Lust eine außerordentliche wichtige Rolle – zweifelsohne auch im Osten –, aber hier wird sie maßlos übertrieben und mit Sex identifiziert. Wenn man also die Frage stellt: Ist Liebe Lust und daher Begehren?, muss man gleichzeitig fragen: Was ist Lust und wie entsteht sie?

7

Wie kommt es, dass der Geist immer die Lust sucht wie ein Tier und jeder Gefahr ausweicht, immer auf der Suche ist nach verschiedenen Formen des Geniessen und der Freude? Das heißt nicht, dass wir keine Freude suchen sollen, dass wir nicht einen Sonnenuntergang, das Glitzern des Wassers, einen Vogel im Flug genießen sollen. Der bloße Anblick bringt dem, der

bewusst und sensibel ist, Entzücken – das wollen wir nicht leugnen. Wir sagen nicht, dass Lust etwas Hässliches sei und beseitigt werden müsse. Wir wollen vielmehr das Wesen der Lust erforschen, denn die meisten von uns identifizieren sie mit Liebe, Gottesliebe, Vaterlandsliebe, ehelicher Liebe, Liebe zur Familie und so fort.

Was ist Lust? Man sieht einen Sonnenuntergang und ist entzückt davon. Die Farbe, die Klarheit, die Schönheit, die Tiefe von Licht und Schatten teilen sich den Sinnen unmittelbar mit, und darin liegt Entzücken und ein großes Glück. Dann erinnert man sich an andere Sonnenuntergänge, andere Freuden und das Denken denkt an den gegenwärtigen Sonnenuntergang und verleiht dem Entzücken Dauer, die dann zur Lust wird. Bitte, beobachten Sie dies, lernen Sie nicht etwas wie in einem Schulzimmer. Beobachten Sie es an sich selbst, in Ihrem täglichen Leben.

Sie hatten gestern eine Erfahrung, sie war schmerzlich oder angenehm. Wenn sie schmerzlich war, wollen Sie ihr ausweichen und sie aus dem Weg räumen. Das Denken sagt: »Das ist nicht angenehm, das tut weh«, und will es meiden. Wenn sie jedoch angenehm war, dann verleiht das Denken ihr Dauer, indem es sich mit ihr beschäftigt. Das Nachdenken über etwas Gefährliches gibt auch der Angst Dauer. Das Denken ist also sowohl Urheber der Lust als auch der Angst. Das dürfte einleuchten.

8

Ist Denken Liebe? Können Sie über Liebe nachdenken? Wenn ja, dann denken Sie als ein erlebtes sexuelles oder anderweitiges Vergnügen an sie. Das ist es, was wir Liebe nennen, und darin sind Schmerz, Eifersucht, Besitzenergreifen, Beherrschen enthalten – der ganze Konflikt einer Beziehung; etwas anderes kennen wir nicht. Und wenn die sogenannten Spirituellen von der Liebe reden, dann meinen sie eine Ideologie – die Liebe zu



Gott (ich weiß nicht, was das überhaupt bedeutet – wissen Sie es?), ist eine weitere Erfindung und Vergötzung einer Ideologie.

Ist Liebe oder Erbarmen ein Produkt des Denkens und daher etwas, das man kultivieren kann? Ist es etwas, das in der Vergangenheit wurzelt und daher nie unschuldig, nie verletzlich, frisch und jung sein kann? Etwas, das man immer in der Vergangenheit festhält? Wenn Sie sagen: »Ich liebe meine Frau« oder »meinen Mann«, »mein Land«, »Gott«, was immer es sein mag; wenn Sie sagen: »Ich liebe...«, dann meinen Sie doch, dass Sie das Bild, die Vorstellung lieben, die Sie sich von einem anderen über die Zeit hinweg gemacht haben. Ist das Liebe? Oder ist Liebe etwas ganz anderes, etwas mit einer ganz anderen Dimension? Um etwas herauszufinden, das wahr ist, muss man das, was falsch ist, vollständig aufgeben.

## 9

In diesem aufgeben, im Verständnis dessen, was falsch ist, liegt die Wahrheit. Wahrheit ist nicht das Gegenteil des Falschen, sondern sie liegt darin, dass man das Falsche restlos versteht und es völlig beseitigt; darin ist Wahrheit. Das heißt, dass man mit ganzem Herzen und Gemüt alle Eifersucht, Neid, Brutalität, Herrsucht und Besitzergreifen vollständig aufgibt – sich von all dem lossagt, ganz und gar abläßt davon. In diesem Tun steckt das, was wir Liebe nennen. Dann ist das Eigentliche da, man braucht es nicht zu suchen, es erblüht dann wie eine Blume. Ohne dieses kann man organisieren, Gesetze erlassen oder tun, was man will, und doch wird in der Welt kein Frieden sein.

Um den Tod zu verstehen, muss man wissen, was Leben ist. Ist Tod das Gegenteil des Lebens? Für uns ist er das. Daraus folgt der Kampf, das Ringen, der Schmerz, das Leid zwischen Leben und Sterben. Wenn wir verstünden, was Leben heißt, dann könnte

es sein, dass Leben selbst Sterben ist. Gehen wir näher darauf ein.

Wenn Sie Ihr tägliches Leben beobachten – und das Ihrer Freunde und Ihrer Nachbarn, der Welt, der Menschheit –, dann stellen Sie fest, dass dieses sogenannte Leben voll Leiden, voller Kampf, Frustration und Sorge ist, mit einem gelegentlichen Funken einer Freude und einer Ekstase, die mit bloßer Lust nichts zu tun haben.

## 10

Unser Leben, wie es zu Hause ist, im Büro und überall, ist ein Schlachtfeld. Das ist keine Übertreibung, sondern die Feststellung einer Tatsache. Wenn Sie Ihr eigenes Leben betrachten, wie Sie es tagtäglich führen, wenn Sie es objektiv – nicht sentimental oder emotionell – betrachten, dann erkennen Sie wirklich, dass es Heuchelei, Verlogenheit, Anmaßung, Kampf, endlose Leiden und Frustrationen, Einsamkeit, Verzweiflung, Brutalität beinhaltet. Sie sehen, dass dies Ihr Leben ist. Und es gibt natürlich immer einen Gott, zu dem man sich flüchten kann, einen organisierten Glauben, den man Religion nennt, obwohl sie gar keine ist, sondern bloßer Brauch, Gewohnheit und Propaganda.

Das ist also unser Leben; das ist es, was wir Leben nennen. Außerdem gibt es Tod, Alter, Krankheit, Schmerz. Den sogenannten Tod wollen wir wegschieben, wir weichen ihm aus und klammern uns an die Dinge, die wir kennen, die Leben und Alltag heißen. Wir klammern uns an das Leiden, die Sorge, den Schmerz, das Elend, die Verwirrung, den Kampf. Aber ist das Leben?

Wir haben es akzeptiert als etwas, das zu unserem Leben gehört, wie wir so vieles akzeptieren – wir sind eher Ja-sager als Nein-sager. Wir akzeptieren dieses Leben, dieses Leid mit

der gelegentlichen Freude, die bald zur Erinnerung wird und deshalb zur Wiederholung und Fortsetzung dieser vergangenen Freude. Und daraus entsteht ein anderes Problem. Unser Leben ist also eine Folge von Problemen, Frustrationen, Verzweiflung und Hoffnungen. Und natürlich fürchten wir uns, natürlich entsteht Angst, wenn wir sagen, dass all das aufgegeben werden muss. Aus dieser Angst heraus erfinden wir Theorien wie die der Wiedergeburt. Ganz Asien glaubt daran, dass man in einem nächsten Leben mit einer besseren Chance und in einer anderen Inkarnation wiedergeboren wird.

## 11

Wenn Sie das glauben, heißt das, dass Sie jetzt rechtschaffen leben müssen, dass Sie dieses Leben so vollständig, so begeistert, so tugendhaft, so schön leben müssen, damit alles was Sie jetzt getan haben, im nächsten Leben Früchte trägt. Doch die Menschen, die an Wiedergeburt glauben, tun das nicht. Es ist eine bloße Theorie, eine hübsche Vorstellung, ein Trost für ihre Krämerseelen. Und die christliche Welt hat ebenfalls ihren Ausweg – die Auferstehung mit ihrem Drum und Dran-, und wenn Sie das alles nicht glauben, dann rationalisieren Sie den Tod.

Unsere Frage lautet daher: Gibt es außer dieser dummen, korrupten Lebensweise noch eine andere? Gibt es eine Art zu leben ohne jedes Leid – ohne jede Einsamkeit, ohne Frustration, ohne Sorge und Verzweiflung – nicht als eine Idee oder eine Vorstellung, sondern als ein echtes Leben in dieser Welt, ohne zu vergleichen, ohne zu messen und daher frei? Was natürlich in Wirklichkeit heißt, dass man sich seiner eigenen Gedankenabläufe, seiner Worte und Taten so ungemein bewusst ist, dass der Geist sich nie in Gegensätzen verfängt.

Wenn dem so ist, dann lebt man immer in der Gegenwart. Das heißt, dass man die Vergangenheit versteht und wie sie sich

durch die Gegenwart in die Zukunft bewegt. Das heißt, dass man jeden Tag all dem, was man in der Psyche angehäuft hat, abstirbt. Versuchen Sie einmal – tun Sie es, wenn Sie mögen – schlagartig und vollständig einer bestimmten Lust zu sterben, und passen Sie auf, was geschieht. Nur durch das Sterben kann etwas Neues ins Dasein treten. Das, was Dauer hat – und wenn es durch Zeit und Druck noch so verändert wird –, ist das Gewesene. Darin ist nichts Neues. Nur wenn etwas zu Ende geht, entsteht eine neue Energie, eine Seligkeit, eine Ekstase, die nicht Lust ist.

12

**FRAGE: Ich meine, wenn man keine Lust, keine Freude hat, dann hat man nur Schmerz.**

KRISHNAMURTI: Wenn man die ganze Zeit Schmerzen hat, was soll man tun? Meinen Sie physischen Schmerz?

**FRAGE: Ich würde sagen, psychosomatischen.**

KRISHNAMURTI: Psychosomatischen Schmerz – wie entsteht dieser Schmerz? Was ist das Wesen des Schmerzes? Es gibt körperlichen Schmerz (Zahnschmerz und akute Krankheit), rein organischen Schmerz. Dann gibt es den von verschiedenen Ereignissen verursachten psychischen Schmerz: Ich bin verletzt, jemand hat mir brutale Dinge gesagt. Ich fühle mich einsam, ich bin verloren, verwirrt, der Mensch ist gestorben, von dem ich glaubte, dass ich ihn liebte, meine Frau ist fortgelaufen, hat mich verlassen. All dies schafft Schmerz und Leiden, die im physischen Organismus als psychosomatischer Schmerz hervortreten. Und Sie fragen: »Wie soll ich, der ich dauernd psychosomatische Schmerzen habe, davon frei sein?« Zunächst: Jeder Mensch, der einem anderen einen Rat dieser Art gibt, ist ein Narr.

Wir wollen also keinen Rat erteilen. Wir untersuchen

gemeinsam, warum die Psyche, die inwendige Natur des Menschen leidet. Ich nehme zur Kenntnis, dass es physischen Schmerz gibt. Entweder finde ich mich damit ab, oder ich versuche; etwas dagegen zu tun. Warum gibt es überhaupt psychischen Schmerz? Meine Frau schaut einen anderen an, und ich bin eifersüchtig.

## 13

Warum bin ich eifersüchtig? Weil ich mich plötzlich einsam fühle, plötzlich das verliere, was mir gehört hat, was mir sexuellen oder sonstigen Genuss, Trost usw. gegeben hat? Er konfrontiert mich außerdem mit mir selbst, er zwingt mich, mir ins Auge zu sehen, und das tue ich nicht gern. Ich sehe dann, wie kleinlich, ängstlich und besitzergreifend ich bin. Ich betrachte nicht gerne, was ich bin, und deshalb ärgert mich der Mensch, der das veranlasst hat.

Der Schmerz offenbart mir auch, wie ungeheuer abhängig ich bin. Diese Wirklichkeit zu sehen, nicht mein Bild von mir, sondern meinen tatsächlichen Zustand, ist nicht sehr angenehm. Das, »was ist«, will ich nicht hinnehmen, sondern möchte zu dem, »was war«, zurückkehren. So bin ich eifersüchtig, ärgerlich, böse und so weiter. So wird die Familie etwas Hässliches.

Der psychische Schmerz stellt sich nur dann ein, wenn ich nicht bereit bin, mich zu begreifen, wie ich bin, mir gegenüberzutreten, in meiner Einsamkeit mit mir zu leben, und nicht vor ihr zu fliehen, völlig einsam zu sein. All mein Tun, mein Denken bewirkt diese Einsamkeit, weil ich selbstbezogen bin. Ich denke immerfort an mich, mein Tun isoliert mich im Namen der Familie, im Namen Gottes, im Namen des Geschäfts und so fort; mein Denken isoliert mich psychisch.

Das Resultat ist Einsamkeit, und um sie zu erkennen und zu

überschreiten, muss ich mit ihr leben, sie verstehen und darf nicht sagen: »Das ist häßlich, das tut weh, es ist dies oder jenes« – ich muss damit leben. Ich weiß nicht, ob Sie jemals so vollständig mit irgend etwas gelebt haben. Wenn ja, dann werden Sie sehen, dass das, mit dem Sie so leben, etwas außerordentlich Schönes wird.

## 14

Freilich stellt sich die Frage: Was ist Schönheit? Ich wundere mich, dass alle Museen auf der Welt so voller Menschen sind. Museen, Musik, Malereien, Bücher – warum bedeuten sie uns so unerhört viel? Haben Sie einmal darüber nachgedacht? Jemand malt ein Bild, und Sie sagen: »Wie schön ist das.« Wenn Sie das Geld dazu haben, kaufen Sie es und hängen es in Ihrem Haus auf, und das nennen Sie Schönheit. Wahrscheinlich betrachten Sie nie einen Baum, oder Sie gehen mit einer organisierten Gruppe in die Wälder, um Bäume zu sehen. Sie lassen sich sagen, wie man einen Baum anschaut! Sie gehen aufs College, um sensibel zu werden, um zu lernen, was Sensibilität ist. Wie traurig ist das doch alles.

Es bedeutet, dass wir völlig die Berührung mit der Natur verloren haben. Es zeigt, dass wir alles veräußerlicht haben. In Zeiten großen Wohlstands ohne Enthaltensamkeit wird man inwendig leer, und deshalb muss man in Museen, Konzerte und Ausstellungen laufen und sich unterhalten. Und ist das alles Schönheit? Schönheit geht Hand in Hand mit Liebe, und Liebe entsteht nur, wenn etwas stirbt. Liebe ist immer neu, unschuldig und frisch. Sie existiert nicht für einen Geist, der voll Probleme, intellektueller Begriffe und Kämpfe ist. Innerlich muss man überaus einfach leben.

- [Leben](#)
- [„Ich denke“ ist falsch, weil das Denken das Ich erzeugt.](#)

YouTube DE



**Einfach Leben Einfach Leben Einfach Leben Einfach Leben**  
**Einfach Leben Einfach Leben Einfach Leben Einfach Leben**  
**Einfach Leben**