Zum Thema Selbstdisziplin

Zum Thema Selbstdisziplin – *Frage: Alle Religionen haben auf einer Art Selbstdisziplin bestanden, um die Instinkte des brutalen Menschen zu mäßigen. Durch Selbstdisziplin haben die Heiligen und Mystiker versichert, dass sie die Göttlichkeit erlangt haben. Nun scheinen Sie anzudeuten, dass solche Disziplinen ein Hindernis für die Erkenntnis Gottes sind. Ich bin verwirrt. Wer hat in dieser Angelegenheit Recht?*

Krishnamurti: Es geht nicht darum, wer in dieser Sache Recht hat. Wichtig ist, dass wir die Wahrheit der Sache selbst herausfinden – nicht nach einem bestimmten Heiligen oder nach einer Person, die aus Indien oder von einem anderen Ort kommt, je exotischer, desto besser.

Disziplin oder keine Disziplin

Sie sind zwischen diesen beiden gefangen: Einer sagt Disziplin, ein anderer sagt keine Disziplin. Im Allgemeinen entscheidet man sich für das, was bequemer und befriedigender ist, z.B. man mag den Mann, sein Aussehen, seine persönlichen Eigenheiten, seine persönliche Bevorzugung und den ganzen Rest.

Lassen wir all das beiseite, lassen Sie uns diese Frage direkt untersuchen und die Wahrheit der Sache selbst herausfinden. In dieser Frage ist sehr viel impliziert. Wir müssen sie sehr vorsichtig und behutsam angehen.

Ruderlos

Die meisten von uns wünschen sich jemanden, der die Autorität hat, uns zu sagen, was wir tun sollen. Wir suchen nach einer Verhaltensanweisung, denn unser Instinkt sagt uns, dass wir sicher sein müssen und nicht noch mehr leiden dürfen. Jemand soll Glück, Glückseligkeit oder das, was man will, erkannt haben, und wir hoffen, dass er uns sagt, was wir tun sollen, um dorthin zu gelangen. Das ist es, was wir wollen: Wir wollen

dasselbe Glück, dieselbe innere Ruhe, Freude; und in dieser verrückten Welt der Verwirrung wollen wir, dass uns jemand sagt, was wir tun sollen.

Das ist wirklich der Grundinstinkt bei den meisten von uns, und nach diesem Instinkt gestalten wir unser Handeln. Ist Gott, ist das das Höchste, unbenennbar und nicht an Worten zu messen – kommt das durch Disziplin, durch das Befolgen eines bestimmten Handlungsmusters zustande?

Wir wollen zu einem bestimmten Ziel, einem bestimmten Zweck gelangen, und wir denken, dass wir durch Übung, durch Disziplin, durch Unterdrücken oder Loslassen, Sublimieren oder Ersetzen in der Lage sein werden, das zu finden, was wir suchen.

Warum disziplinieren wir uns selbst?

Was ist in der Disziplin impliziert? Warum disziplinieren wir uns selbst, wenn wir es tun? Können Disziplin und Intelligenz zusammenpassen? Die meisten Menschen haben das Gefühl, dass wir durch eine Art von Disziplin das Unmensch, das Hässliche in uns unterwerfen oder kontrollieren müssen. Ist dieses Unmensch, dieses hässliche Ding durch Disziplin kontrollierbar?

Was verstehen wir unter Disziplin?

Was verstehen wir unter Disziplin? Eine Handlungsweise, die eine Belohnung verspricht, eine Handlungsweise, die, wenn sie verfolgt wird, uns das gibt, was wir wollen – sie kann positiv oder negativ sein; ein Verhaltensmuster, das mir, wenn es fleißig, ernsthaft, sehr, sehr leidenschaftlich praktiziert wird, am Ende das gibt, was ich will.

Es mag schmerzhaft sein, aber ich bin bereit, es durchzumachen, um das zu erreichen. Das Selbst, das aggressiv, selbstsüchtig, heuchlerisch, ängstlich, furchtsam ist – Sie wissen schon, all das – dieses Selbst, das die Ursache für den Unmensch in uns ist, wollen wir verwandeln, unterwerfen,

zerstören.

Zwang oder Intelligenz?

Wie ist dies zu bewerkstelligen? Soll es durch Disziplin geschehen oder durch ein intelligentes Verständnis der Vergangenheit des Selbst, was das Selbst ist, wie es entsteht und so weiter?

Sollen wir den Unmensch im Menschen durch Zwang oder durch Intelligenz vernichten?

Ist Intelligenz eine Frage der Disziplin? Lassen Sie uns vorerst vergessen, was die Heiligen und alle anderen Menschen gesagt haben; lassen Sie uns die Sache für uns selbst angehen, als ob wir uns zum ersten Mal mit diesem Problem befassen würden; dann haben wir vielleicht etwas Kreatives am Ende, nicht nur Zitate von dem, was andere Menschen gesagt haben, was alles so eitel und nutzlos ist.

Zuerst sagen wir, dass es in uns Konflikte gibt, Schwarz gegen Weiß, Gier gegen Nicht-Gier und so weiter. Ich bin gierig, was Schmerzen verursacht; um diese Gier loszuwerden, muss ich mich disziplinieren. Das heißt, ich muss jeder Form des Konflikts widerstehen, die mir Schmerzen bereitet, was ich in diesem Fall Gier nenne. Ich sage dann, es ist unsozial, es ist unethisch, es ist nicht heilig und so weiter und so weiter – die verschiedenen sozial-religiösen Gründe, die wir für unseren Widerstand nennen. Wird die Gier zerstört oder durch Zwang von uns weggestoßen?

Mein alter Freund…Gier

Untersuchen wir zunächst den Prozess der Unterdrückung, des Zwanges, des Einsperrens, des Widerstandes. Was passiert, wenn man das tut, wenn man sich der Gier widersetzt?

Was ist die Sache, die sich der Gier widersetzt? Das ist die erste Frage, nicht wahr? Warum widersetzt man sich der Gier, und wer ist das Wesen, das sagt: „Ich muss frei von Gier

sein“?

Das Wesen, das sagt: „Ich muss frei sein“, ist auch Gier, nicht wahr? Bis jetzt hat ihn die Gier bezahlt, aber jetzt ist sie schmerzhaft; deshalb sagt er: „Ich muss sie loswerden“.

Das Motiv, es loszuwerden, ist immer noch ein Prozess der Gier, denn er will etwas sein, was er nicht ist.

Nicht-Gier ist jetzt gewinnbringend, also verfolge ich Nicht-Gier; aber das Motiv, die Absicht ist immer noch, etwas zu sein, nicht gierig zu sein – was sicherlich immer noch Gier ist; was wiederum eine negative Form der Betonung des „Ich“ ist.

Wir finden, dass es schmerzhaft ist, gierig zu sein, und zwar aus verschiedenen Gründen, die auf der Hand liegen. Solange wir es genießen, solange es sich auszahlt, gierig zu sein, gibt es kein Problem. Die Gesellschaft ermutigt uns auf unterschiedliche Weise, gierig zu sein; so ermutigen uns die Religionen auf unterschiedliche Weise.

Solange es profitabel ist, solange es nicht schmerzhaft ist, verfolgen wir es, aber in dem Moment, in dem es schmerzhaft wird, wollen wir ihm widerstehen. Diesen Widerstand nennen wir Disziplin gegen Gier; aber sind wir frei von Gier durch Widerstand, durch Sublimierung, durch Unterdrückung? Jede Handlung des „Ichs“, das frei von Gier sein will, ist immer noch Gier. Deshalb ist jede Handlung, jede Antwort meinerseits in Bezug auf Gier offensichtlich nicht die Lösung.

Erstens …ein ruhiger Geist

Zuallererst muss es einen ruhigen Geist geben, einen ungestörten Geist, um etwas zu verstehen, vor allem etwas, das ich nicht kenne, etwas, das mein Geist nicht begreifen kann – was, wie dieser Fragesteller sagt, Gott ist. Um irgendetwas zu verstehen, irgendein kompliziertes Problem – des Lebens oder einer Beziehung, eigentlich irgendein Problem – muss es eine

gewisse stille Tiefe im Verstand geben. Kommt diese stille Tiefe durch irgendeine Form von Zwang zustande? Der oberflächliche Verstand mag sich zwingen, sich ruhig machen; aber eine solche Stille ist sicherlich die Stille des Verfalls, des Todes. Er ist nicht fähig zu Anpassungsfähigkeit, Biegsamkeit, Sensibilität. Widerstand ist also nicht der Weg.

Zweitens… Intelligenz

Nun, um zu sehen, dass dies Intelligenz erfordert, nicht wahr? Zu sehen, dass der Verstand durch Zwang stumpf wird, ist bereits der Anfang der Intelligenz, nicht wahr? – Zu sehen, dass Disziplin lediglich Konformität mit einem Handlungsmuster durch Furcht ist, ist bereits der Anfang von Intelligenz, nicht wahr? Das ist es, was die Selbstdisziplin impliziert: Wir haben Angst davor, nicht das zu bekommen, was wir wollen.

Was passiert, wenn man den Geist diszipliniert, wenn man sein Wesen diszipliniert? Es wird sehr hart, nicht wahr; unnachgiebig, nicht schnell, nicht anpassungsfähig.

Kennen Sie keine Menschen, die sich selbst diszipliniert haben – falls es solche Menschen gibt? Das Ergebnis ist offensichtlich ein Prozess des Verfalls. Es gibt einen innerlichen Konflikt, der weggeschoben, versteckt wird; aber er ist da, er brennt.

So sehen wir, dass Disziplin, die Widerstand ist, lediglich eine Gewohnheit schafft, und Gewohnheit kann offensichtlich nicht produktiv für Intelligenz sein: Gewohnheit ist nie, Praxis ist nie. Man kann sehr geschickt mit den Fingern werden, wenn man den ganzen Tag Klavier übt und etwas mit den Händen macht; aber Intelligenz wird verlangt, um die Hände zu lenken, und wir fragen jetzt nach dieser Intelligenz.

Nachahmung wird Disziplin genannt

Sie sehen jemanden, den Sie für glücklich halten oder als realisiert ansehen, und er tut bestimmte Dinge; Sie, die

dieses Glück wollen, imitieren ihn. Diese Nachahmung nennt man Disziplin, nicht wahr?

Wir imitieren, um das zu erhalten, was ein anderer hat; wir kopieren, um glücklich zu sein, was Sie glauben, dass er es ist. Wird das Glück durch Disziplin gefunden?

Sind Sie durch die Ausübung einer bestimmten Regel, durch die Ausübung einer bestimmten Disziplin, einer Verhaltensweise, jemals frei?

Sicherlich muss es die Freiheit zur Entdeckung geben, nicht wahr? Wenn man etwas entdecken möchte, muss man innerlich frei sein, was offensichtlich ist. Sind Sie frei, indem Sie Ihren Geist in einer bestimmten Weise formen, die Sie Disziplin nennen?

Offensichtlich sind Sie das nicht. Sie sind lediglich eine sich wiederholende Maschine, die nach einer bestimmten Schlussfolgerung, nach einer bestimmten Verhaltensweise Widerstand leistet.

Freiheit kann nur durch Intelligenz entstehen

Freiheit kann nicht durch Disziplin entstehen. Freiheit kann nur durch Intelligenz entstehen; und diese Intelligenz wird erweckt, oder Sie haben diese Intelligenz, in dem Moment, in dem Sie sehen, dass jede Form von Zwang die Freiheit innerlich oder äußerlich verweigert.

Die erste Voraussetzung, nicht als Disziplin, ist natürlich die Freiheit; nur die Tugend gibt diese Freiheit.

Gier ist Verwirrung; Zorn ist Verwirrung; Bitterkeit ist Verwirrung, und wenn man das sieht, ist man offensichtlich frei davon, wenn man sich nicht dagegen wehrt.

Sie sehen, dass man nur in Freiheit alles entdecken kann und dass jede Form von Zwang keine Freiheit ist, und deshalb kann es keine Entdeckung geben.

Was die Tugend tut, ist, Ihnen Freiheit zu geben. Der untaugliche Mensch ist ein verwirrter Mensch; wie kann man in der Verwirrung etwas entdecken? Wie können Sie das?

(Tugend ist eine Eigenschaft oder Qualität). https://de.wikipedia.org/wiki/Tugend

Tugend ist also nicht das Endprodukt einer Disziplin, aber Tugend ist Freiheit, und Freiheit kann nicht durch eine Handlung entstehen, die nicht tugendhaft ist. Eine Handlung, die an sich nicht wahr ist. Unsere Schwierigkeit besteht darin, dass die meisten von uns so viel gelesen haben, dass die meisten von uns oberflächlich so viele Disziplinen befolgt haben – jeden Morgen zu einer bestimmten Stunde aufstehen, in einer bestimmten Haltung sitzen, versuchen, unseren Verstand in einer bestimmten Weise zu halten – wissen Sie, üben, üben, üben, disziplinieren, denn man hat Ihnen gesagt, wenn Sie diese Dinge einige Jahre lang tun, werden Sie am Ende Gott haben.

Ich drücke es vielleicht grob aus, aber das ist die Grundlage unseres Denkens. Sicherlich kommt Gott nicht so leicht wie all das? Gott ist keine bloß vermarktbare Sache: Ich tue dies und Sie geben mir das.

Externe Einflüsse

Die meisten von uns sind so sehr von äußeren Einflüssen, von religiösen Lehren, Überzeugungen und von unserem eigenen inneren Anspruch, etwas zu erreichen, etwas zu gewinnen, konditioniert, dass es für uns sehr schwierig ist, dieses Problem neu zu denken, ohne in Disziplin zu denken.

Die Auswirkungen von Disziplin

Zuerst müssen wir sehr klar die Auswirkungen von Disziplin sehen, wie sie den Geist eingrenzt, den Geist begrenzt, den Geist zu einer bestimmten Handlung zwingt, durch unseren Wunsch, durch Einfluss und alles andere.

Ein konditionierter Geist kann unmöglich frei sein und kann daher die Realität nicht verstehen.

Gott, die Realität oder was Sie wollen – der Name spielt keine Rolle – kann nur entstehen, wenn es Freiheit gibt, und es gibt keine Freiheit, wenn es Zwang gibt, ob positiv oder negativ, durch Furcht.

Es gibt keine Freiheit, wenn man ein Ende sucht, denn man ist an dieses Ende gebunden. Sie mögen frei sein von der Vergangenheit, aber die Zukunft hält Sie fest, und das ist keine Freiheit.

Nur in der Freiheit kann man alles entdecken: eine neue Idee, ein neues Gefühl, eine neue Wahrnehmung. Jede Form der Disziplin, die auf Zwang beruht, verneint diese Freiheit, sei sie nun politisch oder religiös; und da die Disziplin, die die Übereinstimmung mit einer Handlung mit einem angestrebten Ziel ist, verbindlich ist, kann der Geist niemals frei sein. Er kann nur innerhalb dieser Rille funktionieren, wie eine Grammophonplatte.

Praxis, Gewohnheit, Kultivierung

So erreicht der Geist durch Übung, durch Gewohnheit, durch die Kultivierung eines Musters nur das, was er im Blick hat. Deshalb ist er nicht frei; deshalb kann er nicht das Unermessliche verwirklichen.

Sich dieses ganzen Prozesses bewusst zu sein – warum man sich ständig gegenüber der öffentlichen Meinung diszipliniert; gegenüber bestimmten Heiligen; die ganze Angelegenheit, sich der Meinung anzupassen, sei es eines Heiligen oder eines Nachbarn, das ist alles dasselbe.

Sich dieser ganzen Konformität bewusst zu sein durch die Praxis, durch subtile Arten, sich zu unterwerfen, zu leugnen, zu behaupten, zu unterdrücken, zu sublimieren, all das impliziert Konformität mit einem Muster: das ist bereits der

Beginn der Freiheit.

Tugend ist sicherlich nicht die Kultivierung einer bestimmten Idee, zum Beispiel der Nicht-Gier.

Wenn sie als Ziel verfolgt wird, ist sie keine Tugend mehr, oder? Das heißt, wenn Sie sich bewusst sind, dass Sie nicht gierig sind, sind Sie dann tugendhaft? Das ist es, was wir durch Disziplin tun.

Disziplin, Konformität und Praxis

Disziplin, Konformität, Praxis, geben nur das Selbstbewusstsein als etwas zu betonen.

Der Verstand praktiziert Nicht-Gier, und deshalb ist er nicht frei von seinem eigenen Bewusstsein als Nicht-Gier; deshalb ist er nicht wirklich Nicht-Gier. Er hat lediglich einen neuen Deckmantel angenommen, den er als Nicht-Gier bezeichnet.

Wir können den Gesamtprozess all dessen sehen: die Motivation, der Wunsch nach einem Ende, die Konformität mit einem Muster, der Wunsch, bei der Verfolgung eines Musters sicher zu sein – all dies ist lediglich der Übergang vom Bekannten zum Bekannten, immer innerhalb der Grenzen des eigenen Selbst-Einschlussprozesses des Geistes.

All dies zu sehen, sich dessen bewusst zu sein, ist der Beginn der Intelligenz, und Intelligenz ist weder tugendhaft noch nichttugendhaft, sie kann nicht als Tugend oder Nichttugend in ein Muster eingepasst werden.

Intelligenz bringt Freiheit, die keine Zügellosigkeit und keine Unordnung ist. Ohne diese Intelligenz kann es keine Tugend geben; Tugend gibt Freiheit, und in der Freiheit entsteht Wirklichkeit.

Wenn Sie den gesamten Prozess in seiner Gesamtheit sehen, dann werden Sie feststellen, dass es keinen Konflikt gibt. Weil wir uns im Konflikt befinden und weil wir diesem Konflikt

entkommen wollen, greifen wir zu verschiedenen Formen der Disziplinierung, Leugnung und Anpassung.

Wenn wir sehen, was der Konfliktprozess ist, dann ist von Disziplin keine Rede, denn dann verstehen wir von Augenblick zu Augenblick die Wege des Konflikts. Das erfordert große Wachsamkeit, sich selbst die ganze Zeit zu beobachten; das Merkwürdige daran ist, dass, auch wenn man vielleicht nicht die ganze Zeit wachsam ist, innerlich ein Aufnahmeprozess abläuft, sobald die Absicht vorhanden ist – die Sensibilität, die innere Sensibilität, nimmt das Bild die ganze Zeit auf, so dass das Innere dieses Bild in dem Moment projiziert, in dem man still ist.

Der Kontrollierende und der Kontrollierte sind eins

Deshalb ist es keine Frage der Disziplin. Sensibilität kann niemals durch Zwang entstehen. Vielleicht zwingen Sie ein Kind, etwas zu tun, setzen Sie es in eine Ecke, und es mag ruhig sein; aber innerlich kocht es wahrscheinlich vor Wut, schaut aus dem Fenster und tut etwas, um wegzukommen. Das ist es, was wir immer noch tun. Die Frage der Disziplin und die Frage, wer Recht hat und wer Unrecht hat, kann also nur von Ihnen selbst gelöst werden.

Sie sehen auch, dass wir Angst haben, etwas falsch zu machen, weil wir erfolgreich sein wollen. Angst ist der Grund für den Wunsch nach Disziplin, aber das Unbekannte kann nicht im Netz der Disziplin gefangen werden. Im Gegenteil, das Unbekannte muss Freiheit haben und nicht das Muster Ihres Verstandes. Deshalb ist die Ruhe des Geistes von wesentlicher Bedeutung.

Wenn der Verstand sich bewusst ist, dass er ruhig ist, ist er nicht mehr ruhig; wenn der Verstand sich bewusst ist, dass er nicht gierig und frei von Gier ist, erkennt er sich selbst im neuen Gewand der Nicht-Gier, aber das ist nicht Ruhe. Deshalb muss man in dieser Frage auch das Problem der Person, die kontrolliert, und der Person, die kontrolliert wird, verstehen. Es handelt sich nicht um getrennte Phänomene,

sondern um ein gemeinsames Phänomen: der Kontrollierende und der Kontrollierte sind eins.

- Kategorien
- Themenkreise

Einbruch in die Freiheit

Zum Thema Selbstdisziplin