Arthur Schopenhauer nennt zwei Wege der Befreiung vom Willen durch Verneinung des Willens, wobei Erkenntnis und Mitleid eine Rolle spielen. **Die zwei Wege sind:**

**1) bloße und reine Erkenntnis mit freier Aneignung des Leidens, mittels Durchschauens des *principium individuationis* (des Prinzip der Individuation, des Einzeldaseins alles Lebendigen) als Täuschung**

**2) unmittelbar selbst empfundenes Höchstmaß eigenen Leiden, das läuternd dazu führt, in sich zu gehen, den Willen bricht und Erkenntnis hervorruft**

Mitleid bedeutet ein intitives Gewahrwerden seines eigenen Wesens im Leidenden sich selbst, sein eigenes Wesen. Erkannt wird: Das wahres Selbst ist nicht bloß in der eigenen Person, dieser einzelnen Erscheinung, da, sondern in allem, was lebt. Ein und dasselbe Wesen ist es – die eine Welt als Ding an sich – , das sich in allen Lebewesen darstellt und leidet. Verneinung des eigenen Willens zum Leben bricht nach Schopenhaures Auffasssung die Macht des Egoismus. Es kommt zu freiwilliger Entsagung in Form von Askese. Es gibt Verzicht (mit Aufgeben des Strebens/Verlangens) und Gelassenheit.

Entsagung ist ein freiwilliger, von den eigenen Wünschen und Bedürfnissen her schmerzlicher Verzicht.

Volker Spierling, Schopenhauer-ABC. 1. Auflage. Leipzig : Reclam, 2003 (Reclams Bibliothek Leipzig ; Band 200052) S. 24:

„**Askese** Der »Gipfelpunkt meiner Philosophie« ist der »asketische Standpunkt« (P II, § 204, 440; vgl. W I, § 69, 474).

Askese ist radikale Zurücknahme des egoistischen Willens zum Lebens.“

P = Parerga et Paralipomena

W = Die Welt als Wille und Vorstellung

Bei Arthur Schopenhauer ist die Theorie der Askese ein Teil der Ethik und zugleich eng mit seiner Metaphysik verbunden.

Nach Schopenhauers Auffassung ist die Welt in ihrer Tiefenschicht ein blinder, vernunftloser Wille, der als Ding an sich ohne Ziel, Sinn und Grund (ohne Beweggrund) wirkt, allein Drang und Streben ist und jeder Vorstellung zugrundeliegt. Der Begriff des Willens umgreift jede, auch unbewußte innere Regung.Die Individuen seien alle Erscheinungen dieses Willens. Der in der Welt als Vorstellung in Erscheinung tretende Wille ist dem *principium individuationis* (Prinzip der Individuation; Vereinzelungsprinzip) unterworfen.

pessimistische Tendenz dieser Metaphysik: Der Weltzustand sei durch unendlichen Mangel gekennzeichnet, weil die Welt in ihrem Wesenskern durch den ewig hungernden Willen bestimmt sei, für den jede Triebbefriedigung nur Übergang zu neuen Begierden sei. Wo Mangel herrsche, da herrsche Leiden. Unerfüllte Wünsche führten dazu, unglücklich zu sein.

Mitleidsethik: Die moralisch wertvolle Tat versteht Schopenhauer als Verneinung der Grundtriebfeder Egoismus und Widerspiegelung einer Einsicht, die Trennung zwischen Ich und Du als Täuschung zu erkennen. Die Individuen seien alle Erscheinungen des einen zugrundeliegenden Willens. Dies werde beim Mitleid durchschaut, der innere Widerstreit und die wesentliche Nichtigkeit des Willens der getrennten Individuen zum Leben erkannt. Die unmittelbare Teilnahme erkenne und empfinde intuitiv im Leidenden sich selbst, sein eigenes Wesen. Die Identifikation mit dem anderen, dessen Wohl und Wehe, könne die Macht des Egoismus brechen.

Schopenhauer tritt für die Verneinung des Willens zum Leben als Weg zur Erlösung ein (Zustand freiwilliger Entsagung). Wo der Wille sein Wollen verloren habe, sei auch die Macht der Natur außer Kraft gesetzt. Der Wille und seine Verneinung seien nicht dem Satz vom Grunde unterworfen, sie gehörten einer metaphysischen Wirklichkeit an. Die Verneinung des Willens führe aus dem Naturzusammenhang heraus.

Askese ist in Schopenhauers Ethik ein Weg der Brechung des Egoismus und der Verneinung des Willens zum Leben. Es geschieht eine Mortifikation (Abtötung) des Willens in seiner Vereinzelung.

Durch Askese kommen Menschen nach seiner Theorie zu Ruhe und Frieden.

Askese kann in einem Verzicht auf Ausleben des Geschlechtstriebes bestehen, in freiwilliger völliger Armut, in wahrer Gelassenheit und Gleichgültigkeit gegenüber den Dingen der Welt, im Extrem in Selbsttötung durch Hungertod.

Schopenhauer hält ein völliges Loskommen vom Egoismus, eine ganz vollzogene Verneinung des Willens zum Leben (als Einzelwesen) für sehr schwierig. Er meint, dies könne nur wenigen gelingen.

Richard Hauser, Askese I. In: Historisches Wörterbücher der Philosophie. Band 1: A – C. Basel ; Stuttgart : Schwabe, 1971, Spalte 540:

„Für SCHOPENHAUER ist die A. der entscheidende Weg zur Verneinung des Willens zum Leben. Schon die Tugend ist Anzeichen dieser Verneinung, »Flügelschlag vor dem Aufstieg«, sie geht dann in A. über, die »Mortifikation des Willens« erstrebt, und entwickelt sich aus »Abscheu vor dem Wesen, dessen Ausdruck seinen [des Menschen] eigene Erscheinung ist, dem Willen zum Leben, dessen Kern und Wesen jener als jammervoll erkannten Welt«. Schritte dieser A. sind vollkommene Keuschheit, Armut und schließlich freiwilliger Hungertod.“

A. = Askese

Arthur Schopenhauer, Die Welt als Wille und Vorstellung (3., verbesserte und beträchtlich vermehrte Auflage 1859). Vier Bücher, nebst einem Anhange, der die Kritik der Kantischen Philosophie enthält. Viertes Buch: Der Welt als Wille zweite Betrachtung: Bei erreichter Selbsterkenntniß Bejahung und Verneinung des Willens zum Leben.

§ 68.

„Sein Wille wendet sich, bejaht nicht mehr sein eigenes, sich in der Erscheinung spiegelndes Wesen, sondern verneint es. Das Phänomen, wodurch dieses sich kund giebt, ist der Uebergang von der Tugend zur *Askesis*. Nämlich es genügt ihm nicht mehr, Andere sich selbst gleich zu lieben und für sie soviel zu thun, wie für sich; sondern es entsteht in ihm ein Abscheu vor dem Wesen, dessen Ausdruck seine eigene Erscheinung ist, dem Willen zum Leben, dem Kern und Wesen jener als jammervoll erkannten Welt. Er verleugnet daher eben dieses in ihm erscheinende und schon durch seinen Leib ausgedrückte Wesen, und sein Thun straft jetzt seine Erscheinung Lügen, tritt in offenen Widerspruch mit derselben. Wesentlich nichts Anderes, als Erscheinung des Willens, hört er auf, irgend etwas zu wollen, hütet sich seinen Willen an irgend etwas zu hängen, sucht die größte Gleichgültigkeit gegen alle Dinge in sich zu befestigen. – Sein Leib, gesund und stark, spricht durch Genitalien den Geschlechtstrieb aus; aber er verneint den Willen und straft den Leib Lügen: er will keine Geschlechtsbefriedigung, unter keiner Bedingung. Freiwillige, vollkommene Keuschheit ist der erste Schritt in der Askese oder der Verneinung des Willens zum Leben. Sie verneint dadurch die über das individuelle Leben hinausgehende Bejahung des Willens und giebt damit die Anzeige, daß mit dem Leben dieses Leibes auch der Wille, dessen Erscheinung er ist, sich aufhebt.“

„Die Askesis zeigt sich sodann ferner in freiwilliger und absichtlicher Armuth, die nicht nur *per accidens* entsteht, indem das Eigenthum weggegeben wird, um fremde Leiden zu mildern, sondern hier schon Zweck an sich ist, dienen soll als stete Mortifikation des Willens, damit nicht die Befriedigung der Wünsche, die Süße des Lebens, den Willen wieder aufrege, gegen welchen die Selbsterkenntniß Abscheu gefaßt hat. Der zu diesem Punkt Gelangte spürt als belebter Leib, als konkrete Willenserscheinung, noch immer die Anlage zum Wollen jeder Art; aber er unterdrückt sie absichtlich, indem er sich zwingt, nichts zu thun von allem was er wohl möchte, hingegen alles zu thun was er nicht möchte, selbst wenn es keinen weitem Zweck hat, als eben den, zur Mortifikation des Willens zu dienen. Da er den in seiner Person erscheinenden Willen selbst verneint, wird er nicht widerstreben, wann ein Anderer das Selbe thut, d.h. ihm Unrecht zufügt: darum ist ihm jedes von außen, durch Zufall oder fremde Bosheit, auf ihn kommende Leid willkommen, jeder Schaden, jede Schmach, jede Beleidigung: er empfängt sie freudig, als die Gelegenheit sich selber die Gewißheit zu geben, daß er den Willen nicht mehr bejaht, sondern freudig die Partei jedes Feindes der Willenserscheinung, die seine eigene Person ist, ergreift. Er erträgt daher solche Schmach und Leiden mit unerschöpflicher Geduld und Sanftmuth, vergilt alles Böse, ohne Ostentation, mit Gutem, und läßt das Feuer des Zornes so wenig, als das der Begierde je in sich wieder erwachen. – Wie den Willen selbst, so mortificirt er die Sichtbarkeit, die Objektität desselben, den Leib: er nährt ihn kärglich, damit sein üppiges Blühen und Gedeihen nicht auch den Willen, dessen bloßer Ausdruck und Spiegel er ist, neu belebe und stärker anrege. So greift er zum Fasten, ja er greift zur Kasteiung und Selbstpeinigung, um durch stetes Entbehren und Leiden den Willen mehr und mehr zu brechen und zu tödten, den er als die Quelle des eigenen und der Welt leidenden Daseyns erkennt und verabscheut. – Kommt endlich der Tod, der diese Erscheinung auf den schwachen Rest, der als Belebung dieses Leibes erschien, abgestorben war; so ist er, als ersehnte Erlösung, hoch willkommen und wird freudig empfangen. Mit ihm endigt hier nicht, wie bei Andern, bloß die Erscheinung; sondern das Wesen selbst ist aufgehoben, welches hier nur noch in der Erscheinung und durch sie ein schwaches Daseyn hatte; welches letzte mürbe Band nun auch zerreißt. Für Den, welcher so endet, hat zugleich die Welt geendigt.“

„Unter dem schon öfter von mir gebrauchten Ausdruck *Askesis* verstehe ich, im engem Sinne, diese *vorsätzliche* Brechung des Willens, durch Versagung des Angenehmen und Aufsuchen des Unangenehmen, die selbstgewählte büßende Lebensart und Selbstkasteiung, zur anhaltenden Mortifikation des Willens.“

Wenn wir nun diese von den schon zur Verneinung des Willens Gelangten ausüben sehn, um sich dabei zu erhalten; so ist auch das Leiden überhaupt, wie es vom Schicksal verhängt wird, ein zweiter Weg (δεύτερος πλου̃ς) um zu jener Verneinung zu gelangen: ja, wir können annehmen, daß die Meisten nur auf diesem dahin kommen, und daß es das selbst empfundene, nicht das bloß erkannte Leiden ist, was am häufigsten die völlige Resignation herbeiführt, oft erst bei der Nähe des Todes. Denn nur bei Wenigen reicht die bloße Erkenntniß hin, welche, das *principium individuationis* durchschauend, erstlich die vollkommenste Güte der Gesinnung und allgemeine Menschenliebe hervorbringt, und endlich alle Leiden der Welt sie als ihre eigenen erkennen läßt, um die Verneinung des Willens herbeizuführen. Selbst bei Dem, welcher sich diesem Punkte nähert, ist fast immer der erträgliche Zustand der eigenen Person, die Schmeichelei des Augenblicks, die Lockung der Hoffnung und die sich immer wieder anbietende Befriedigung des Willens, d.i. der Lust, ein stetes Hinderniß der Verneinung des Willens und eine stete Verführung zu erneuerter Bejahung desselben: darum hat man in dieser Hinsicht alle jene Lockungen als Teufel personificirt. Meistens muß daher, durch das größte eigene Leiden, der Wille gebrochen seyn, ehe dessen Selbstverneinung eintritt. Dann sehn wir den Menschen, nachdem er durch alle Stufen der wachsenden Bedrängniß, unter dem heftigsten Widerstreben, zum Rande der Verzweiflung gebracht ist, plötzlich in sich gehn, sich und die Welt erkennen, sein ganzes Wesen ändern, sich über sich selbst und alles Leiden erheben und, wie durch dasselbe gereinigt und geheiligt, in unanfechtbarer Ruhe, Säligkeit und Erhabenheit willig Allem entsagen, was er vorhin mit der größten Heftigkeit wollte, und den Tod freudig empfangen. Es ist der aus der läuternden Flamme des Leidens plötzlich hervortretende Silberblick der Verneinung des Willens zum Leben, d.h. der Erlösung. Selbst Die, welche sehr böse waren, sehn wir bisweilen durch die tiefsten Schmerzen bis zu diesem Grade geläutert: sie sind Andere geworden und völlig umgewandelt.“

„Allem Bisherigen zufolge geht die Verneinung des Willens zum Leben, welche Dasjenige ist, was man gänzliche Resignation oder Heiligkeit nennt, immer aus dem Quietiv des Willens hervor, welches die Erkenntniß seines innern Widerstreits und seiner wesentlichen Nichtigkeit ist, die sich im Leiden alles Lebenden aussprechen. Der Unterschied, den wir als zwei Wege dargestellt haben, ist, ob das bloß und rein *erkannte* Leiden, durch freie Aneignung desselben, mittelst Durchschauung des *principii individuationis*, oder ob das unmittelbar selbst *empfundene*Leiden jene Erkenntniß hervorruft. Wahres Heil, Erlösung vom Leben und Leiden, ist ohne gänzliche Verneinung des Willens nicht zu denken. Bis dahin ist Jeder nichts Anderes, als dieser Wille selbst, dessen Erscheinung eine hinschwindende Existenz, ein immer nichtiges, stets vereiteltes Streben und die dargestellte Welt voll Leiden ist, welcher Alle unwiderruflich auf gleiche Weise angehören. Denn wir fanden oben, daß dem Willen zum Leben das Leben stets gewiß ist und seine einzige wirkliche Form die Gegenwart, der Jene, wie auch Geburt und Tod in der Erscheinung walten, nimmer entrinnen. Der Indische Mythos drückt dies dadurch aus, daß er sagt: »Sie werden wiedergeboren«. Der große ethische Unterschied der Charaktere hat die Bedeutung, daß der Böse unendlich weit davon entfernt ist, zu der Erkenntniß zu gelangen, aus welcher die Verneinung des Willens hervorgeht, und daher allen Quaalen, welche im Leben als *möglich* erscheinen, der Wahrheit nach, wirklich *preisgegeben* ist; indem auch der etwan gegenwärtige, glückliche Zustand seiner Person nur eine durch das *principium individuationis* vermittelte Erscheinung und Blendwerk der Maja, der glückliche Traum des Bettlers, ist. Die Leiden, welche er in der Heftigkeit und im Grimm seines Willensdranges über Andere verhängt, sind das Maaß der Leiden, deren eigene Erfahrung seinen Willen nicht brechen und zur endlichen Verneinung führen kann. Alle wahre und reine Liebe hingegen, ja selbst alle freie Gerechtigkeit, geht schon aus der Durchschauung des *principii individuationis* hervor, welche, wenn sie in voller Klarheit eintritt, die gänzliche Heiligung und Erlösung herbeiführt, deren Phänomen der oben geschilderte Zustand der Resignation, der diese begleitende unerschütterliche Friede und die höchste Freudigkeit im Tode ist.“

Arthur Schopenhauer, Parerga und Paralipomena. Kleine Philosophische Schriften. Zweite und beträchtlich vermehrte Auflage, aus dem handschriftlichen Nachlasse des Verfassers herausgegeben von Julius Frauenstädt (1862). Zweiter Band: Vereinzelte, jedoch systematisch geordnete Gedanken über vielerlei Gegenstände. Kapitel XIV: Nachträge zur Lehre von der Bejahung und Verneinung des Willens zum Leben.

§ 169.

„Der innere Geist und Sinn des ächten Klosterlebens, wie der Askese überhaupt, ist dieser, daß man sich eines bessern Daseyns, als unseres ist, würdig und fähig erkannt hat und diese Ueberzeugung dadurch bekräftigen und erhalten will, daß man was diese Welt bietet verachtet, alle ihre Genüsse als werthlos von sich wirft und nun das Ende dieses, seines eitlen Köders beraubten Lebens mit Ruhe und Zuversicht abwartet, um einst die Stunde des Todes, als die Erlösung, willkommen zu heißen.“