

<sup>17</sup>  
Berlin, d. 22. II. 1904

Rückerschen

Der Mensch denkt darüber nach, was hat mir Lust u. Schmerz bereitet, was hat mir Unbehagen gemacht. Was ihn da erfüllen muss, dass ist der Eindruck den er bekommen hat.

Klar sich werden:

welches waren die Ursachen der Eindrücke

welche wir empfangen haben? Wir werden uns weiter fragen:

- 1.) ist diese Lust, dieser Schmerz berechtigt gewesen.
- 2.) Könnte es nicht anders sein, wenn ich den Gedanken etwas anders angesehen hätte.
- 3.) Könnte ich das Unbehagen nicht in einer anderen Weise erregen,
- 4.) Könnte ich nicht Einfluss haben auf den Gang der Ereignisse.
- 5.) habe ich so gehandelt, wie ich immer handeln möchte
- 6.) Habe ich so gehandelt, dass ich es in Einklang bringen kann mit der ganzen Harmonie der Weltordnung
- 7.) Kurz es ist das hinaufheben des Tageslebens auf einen höheren Standpunkt.

Wenn wir diese 4-5-20 Min. herausheben und unsere Empfindungen betrachten, sie nochmals erleben, aber nicht so, dass wir den gleichen Eindruck haben, sondern uns objektiv ihnen gegenüber stellen, sodass wir unser Sehen - sehen unser

Hören - hören uns klar werden, ob wir die Lust, den Schmerz nicht vielleicht verschuldet haben?

Uns klar werden über unsere ganze Stellung in der Welt

wenn wir uns so mit uns selbst beschäftigen, dann haben wir aus unseren Erlebnissen etwas gelernt, dann haben wir eine Erhöhung unserer Astralorgane herausgebildet; Wenn ein Mensch jahrelang diese Übungen macht, dann fängt sein Astral Leib an organisiert zu werden, es treten bestimmte Formen in ihm auf, das was wir heute erlebt haben, ist morgen unsere Erfahrung und diese Erfahrung ist der Prüfstein für unsere künftigen Erlebnisse.

Dies erhöht unsere Entwicklung und organisiert unseren Astralkörper.

So unbedeutend dies auch erscheint, so sicher wirkt es.

Und dann müssen sie den zu Hilfe kommen, dadurch, dass sie alles dasjenige, was sich an ihr selbst heftet und an ihre Eigenheit, an ihr Sondernwesen von sich abstreifen.

Wenn sie inustand sind, irgendetwas, was zu ihrem Sondernwesen gehört zu unterdrücken, dann entwickeln sie ihren Astralkörper.

Viel schweigen, die Dinge zu sich reden lassen, dann akkumulieren sich die Denkkräfte. Kraft und Stärke gibt die Unterdrückung von Meinungen. Die Natur zu uns sprechen lassen, ihr zuhören, die Rätselfragen des Lebens nicht selbst lösen wollen, sondern über die Mittel nachdenken, die geeignet sind, die Frage zu lösen.

Beispiel: ich möchte wissen, ob ein Mensch schuldig oder unschuldig ist - Ich werde mich fragen: was ist mir mit ihm passiert, sein Leben betrachten, soweit es mir zugänglich ist.

Ich frage mich: wie ist er mir entgegengetreten?

Was sprach er zu mir? Was sprach er mit anderen?

19. Keine Antworten, sondern Fragen!

Wenn ich diese Fragen in reger Weise stelle, die Antwort un-  
sicher drücke, so kommt es dazu, dass das Bild, das ich in mir  
schaffe, die Antwort selbst gibt. -

Denke darüber nach - scharf - und dann bemühe dich mit  
der ganzen Willenskraft über den Fall weiter nichts zu  
denken, dann einschlafen!

Morgens werden sie aufwachen mit einer Antwort! -  
Alle ihre Kräfte haben gewirkt, während ihr physischer  
Körper ruhte. Ihr Geist war entkörperlicht u. hat die Mittel  
zur Beantwortung der Frage aus den höheren Welten geholt.

Was wir in dieser Weise arbeiten, das wird uns Aufga-  
ben stellen, die über unser Wesen hinauswachsen.  
Dann arbeiten wir an unserem Astralkörper.