

---

13.4.06 Freitag. Wir müssen in Erinnerungsbildern leben. Das, was wir selbst erlebt haben, verknüpft uns anders mit dem Ereignis, als wenn wir von letzterem nur hören. Z~~B~~<sup>z</sup>B~~A~~<sup>A</sup> Erzählung von einer Schlacht kann lebhaftes Empfinden hervorrufen. Wenn <sup>man</sup> aber selbst dabei war, ist es doch etwas anderes. Die Rückschau am Abend, wo wir nur die Bilder von den Ereignissen vor unsere Seele stellen, ist deshalb wichtig. - Wir sollen selber in uns Gefühle hervorrufen von Freuden und Leiden durch Vorstellen, dass anderen

Personen Freud und Leid widerfährt. Mitfühlen mit fremdem Leid und fremder Freude. Theater. Dadurch lernen wir die Geister kennen, welche diese verursachen. Modernes Stadtleben und Zeitunglesen von stets wechselnden Ereignissen und Sensationen tötet den inneren Menschen. Einsames Leben auf dem Lande wirkt fördernd. Landleute sehen daher Geister oder reden noch von Geistern. - Atem wird durch Förderung der Selbstlosigkeit besser. Durch Meditation wird dies bewirkt. - Von dem Einen zu dem Einen und in dem Einen sind alle Dinge. Ihm sei die Ehre.

---