

6. Mai 1906. E. S. Berlin, Motzstrasse 17.

Im Anschluss an die frühere Stunde müssen wir noch einiges über die Bedeutung des Atmungsprozesses sprechen. Der Mensch glaubt gewöhnlich, viel getan zu haben, wenn er das Töten von Lebendigem vermeidet, wenn er vegetarisch lebt keine Lebewesen direkt tötet. Aber in Wirklichkeit ist er indirekt immer daran beteiligt, andere Lebewesen zu töten, zu zerstören. Indem er atmet, tötet er. Kein Lebewesen könnte existieren auf der Erde, wenn nur Menschen darauf lebten, die fortwährend Kohlenäure ausatmen. Der Kohlenäure-haltige Atem des Menschen verpestet die Atmosphäre und wirkt verderblich für alle Lebendige. Die Pflanzen atmen Sauerstoff aus, sie geben den lebenden Wesen dadurch die Möglichkeit, zu leben.

Als die Erde noch in dem Zustand war, den wir den Mond nennen, da gab es auf der Erde noch kein Mineralreich. Es war der ganze Mond damals wie eine Art Pflanze, ähnlich wie ein Torfmoor weich und lebendig. Auf dieser pflanzen-mineralischen Erde lebten Pflanzen darinnen. Mineralisches war noch nicht da. Nur zogen sich feste Bestandteile hindurch in der Art, wie Baumstämme sind. Felsen hätte man damals nicht besteigen können. Die waren nicht da. Das Feste, was man damals angetroffen hätte, wäre nur gewesen, wie heute das Holzige der Pflanzen. In dieser lebenden Pflanzenglobe lebten solche Pflanzen, die, wenn man sie angefasst hätte geschrien haben würden, denn sie hatten Empfindung, waren Tierpflanzen. Ein Rest von diesen Mondpflanzen

ist die Mistel, die deshalb auch nur auf andern Pflanzen, also auf Lebendigen nur gedeihen kann, weil sie sich noch diese Natur vom Monde her bewahrt hat. Daher ist sie auch ganz anders gestaltet und hat besondere okkulte Eigenschaften, die zur Mondentwicklung in Beziehung stehen.

Es waren also auf dem Monde:

1. ein Pflanzenmineralreich, das höher stand als das heutige Mineralreich;
2. ein Tierpflanzenreich, von empfindenden Pflanzen;
3. ein Reich von Menschentieren, die höher standen als das jetzige Tierreich und tiefer als das jetzige Menschenreich.

Auf dem Monde lebten die Wesen alle in hohem Maße von Stickstoff. Der Mond war von einer Stickstoffatmosphäre umgeben. An einem Überfließen von Stickstoff ist der Mond zu Grunde gegangen. Die Pilze, die auch jetzt auf einem mehr pflanzlichen Boden leben, enthalten noch sehr viel Stickstoff und sind deshalb ungünstig für die okkulte Entwicklung. Sie sind noch mehr eine Art Tierpflanze wie die Tierpflanzen auf dem Monde.

Nun, nachdem der Mond aus seiner Atmosphäre zu Grunde gegangen war, ging er durch ein Pralaya hindurch und entwickelte sich heraus zur jetzigen Erde. Daran spaltete sich alles das, was für die Weiterentwicklung ungünstig war, ab in den jetzigen Monde. Er trat aus der Erde heraus, nun entwickelten sich auf der Erde aus den Mondreichen andere Reiche. Damit das jetzige Pflanzenreich entstehen konnte, mußte ein Teil des Pflanzenmineralreichs

um eine Stufe hinuntergestiegen werden. Dies würde das
 jetzige Mineralreich. Vorher war die Welt für die Menschen
 nicht sichtbar. Auf dem Mond konnten sie die Umwelt
 nicht objektiv wahrnehmen. Das Mineralreich stieg ^{um}
 eine Stufe herab, wurde dadurch objektiv sichtbar. Erst
 durch die Verfestigung konnte es sichtbar werden. Da konnte
 es erst das Licht zurückstrahlen. Erst von der Zeit an gab
 es eine für das physische Auge sichtbare Welt. Darauf
 bezieht sich die Erzählung von der Erschaffung des Lichtes in
 der Bibel. Damals trat der Moment wirklich ein: "Es werde
 Licht." Nur diejenigen Himmelskörper sind sichtbar, welche
 bis zum Mineralreich herabgestiegen und verfestigt sind.
 Alle Himmelskörper, die unser physisches Auge, oder
 durch das Teleskop für den Astronomen sichtbar sind,
 sind eben mineralisch vorhanden. Dem, was nicht mine-
 ralisch ist, durch das sieht das physische Auge hin durch,
 es bemerkt die nicht mineralisch gewordenen Himmels-
 Körper nicht. Aber es gibt viel mehr Himmelskörper in der
 Welt als die, welche physisch beobachtet werden können.

Sobald das Mineral um eine Stufe herabstieg
 strahlte es für die Pflanzung des Licht aus. Die Pflanzen
 leben nicht nur in dem Mineralreich, auf der minera-
 lischen Erde, sondern auch von dem vom Mineralreich zurück-
 gestrahlten Licht. Wie die Pflanzen von diesem Licht leben,
 so leben die Tiere und Tiermenschen, die physischen Menschen,
 auf der Erde von dem Sauerstoff, den die Pflanzen ausströmen.
 Die Tierpflanzen sind auch um eine Stufe herabgestiegen,
 und die Tiere um eine Stufe emporgestiegen. Derin können

die tierischen Lebewesen von dem Sauerstoff der Pflanzen leben. Der Sauerstoff ist physisch das, was sonst als Präva in den Pflanzen lebt.

Auch das Reich der Menschentiere hat sich gespalten in zwei Reiche, und zwar in die zwei Geschlechter. Daraus entstand bei den Menschen die physische Liebe. Dadurch konnte sich über das Reich der Menschen noch erheben das Reich der Götter. Diese leben von der physischen Liebe der Menschen, sowie Menschen und Tiere von dem Sauerstoff, den die Pflanzen ausströmen, und wie die Pflanzen von dem aus der Mineralwelt zurückgestrahlten Lichte. Es wird in der Griechischen Sage erzählt, dass die Götter von Nektar und Ambrosia leben, das ist die männliche und weibliche Liebe der Menschen.

Der Aufstieg des Menschen vollzieht sich zunächst durch die Überwindung der physischen Liebe, zweitens durch die Regelung des Atmungsprozesses, das Vagitt leisten auf das Leben der Pflanze, den Sauerstoff, drittens durch Entwicklung des Kundalini Lichtes, das Zurückgeben des von Mineralreich zurückgestrahlten Lichtes.

Der Aufstieg und die Fortentwicklung besteht nun darin, dass die Menschen die physische Liebe überwinden. Die Trennung in die beiden Geschlechter war notwendig, damit sich in Menschen der Intellekt entwickeln konnte. Er würde dadurch in drei Welten und höhere Naturen gespalten. Nun aber muss das, was die beiden Geschlechter zusammen verbindet auch wieder überwunden werden. Es ist eine Stufe des Aufstiegs, wenn der Mensch die Kräfte der physischen Liebe opfert und in höhere Kräfte umwandelt.

Dadurch, dass er diese niederen Kräfte opfert, kann das Höhere in ihm zu Tage treten. Als zweites müsse dann die Kräfte opfern, die er der Pflanzenwelt entzieht. Durch den Atmungsprozess verbraucht der Mensch den Sauerstoff, die Lebensluft, die die Pflanzen atmen. Durch die Rhythmisierung des Atmungsprozesses und durch die innere Vergeistigung des Menschen wird sein Atem reiner; er enthält dann weniger Kohlenäure, die Atmosphäre um ihn herum wird dann weniger schnell verbraucht, und er entzieht den andern Lebewesen nicht so viel von dem Lebensstoff, dem Sauerstoff.

Es wird erzählt von Yogis, die in Höhlen wohnen. Dafs sie das Können, beruht auf ihrer Vergeistigung. Die bewirkt, dafs ihr Atem so rein ist, dass sie lange Zeit ohne neue Zufuhr von Luft leben können, weil die Luft um sie her rein bleibt. Je vergeistigter ein Mensch, desto länger kann er in seiner Luft leben, desto weniger Kohlenäure atmet er aus. Man kann tatsächlich sagen, dafs ein Materialist viel mehr durch seinen Atem die Luft verdrängt als ein Idealist. Darum können auch die heutigen Materialisten nicht ohne fortwährende frische Luftzufuhr leben, während ein Idealist nicht soviel Sauerstoff verbraucht. Die fortgesetzte Zufuhr von Sauerstoff wirkt tatsächlich ungünstig auf die okkulte Entwicklung, da das Ausatmen der Kohlenäure verpestet die Atmosphäre und tötet. Das, was die modernen Ärzte, Naturheilärzte und andere dem Menschen vorschreiben, der fortwährende Verbrauch von Sauerstoff, ist der okkulten Entwicklung hinderlich, weil der Mensch dadurch der Pflanzenwelt soviel Leben entzieht.

Der Schüler des Okkultismus lernt, seinen Atmungsprozess beherrschen, und dadurch kann er wenigstens Momente eintreten lassen, ^{wo} er an dem durch das Atmen bewirkten Zerstörungsprozess keinen Anteil nimmt.

Als drittes lernt der Schüler das Licht bewusst zurück zu strahlen. Das Kundalini-Licht entwickelt er und strahlt es in die Welt. So gibt er an die Welt zurück das Licht des Mineralreichs.

Der Mensch weiss im Allgemeinen gar nicht, welche ein wichtiges Instrument er durch seinen Organismus hat. Die ganze übrige Welt kennt er besser als seinen Organismus. Es ist ihm noch nicht klar, welche wunderbaren Fähigkeiten er ausbilden kann.

Damit der Mensch in der richtigen Weise seinen Organismus zum Werkzeug für seine höheren Kräfte ausbilden kann, muss er einige Aufmerksamkeit schenken der Art und Weise, wie er seinen physischen Körper ernährt. Es ist nicht gleichgültig, welche physischen Substanzen dem Körper zugeführt werden.

Beim Menschen sind zwei Naturen zu unterscheiden, eine niedere und eine höhere. Alles, was zur Ausbildung des warmen Blutes, des Fleisches, der Muskeln und Knochen gehört, das ist als seine niedere Natur anzusehen, alles was zu seinem geistigen Organismus gehört, das ist ein Teil einer höheren Natur. Solche Nahrung muss der Mensch zu sich nehmen, und zur Höherentwicklung sich anstrengen, die nicht den Wachstum der niederen Natur fördert. Darum sollte der, welcher sich in okkulten Sinne entwickeln will,

alles, was mit dem Blute, Fleisch und Muskeln zusammenhängt, vermeiden. Das Fleisch der Tiere, das Blut der Tiere, die Muskeln und das, was sich verhärtet hat, das Knochen-system, alles dieses ist etwas, was mit der Mondentwicklung zusammenhängt, also auf vergangene Entwicklungsstadien hinweist. Die Erdentwicklung soll die Höherentwicklung werden. Darum soll der Mensch nur das geniessen, was mit dem Fortschritt der Erde zusammenhängt; die Milch z. B., die hängt bei den Tieren mit dem Lebensprozess zusammen, ist deshalb dem Menschen förderlich zur okkulten Entwicklung.

Nun gibts heute viele Menschen, die vegetarisch leben, weil sie nicht töten wollen. Sie suchen aber, weil sie uns Gründe die Fleischnahrung für etwas Wichtiges halten, nach einem Ersatz für die im Fleisch enthaltenen Substanzen, und nehmen zur Ernährung vor allem solche Pflanzen, die ähnliche Stoffe enthalten. ^{wie die Fleischnahrung} So werden von manchen Vegetariern gerade aus diesem Grunde viel Hülsenfrüchte gegessen.

Es hat uns auch mit der Pflanzennahrung eine eigene Bewandnis. Auch da gibt es Dinge, die der okkulten Entwicklung hinderlich sind. Dasjenige an den Pflanzen, was noch herkommt von der Mondentwicklung, das ist dem Menschen hinderlich, wenn er geistig weiterkommen will. Dadurch werden die feinen Geisteskeime zerstört. Alles das wendet sich im allgemeinen bei der Pflanze nach unten in die Erde hinein. Dort sind die Substanzen, die sich verhärtet, die zur Mondentwicklung gehören. Darum sind aus diesem Grunde alle Wurzeln der Pflanzen, alle, was unter der Erde wächst, für den Menschen hinderlich. Fördern ist dagegen das,

was über der Erde wächst: Blüten, Blätter und Früchte. Dabei sind allerdings auch einige Ausnahmen, nämlich alles, was in der Hülse wächst, was also durch eine Hülse umgeben, vom Sonnenlicht getrennt ist und der Verhärtung zuträbt, das ist der okkulten Entwicklung hinderlich. Gerade drei Substanzen der Hülsenfrüchte erzeugen im Menschen, oft der sich vergnügen will, oft schlimme Folgen. Es wird durch diese Substanzen sein Traumleben unrein, und so kann man oft beobachten, daß infolge der vegetarischen Lebensweise allerdings die höheren Kräfte sich entwickeln, aber daß die Menschen, weil sie das, was unter der Erde wächst, gewissen, in Bezug auf höhere Erkenntnis beschränkt bleiben, und das durch den Genuß von Hülsenfrüchten ihr Traumleben ein wirres und wirres wird. Und doch soll das Schauen höhere Welten gerade mit dem Schauen im Traume beginnen. Es ist daher anzustreben, das bei diesem Schauen nur reine, schöne Bilder im Menschen aufsteigen.

Aus dem Mineralreich ist für den Menschen alles das hinderlich, was als Bodensatz sich absetzt, wie die Salze etc.

Diese Dinge muß der Okkultist wissen und beachten. Aber es gibt manche Fälle, wo der Mensch in einer Inkarnation durch die Verhältnisse daran gehindert wird, sich genau nach dem zu richten, was einer okkulten Entwicklung förderlich ist. Da muß der Mensch lernen, Resignation, Geduld zu üben.

Auf der einen Seite soll er unentwegt streben, vorwärts zu kommen, aber auf der andern Seite muß er die Ungeduld überwinden. Nichts ist der Höherentwicklung ein so großes

Hindernis wie die Ungeduld. Darum muß der Mensch Geduld lernen. Er muß auch die eine Inkarnation in ihrer wahren Bedeutung ansehen. Auch ein Leben von 80 Jahren ist im Vergleich zur grossen Weltentwicklung und zur Zeit, die wir vor uns haben, nur eine kurze Spanne Zeit. Wir haben Zeit, viel Zeit; es ist zwar wie zu früh, um mit dem Streben nach Höherentwicklung anzufangen, aber auch soll man nicht glauben, dass alles in einer Inkarnation erreicht werden müsste oder könnte. Es gehören dazu viele Inkarnationen. Und viel hat der Mensch erreicht, der gelernt hat, in Geduld zu werden, bis ihm die Möglichkeit geboten wird, ganz im Sinne des höheren Lebens auch irdisch zu leben.] Alles dieses soll den Menschen dahin führen, sich mit dem höheren Selbst zu vereinigen. Dies wird angedeutet in dem Spruch, den wir schon früher besprochen haben, dessen Sinn etwas Folgendes ist:

"Urself, von dem alle ausgegangen ist, zu dem alles zurückkehrt, Urself, das in mir lebt, zu dir strebe ich hin."

Der Spruch selbst heisst:

"Yasmajjatan jagat sarvam yasmineva pralyate
Yenedam dharyate chaiva yasmair granatmane
namah."

Erwinning der
Abw. Phys. Seele = Ausbildung des Astorkörpers -
Je
Umwandlung in Materie - Weisheit
Veredlung des Tierreichs.

Rhythmisierung der
Atmens = Ausbildung des ätherischen
Umwandlung in Buddhi - Schwächeit.
Höherheben des Pflanzenreichs

Ausstrahlen der
Kundalini = Ausbildung des phys. Körpers
Umwandlung in Aktua = Gewalt
Höherheben des Mineralreichs.

Wenn das alles geschehen ist, wird das Mineralreich über-
gehen in eine Art Pflanzement, das Pflanzenreich
später in eine Art Tierreich, etc. etc. die nächste Stufe.



15
grossen Welt entwicklungs zu der Zeit, die wir
vor uns haben, (ein^{er} Kurz Spanns Zeit,
Wir haben Zeit, viel Zeit, es ist zwar so
zu früh, um mit d. Sache, auch Höherer
entwicklung anzufangen, aber auch soll man
nicht glauben, dass alles in einem Inkarnation
erreichbar werden müsste oder könnte. In Indien
dage viele Inkarnationen. Und viel hat
der Mensch erreicht, der gelernt hat in Geduld
zu warten, bis ihm die Möglichkeit geboten wird
Gang in Form des hohen Lebens auch ausser
Lok zu leben. — Alles dies soll der Mensch
dabei erfahren sich mit dem hohen Selbst zu
verwahren — Dies wird ausgeführt in den Fragen
den wir schon früher besprochen haben, den
Form etwas folgende ist:

Wacht, in dem alles ausgeht, zu dem
alles zurück kehrt, Wacht, das in dem lebt,
zu der Sache ist hin.