

mehr in der Nacht am phys. & Ätherleib zu thun. Denn es kommt dadurch auch in den Ätherleib ein solches Gleichgewicht, dass er sich selbst beschützen kann. Wer die occulte Schulung ohne diese 6 Eigenschaften beginnt, der läuft Gefahr & ist Nachts den wildesten & bösesten Wesenheiten ausgesetzt. Hat er die 6 Eigenschaften eine Zeitlang geübt, darf er beginnen die astralen Sinne zu entwickeln, d.h. er fängt an bewusst zu schlafen. Seine Träume sind nicht mehr beliebig, sondern regelmässig; die Astralwelt steigt vor ihm auf. Nun hat er die Möglichkeit, alles seelische seiner Umgebung in Bildern wahrzunehmen. Er bekommt ein Verhältniss mit der seelischen Wirklichkeit. Das nennt man die Imagination - das Bilderbewusstsein. Erst hat er dies im Schlaf, dann muss er im Stande sein zu jeder Tageszeit wachend diesen Zustand hervorzurufen. Er lernt die Erfahrungen des Schlafes in's Wachbewusstsein herüberzunehmen. Aber erst dann ist die Eigenschaft von Wert für den Okkultisten, wenn er die Aura vollbewusst sieht. Die erste Stufe ist dies:

die Ausbildung der Lotosblumen (heilige Räder oder Chakras genannt die an ganz bestimmten Stellen sitzen.

- 1.) an der Stelle der Nasenwurzel : die Zweiblättrige,
- 2.) am Kehlkopfe die 16blättrige,
- 3.) in der Höhe des Herzens : die 12blättrige,
- 4.) in der Nähe des Nabels : die 8 oder 10blättrige,
- 5.) die 6blättrige etwas weiter unten,
- 6.) noch mehr unten die vierblättrige,
- 7.) die 1000blättrige, die hier nicht näher angegeben werden darf.

Die ersten 6 haben für die astrale Welt dieselben Eigenschaften wie phys. Sinne für die phys. Welt. Durch die Übungen werden die Blätter erst heller und dann beginnen sie sich zu bewegen. Beim heutigen Menschen sind sie unsichtbar. Beim Atlantier waren sie noch beweglich & bei den Lemuriern bewegten sie sich noch lebhaft. Aber in entgegengesetzter Richtung als jetzt beim Hellseher, bei dem sie sich nach der Richtung des Zeigers einer Uhr drehen. Beim Medium drehen sie sich auch, aber in umgekehrter Richtung (wie bei den Lemuriern & Atlantiern).

Die Schulung beginnt mit intimen Seelenangelegenheiten und setzt sich bis in die Materie fort - durch gewisse Atemübungen.

oo

XIII.

70. Juli 1906

Wie die Lungenatmung mit der Entwicklung des Ichbewusstseins zusammenhängt, so der Atmungsprozess mit der occulten Schulung. Er bringt einen gewissen Rhythmus auch in seine Atmung durch das Einziehen des Atems, das Anhalten und Ausatmen für eine gewisse Anzahl von Sekunden. Die Art & Weise kann nur von Mensch zu Mensch gegeben werden. Durch die Übung der bewussten Regelung des Atmungsprozesses ist nichts geringeres gethan, als der Anfang zur Alchemie gemacht; das nennt man das Aufsuchen des Steins der Weisen. Noch an der Wende des 18ten & 19ten Jahrhunderts hat der Rosenkreuzerorden davon etwas gewusst. Es war noch manches davon öffentlich zu lesen.

Das erste, was die orientalische Schulung fordert ist die Regelung des Atmungsprozesses. Der Okkultist weiss, dass der Mensch durch seine Kohlensäureausatmung fortwährend die Luft verpestet und Leben tötet. Je materieller das Zeitalter, desto mehr frische Luft braucht der Mensch. Der Yogi atmet weniger schlechte Luft aus. Wodurch wird

wird denn die schlechte Luft, die die Menschen ausatmen wieder hergestellt? Durch die Pflanzen, welche den Sauerstoff abgeben und den Kohlenstoff aufsaugen; Der Pflanze also verdankt Mensch & Tier das Leben. Der geschilderte Prozess ist eine grosse Einheit. Mensch & Tier hat eine solchen Förderer in seinem Körper, dass er fortwährend Kohlenstoff abgibt und die Pflanze hat ein Leben, das mit Hilfe des Kohlenstoffes aufgebaut wird. Ebenso wie der Mensch einmal Pflanze war so wird er es wieder um und zwar mit vollem Bewusstsein werden. Und das, was heute die Pflanze macht, wird einst der Mensch in sich selbst machen und sich seinen Körper aus dem Kohlenstoff in bewusster Weise aufbauen. Der Weg dazu ist die Regelung des Atmungsprozesses. Was für eine unendlich tiefe Weisheit in Yogaschulung! Je mehr der Mensch nach ihr atmet, um so reiner & brauchbarer wird die Luft um ihm herum. Die Chemie wird sich bald damit beschäftigen. Wer eine zeitlang rhythmisch atmet, bekommt eine Gewalt über die astralen Sinne. Beim Europäer muss man sehr vorsichtig damit sein & später beginnen. Es ist eine grosse Verantwortlichkeit für den Lehrer & er muss grösste Vorsicht üben. Eine zweite Stufe für den Orientalen ist die: er muss eine bestimmte Zeit alle äusseren Eindrücke ausschalten & seine Seele mit ewigen Gehalt anfüllen. Es gibt dafür ewige Bilder und Sätze z.B. das Johannesevangelium vom 13ten Kapitel ab & Licht auf den Weg. Wenn der Mensch soweit gekommen ist, dass er die innere Windstille herstellen kann, dann werden durch diese Vertiefung in die Zaubersätze nicht durch das Verstehen allein, sondern durch die Liebe, die zu ihnen erwacht, neue Kräfte lebendig. Es bleibt noch vorhanden die Funktion des Denkens ohne Gedankinhalt. Der Schüler ist bewusst und übt die Funktion, aber ergibt - gibt sich keinen Inhalt; das ist der Anfang, dass die geistige Welt auf ihn einfließen kann und zwar erst durch Inspiration und dann durch Intuition, was erst durch lange lange okkulte Schulung erreicht wird. Dann lebt der Schüler bewusst in den höheren Welten. Diesen Zustand nennt man -<sup>44</sup> Samadhi.

Der orientalische Yogi bringt es dahin, dass dieser Zustand stundenlang bei ihm anhalten kann. Damit der Orientale die Schulung durchführen kann begibt er sich bedingungslos unter die strenge Zucht des Guru. Der Schüler muss sein Leben, sein Denken, sein Wollen darnach richten und vieles thun, was er erst später verstehen lernt. Wenn er sich so an den Guru angeschlossen hat, beginnt sein Astralleib sich zu verändern, die astralen Sinnesorgane, die Lotosblumen bilden sich aus. Zunächst werden zwei lichte Strahlen sichtbar, die immer breiter werden und die zweiblätterige fängt an sich zu bewegen. Die 16blätterige dreht sich an Kehlkopf, Die Zweiblätterige befähigt uns den Willen auszubilden. Die 16blätterige in fremde Gedankenleben einzudringen, die 12blätterige das Gefühlsleben zu erkennen. Die 4blätterige hängt mit der sexualen Kraft, der Produktionskraft zusammen.

Der Orientale macht unter der Leitung & Erfahrung seines Guru zusammenhängend mit morgenländigem Denken & Leben und mit Rücksicht auf den feinen Bau des morgenländigen Gehirns die Schulung innerlich durch, bis er in sich einen starken Führer hat.

Die christliche Schulung hat auch sieben ganz bestimmte Stufen:

- 1.) Bußwaschung.
- 2.) Geiselung.
- 3.) Dornenkrönung.
- 4.) Kreuztragung.
- 5.) mystischer Tod.
- 6.) Grablegung.
- 7.) Auferstehung.