

Berlin 15. März 1911

Unsere Meditationen sollen, wie das letzte mal ausgeführt wurde, in dem Zeichen stehen des „Stetiger Tropfen höhlt den Stein“. Als wirksame Vorbereitung für die Übungen haben wir das Studium der theosophischen Werke. Es ist besser, ein Werk 25 mal gelesen zu haben, als 5 Bücher jedes 5 mal, und wer ein Buch 2 oder 3 mal gelesen hat, darf sich gar nicht einbilden, es überhaupt gelesen zu haben. Wenn wir an einem bestimmten Tag des Jahres dieses oder jenes bei unserer Meditation erlebt haben, dann werden wir, wenn wir inzwischen wirklich studiert haben, an demselben Tage nach einem Jahr viel mehr erleben können. Es ist gut, dieselbe Übung durch lange Zeiten hindurch zu behalten; viel besser ist das als das fortwährende Abwechseln.

Nicht nur unsere Gedanken sollen wir durch das Studium bereichern, sondern auch bestimmte Gefühle

80) entwickeln. In einfachen Empfindungen
kann man die Anknüpfungspunkte
für etwas viel Tieferes finden. z.B.
sollen wir einmal aufmerksam werden
auf die Empfindung des Aufhebens
- z.B. eines Gegenstandes, oder des
Angegriffenwerdens - z.B. bei der
Hand gefasst zu werden. Da können
wir einen deutlichen Unterschied
fühlen, wenn wir z.B. uns vor-
stellen die Empfindung, die in uns
erregt wird, wenn wir eine Schnecke
aufpassen oder ^{wenn} eine Schnecke uns,
ohne dass wir es wissen, über der
Hand kriecht. Wenn wir diese
verschiedenen ^{Gefühle} Empfindungen gut
ausbilden, dann können wir uns
einen Begriff bilden von dem
Unterschied zwischen der unter-
sinnlichen und der übersinnlichen
Welt.

Die ganze physische Welt mit
all unsern ^{desaggliglichen} Empfindungen ist eine
Maja oder Illusion. Wir können
sie uns vorstellen unter der Bille

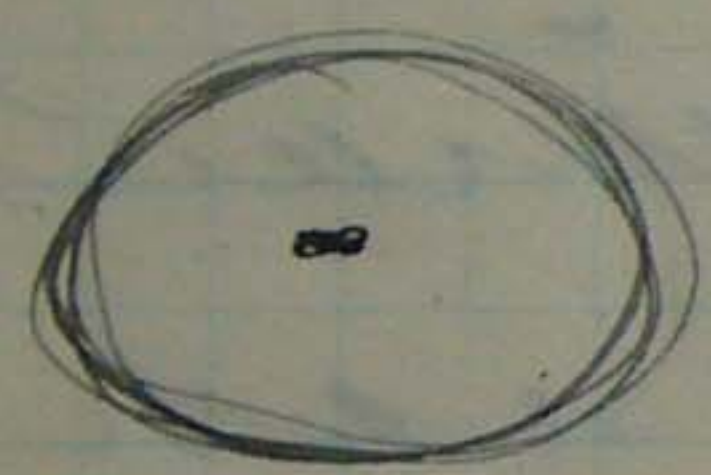
21) eines Feldes oder einer Ebene: ~~unter~~
über ihr ist die übersinnliche, unter
ihre die untersinnliche Welt. Die
übersinnliche Welt ist nun eine
solche, dass sie in Zusammenhang
gebracht werden kann mit dem
Gefühl des Angefasstwerden, die
untersinnliche dagegen mit dem
Gefühl des Anfassens.

In der Rosenkriegerlehre würde
die untersinnliche Welt immer
die elementarische Welt genannt,
die Welt der Elemente des Feuers,
der Luft, des Wassers, der Erde.

Zu dem Element der Erde dringt
man durch, wenn man über Dreiecke,
Vierecke, Fünfecke, geometrische
 Figuren ^{überhaupt} als ~~Abstraktionen~~
meditiert. Man soll das dann
so machen, dass man sich diese
Figuren mit dem Finger der einen
Hand in das Innere der andern
Hand schreibt, dass man dann
jeden Gedanken an die Hand und
das Schreiben fallen lässt, und nur

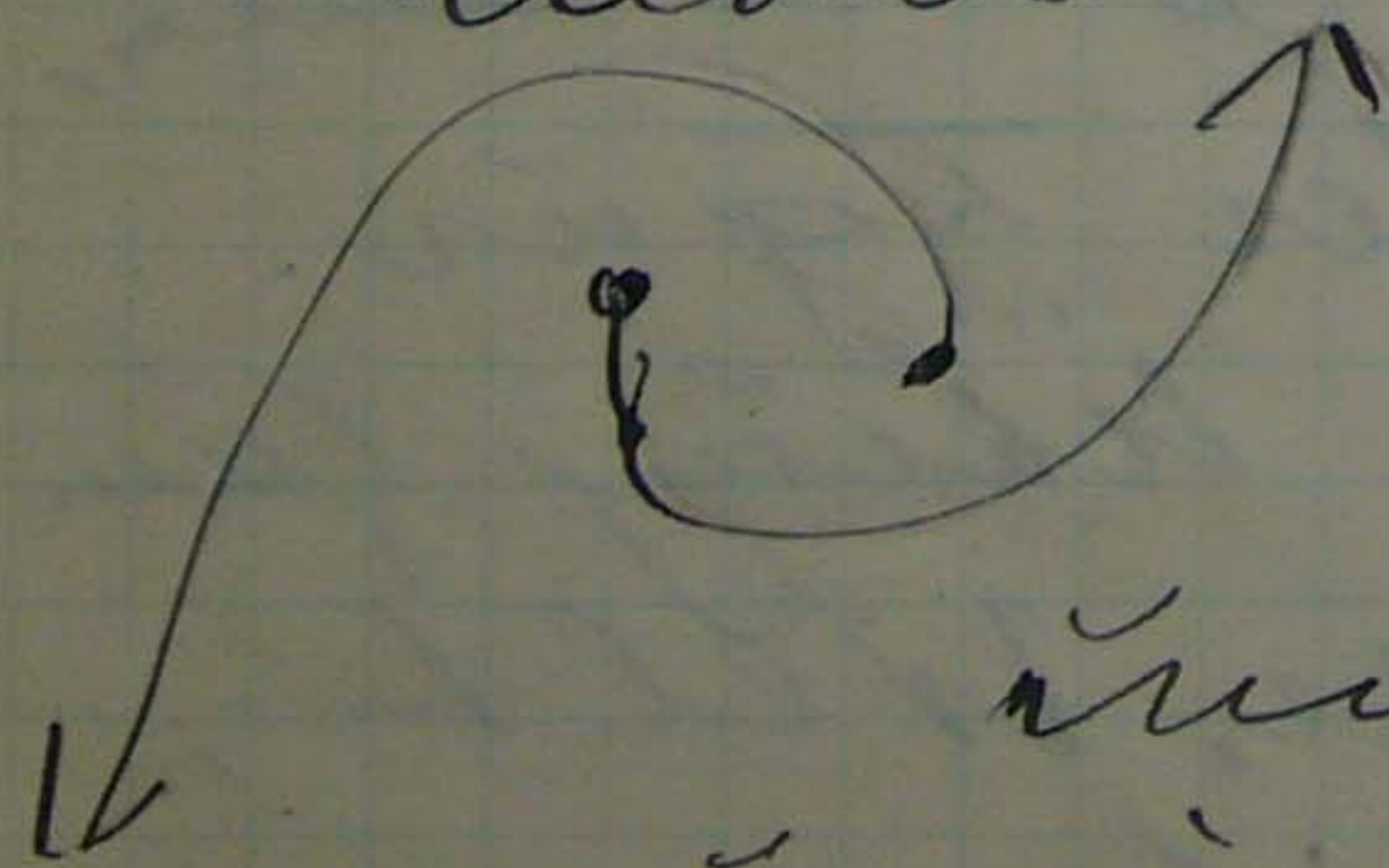
82) die Auffindung des Lehren Hineinschreiben
in die Handfläche ^{wie} als frei schwebend
im Raume sich denkt und sich in
diese Auffindung vertieft. So ergreift
man allmählich das Element Erde.

Das Element Wasser wird ^{dadurch}
ergriffen, dass man sich einen ^{fixen}
materiellen Punkt denkt und
einen anderen, beweglichen Punkt, der
sich in einem Kreise um den ersten
herum bewegt. Dann soll man sich



Das ebenso wieder in die
Hand schreiben und so damit
verfahren wie mit der ersten Figur.
Der zweite Punkt soll man als
fortgesetzt weiter drehend denken.

Bei dem Element Luft denke
man sich 2 fixe Punkte, die von ein-
ander



messbar sein wollen, aber
vorher eine Art Halbkreis
um einander beschreiben,
und dann ins Unendliche
aus einander streben. Wenn wir
mit dieser Figur genau so vorgehen
wie mit der vorhergehenden, dann

83) ergreifen wir das Element Luft,
fühlen nicht bloss die Luft an uns
vorbeistreichen, sondern ergreifen
sie wirklich.

Bei dem Element Feuer denke man
eine geschlossene Figur wie eine Schleife
 oder Achterfigur. Man
soll besonders empfinden,
dass in der Mitte einer Schnittpunkt
sich befindet, wo die Kurve sich
selbst berührt.

Diese Übungen soll man immer
gesetzt und längere Zeit nach
einander fortsetzen. Sie sind nicht
leicht; man muss sich erst
eine gewisse Proximität an-
eignen 1. in den Fühlen der Emp-
findungen im Raum, ohne die
Hand in Anspruch zu nehmen,
und 2. in dem Festhalten der Figur.

Dann aber führt diese Übung zum
Erfassen der elementaren Welt,
man lernt diese ergreifen.

Es ist aber eine Regel ohne Aus-
nahme, dass diese Übungen zu-

84)

'gleich egoistisch machen. Deshalb sollte man sie niemals ausführen, ohne nicht zugleich über Zeit allumfassendes Mitgefühl für alles, was Menschen freut und schmerzt, in der Seele zu entwickeln.

Reins aufsteigen in die übersinnliche Welt werden wir tatsächlich von höhern Wesen ergriffen, die sich unser als ihrer Werkzeuge bedienen, so wie wir aus unserem Auge, Ohre etc. bedienen. Die Gefahr bei diesem Erlebnis ist, dass man dabei, im schlechten Sinne des Wortes, immer selbst-verlorener wird. Daher ist es nötig zugleich Zeit Mut und Furchtlosigkeit auszubilden. Dann können wir uns ruhig in der geistigen Welt von geistigen Wesen ergreifen lassen, so dass wir fühlen: jetzt inspiriert ^{ich} ein Engelwesen, jetzt ein Erzengelwesen usw. Imaginationen führen in die unter sinnliche Welt, Inspirationen in die übersinnliche Welt.

Man sieht, wie in dem Rosenkreuzer
 Weg diese zwei Richtungen, nach
 oben und nach unten, vereinigt
 sind. Es ist nötig, dass man als
 Hellseher streng unterscheiden
 lernt zwischen elementarischer Welt
 und übersinnlichen Wesen; zwischen
 dem, was hier in der physischen
 Welt als Einheit erscheint. Wer
 beides zusammen schauen würde:
 in einem Bild das Wesen und das
 jenige, was sein elementarischer
 Ausdruck ist, der würde die
 größten Fehler machen und
 alles durcheinanderwerfen. Es ist
 im Anfang nicht leicht, die beiden
 Gebiete zu trennen, weil das artha-
 lische - und auch das deracka-
 nische Schauen beide gibt, aber man
 lernt allmählich, wenn man auf-
 steigend, ein Wesen schaut, sofort
 herabzusteigen um unterhalb der
 physischen Welt das Elementarische
 dieses Wesens zu finden, so wie man,
 wenn man einen Gegenstand schaut

86) sofort herabschauen kann, um seine Widerspie-
gung im Wasser zu erblicken.

Der Saturn-geiststand könnte nicht ge-
schildert werden, wenn man nicht auf
der einen Seite sich zu solchen Wesen er-
heben könnte wie die Geister des Willens
oder Geister der Persönlichkeit, und
auf der andern Seite (durchdringen könnte
in das Element des Feuers. Ebenso
muss man für den Sonnen-geiststand
die Geister der Weisheit und die Engel
erkennen und auch das Element kühlt.

In der Beschreibung für den „Schein-
wissenschaft“) wird beides zusammen-
gegeben: Wie die Throne die Saturn-
wärme ausströmen lassen usw. Es ist
aber notwendig, bei der ~~Wahrheit~~
Beobachtung, dies als eine ~~Wahrheit~~
zu empfinden.

Man muss sich darauf vorbereiten,
in der geistigen Welt Dinge zu sehen
und zu hören, die man hier unten
niemals gesehen oder gehört hat.

Wer uns erwartet, ihn schon Bekanntes
dadurch zu finden, wird niemals

87) in die geistige Welt ein dringen können.
Das ist auch, was in unserem dem
2. Satz von unserem Rosenkreuzer-
Spruch ausgedrückt ist: In ... mari-
mur. Nur wenn das Herbei in
Christo bei uns statt findet, können
wir durch den heiligen Geist wiederum
auferweckt werden. Das wiederum
ist näher ausgedrückt in
dem, was gewissermaßen ein
Kommentar auf unseren drei-
teiligen Spruch ist, der uns von
den Meistern gegeben ist:
Im Geiste lag der Keim meines Leibes
