

Es ist deswegen heute so schwer für den Esoteriker, Fortschritte zu machen, weil man sich die Erlebnisse, die man haben soll, viel zu tumultuarisch vorstellt. Es gilt aber vor allem, auf die subtilsten Vorgänge zu achten.

Man stelle sich vor, man ginge, etwa an einem stillen Abend, in einen einsamen Wald. Da wird jedes kleinste Geräusch vernehmbar sein: das Fallen der Blätter, das Herannahen eines Schlitens usw. Und nun stelle man sich dagegen die Grosstadt vor; an dem Lärm der Strassen wird man nichts dergleichen wahrnehmen, und doch sind alle diese stillen feinen Geräusche auch dort vorhanden.

In der Meditation taucht aus dem Unterbewusstsein alles Mögliche, nicht bis zur Schwelle des Bewusstseins Gekommene auf. So oft höre ich die Klagen: "es treten bei meinem Meditieren so viele Gedanken und Bilder in mir auf, deren ich nicht Herr werden kann, von denen ich mich nicht zu befreien vermag". Dies kann man aber durchaus als Fortschritt in der Meditation ansehen. Denn indem sich beim Meditierenden Aetherleib und Ich aus ihrer Verbindung mit dem physischen und Aetherleib lockern, kommt der Esoteriker dazu, seinen anderen Menschen gleichsam zu objektivieren. Dies sein Seelisch-Geistiges, das da webt und wirkt ohne sein Zutun, soll er aufmerksam in diesen Vorgängen betrachten.

von innen her naht dem Esoteriker die Versuchung Lucifers, von aussen her die von Ahriman.

Ein Beispiel: Nehmen wir an, man wohnte selbst in einer gesitteten ruhigen Familie, aber wand an wand lebten Menschen, die sich oft Räubergeschichten vorlesen und erzählen. Selbst dann, wenn man dies alles mit den physischen Ohren garnicht hörte, prägt es sich doch dem Aetherleib ein und tritt dann wieder hervor während der Meditation. Ein anderes Beispiel: man erlebt, wie ein Hund überfahren wird. Im eigenen Leib kann da Winseln und Bellen auftreten, sich auswirken nach dem Miterleben eines solchen Unfalls. Aus anderen Zusammenhängen heraus kann ein ganzer Hexensabbath sich einstellen bei der Meditation. Dann soll der Meditierende nicht hierüber verzweifeln, sondern er soll sich freuen, da er ja den Zusammenhang ahnen kann und dadurch lernt, sich immer besser objektiv zu betrachten mit alledem, was auf ihn zuvor eingewirkt hat.

Es ist wie ein Abtasten seines ganzen Körpers während der Meditation. Hier und da werden Schmerzgefühle auftreten als Folgen des Egoismus und anderes mehr. Bei diesem Abtasten fängt man oberhalb des Kopfes an und geht dann in kleinen Partien den ganzen Körper herunter.

.....

Man wird auch lernen, von Krankheitserscheinungen ausgehend Rückschlüsse auf früher Erlebtes zu ziehen. So z.B. kann eine Mittelohrentzündung schliessen lassen auf die merkwürdigsten Eindrücke, die früher auf den Aetherleib stattgefunden haben, etwa dadurch, dass man in der Jugend Räubergeschichten gehört hat ohne Vollbewusstsein, die dann aber mmh doch auf das Allerlebhafteste eingewirkt haben.

Wenn jemand einschläft bei theosophischen oder ähnlichen Betrachtungen, so wirkt das, was er hörte, nach in seinem Aetherleib, und dies besonders dann, wenn er aus diesem Eingeschlafensein sich hinterher "Gewissensbisse", Vorwürfe macht, das wirkt im Unterbewusstsein oft sehr stark.

Bei Selbstvorwürfen: dass man noch immer so schlecht sei, weil immer wieder hässliche Bilder bei der Meditation und inneren Sankalpaufsteigen, da soll uns trösten das Christuswort: