

sich dann Luzifers, um dieses Licht in uns hineinzustrahlen. In dieser Weise können wir zu einem Seelenleben kommen, das nicht intentionell ist, zu einer geistigen Welt, die nicht bloß eine Fortsetzung ist von der physischen, sondern eine ganz andere Welt. Für alles das kann uns ein Symbol sein das Rosenkreuz.

Oft sagen die Menschen: das Rosenkreuz bleibt nur ein Symbol für mich. Das ist aber Eure eigene Schuld! In der "Geheimwissenschaft" sind schon angegeben die Gefühle und Empfindungen, mit denen der Mensch sich durchdringen soll, damit das Rosenkreuz nicht bloß Symbol, sondern lebendige Kraft in ihm wird. Das heute Gesagte können wir auch so in ein Gefühl umwandeln. Aus Gott sind wir geboren. Da sich aber Luzifer der Schöpfung vermischt hat, muß das Holz des Kreuzes verbrennen, verkohlen, schwarz werden. In morimur. Sind wir so in den Christus gestorben, dann können für uns von außen herankommen von den Planeten her die sieben Weltenkräfte, die Kräfte der sieben roten Rosen, die als Licht und Wärme in uns strahlen.

E. S. , 2. Januar 1914

(Nachschrift Paula Hübbe-Schleiden)

Das, was jedem Esoteriker am Herzen liegt, ist der Erfolg bei seinen meditativen Anstrengungen. Erfolg hat ein jeder, auch wenn er ihn nicht merkt. Der angehende Esoteriker beklagt sich häufig über Schmerzen. Diese Schmerzen sind Unordnungen, die im Körper dadurch entstehen, daß der physische und der ätherische Leib nicht im richtigen Kontakt sind. Diese Schmerzen waren auch früher schon da, nur hat der Esoteriker, weil er gröber, robuster veranlagt war, sie nicht empfunden; jetzt, da er feiner veranlagt ist, empfindet er sie. Der Esoteriker muß solche Schmerzen ertragen lernen.

Man muß natürlich zu unterscheiden vermögen, ob es sich um eine ernste Krankheit handelt, dann ist ein Eingreifen nötig.

Woher kommt es denn, daß man seinen physischen Körper so wenig kennt? Weil man darin lebt, ihn nur empfindungsgemäß wahrnimmt. Man sieht mit dem Auge, daher kann man es nicht beobachten. Der Esoteriker muß dahin gelangen, sich mit seinem Geistig-Seelischen zurückzuziehen, frei zu machen vom Physischen, dann wird es ihm gelingen, seinen physischen Körper zu beobachten. Es hilft uns dazu, wenn wir unsere Gedanken möglichst auf einen Punkt zusammenziehen, konzentrieren und darin untertauchen und leben. Durch solche Konzentration tritt eine Verstärkung der Denkkraft ein erstens, und durch sie kann man allmählich dahin gelangen, seinen physischen Körper zu beobachten.

Ferner müssen wir dahin gelangen, unseren Ätherleib kennenzulernen. Das ist noch schwieriger, denn der Ätherleib ist nicht von der Haut abgeschlossen wie der physische Leib, sondern ist ein feines Gewebe, das seine Strömungen überall hinaussendet in die Außenwelt und auch von allem, was in der äußeren Welt vorgeht, beeindruckt wird, oft seiner selbst unbewußt. Den Ätherleib lernt man erfühlen durch richtiges Betreiben der zweiten Nebenübung, der Übung des Willens. Gewöhnlich wird der Mensch durch diesen oder jenen äußeren Eindruck zu seinen Handlungen getrieben: Er sieht die Blume auf der Wiese, und weil sie ihm gefällt, streckt er die Hand danach aus, sie zu pflücken. Wir sollen dahin gelangen, ohne Anregung von außen aus dem Innen heraus dieses oder jenes zu tun. Dann fühlt man, es ist der Ätherleib, der zum Beispiel die Hand zu der Handbewegung veranlaßt. In der exoterischen Wissenschaft nennt man es nicht so, aber in Wirklichkeit geschieht bei jeder Bewegung, zum Beispiel, wenn ich das Buch anfasse, ein Angriff der Außenwelt. Der Nichtesoteriker ahnt nichts davon, er ist behütet durch den Hüter der Schwelle. Aber ein Esoteriker verselbständigt sich, seine Organe werden feiner, er eignet sich immer mehr eine Empfindung dafür an, daß jeder Raum erfüllt ist mit einer zahllosen Menge von Elementarwesen, die sich durch Stechen, Stoßen, Brennen bemerkbar machen.

Man empfindet den physischen Leib dadurch, daß er an der Außenwelt Widerstand findet. Hier habe ich ein Buch; stoße ich es weg, so fühle ich den Widerstand nicht, wie ich auch die Luft nicht empfinde. Man muß sich überall Raum schaffen durch Willensimpulse, durch Initiative der Handlungen. Wer sich in der Ätherwelt ohne Willen keinen Raum schaffen kann, der kann da ebensowenig etwas ausrichten wie jemand, der in der physischen Welt tanzen wollte auf einem Podium, das voller Stühle steht. Erst müssen die Stühle fortgeschafft werden, das lernt man im Geistigen durch die zweite Übung.

Um uns unseres Astralleibes bewußt zu werden, müssen wir genau das Umgekehrte tun: wir müssen die im Astralleib wogenden Begierden zurückhalten, Gelassenheit und Gleichmut entwickeln. Dann fühlen wir die äußere astrale Welt an uns stoßen. Wie wir an die ätherische Welt stoßen dadurch, daß wir von uns aus in sie eingreifen, so fühlen wir die astrale Welt dadurch, daß wir ruhig in uns selber bleiben und alle Begierden und Wünsche zur Ruhe bringen. Bevor der Astralleib so weit ist, betäubt er sich durch den Schrei. Wir wissen, ein Schmerz entsteht, wenn physischer und Ätherleib nicht im richtigen Kontakt sind.

Das kleine Kind, wenn es Schmerz empfindet, schreit; es sucht seinen Schmerz zu übertönen im Weinen. Der Erwachsene ruft vielleicht: Au! Wenn es dem Menschen gelänge, seinen Schmerz völlig in den Vibrationen des Tons hinströmen zu lassen, so würden durch diese Schwingungen in der Formation des Ätherleibes solche Veränderungen entstehen, daß er ihn nicht als Schmerz empfände, sondern daß er hinuntersänke ins Unterbewußtsein.

Aber die guten Götter haben den Menschen schwächer veranlagt, und es ist gut so, denn sonst gäbe es kein Leid und keine artikulierte Sprache. Der Esoteriker muß dahin gelangen, alle Schmerzen, überhaupt alles, was um ihn her vorgeht, ruhig, gelassen, gleichmütig zu ertragen. Dann wird er nicht Angriffe machen auf die Außenwelt, sondern die Angriffe wenden sich von außen an ihn. Aber da er völlige Gelassenheit entwickelt hat, so berühren sie nur seinen physischen und Ätherleib, der Astralleib bleibt

unberührt; er wird sozusagen frei und man kann ihn beobachten. Drittens: also durch die Übung in der Gelassenheit gelange ich dazu, meinen Astralleib kennenzulernen.

Schließlich muß ich auch dazu kommen, mein Ich kennenzulernen. Ich kann mein Ich nicht erfühlen, weil ich in ihm lebe. Daher müssen wir es in die Welt ausgießen. Mein Ich lerne ich kennen durch das, was wir bezeichnen als Positivität. Gleichnis vom Hunde. Wenn wir es machen wie der Christus Jesus, so sehen wir nicht das Häßliche, sondern tauchen so weit hinein, daß wir an das Gute kommen. Auf diese Weise kommen wir los von unserem Ich und können es beobachten.

Auf der fünften Stufe entwickeln wir den Manas-Geistselbst, indem wir uns nicht nur festlegen auf das, was wir so lange gesehen, gehört, gelernt haben, sondern uns unbefangen verhalten allem gegenüber, was an uns herantritt. Hinter allem sollen wir die Rätsel verborgen sehen und immer denken, wie vieles noch nicht ergründet ist.

Weiterzugehen ist für den Menschen nicht nötig, da er durch diese fünf Stufen den Kontakt mit der geistigen Welt herstellt. Nur muß zwischen den verschiedenen Fähigkeiten die Harmonie hergestellt werden. Das bewirkt die sechste Übung.

Überall in der Literatur finden Sie hingewiesen auf diese fünf Übungen; es brauchte keine esoterische Stunde stattzufinden, wenn jeder aufmerksam läse; sie sollen auch nur zur Unterstützung dienen. Der Esoteriker muß nur aufmerksam sein, auch auf das Kleinste; er muß alles gewissenhaft beobachten, noch in anderer Weise, als es im Physischen geschieht, denn die Dinge im Geistigen sind ja soviel feiner und subtiler. Darum muß der Esoteriker diese Übungen beständig machen und sich immer wieder anfeuern zu neuem Streben, zu neuer Beobachtung, da es ihm sonst nicht möglich ist, Einblicke in die geistige Welt zu bekommen. Vor allem muß der Esoteriker Geduld üben. Die meisten denken, nachdem sie kurze Zeit geübt haben, sie könnten nun in die geistigen Welten gelangen, alle Pforten zur geistigen Welt ständen ihnen offen!

Bedenken Sie doch, daß ein bedeutsamer Impuls, eine bedeutende Idee, neun-

zehn Jahre braucht, um innerlich gut ergriffen und verstanden zu werden. Das ist geradeso, als wenn ein Kind, das eben sprechen gelernt hat, sagt: "Es dauert mir zu lange, Jahre hindurch zu warten, bis ich ein Mann bin, ich möchte gleich erwachsen sein!"

Ein Zweites, das man im esoterischen Leben üben muß, ist die Wahrhaftigkeit. Wer im physischen Leben nicht die Wahrhaftigkeit geübt hat, wird große Mühe haben bei seinem Aufstieg in die geistige Welt, da er ja auch sein logisches Denken und alles, was an den Verstand gebunden ist, zurücklassen muß und nicht korrigiert wird durch die physische Welt. Die guten Götter haben gerade den Menschen erziehen wollen zur Wahrhaftigkeit dadurch, daß sie ihn in die physische Welt versetzt haben. Die Neigung zur Wahrhaftigkeit kann nur in der physischen Welt erworben werden, nicht erst in der geistigen Welt. (Es gibt Gelehrte, die lauter Tische um sich herum haben, auf denen die Werke aufgeschlagen liegen, die sie am meisten für ihre Zitate gebrauchen und die bei ihrer Arbeit immer von einem Tisch zum andern gehen müssen.)

Endlich muß der Esoteriker bestrebt sein, sich gewohnheitsmäßig ein gutes Gedächtnis anzuerziehen. Wir kennen alle die Geschichte von jenem Manne, der wenig Sinn hatte für Raumverhältnisse und nie wußte, wo er etwas hingelegt hatte. Um dem abzuhelfen, stellte er verschiedene Tische in seinem Zimmer auf und legte alles darauf. Es gibt Gelehrte, die lauter Tische um sich herum haben (siehe oben).

Man lächelt darüber, aber in Wirklichkeit ist es im Unterbewußtsein bei uns allen ebenso. Der Bewahrer des Gedächtnisses ist der Ätherleib, aber ohne den physischen Leib würde er schlecht bewahren können. Die Nerven werden beeindruckt, und es muß hineingeschrieben werden in den physischen Leib; der ist sozusagen der Aufschreibe-Apparat für das, was ich behalten will. Und wenn der Mensch sich erinnern will, so durchdringt er mit dem Ätherleib den physischen Leib bis zu der Stelle, wo er eingeschrieben hat, und dann wird das Erinnerungsbild lebendig und er liest es dann vom physischen Leibe ab.

Schüler machen es ja so, wenn sie etwas auswendig zu lernen haben, daß

sie es sich so lange laut wiederholen, bis es sich eingeschrieben hat. Aber da kann es dann kommen, daß, wenn sie zum Beispiel lernen: "Es stand in alten Zeiten...", sie dadurch, daß sie den Laut zu Hilfe nehmen, es gewaltsam einpressen in den physischen Leib.

Gewohnheitsmäßig muß ein solches Einschreiben und Ablesen werden dadurch, daß es uns zur inneren Gewohnheit wird, alle Verrichtungen mit Aufmerksamkeit und Nachdenken zu durchdringen.

Für geistige Erlebnisse kann man den physischen Leib nicht gebrauchen als Erinnerungsorgan; an die Stelle muß das Gewohnheitsmäßige treten.

Wir müssen uns die dazugehörige Empfindungsnuance vor die Seele rufen.

E. S. Wien, 11. April 1914

(Nachschrift Günther Wagner)

Einem jeden von uns liegt am Herzen der Fortschritt in der esoterischen Entwicklung. Jeder, der gewissenhaft übt, schreitet vorwärts; mancher, der seine Übungen pünktlich und gewissenhaft macht, kommt vielleicht mehr voran, als er glaubt. Wir müssen nur fein beobachten; leise und intim tritt die geistige Welt an uns heran.

Freilich das eine ist gewiß, daß jeder, der den Weg in die geistigen Welten finden will, umdenken muß. Sein ganzes Wahrnehmungs- und Empfindungsleben muß ein anderes werden. Dies "Anders-Werden" wird nur so oft falsch verstanden. Die Menschen denken, daß sie das, was sie sich an Kenntnissen angeeignet haben auf dem physischen Plan, auch übertragen können auf die geistigen Welten. Der Esoteriker muß einsehen lernen, daß es andere Mittel sind, durch die man auf dem physischen Plan weiterkommt, als die, durch welche man in die geistigen Welten eindringt. Immer mehr muß er sich hineinfühlen in die geistige Welt, sich sagen, daß es beim Meditieren