Rudolf Steiner-Archiv
am Goetheanum

Manuskript.
Verfielfältigung, Nachdruck und
Benutzung für gedruckte Werke
streng verboten.

V o r t r a g

v o n

D r . R u d o l f S t e i n e r

gehalten in D o r n a c h , am 27. M a i 1922.

- - - - - - - - -

Meine lieben Freunde!

Ich möchte heute auf die Art hinweisen, wie zu verschiedenen Zeiten Menschen dazu gekommen sind, Erkenntnisse zu gewinnen, wie ich sie gestern mit Bezug auf die Entwickelung des menschlichen ätherischen und des menschlichen astralischen Leibes hier dargelegt habe. Aus einer Schilderung, wie man zu solchen Anschauungen kommt, wird sich immerhin auch Einiges erhellen können über das Wesen des Menschen, über das Verhältnis des Menschen zur Welt usw. Es ist ja durchaus nicht nötig, dass etwa jeder solche Dinge gewissermassen nachmachen kann; aber aus den Schilderungen, wie sie da oder dort vor sich gegangen sind oder noch vor sich gehen, wird man schon einiges gewinnen, das dann wiederum Licht zurückwirft auf die Ergeb-

nisse, die für jeden Menschen so wichtig sind. Die Wege, wie in sehr alten Zeiten die Menschen zu ihren übersinnlichen Erkenntnissen gekommen sind, und wie man heute solche Erkenntnisse gewinnt, sind ja durchaus von einander verschieden. Ich habe öfter darauf aufmerksam gemacht, wie in älteren Zeiten der Menschheit ein gewisses instinktives Hellsehen vorhanden war, wie dann dieses Hellsehen sich allmählich durch verschiedenste Zwischenphasen zu der Anschauung von der Welt entwickelt hat, die heute der Mensch seine eigene nennen muss, und wie aus diesem allgemeinen Bewusstsein heraus ein gewisses höheres Bewusstsein entwickelt werden kann. Wie heute der Mensch, wenn er seine Zeit und sein Verhältnis zu dieser Zeit richtig erfasst, zu höheren Erkenntnissen kommen kann, das ist geschildert im zweiten Teil meiner "Geheimwissenschaft", in dem Buche "Wie erlangt man Erkenntnisse höherer Welten?" und in anderen Schriften. Aber heute möchte ich Ihnen eine Schilderung geben mit Rücksicht auf das, was ich gestern hier ausgeführt habe.

Wenn wir in sehr alte Zeiten der Menschheits-Entwickelung zurückgehen und das geistige Streben jener Zeiten ins Auge fassen, dann finden wir unter anderem das geistige Streben, das im alten Orient vorhanden war, in derjenigen Kultur, deren spätere Zeit dann als die indische Kultur bekannt geworden ist, und zu der heute viele Menschen zurückkehren, weil sie sich nicht dazu aufschwingen können, einzusehen, dass jede Zeit eben ihren eigenen Weg gehen muss, um in die übersinnlichen Welten einzudringen.

Ich habe ja schon einmal auch hier angedeutet, dass sich aus der Gesamtmasse der Menschen, die innerhalb jenes Zeitraums gelebt haben, den ich in meiner "Geheimwissenschaft" den urindischen

Zeitraum genannt habe, einzelne Persönlichkeiten, so wie es der damaligen Zeit angemessen war, innere Kräfte der menschlichen Wesenheit zur Entwickelung brachten, die sie dann hinaufführten in die übersinnlichen Welten. Einen dieser Wege, den ich in anderem Zusammenhange hier schon angedeutet habe, bezeichnet man als den Weg des Yoga.

Der Yogaweg kann am besten begriffen werden, wenn man zunächst auf die übrigen Menschen hinschaut, aus denen heraus sich der Yogi, also derjenige, der auf diesem Wege zu höheren Erkenntnissen kommen wollte, heraushob. In jenen älteren Zeiten der Menschheitsentwickelung war ja das allgemeine Bewusstsein ein ganz anderes, als es heute ist. Wir Menschen von heute schauen in die Welt hinaus, nehmen durch unsere Sinne die Farben, die Töne wahr usw. Wir suchen in dieser sinnlichen Welt die Gesetzmässigkeiten auf; aber wir sind uns bewusst, dass wenn wir weitergehen, wenn wir uns in die äusseren Dinge gewissermassen geistig-seelisch hineinleben wollen, dass wir dann aus unserer Phantasie heraus schöpfen. Das war in jenen älteren Zeiten nicht so. Da sahen die Menschen in der äusseren Welt, wie wir wissen, mehr als der normale Mensch heute sieht. In Blitz und Donner, in allen einzelnen Gestirnen, in den Wesen der verschiedenen Naturreiche sahen die alten Menschen zugleich ein Geistig-Seelisches. Sie nahmen geistige Wesenheiten, wenn auch niederer Art, in allem Festen, in allem Flüssigen, im Luftförmigen wahr. Heute sagt eine intellektualistische Gelehrsamkeit: diese alten Menschen haben eben durch ihre Phantasie in die Umgebung, die sie geschaut haben, allerlei Geistig-Seelisches hineingeträumt. Man nennt das Animismus.

Nun kennt man die menschliche Natur, und vor allen Dingen die menschliche Natur jener älteren Zeiten schlecht, wenn man glaubt,

dass diese Menschen aus ihrer Phantasie heraus allerlei Wesenheiten in Blitz und Domner, in Quelle und Fluss, in Wind und Wetter hineingeträumt hätten. Nein, das ist nicht der Fall; sie haben sie gesehen. Geradeso, wie wir Rot und Blau sehen, oder cis und g hören, so haben diese älteren Menschen in den Dingen der Aussenwelt Geistig-Seelisches gesehen. Es war ihnen so natürlich, dieses Geistig-Seelische zu sehen, wie es uns natürlich ist, Blau und Rot zu sehen. Aber damit war etwas anderes verknüpft. Damit war verknüpft, dass die Menschen kein deutliches Selbstbewusstsein hatten.

Das deutliche Selbstbewusstsein, von dem wir heute als normale Menschen durchdrungen sind, das fehlte jenen älteren Zeiten. Der Mensch unterschied sich gewissermassen nicht von der äusseren Welt. Was etwa meine Hand sehen würde, wenn sie ein Bewusstsein hätte, nämlich das sie nicht selbstständig ist, dass sie nur ein Glied meines Organismus ist, das haben, wenn sie es auch nicht ausgesprochen haben, jene älteren Menschen gefühlt. Sie fühlten sich als Glieder des ganzen Universums. Sie trennten ihre eigene menschliche Wesenheit gar nicht in intensiver Weise von der Umgebung ab. Solch ein älterer Mensch ging meinetwillen den Fluss entlang. Wenn wir heute einen Fluss entlang gehen in der Richtung, wie der Fluss fliesst, dann haben wir als gescheite Menschen selbstverständlich das Gefühl: wir schreiten mit unseren Beinen aus und bewegen uns nach abwärts. Mit dem Fluss hat das natürlich nichts zu tun. So fühlte im Allgemeinen der ältere Mensch nicht. Wenn er an dem Ufer des Flusses abwärts ging, so fühlte er die geistigen Wesenheiten, die mit dem Stromabwärts-Fliessen des Flusses verbunden sind; so wie heute sich etwa der Schwimmer vom Was-

ser, also von einem Materiellen getragen fühlt, so fühlte er sich von dem Geistigen hinuntergeführt. Das ist nur ein herausgegriffenes Beispiel. Es war alles, was der Mensch in der Aussenwelt erlebte, so von ihm gedacht und empfunden, dass er sich von Wind-, von Stromes-Göttern, von allem, was da draussen ist, getragen, getrieben fühlte. Er fühlte die Elemente der Natur in sich. Dieses Sich-Hineinfühlen in die Natur ist dem Menschen verloren gegangen. Er hat sich aber dafür auch sein intensives Selbstständigkeitsgefühl, sein Ichgefühl allmählich erobert.

Von der gesamten Masse der Menschen, die so fühlte, hob sich nun der Yoga-Gelehrte, der Yogi, heraus. Er machte gewisse Uebungen, und ich habe da von jenen Uebungen zu sprechen, die in der späteren Zeit sehr in die Dekadenz gekommen sind; die, während sie einer älteren Menschennatur als etwas Gutes angepasst waren, später fast bloss - ich möchte sagen - zu schädlichen Zwecken verwendet worden sind. Das sind die Uebungen, die ich hier ja schon öfter angeführt habe: die Uebungen des Yoga-Atmens. Was ich also jetzt schildere gilt sozusagen nur für die Menschen einer sehr alten orientalischen Kultur als ein rechtmässiger Weg, um in die höheren Welten hinaufzukommen.

Im gewöhnlichen Leben verfliesst das Atmen beim Menschen ja unbewusst. Der Mensch atmet ein, hält den Atem, atmet aus, und nur wenn er in irgend einer Weise nicht ganz gesund ist, wird ihm dieses Atmen bewusst. Im gewöhnlichen Leben bleibt es zum weitaus grössten Teil ein unbewusster Vorgang. Der Yogi aber verwandelte durch gewisse Zeiten des Uebens den Atem dadurch in einen bewussten inneren Vorgang, dass er die Zeitstrecken, in denen er einatmete, den Atem hielt

und wieder ausatmete, dass er also den ganzen Rhytmus des Atmungsprozesses änderte. Er atmete eine längere Zeit ein, hielt den Atem länger, atmete wiederum anders aus, in einer anderen Zeit, kurz, er gab sich einen anderen Atmungs-Rhythmus, als der gewöhnliche ist. Dadurch wurde ihm der ganze Atmungsprozess ein bewusster. Er lebte sich sozusagen in sein Atmen hinein. Das Gefühl, das er von sich selbst bekam, war das eines fortwährenden Mitgehens mit dem Einatmen, mit dem Ausbreiten des ~~XXXXXX~~ Atems im Leibe und mit dem wiederum Ausatmen. Der Mensch zog sich dadurch mit seinem ganzen seelischen Wesen in das Atmen hinein.

Wenn wir einsehen wollen, was dadurch eigentlich erreicht worden ist, so können wir sagen: wenn wir z.B. einatmen, so geht der Atemstoss in unseren Organismus hinein, er geht dann durch den Rückenmarkskanal in das Gehirn und breitet sich dort innerhalb derjenigen Vorgänge aus, welche sich im Nervenorganismus, im Sinnesorganismus vollziehn. Wenn wir also dehken, haben wir niemals etwa bloss die Sinne und den Nervenorganismus als Werkzeuge dieses Denkens, sondern Sinnes- und Nerven-Organismus werden fortwährend durchrhythmisiert, durchschlagen, durchströmt, durchwellt von dem Atmungsprozess, von dem Atmungsrhythmus. Wir denken nicht, ohne dass dieser Atmungsrhythmus unseren Nerven-Sinnesprozess rhythmisch durchsetzt. Nur weil der ganze Atmungsprozess beim heutigen normalen Menschen unbewusst bleibt, bleibt auch das natürlich unbewusst.

Bei dem Yogi wurde dieser veränderte Atem bewusst in den Nerven-Sinnes-Prozess hineingezogen. Dadurch erlebte der Yogi einen inneren Vorgang, der sich zusammensetzte aus dem, was durch den Nerven-Sinnes-Prozess erfolgte, und dem, was durch das Gehirn und auch

durch die Sinne hindurch wellte und hindurchwirbelte. Er lebte dadurch aber auch das Seelische seines Denkens in den Atmungsrhythmus hinein.

Dadurch kam an diesen Yogi etwas ganz besonderes heran. Er strahlte gewissermassen das Denken, das sonst kaum als ein Kopfesvorgang gefühlt wird, in seinen ganzen Organismus hinein. Er dachte nicht bloss, sondern er fühlte, wie der Gedanke - ich möchte sagen - wie so ein Tierchen durchlief durch den Atmungsvorgang, den er künstlich hervorgerufen hatte.

Er fühlte also das Denken nicht nur als etwas logisch Verlaufendes und Schattenhaftes, sondern er fühlte, wie das Denken mitging mit dem Atmungsprozess. Wenn er einatmete, fühlte er: da nimmt er etwas aus der Aussenwelt herein; jetzt lässt er den Atmungsprozess in sein Denken hineinfliessen; da greift er mit seinen Gedanken gewissermassen dasjenige an, was er mit der Atemluft eingesogen hat, und jetzt verbreitet er das durch den ganzen Organismus. Dadurch aber kam über den Yogi ein erhöhtes Ichgefühl, ein erhöhtes Selbstgefühl. Er verbreitete sein Denken empfindungsgemäss über sein ganzes Wesen. Er wurde sich dadurch seines Denkens in der Luft bewusst, und zwar in dem regelmässigen Luftvorgange, der in seinem Inneren vor sich ging.

Nun, das hatte für ihn eine ganz besondere Folge. Wenn sich der Mensch heute in der sinnlichen Welt fühlt, so ist das ja ganz richtig, dass er in seinem Denken etwas hat, auf das er kaum hinschaut. Seine Sinne unterrichten ihn schon über das, was in der Aussenwelt ist, und wenn er zurückschaut auf sich, so sieht er wenigstens Teile von sich selber. Er bekommt dadurch ein Bild von der Art und Weise, wie der Mensch in der Aussenwelt drinnen steht zwischen Geburt und

Tod. Aber der Yogi, der strahlte gewissermassen sein Seelisch-Gedankliches über den Atmungsprozess aus, Er brachte mehr in sich hinein dieses ganze seelische Denken. Und die Folge davon war, dass jetzt aus seiner Seele ein gesondertes Selbstgefühl, ein gesondertes Ichgefühl auftauchte. Aber er fühlte das jetzt nicht als ein Mensch hier zwischen Geburt und Tod in der natürlichen Umgebung, sondern dadurch, dass er sein Seelisch-Gedankliches in dem Atmungsprozess ausgestrahlt hatte, fühlte er sich wie zurückerinnert in die Zeit, bevor er heruntergestiegen war auf die Erde, in die Zeit, als er ein geistig-seelisches Wesen innerhalb einer geistig-seelischen Welt war. Gerade so, wie der heutige Mensch bei normalem Bewusstsein - wenn er z.B. eine besonders lebhafte Erinnerung hat an etwas, was vor zehn Jahren geschehen ist - wie er sich da hineinfühlen kann in dieses Ereignis, aber auch meinetwillen in den Wald, in dem er dieses Ereignis erlebt hat, in die ganze Stimmung von dazumal, so fühlte sich der Yogi durch diesen veränderten Atmungsprozess in die ganze Stimmung, in die ganze Umgebung hinein, in der er als geistig-seelisches Wesen innerhalb einer geistig-seelischen Welt gewesen war. Da fühlte er ganz anders gegenüber der Welt, als er hier als Mensch fühlt. Und aus dem, was ihn überkam, aus dem Verhältnis dieses jetzt erweckten Selbstes zu dem ganzen Universum, entstanden dann jene wunderbaren alten Dichtungen, von denen ein schönes Ergebnis z.B. die Baghavad Gita ist.

Wenn Sie in der Baghavad Gita die wunderbaren Schilderungen von dem menschlichen Selbst lesen, wie es mitlebt mit allem, wie es untertaucht in alle Vorgänge der Natur, in alle einzelnen Geheimnisse der Welt, wie es in allem darinnen ist, so ist das eben die Wiedergabe

jener durch den Yoga-Atmungsprozess hervorgerufenen Erinnerungen an die Art,wie die Seele,als sie noch bloss Seele war,in einem geistigen Universum lebte.Und wenn Sie die Baghavad Gita mit dem Bewusstsein lesen,dass eigentlich die in die geistige Welt zurückversetzte Seele mit dem erhöhten Selbstgefühl es war,die das alles sagt,was Krishna oder andere zu solchem Selbstgefühl gekommene alte Eingeweihte aushauchten,dann erst lesen Sie diese alten Dichtungen richtig.

Man kann also sagen:jene alten Weisen hoben sich heraus aus der Gesamtmasse der damaligen Bevölkerung und sonderten ihr Selbst streng ab von der Aussenwelt.Sie sonderten es ab;aber sie sonderten es nicht etwa durch egoistische Gedanken ab,sondern durch einen verwandelten Atmungsprozess,der gewissermassen mit dem Seelischen untertauchte in den Luftrhythmus. Das war jene Art,in der in alten Zeiten ein Weg gesucht worden ist in die geistige Welt hinein.

In späteren Zeiten wurde dieser Weg verändert.Man versetzte sich also in alten Zeiten in ein solch anderes Atmen.Man fühlte ,wie die Gedanken durch die Atmungsströmungen gingen,und mit diesem Unter - tauchen der Gedanken,die da -ich möchte sagen-wie Schlangen durch die Atmungsströmungen gingen,fühlte man sein Selbst in dem Allweben der Welt drinnen,und man sprach dann das,was aus dieser Empfindung heraus sich offenbaren konnte,in gewissen Worten und Sprüchen aus. Man merkte,man redet anders,wenn man durch die Sprache offenbart,was in dieser Weise erlebt wurde.Und allmählich kam man davon ab,das, was ich geschildert habe,so stark,so intensiv zu erleben,dass das Erleben im Atmungsprozess selbst drinnen steckte.Man erlebte nach und nach,wie sich die Worte aushauchten,wie sich die Worte von selber zu Sprüchen skandierten,von selber in das Rezitativ hinein kamen.

Und so bildete sich aus dem veränderten Atmungsprozess heraus, indem man die Worte, die von diesem Atmungsprozess getragen wurden, gewissermassen abhob, so bildeten sich die mantrischen Sprüche, die Mantrams. Und während in älteren Zeiten das Wesentliche der Atmungsprozess und sein Erleben war, wurden es dann diese Sprüche. Das ging in die Tra - dition, das ging in das historische Bewusstsein der Menschen über, und daraus entstand ja im Wesentlichen dann der spätere Rhythmus, Takt usw. der Dichtung.

Wenn wir aber von dem, was in den älteren griechischen Zeiten z.B, schon durchaus Gesetzmässigkeit, zu erfühlende Gesetzmässigkeit der Sprache war, was schon zum Hexameter, zum Pentameter geworden war, wenn wir von dem zurückgehen, so finden wir ein altes Atmungserlebnis. Das aber war bestimmt, den Menschen herauszutragen aus der Welt, in der er lebt zwischen Geburt und Tod, und hineinzutragen in eine geistig-seelische Welt.

Es kann nicht die Aufgabe des heutigen Menschen sein, auf diese Weise, wie es in älteren Zeiten der Fall war, seinen Weg hinein in die geistige Welt zu suchen. Der heutige Mensch soll nicht auf dem Umwege durch das Atmen, sondern er soll auf einem seelischeren Wege, auf einem Wege mehr des Gedankens selber sich hinaufleben. Daher ist es heute richtig, wenn der Mensch in der Meditation, in der Konzentration seiner Gedanken und Bilder das, was sonst blosser logischer Zusammenhang ist, in einen -ich möchte sagen - musikalischen Zusammenhang innerhalb des Gedankens selbst verwandelt. Immer ist aber das heutige Meditieren zunächst ein Erleben in Gedanken, ein Uebergang des einen Gedankens in den andern, ein Uebergang der einen Vorstellung in die andere.

Während der alte indische Yogi von einer Atemart zu der anderen übergegangen ist, muss der heutige Mensch versuchen, lebendig sich mit seiner ganzen Seele z.B. hineinzuleben in das Rot; er bleibt also im

Ge

Gedanklichen.Er lebt sich dann in das Blau hinein.Er macht den Rhythmus durch:Rot,Blau;Blau,Rot; Rot,Blau, -was ein Gedankenrhythmus ist, aber nicht so,wie er im logischen Denken abläuft,sondern als ein viel lebendigeres Denken.

Wenn der Mensch genügend lange solche Uebungen macht,-genügend lange muss ja auch der alte Yogi seine Uebungen machen - wenn er gewissermassen den Schwung,den Rhythmus,die innere Qualitätsänderung:Rot,Blau Blau,Rot; Hell,Dunkel; Dunkel,Hell, erlebt -kurz,wenn er solche Anweisungen befolgt,wie Sie ja einzelne in meinem Buche "Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten?" finden,wenn der Mensch also,stehenbleibend im Denken,nun nicht gewissermassen den Atem hineintreibt in den Nerven-Sinnes-Prozess,sondern wenn er gleich beim Nerven-Sinnes-Prozess beginnt und den Nerven-Sinnes-Prozess selber in einen inneren Schwung und Rhythmus und in eine Qualitätsänderung hineinbringt,dann erlangt er gerade das Gegenteil von dem,was der alte Yogi erlangt hat. Der alte Yogi schaltete gewissermassen den Denkprozess mit dem Atmungsprozess zusammen;er machte Eines aus dem Denkprozess und dem Atmungsprozess. Wir versuchen heute den letzten Zusammenhang zwischen dem Atmungsprozess und dem Denkprozess,der ja ohnedies sehr unbewusst ist, noch zu lösen.Wenn Sie im gewöhnlichen Bewusstsein sind, wenn Sie im gewöhnlichen Bewusstsein nachdenken über Ihre natürliche Umgebung,so haben Sie niemals in Ihren Vorstellungen etwa einen blossen Nerven-Sinnes-Prozess,sondern da geht immer noch der Atem hinein. Sie denken,indem fortwährend Ihr Atem Ihren Nerven-Sinnes-Prozess durchwellt und durchströmt.

Alle Uebungen des Meditierens der neueren Zeit gehen darauf aus, das Denken ganz loszulösen von dem Atmungsprozess.Dadurch reisst man es aber nicht etwa aus dem Rhythmus heraus,sondern man reisst es nur aus einem Rhythmus heraus,der ein innerer ist. Aber man verbindet dann allmählich das Denken mit einem äusseren

Rhythmus.Indem man das Denken loslöst vom Atmungs-Rhythmus,-darauf gehen unsere heutigen Meditationen aus - lässtman das Denken gewissermassen hineinströmen in den Rhythmus der äusseren Welt.Der Yogi ging zu seinem eigenen Rhythmus zurück.Der heutige Mensch geht zu dem Rhythmus der äusseren Welt zurück. Lesen Sie gleich die ersten Uebungen, welche ich angegeben habe in "Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten?"wo ich zeige,wie man -sagen wir - das Keimen und das Wachsen einer Pflanze verfolgen soll.Die Meditation geht darauf hin,die Vorstellung ,das Denken von dem Atmen loszulösen,und es untertauchen zu lassen in die Wachstumskräfte der Pflanzen selber.

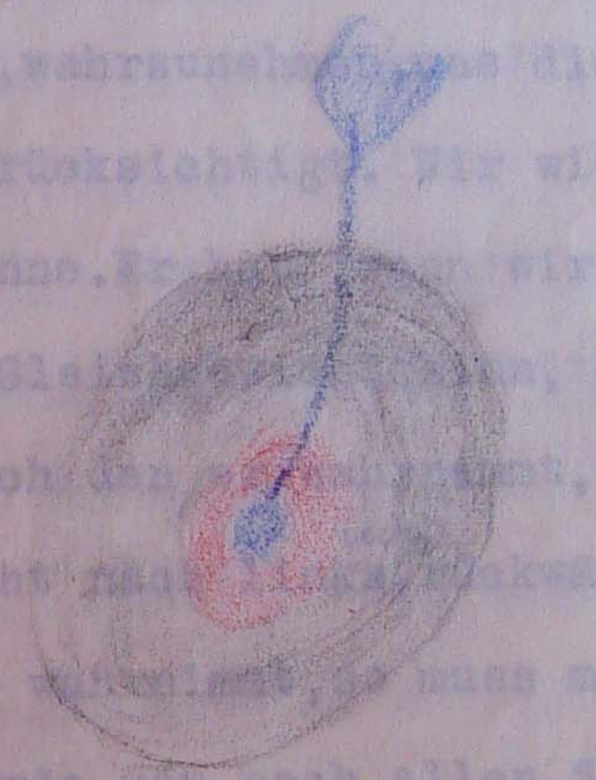
Das Denken soll in den Rhythmus hinausgehen,der die äussere Welt durchzieht.In dem Momente aber,wo das Denken wirklich in dieser Weise sich befreit von den leiblichen Funktionen,wo es sich losreisst vom Atem,wo es sich allmählich zusammenbindet mit dem äusseren Rhythmus,da taucht es unter,jetzt nicht in die sinnlichen Wahrnehmungen,in die sinnlichen Eigenschaften der Dinge,sondern da taucht es unter in das Geistige der einzelnen Dinge.

Wenn Sie eine Pflanze anschauen - sie ist grün,sie ist in der Blüte rot.Das sagt Ihnen Ihr Auge;darüber denkt dann Ihr Verstand nach. Von dem lebt unser gewöhnliches Bewusstsein.Ein anderes Bewusstsein entwickeln wir,wenn wir das Denken losreissen vom Atmen,wenn wir es verbinden mit dem,was da draussen ist. Dieses Denken,das lernt mitvibrieren mit der Pflanze,wie sie heranwächst,wie sie sich in der Blüte entfaltet,wie sie -bei einer Rose z.B. -aus dem Grün in das Rot hinübergeht; das vibriert hinaus in das Geistige,das allen einzelnen Dingen der Aussenwelt zugrunde liegt.

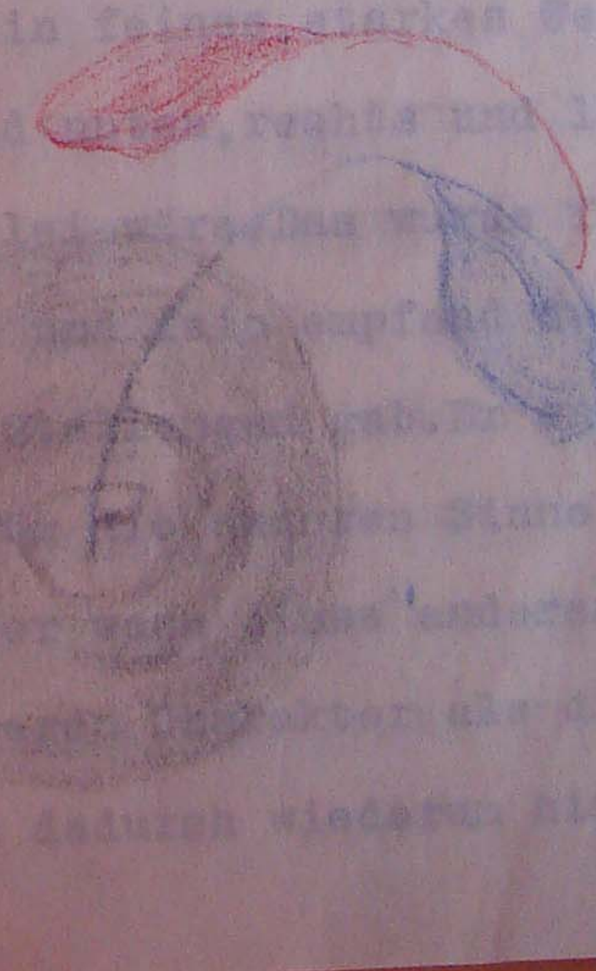
Sehen Sie,das ist der Unterschied des modernen Meditierens von den Yoga-Uebungen einer sehr alten Zeit. Dazwischen gibt es natürlich vieles;aber ich erwähne diese beiden Extreme.Und dadurch,dass der Mensch

sich in diesen äusseren Rhythmus allmählich hineinlebt,geschieht nun Folgendes.

Der Yogi tauchte unter in seinen eigenen Atmungsprozess.Er senkte sich selber in sich hinein.Dadurch bekam er das Selbst wie eine Er - innerung.Er erinnerte sich gewissermassen an das,was er früher war, bevor er auf die Erde heruntergestiegen war.Wir gehen mit unserer Seele aus unserem Leibe heraus. Wir verbinden uns mit dem,was da draussen im Rhythmus also geistig lebt. Dadurch schauen wir jetzt das- jenige an,was wir waren,bevor wir auf die Erde heruntergestiegen sind.



Sehen Sie,das ist der Unter - schied; ich will es schematisch aufzeichnen:wenn das der Yogi war (weiss)so entwickelte er sein starkes Ichgefühl (rot).Mit die - sem Ichgefühl erinnerte er sich an dasjenige,was er war,bevor er auf die Erde heruntergestiegen ist,wo er in einer geistig-seeli- schen Umgebung war(blau).Es ging der Strom der Erinnerung zurück.



Wenn das hier der moderne übersinnliche Erkenner ist(weiss) so entwickelt er einen solchen Vorgang,dass er (blau)aus sei- nem Leibe herausgeht,dadurch in dem Rhythmus der äusseren Welt lebt,und jetzt als einen äusseren Gegenstand dasjenige anschaut(rot), was er vorher war,bevor er auf die Erde heruntergestiegen ist.

So ist das Erkennen des vorgeburtlichen Zustandes,wenn es richtig entwickelt wird,in der Gegenwart eine Anschauung dessen,wie man war. (rot).Das ist der Unterschied.

Nun ist das die eine Art gewesen,wodurch der Yogi sich in die geistigen Welten hinauflebte.Eine Andere Art war diese, dass er seinem Leib bestimmte Stellungen gab.Er machte z.B.die Uebung:mit seinen Armen ausgestreckt längere Zeit zu verharren,oder er nahm eine ganz bestimmte Stellung an,indem er ein Bein über das andere kreuzte und sich auf seine eigenen Beine setzte usw..Was erlangte er dadurch?

Dadurch kam er in die Möglichkeit hinein,wahrzunehmen,was diejenigen Sinne wahrnehmen,die man heute kaum berücksichtigt. Wir wissen ja,der Mensch hat nicht nur 5,sondern 12 Sinne.Er hat ,wenn wir von den gewöhnlichen Sinnen absehen,z.B. einen Gleichgewichtssinn, - ich habe ja über das öfter gesprochen - durch den er wahrnimmt,wie er sich im Gleichgewicht erhält,dass er nicht nach links, rechts, rückwärts, vorwärts umfällt. Gerade so wie man Farben wahrnimmt,so muss man auch sein Gleichgewicht wahrnehmen,sonst würde man nach allen Seiten gleiten und umfallen.Der Betrunkene oder der Ohnmächtige nimmt das eben nicht wahr,daher taumelt er auch. Nun,um sich diesen Gleichgewichtssinn zum Bewusstsein zu bringen,nahm der Yogi gewisse Attituden des Organismus ein.Dadurch entwickelte er ein feines,starkes Gefühl für die Richtungen.Wir reden ja von oben und unten,rechts und links, vorn und hinten,als ob das alles ganz einerlei wäre.Das wurde für den Yogi allmählich etwas,was er sehr stark und fein empfand dadurch, dass er seinem Körper längere Zeit gewisse Stellungen gab.Er entwickelte dadurch gerade ein feines Gefühl für die anderen Sinne,die ich ausser den 5 Sinnen angeführt habe. Aber wenn diese anderen Sinne erlebt werden, haben sie einen viel geistigeren Charakter als die gewöhnlichen Sinne und der Yogi lebte sich dadurch wiederum hinein in

eine Wahrnehmung für die Richtung des Raumes.

Das müssen wir uns wieder erringen,aber auf eine andere Weise. Wir können,aus Gründen,die ich bei einer anderen Gelegenheit weiter aus - führen werde, nicht in solcher Weise üben,wie es in der alten Yoga geschah;aber indem wir solche Uebungen des Denkens vornehmen,wie ich sie eben beschrieben habe,die sich loslösen können vom Atmen,die sich einleben in den äusseren Rhythmus,da erleben wir den Unterschied in den Richtungen.Wir erleben,was es heisst,dass das Tier lebenslänglich sein Rückgrat horizontal hat,und dass der Mensch sein Rückgrat vertikal hat. Für die gewöhnliche unorganische Natur wissen die Menschen,dass die Magnetnadel nach der Richtung Nord-Süd weist,dass diese Nord - Süd-Richtung im Irdischen etwas bedeutet für die Entwickelung der Magnetkräfte. Indem wir uns in den äusseren Rhythmus mit unseren Gedanken hineinfinden, lernen wir erkennen, wie anders es ist, die Horizontal-Linie mit dem Rückgrat einzuhalten, als die Vertikallinie. Wir lernen das alles in Gedanken selber, indem wir in Gedanken bleiben. Der indische Yogi lernte das auch, indem er seine Beine kreuzte, sich auf die eigenen Beine setzte und dabei die Arme hochhielt. Er lernte also aus dem Körperlichen heraus das unsichtbare Bedeutungsvolle der Raumrichtungen. Der Raum ist nicht ein beliebiges Nebeneinander, sondern nach allen Seiten hin so organisiert, dass die Richtungen verschiedenen Wert haben. Solche Uebungen also, die den Menschen hineinführten in die höhere Welt, wie ich sie jetzt geschildert habe, sind mehr Uebungen, die nach der Gedankenseite gehen. Es gibt aber auch Uebungen, die nach der anderen

Seite gehen, und da finden wir unter den mannigfaltigen Uebungen, die auf diesem Felde vorhanden sind, die des asketischen Lebens, wo die Funktionen des physischen Leibes heruntergestimmt wurden, wo dem physischen Leibe geradezu allerlei Entbehrungen, Leidensvolles zugefügt wurde. Dadurch aber wurde der physische Leib gewissermassen aus seinem normalen Funktionieren herausgebracht. Was ältere Asketen nach dieser Richtung geleistet haben, davon macht sich ja der moderne Mensch keine Vorstellungen, denn der moderne Mensch will so gründlich als möglich in seinen Organismus hinein. Jedesmal, wenn der alte Asket diese oder jene körperlichen Funktionen schmerzvoll unterdrückte, zog sich sein Geistig-Seelisches aus dem Organismus heraus.

Wenn Sie leben, so wie eben im normalen Leben gelebt wird, dann ist das Geistig-Seelische mit dem physischen Organismus so verbunden, wie das eben zwischen Geburt und Tod nach der menschlichen Organisation sein soll. Wenn Sie die körperlichen Funktionen in asketischer Weise heraustreiben, dann geschieht etwas Aehnliches, wie es heute in minderem Grade bei den Menschen geschieht, die sich irgendwo verletzen.

Nun, wenn man weiss, wie der heutige Mensch ist, sobald ihm etwas nur ein klein wenig weh tut, dann ist es ja klar, dass es von da an ein weiter Abstand ist zu dem, was zuweilen alte Asketen ertrugen, um nur ihren seelischen Organismus frei zu bekommen. Dann erlebten sie aber mit dem seelischen Organismus, der durch die Askese aus dem Körper herausgetrieben wurde, die geistige Welt. Im wesentlichen sind eigentlich auf diesem Wege alle älteren grossen Religions-Vorstellungen gewonnen.

Die modernen Erklärer des religiösen Bewusstseins machen sich die Sache etwas leicht. Sie erklären die religiösen Vorstellungen für eine Dichtung, weil sie vor allen Dingen an dem Satz festhalten: was der

Mensch über die Welt an Erkenntnissen gewinnen soll, das darf nicht weh tun. Auf diesem Standpunkt standen eben die alten Religionssucher nicht, sondern sie waren sich klar, (was ja für seine irdische Arbeit selbstverständlich das Richtige ist, - es soll ja nicht ein falsches, weltfremdes Wesen etwa als das Richtige geschildert werden): wenn der Mensch in seinem physischen Organismus voll drinnen steckt, kann er nichts erleben in der geistigen Welt. Dieses Erleben in der geistigen Welt, das suchten eben die alten Asketen dadurch, dass sie den Körper abstumpften, ihm sogar Schmerz zufügten; denn jedesmal, wenn sie aus einem Glied durch Schmerz das Geistig-Seelische heraustrieben, erlebte dieses Stück Geistig-Seelisches in der geistigen Welt. Und die grossen Religionen sind eben nicht schmerzlos, sondern durch gründliches Erleiden errungen. Dasjenige, was sich da als Ergebnis der menschlichen Entwickelung mitgeteilt hat, das wird heute durch den Glauben aufgenommen. Heute trennt man hübsch voneinander ab Wissen auf der einen Seite und Glauben auf der anderen. Das Wissen soll Naturwissen der äusseren Welt sein. Nun ja, das erwirbt man durch den Kopf. Der Kopf ist dickschädelig, dem tut das nicht weh, insbesondere weil ja auch die Erkenntnisse durch ausserordentlich dünnmaschige Begriffe gewonnen werdem.

Das andere, was sich erhalten hat als ehrwürdige Traditions-Vorstellungen, das nimmt man - wie man sagt - durch den Glauben auf. Aber eigentlich müsste man von einem gewissen Gesichtspunkte aus sagen: der Unterschied zwischen dem Wissen und dem Glauben ist der, dass man heute den Willen hat, als Wissen nur dasjenige gelten zu lassen, was nicht weh tut, wenn man es erringt, und dass man durch den Glauben, der auch nicht weh tut, zu erringen sucht, was einmal als ein Wissen, das allerdings nicht der sinnlichen Welt angehört, auf sehr schmerzvolle

leidvolle Art errungen worden ist.

Nun, auch der asketische Weg kann nicht der Weg der Gegenwart sein, trotz alledem, was ich eben gesagt habe. Warum, das werden wir bei einer anderen Gelegenheit betrachten. Aber es ist heute durchaus möglich, durch eine innere Selbstzucht, durch eine Willenszucht, dadurch, dass man seine Entwickelung, die sonst nur das Leben und die Erziehung bringt, selbst in die Hand nimmt, in die Willens-Wachstums-Kräfte einzugreifen. Wenn man sich z.B. sagt: du musst in fünf Jahren dir etwas angewöhnt haben, und du willst diese fünf Jahre alle Gewalt deines Willens darauf lenken, dir dieses anzugewöhnen, - wenn man dann so die Entfaltung des Willens nach der inneren Vervollkommnung treibt, dann löst man das Geistig-Seelische auch ohne Askese aus dem Leiblichen heraus, dann fühlt man das, was man in dieser Selbstvervollkommnung unternehmen muss, als etwas, was unter fortwährender Eigentätigkeit vollzogen werden soll.

Jeden Tag muss man irgend etwas innerlich verrichten. Es sind manchmal kleine Verrichtungen, aber sie müssen mit eisernem Fleiss und mit einer unwiderstehlichen Geduld ausgeübt werden. Man kann es ja öfter erleben, dass, wenn man den Leuten solche Uebungen empfiehlt, wie: du sollst z.B. an jedem Morgen einen ganz bestimmten Gedanken haben, sie voller Feuereifer sind. Aber es dauertn nicht lange, da erlahmt wiederum alles, und da soll die Sache von selber gehen. Da merken sie, das wird mechanisch, weil sie die stärkere Kraft, die immer mehr und mehr nötig wird, nun nicht anwenden wollen. Erstens hat man also diesen Widerstand der eigenen Trägheit zu überwinden; dann aber kommt der andere Widerstand, der von dem Objektiven herrührt. Es ist, wie wenn man sich durch etwas Dichtes hindurcharbeiten müsste, und dann kommt wirklich jenes innere Erlebnis, dass das Denken, das sich allmählich entwickelt

hat, das lebendig geworden ist, das jetzt Raumrichtungen, überhaupt Lebendiges wahrnimmt, das in den Rhythmus der äusseren Welt sich hineinfindet, dass das einem weh tut, dass jede Erkenntnis, die errungen wird, schmerzt. Ich kann mir ganz gut moderne Menschen vorstellen, die den Weg in die höheren Welten hinein gehen wollen. Sie fangen an. Die allererste leise Erkenntnis kommt; das tut weh. Also bin ich krank,sagen sie. Es ist ja selbstverständlich, wenn einem etwas weh tut, so ist man krank. Aber wenn man höhere Erkenntnisse erringt, dann kann es einem manchmal sehr weh tun, und man ist doch nicht krank. Es ist ja allerdings bequemer, anstatt fortzuschreiten auf dem Wege, den die höhere Erkenntnis notwendig macht, - denn die seelischen Leiden werden immer grässer - es ist leichter, statt zu streben, diese seelischen Leiden zu überwinden, sich kurieren zu lassen. Man lässt sich etwas verschreiben, statt das man auf dem Wege weitergeht. Selbstverständlich ist das bequemer. Aber man kommt in der Erkenntnis nicht weiter dadurch. Für den modernen Menschen ist es so, dass auch dieses Hineintauchen in den Schmerz, in das Leiden ein innerer seelischer Weg wird, so dass es sich rein seelisch abspielt, dass der Körper daran zunächst nicht eigentlich teilnimmt, insofern als der Körper robust und stark und der Aussenwelt gewachsen bleibt, wie er es sonst bei den Menschen heute ist. Dadurch aber, dass der Mensch beginnt, seine Erkenntnisse, wie etwas an sich herankommen zu lassen, das Leid bedeutet, dadurch kommt er heute wiederum in diejenigen Regionen des geistigen Lebens hinein, aus denen einstmals die grossen Religions-Wahrheiten geholt worden sind. Die grossen Religionswahrheiten, d.h. diejenigen Wahrheiten, die religiös stimmen durch den Eindruck, den die höhere Welt, die übersinnliche Welt, die Welt, in der unsere Unsterblichkeit z. B. wurzelt, macht, diese Wahrheiten können nicht ohne schmerzliche innere Erlebnisse errungen

werden.

Wenn sie so errungen werden, können sie dann wiederum dem allgemeinen Menschenbewusstsein übergeben werden. Die Menschen sträuben sich heute gegen solche Wahrheiten aus dem einfachen Grunde, weil sie den Dingen anspüren: sie sind nicht so, wie man es gern haben möchte.

Denken Sie doch nur einmal, dass manchem schon recht fatal sein könnte, dass ich gestern gesagt habe: in diesen sich umwandelnden Astralleib, der dann im Herzen eingreift in den Aetherleib, da wird alles eingeschrieben, was der Mensch an Tätigkeit vollbringt, sogar dasjenige, was er einem anderen aufträgt. Schon dieser Gedanke macht manchen zappelig im Inneren. Und die grossen Wahrheiten fordern eben auch in gewissem Sinne einen inneren Mut der Seele, der sich dazu aufschwingt, sich zu sagen: erlebtst du diese Dinge, dann musst du bereit sein, dir Erkenntnis durch Entbehrung und Schmerz zu erringen.

Das soll nicht zur Entmutigung gesprochen sein, obwohl es heute für viele Menschen entmutigend ist. Es ist eben einfach aus der Wahrheit heraus gesprochen. Was nützt es, den Menschen zu sagen, sie können im Wohlergehen in die höchsten Welten einziehen, wenn es eben doch nicht wahr ist, wenn das Eindringen in die höheren Welten eben erfordert, dass Ueberwindungen geschehen, dass Leidvolles überwunden werde.

Und so versuchte ich Ihnen heute zu schildern, meine lieben Freunde, wie man zu dem Menschlichen vordringt. Dieses Menschlich-Seelisch-Geistige ist ja tief innerlich verborgen. Man muss erst zu ihm vordringen. Aber der Mensch muss auch, wenn er nicht selber vordringt, wissen, dass da in ihm ein Verborgenes ist, und er muss kennen lernen aus den Anforderungen der heutigen Zeit heraus, wie solche Dinge, wie sie gestern geschildert worden sind, in Wahrheit verlaufen.

Finden kann man solche Dinge nur auf Erkenntniswegen, wie ich sie heute wieder angedeutet habe, und wie sie in verschiedener Weise gegangen worden sind in alten und in neuen Zeiten.

- - - - - - - - - - - - - - - -

Finden kann man solche Dinge nur auf Erkenntniswegen, wie ich sie heute wieder angedeutet habe, und wie sie in verschiedener Weise gegangen worden sind in alten und in neuen Zeiten.

- - - - - - - - - - - - - - -