

Auszüge – Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten?

Vorrede zur dritten Auflage (erste Buchausgabe)

S. 10:

Eine Übung kann unrichtig wirken, wenn nicht von dem Ausführenden ihr eine andere Übung hinzugefügt wird, welche die Einseitigkeit der ersten zu einer Harmonie der Seele auslöst.

S. 11:

... man auf den Inhalt immer wieder zurückgreife; denn man wird sich überzeugen, dass man manches erst dann für sich selbst zu einem befriedigenden Verständnis bringt, wenn man es versucht hat und nach dem Versuche gewisse Feinheiten der Sache bemerkt, die einem früher entgehen mussten.

Bedingungen

S. 19:

Erste Bedingung: Grundstimmung des „Pfades der Verehrung“, der Devotion gegenüber der Wahrheit und Erkenntnis.

S. 20:

Wenn wir nicht das tiefgründige Gefühl in uns entwickeln, dass es etwas Höheres gibt, als wir sind, werden wir auch nicht in uns die Kraft finden, uns zu einem Höheren hinaufzuentwickeln.

S. 21:

Aber jede Kritik, jedes richtende Urteil vertreiben ebenso sehr die Kräfte der Seele zur höheren Erkenntnis, wie jede hingebungsvolle Ehrfurcht sie entwickelt.

S. 22:

Betont muss werden, dass es sich beim höheren Wissen nicht um Verehrung von Menschen, sondern um eine gegenüber Wahrheit und Erkenntnis handelt.

Verehrung, Ehrfurcht, Anbetung, Bewunderung. Wer höhere Erkenntnis sucht, muss sie (diese Gefühle) in sich erzeugen. Er muss sie selbst seiner Seele einflößen. Das kann man nicht durch Studium. Das kann man nur durch das Leben. Wer Geheimschüler werden will, muss sich daher energisch zur devotionalen Stimmung erziehen. Er muss überall in seiner Umgebung in seinen Erlebnissen dasjenige aufsuchen, was ihm Bewunderung und Ehrerbietung abzwängen kann. Begegne ich einem Menschen und tadle ich seine Schwächen, so raube ich mir höhere Erkenntniskraft; suche ich liebevoll mich in seine Vorzüge zu vertiefen, so sammle ich solche Kraft.

S. 23:

... immer wieder allen Dingen gegenüber auf das Gute sehen und mit dem richtenden Urteile zurückhalten. Aber dies darf nicht eine äußerliche Lebensregel bleiben. Sondern es muss von dem Innersten unsrer Seele Besitz ergreifen. ... Ich muss diese Achtung in meinen Gedanken haben. Damit muss der Geheimschüler beginnen, dass er die Devotion in sein Gedankenleben aufnimmt.

Jeder Augenblick, in dem man sich hinsetzt, um gewahr zu werden in seinem Bewusstsein, was in einem steckt an abfälligen, richtenden, kritischen Urteilen über Welt und Leben: - jeder solcher Augenblick bringt uns der höheren Erkenntnis näher. Und wir steigen rasch auf, wenn wir in solchen Augenblicken unser Bewusstsein nur erfüllen mit Gedanken, die uns mit Bewunderung, Achtung, Verehrung gegenüber Welt und Leben erfüllen. Wer in diesen Dingen Erfahrung hat, der weiß, dass in jedem solchen Augenblicke Kräfte in dem Menschen erweckt werden, die sonst schlummernd bleiben. Es werden *dadurch* dem Menschen die geistigen Augen geöffnet. Er fängt dadurch an, Dinge um sich herum zu sehen, die er früher nicht hat sehen können.

S. 24:

Zunächst überstrahlt das ganze Gemütsleben des Menschen die eine Grundstimmung der Devotion gegenüber allem wahrhaft Ehrwürdigem. In diesem *einen* Grundgeföhle findet sein ganzes Seelenleben den Mittelpunkt. Wie die Sonne durch ihre Strahlen alles Lebendige belebt, so belebt beim Geheimschüler die Verehrung alle Empfindungen der Seele.

S. 25:

Es ist die *Seele*, welche erkennt. Und für die Seele sind Geföhle das, was für den Leib die Stoffe sind, welche seine Nahrung ausmachen. ... Für sie sind Verehrung, Achtung, Devotion nährende Stoffe, die sie *gesund*, kräftig machen; vor allem kräftig zur Tätigkeit des Erkennens. Missachtung, Antipathie, Unterschätzung des Anerkennenswerten bewirken Lähmung und Ersterben der erkennenden Tätigkeit.

Wirksamer noch wird das, was durch die Devotion zu erreichen ist, wenn eine andere Geföhlsart hinzukommt. Sie besteht darinnen, dass der Mensch lernt, sich immer weniger den Eindrücken der Außenwelt hinzugeben, und dafür ein reges Innenleben entwickelt.

S. 26

Nicht abstumpfen soll sich der Geheimschüler für die Außenwelt; aber sein *reiches Innenleben* soll ihm die Richtung geben, in der er sich ihren Eindrücken hingibt.

Der Geheimschüler wird darauf verwiesen, sich Augenblicke in seinem Leben zu schaffen, in denen er still und einsam sich in sich selbst versenkt. ... Er soll in solchen Augenblicken in aller Stille nachklingen lassen, was er erlebt hat, was ihm die äußere Welt gesagt hat. Jede Blume, jedes Tier, jede Handlung wird ihm in solchen stillen Augenblicken ungeahnte Geheimnisse enthüllen. Und er wird vorbereitet dadurch, neue Eindrücke der Außenwelt mit ganz anderen Augen zu sehen als vorher.

S. 27:

... nicht etwa nur den Genuss nachklingen zu lassen, sondern, mit *Verzicht* auf weiteren Genuss, das Genossene durch innere Tätigkeit zu *verarbeiten*.

Innere Ruhe

S. 29:

Schaffe dir Augenblicke innerer *Ruhe* und lerne in diesen Augenblicken *das Wesentliche von dem Unwesentlichen unterscheiden*.

S. 31:

Und er soll sich dabei so stellen, dass er alles das, was er sonst erlebt, von einem höheren Gesichtspunkte aus ansieht.

Was man in den ausgesonderten Augenblicken anzustreben hat, ist nun, die eigenen Erlebnisse und Taten so anzuschauen, so zu beurteilen, als ob man sie nicht selbst, sondern als ob sie ein anderer erlebt oder getan hätte.

Der Geheimschüler muss die Kraft suchen, sich selbst in gewissen Zeiten wie ein Fremder gegenüberzustehen.

S. 32:

Kommt man zur *inneren Ruhe* des Überblicks, dann sondert sich das Wesentliche von dem Unwesentlichen.

Mit gegenwärtig erlebten Schicksalsfügungen wird und braucht dies nicht zu gelingen; mit länger vergangenen muss es vom Schüler des Geisteslebens erstrebt werden.

Solange aber dieser höhere Mensch nicht erweckt ist, so lange bleiben auch die in jedem Menschen schlummernden höheren Fähigkeiten verborgen, die zu übersinnlichen Erkenntnissen führen.

S. 33:

Ja, er kann umso voller den übrigen Tag hindurch diesem „Leben“ nachgehen, weil er in seinen ausgesonderten Augenblicken ein „höheres Leben“ sich aneignet.

Der ganze Mensch wird ruhiger werden, wird Sicherheit bei all seinen Handlungen gewinnen, wird nicht mehr aus der Fassung gebracht werden können durch alle möglichen Zwischenfälle. ... Er wird anfangen, sich über Dinge nicht mehr zu ärgern, über die er sich vorher geärgert hat.

S. 34:

Und solche Ruhe und Sicherheit wirken auch auf das ganze menschliche Wesen zurück. Der innere Mensch wächst dadurch. Und mit ihm wachsen jene inneren Fähigkeiten, welche zu den höheren Erkenntnissen führen. Denn durch seine in dieser Richtung gemachten Fortschritte gelangt der Geheimschüler allmählich dahin, dass er selbst bestimmt, *wie* die Eindrücke der Außenwelt auf ihn einwirken dürfen. ... Da er nun den Pfad der Geheimschülerschaft betreten hat, ist er imstande, dem Worte seinen verletzenden oder ärgerlichen Stachel zu nehmen, bevor es den Weg zu seinem Innern gefunden hat.

S. 35:

Man bedenke, dass der „höhere Mensch“ im Menschen in fortwährender Entwicklung ist. Durch die beschriebene Ruhe und Sicherheit wird ihm aber allein eine gesetzmäßige Entwicklung ermöglicht. ... Dem inneren Menschen können keine äußeren Kräfte Raum schaffen. Das vermag nur die *innere Ruhe*, die er seiner Seele schafft.

S. 36:

Hängt es von etwas anderem als von mir ab, ob ich mich ärgere oder nicht, so bin ich nicht Herr meiner selbst, oder – noch besser gesagt –: ich habe den „Herrscher in mir“ noch nicht gefunden. Ich muss in mir die Fähigkeit entwickeln, die Eindrücke der Außenwelt nur in einer durch mich selbst bestimmten Weise an mich herankommen zu lassen; dann kann ich erst Geheimschüler werden.

Es kommt nicht darauf an, wie weit es einer in einer bestimmten Zeit bringt; sondern allein darauf, dass er ernstlich *sucht*.

Es gehört gewiss in mancher Lebenslage eine große Kraft dazu, sich Augenblicke innerer Ruhe zu schaffen. Aber je größer die notwendige Kraft, desto bedeutender ist auch das, was erreicht wird. Alles hängt in bezug auf die Geheimschülerschaft davon ab, dass man energisch, mit innerer Wahrheit und rückhaltloser Aufrichtigkeit sich selbst, mit allen seinen Handlungen und Taten, als ein völlig Fremder gegenüberstehen kann.

S. 37:

Es muss dazu noch etwas anderes kommen. ... Er muss sich erheben zu einem *rein* Menschlichen, das nichts mehr mit seiner besonderen Lage zu tun hat. Er muss zu einer Betrachtung derjenigen Dinge übergehen, die ihn als Mensch etwas angingen, auch wenn er unter ganz anderen Verhältnissen, in einer ganz anderen Lage lebte.

Und damit beginnt der Mensch zu fühlen, zu erleben, dass er solchen *höheren Welten* (höhere, als diejenigen sind, mit denen ihn der Alltag zusammenführt) angehört. ... So erst verlegt er den Mittelpunkt seines Wesens in sein Inneres. Er hört auf die Stimmen in seinem Innern, die in den Augenblicken der Ruhe zu ihm sprechen; er pflegt im Innern Umgang mit der geistigen Welt. Er ist dem Alltag entrückt.

Ein natürliches Lebensbedürfnis muss dem Geheimschüler solche stille Beschaulichkeit werden. Er ist zunächst ganz in eine Gedankenwelt versenkt. Er muss für diese stille Gedankentätigkeit ein *lebendiges Gefühl* entwickeln. Er muss *lieben* lernen, was ihm der Geist da zuströmt.

S. 38:

Er fängt an, mit seinen Gedanken umzugehen wie mit den Dingen im Raume. Und dann naht für ihn auch der Augenblick, in dem er das, was sich ihm in der Stille innerer Gedankenarbeit offenbart, als viel höher, wirklicher zu fühlen beginnt als die Dinge im Raume. ... Er sieht ein, dass durch Gedanken verborgene *Wesenheiten* zu ihm sprechen. Es fängt an, aus der Stille heraus zu ihm zu sprechen. ... Beseligt im höchsten Grade fühlt sich der Geheimschüler, wenn er diesen Augenblick zum ersten Male erlebt. Über seine ganze äußere Welt ergießt sich ein inneres Licht. Ein zweites Leben beginnt für ihn.

Solches Leben der Seele in Gedanken, das sich immer mehr erweitert zu einem Leben in geistiger Wesenheit, nennt die Gnosis, die Geisteswissenschaft *Meditation* (beschauliches Nachdenken). Diese Meditation ist das Mittel zu übersinnlicher Erkenntnis. – Aber nicht schwelgen in Gefühlen soll der Geheimschüler in solchen Augenblicken. Er soll nicht unbestimmte Empfindungen in seiner Seele haben. Das würde ihn

nur hindern, zu wahrer geistiger Erkenntnis zu kommen. Klar, scharf, bestimmt sollen sich seine Gedanken gestalten.

S. 39:

Er soll zum Ausgangspunkte die Schriften nehmen, die selbst solcher Offenbarung in der Meditation entsprossen sind. In der mystischen, in der gnostischen, in der geisteswissenschaftlichen Literatur von heute findet der Geheimschüler solche Schriften. Da ergeben sich ihm die Stoffe zu seiner Meditation.

S. 39:

Durch solche Meditation geht eine völlige Verwandlung mit dem Geheimschüler vor. Er fängt an, über die Wirklichkeit ganz neue Vorstellungen sich zu bilden.

S. 40:

Wer sich durch die Meditation erhebt zu dem, was den Menschen mit dem Geist verbindet, der beginnt in sich das zu beleben, was ewig in ihm ist, was nicht durch Geburt und Tod begrenzt ist. ... So ist die Meditation der Weg, der den Menschen auch zur Erkenntnis, zur Anschauung seines ewigen, unzerstörbaren Wesenskernes führt. Und nur durch sie kann der Mensch zu solcher Anschauung kommen.

S. 41:

Durch sie (die richtige Meditation) lebt die Erinnerung auf an Erlebnisse, die jenseits von Geburt und Tod liegen.

Als drei Stufen können die Mittel der geistigen Schulung bezeichnet werden: 1. *Die Vorbereitung*. Sie entwickelt die geistigen Sinne. 2. *Die Erleuchtung*. Sie zündet das geistige Licht an. 3. *Die Einweihung*. Sie eröffnet den *Verkehr* mit den höheren Wesenheiten des Geistes.

DIE STUFEN DER EINWEIHUNG

1. Die Vorbereitung

S. 43:

Die Vorbereitung besteht in einer ganz bestimmten Pflege des Gefühls- und Gedankenlebens. ... Der Anfang muss damit gemacht werden, die Aufmerksamkeit der Seele auf gewisse Vorgänge in der uns umgebenden Welt zu lenken. Solche Vorgänge sind das sprießende, wachsende und gedeihende Leben einerseits, und alle Erscheinungen, die mit Verblühen, Verwelken, Absterben zusammenhängen, anderseits.

S. 44:

Es handelt sich darum, dass er (der Mensch) intensiv die Aufmerksamkeit ganz bewusst auf diese Tatsachen lenke. Er muss, wo er Blühen und Gedeihen einer ganz bestimmten Art wahrnimmt, alles andere aus seiner Seele verbannen und sich kurze Zeit ganz allein *diesem einen* Eindrucke überlassen. Er wird sich bald überzeugen, dass ein Gefühl, das in einem solchen Falle durch seine Seele früher nur durchgehuscht ist, anschwillt, dass es eine kräftige und energische Form annimmt. Diese Gefühlsform muss er dann ruhig in sich nachklingen lassen. Er muss dabei ganz still in seinem Innern werden. Er muss sich abschließen von der übrigen Außenwelt und ganz allein dem folgen, was seine Seele zu der Tatsache des Blühens und Gedeihens sagt.

Erst schaue man so lebhaft, so genau, als es nur irgend möglich ist, die Dinge an. *Dann* erst gebe man sich dem in der Seele auflebenden Gefühle, dem aufsteigenden Gedanken hin. Worauf es ankommt, ist, dass man auf *beides*, im völligen inneren Gleichgewicht, die Aufmerksamkeit richte. ... Man wird neue Arten von Gefühlen und Gedanken in seinem Innern aufsteigen sehen, die man vorher nicht gekannt hat. Je öfter man in einer solchen Weise die Aufmerksamkeit auf etwas Wachsendes, Blühendes und Gedeihendes und damit abwechselnd auf etwas Welkendes, Absterbendes lenkt, desto lebhafter werden diese Gefühle werden. Und aus den Gefühlen und Gedanken, die so entstehen, bauen sich die Hellseherorgane ebenso auf, wie sich durch Naturkräfte aus belebtem Stoffe Augen und Ohren des physischen

Körpers aufbauen. Eine ganz bestimmte Gefühlsform knüpft sich an das Wachsen und Werden; eine andere ganz bestimmte an das Verwelken und Absterben.

S. 45:

Diese beiden Gefühle sind zwei Kräfte, die bei gehöriger Pflege, bei immer lebhafter werdender Ausbildung zu den bedeutsamsten geistigen Wirkungen führen. ... Die Seelenwelt, der sogenannte astrale Plan, beginnt vor ihm aufzudämmern. ... Sie (Wachsen und Vergehen) formen sich vielmehr zu geistigen Linien und Figuren, von denen er vorher nichts ahnte. ... Eine blühende Blume zaubert vor seine Seele eine ganz bestimmte Linie, ebenso ein im Wachsen begriffenes Tier oder ein im Absterben befindlicher Baum. ... Nichts Willkürliches liegt in diesen Linien und Figuren. Zwei Geheimschüler, die sich auf der entsprechenden Stufe der Ausbildung befinden, werden bei dem gleichen Vorgange stets dieselben Linien und Figuren sehen.

S. 46:

Wenn der Schüler so weit ist, dass er solch geistige Gestalten von Erscheinungen sehen kann, die sich seinem äußeren Auge auch physisch zeigen: dann wird er auch nicht weit entfernt sein von der Stufe, Dinge zu sehen, die kein physisches Dasein haben, die also dem ganz verborgen (okkult) bleiben müssen, der keine Unterweisung in der Geheimlehre erhalten hat.

S. 47 (Fußnote):

Bemerkt soll werden, dass *künstlerisches* Empfinden, gepaart mit einer stillen, in sich versenkten Natur, die beste Vorbedingung für die Entwicklung der geistigen Fähigkeiten ist. Dieses Empfinden dringt ja durch die Oberfläche der Dinge hindurch und gelangt dadurch zu deren Geheimnissen.

S. 47:

Ein Weiteres, worauf es ankommt, ist das, was die Geheimwissenschaft die *Orientierung* in den höheren Welten nennt. Man gelangt dazu, wenn man sich ganz von dem Bewusstsein durchdringt, dass Gefühle und Gedanken *wirkliche Tatsachen* sind, genau so wie Tische und Stühle in der physisch-

sinnlichen Welt. In der seelischen und in der Gedankenwelt wirken Gefühle und Gedanken aufeinander wie in der physischen die sinnlichen Dinge.

In der Geheimwissenschaft kann man aber nur vorwärtskommen, wenn man auf seine Gedanken und Gefühle ebenso achtet, wie man auf seine Schritte in der physischen Welt achtet.

S. 48:

Sie (die Gesetze für die Gefühls- und Gedankenwelt) müssen aus dem Leben seiner Seele selbst fließen. Man gelangt dazu, wenn man sich jederzeit verbietet, verkehrte Gefühle und Gedanken zu hegen. Alles willkürliche Hin- und Hersinnen, alles spielerische Phantasieren, alle zufällig auf- und abwogenden Gefühle muss man sich in dieser Zeit verbieten. Man macht sich dadurch nicht gefühlsarm. Man wird nämlich bald finden, dass man reich an Gefühlen, schöpferisch in wahrer Phantasie erst wird, wenn man in solcher Art sein Inneres regelt. An die Stelle kleinlicher Gefühlsschwelgerei und spielerischer Gedankenverknüpfung treten bedeutsame Gefühle und fruchtbare Gedanken. Und diese Gefühle und Gedanken führen den Menschen dazu, sich in der geistigen Welt zu *orientieren*. Er kommt in richtige Verhältnisse zu den Dingen der Geisteswelt. Eine ganz bestimmte Wirkung tritt für ihn ein. Wie er als physischer Mensch seinen Weg findet zwischen den physischen Dingen, so führt ihn jetzt sein Pfad zwischen *Wachsen* und *Absterben*, die er ja auf dem oben bezeichneten Weg kennenlernt, hindurch. Er folgt dann allem Wachsenden, Gedeihenden und auch anderseits allem Verwelkenden und Absterbenden so, wie es zu seinem und der Welt Gedeihen erforderlich ist.

S. 49:

Eine weitere Pflege hat der Geheimschüler der Welt der *Töne* angedeihen zu lassen.

Bei der letzteren Art von Tönen (welche von Lebendigem stammen) hat der Geheimschüler einzusetzen. Er soll seine ganze Aufmerksamkeit darauf lenken, dass der Ton ihm etwas verkündet, was außer der eigenen Seele liegt. Und er soll sich versenken in dieses Fremde. Er soll sein Gefühl innig verbinden mit dem Schmerz oder der Lust, die ihm durch den Ton verkündet werden. ... nur das soll seine Seele erfüllen, was in dem Wesen vorgeht, von

dem der Ton kommt. Wer planmäßig und mit Vorbedacht solche Übungen macht, der wird sich dadurch die Fähigkeit aneignen, mit einem Wesen, sozusagen, zusammenzufließen, von dem der Ton ausgeht. ... Man muss, als Geheimschüler, in dieser Art der *ganzen Natur* gegenüber empfinden lernen. Und dadurch senkt sich in Gefühls- und Gedankenwelt eine neue Anlage. Die ganze Natur fängt an, dem Menschen durch ihr Ertönen Geheimnisse zuzuraunen. Was vorher seiner Seele unverständlicher Schall war, wird dadurch sinnvolle *Sprache der Natur*. Und wobei er vorher nur Ton gehört hat, beim Erklingen des sogenannten Leblosen, vernimmt er jetzt eine neue Sprache der Seele. Schreitet er in solcher Pflege seiner Gefühle vorwärts, dann wird er bald gewahr, dass er *hören* kann, wovon er vorher nichts vermutet hat. Er fängt an, *mit der Seele* zu hören.

S. 50:

Was für die Ausbildung des Geheimschülers ganz besonders wichtig ist, das ist die Art, wie er anderen Menschen beim Sprechen *zuhört*. Er muss sich daran gewöhnen, dies so zu tun, dass dabei sein eigenes Innere vollkommen *schweigt*. ... Alle solche Zustimmung und allen solchen Widerspruch muss der Geheimschüler zum Schweigen bringen. ... Er wird damit den Anfang machen müssen, dass er es in einzelnen Fällen tut, die er sich mit Vorsatz auswählt.

S. 51:

Er (der Schüler) muss sich z. B. die Aussprüche von Menschen anhören, die in irgendeiner Beziehung weit unter ihm stehen, und muss dabei *jedes* Gefühl des Besserwissens oder der Überlegenheit unterdrücken. ... Wenn er sich so übt, kritiklos zuzuhören, auch dann, wenn die völlig entgegengesetzte Meinung vorgebracht wird, wenn das «Verkehrteste» sich vor ihm abspielt, dann lernt er nach und nach mit dem Wesen eines anderen vollständig zu verschmelzen, ganz in dasselbe aufzugehen. Er hört dann durch die Worte hindurch in des anderen Seele hinein. Durch anhaltende Übung solcher Art wird erst der Ton das rechte Mittel, um Seele und Geist wahrzunehmen. Allerdings gehört dazu die allerstrengste Selbstzucht. Aber diese führt zu einem hohen Ziele. Wenn diese Übungen nämlich in Verbindung mit den anderen getrieben werden, die angegeben worden sind bezüglich des Tönens in der Natur, so erwächst der Seele ein neuer Hörsinn. Sie wird imstande, Kundgebungen aus der geistigen Welt wahrzunehmen, die nicht ihren Ausdruck finden in äußeren Tönen, die für das physische Ohr

wahrnehmbar sind. Die Wahrnehmung des «inneren Wortes» erwacht. Dem Geheimschüler offenbaren sich allmählich von der Geisteswelt aus Wahrheiten. Er hört auf geistige Art zu sich sprechen.

S. 52 (Fußnote):

Nur wer durch selbstloses Zuhören es dahin bringt, dass er wirklich von innen aufnehmen kann, still, ohne Regung einer persönlichen Meinung oder eines persönlichen Gefühls, zu dem können die höheren Wesenheiten sprechen, von denen man in der Geheimwissenschaft spricht. Solange man noch irgendeine Meinung, irgendein Gefühl dem zu Hörenden entgegenschleudert, schweigen die Wesenheiten der Geisteswelt.

Alle höheren Wahrheiten werden durch solches «inneres Einsprechen» erreicht. Und was man aus dem Munde eines wahren Geheimforschers hören kann, das hat er durch diese Art in Erfahrung gebracht.

S. 52:

Zu all dem Gesagten muss vielmehr eifriges Studium dessen treten, was die Geheimforscher der Welt mitteilen. Bei aller Geheimschulung gehört solches Studium zur Vorbereitung. Und wer alle sonstigen Mittel anwenden wollte, er käme zu keinem Ziele, wenn er nicht die Lehren der Geheimforscher in sich aufnähme. Denn weil diese Lehren aus dem lebendigen «inneren Worte», aus der «lebendigen Einsprechung» geschöpft sind, haben sie selbst geistiges Leben. Sie sind nicht bloß Worte. Sie sind lebendige Kräfte. Und während du den Worten eines Geheimkundigen folgst, während du ein Buch liest, das einer wirklichen inneren Erfahrung entstammt, wirken in deiner Seele *Kräfte*, welche dich ebenso *hellsehend* machen, wie die Naturkräfte aus lebendigem Stoffe deine Augen und Ohren gebildet haben.

2. Die Erleuchtung

S. 53:

Nur wer mit voller Geduld, streng und anhaltend, die einfachen Vorgänge durchnimmt, den können sie zur Wahrnehmung der inneren Lichterscheinungen (Erleuchtung) führen. Der erste Anfang wird damit gemacht, in einer bestimmten Art verschiedene Naturwesen zu betrachten, und zwar zum Beispiele: einen durchsichtigen, schön geformten Stein

(Kristall), eine Pflanze und ein Tier. Man suche zuerst seine ganze Aufmerksamkeit auf einen Vergleich des Steines mit dem Tier in folgender Art zu lenken. Die Gedanken, die hier angeführt werden, müssen, von lebhaften Gefühlen begleitet, durch die Seele ziehen. Und kein anderer Gedanke, kein anderes Gefühl dürfen sich einmischen und die intensiv aufmerksame Betrachtung stören. Man sage sich: «Der Stein hat eine Gestalt; das Tier hat auch Gestalt. Der Stein bleibt *ruhig* an seinem Ort. Das Tier verändert seinen Ort. Es ist der Trieb (die Begierde), welcher das Tier veranlasst, seinen Ort zu ändern. Und die Triebe sind es auch, denen die Gestalt des Tieres dient. Seine Organe, seine Werkzeuge sind diesen Trieben gemäß ausgebildet. Die Gestalt des Steins ist nicht nach Begierden, sondern durch begierdelose Kraft gebildet.» Wenn man sich intensiv in diese Gedanken versenkt und dabei mit gespannter Aufmerksamkeit Stein und Tier betrachtet: dann leben in der Seele zwei ganz verschiedene Gefühlsarten auf. Aus dem Stein strömt die eine Art des Gefühls, aus dem Tiere die andere Art in unsere Seele. ... Erst sind die Gefühle nur so lange vorhanden, als die Betrachtung dauert, später wirken sie nach. Und dann werden sie zu etwas, was in der Seele lebendig bleibt. Der Mensch braucht sich dann nur zu besinnen: und die beiden Gefühle steigen immer, auch ohne Betrachtung eines äußeren Gegenstandes, auf. – Aus diesen Gefühlen und den mit ihnen verbundenen Gedanken bilden sich *Hellseherorgane*. – Tritt dann in der Betrachtung noch die Pflanze hinzu, so wird man bemerken, dass das von ihr ausgehende Gefühl, seiner Beschaffenheit und auch seinem Grade nach, in der Mitte liegt zwischen dem vom Stein und dem vom Tier ausströmenden. Die Organe, welche sich auf solche Art bilden, sind *Geistesaugen*. Man lernt mit ihnen allmählich etwas wie seelische und geistige Farben zu sehen. Solange man nur das sich angeeignet hat, was als «Vorbereitung» beschrieben worden ist, bleibt die geistige Welt mit ihren Linien und Figuren dunkel; durch die Erleuchtung wird sie hell.

S. 55:

Die Geheimwissenschaft bezeichnet nun das, was für das Hellseherorgan vom Stein ausströmt, als «blau» oder «blaurot». Dasjenige, was vom Tier empfunden wird, als «rot» oder «rotgelb». In der Tat sind es Farben «geistiger Art», die da gesehen werden. Die von der Pflanze ausgehende Farbe ist «grün», das nach und nach in ein helles ätherisches Rosarot

übergeht. Die Pflanze ist nämlich dasjenige Naturwesen, welches in höheren Welten in einer gewissen Beziehung ihrer Beschaffenheit in der physischen Welt gleicht. Nicht dasselbe ist aber bei Stein und Tier der Fall. ... Jeder Stein, jede Pflanze, jedes Tier hat seine ganz bestimmte Farbennuance. Dazu kommen die Wesen der höheren Welten, die niemals sich physisch verkörpern, mit ihren oft wundervollen, oft auch grässlichen Farben. In der Tat ist der Farbenreichtum in diesen höheren Welten unermesslich viel größer als in der physischen Welt.

S. 56:

Eine Vorsicht ist aber unter allen Umständen notwendig, und wer sie nicht anwenden will, der soll am besten alle Schritte in die Geheimwissenschaft unterlassen. Es ist notwendig, dass der Mensch, der Geheimschüler wird, nichts verliere von seinen Eigenschaften als edler, guter und für alles physisch Wirkliche empfänglicher Mensch. Er muss im Gegenteile seine moralische Kraft, seine innere Lauterkeit, seine Beobachtungsgabe während der Geheimschülerschaft fortwährend steigern. Um ein Einzelnes zu erwähnen: Während der elementaren Erleuchtungsübungen muss der Geheimschüler dafür sorgen, dass er sein Mitgefühl für die Menschen- und Tierwelt, seinen Sinn für Schönheit der Natur immerfort vergrößere.

S.57:

Will man wirkliche Ergebnisse, dann muss man *Geduld* haben; man muss nach wenigen Minuten der Übung aufhören können und ruhig seiner Tagesarbeit nachgehen. Und nichts darf sich von Gedanken an die Übungen in die Tagesarbeit mischen. Wer nicht im höchsten und besten Sinne *warten* gelernt hat, der taugt nicht zum Geheimschüler und wird auch niemals zu Ergebnissen kommen, die einen erheblichen Wert haben.

Kontrolle der Gedanken und Gefühle

S. 59:

Wer es nicht über sich bringen kann, eine Übung, die scheinbar unzähligemal missglückt ist, immer wieder und wieder geduldig fortzusetzen, der kann nicht weit kommen.

Viel früher als eine deutliche Wahrnehmung von den Fortschritten tritt ein dunkles Gefühl auf, dass man auf dem rechten Wege sei. Und dieses Gefühl sollte man hegen und pflegen.

S. 60:

Ein jeder sage sich zunächst: in meiner eigenen Gefühls- und Gedankenwelt liegen die höchsten Geheimnisse verborgen: ich habe sie bisher nur noch nicht wahrgenommen. ... Und der Geheimschüler wird sich der Seele und des Geistes bewusst, wie sich der gewöhnliche Mensch seines Leibes bewusst ist. Deshalb kommt es darauf an, die Gefühle und Gedanken in die rechte Richtung zu bringen. Dann entwickelt man die Wahrnehmungen für das im gewöhnlichen Leben Unsichtbare.

Aber von den größten Wirkungen ist sie (folgende einfache Sache), wenn sie beharrlich durchgeführt wird und wenn der Mensch vermag, mit der nötigen intimen Stimmung sich ihr hinzugeben.

Man lege ein kleines Samenkorn einer Pflanze vor sich hin. Es kommt darauf an, sich vor diesem unscheinbaren Ding die rechten Gedanken intensiv zu machen und durch diese Gedanken gewisse Gefühle zu entwickeln. Zuerst mache man sich klar, was man wirklich mit Augen sieht. Man beschreibe für sich Form, Farbe und alle sonstigen Eigenschaften des Samens. Dann überlege man folgendes. Aus diesem Samenkorn wird eine vielgestaltige Pflanze entstehen, wenn es in die Erde gepflanzt wird. Man vergegenwärtige sich diese Pflanze. Man baue sie sich in der Phantasie auf. Und dann denke man: Was ich mir jetzt in meiner Phantasie vorstelle, das werden die Kräfte der Erde und des Lichtes später wirklich aus dem Samenkorn hervorlocken. Wenn ich ein künstlich geformtes Ding vor mir hätte, das ganz täuschend dem Samenkorn nachgeahmt wäre, so dass es meine Augen nicht von einem wahren unterscheiden könnten, so würde keine Kraft der Erde und des Lichtes aus diesem eine Pflanze hervorlocken. Wer sich diesen Gedanken ganz klar macht, wer ihn innerlich erlebt, der wird sich auch den folgenden mit dem *richtigen Gefühle* bilden können. Er wird sich sagen: in dem Samenkorn ruht schon auf verborgene Art – als *Kraft* der ganzen Pflanze – das, was später aus ihm herauswächst. In der künstlichen Nachahmung ruht diese Kraft nicht. Und doch sind *für meine Augen* beide gleich. In dem wirklichen Samenkorn ist also etwas *unsichtbar* enthalten, was in der Nachahmung nicht ist. Auf dieses Unsichtbare lenke man nun Gefühl und

Gedanken. Man stelle sich vor: dieses Unsichtbare wird sich später in die sichtbare Pflanze verwandeln, die ich in Gestalt und Farbe vor mir haben werde. Man hänge dem Gedanken nach: *das Unsichtbare wird sichtbar werden*. Könnte ich nicht *denken*, so könnte sich mir auch nicht schon jetzt ankündigen, was erst später sichtbar werden wird.

Besonders deutlich sei es betont: Was man da denkt, muss man auch intensiv *fühlen*. Man muss in *Ruhe*, ohne alle störenden Beimischungen anderer Gedanken, den einen oben angedeuteten in sich *erleben*. Und man muss sich Zeit lassen, so dass sich der Gedanke und das Gefühl, das sich an ihn knüpft, gleichsam in die Seele einbohren. – Bringt man das in der rechten Weise zustande, dann wird man nach einiger Zeit – vielleicht erst nach vielen Versuchen – eine Kraft in sich verspüren. Und diese Kraft wird eine neue Anschauung erschaffen. Das Samenkorn wird wie in einer kleinen Lichtwolke eingeschlossen erscheinen. Es wird auf sinnlich-geistige Weise als eine Art *Flamme* empfunden werden. Gegenüber der Mitte dieser Flamme empfindet man so, wie man beim Eindruck der Farbe *Lila* empfindet; gegenüber dem Rande, wie man der Farbe *Bläulich* gegenüber empfindet. – Da erscheint das, was man vorher nicht gesehen hat und was die Kraft des Gedankens und der Gefühle geschaffen hat, die man in sich erregt hat. Was sinnlich unsichtbar war, die Pflanze, die erst später sichtbar werden wird, das offenbart sich da auf geistig-sichtbare Art.

S. 63:

Eine weitere Übung, die sich an die beschriebene anzuschließen hat, ist die folgende. Man stelle sich einer Pflanze gegenüber, die sich auf der Stufe der vollen Entwicklung befindet. Nun erfülle man sich mit dem Gedanken, dass die Zeit kommen werde, wo diese Pflanze abstirbt. Nichts wird von dem mehr sein, was ich jetzt vor mir sehe. Aber diese Pflanze wird dann Samenkörner aus sich entwickelt haben, die wieder zu neuen Pflanzen werden. Wieder werde ich gewahr, dass in dem, was ich sehe, etwas verborgen ruht, was ich nicht sehe. Ich erfülle mich ganz mit dem Gedanken: diese Pflanzengestalt mit ihren Farben wird künftig nicht mehr sein. Aber die Vorstellung, dass sie Samen bildet, lehrt mich, dass sie nicht in Nichts verschwinden werde. Was sie vor dem Verschwinden bewahrt, kann ich jetzt ebensowenig mit Augen sehen, wie ich früher die Pflanze im Samenkorn habe sehen können. *Es gibt also in ihr etwas, was ich nicht mit Augen sehe.*

Lasse ich diesen Gedanken in mir leben und verbindet sich das entsprechende *Gefühl* in mir mit ihm, dann entwickelt sich wieder, nach angemessener Zeit, in meiner Seele eine Kraft, die zur *neuen Anschauung* wird. Aus der Pflanze wächst wieder eine Art von geistiger *Flammenbildung* heraus. Diese ist natürlich entsprechend größer als die vorhin geschilderte. Die Flamme kann etwa in ihrem mittleren Teile grünlichblau und an ihrem äußeren Rande gelblichrot empfunden werden.

S. 65:

Wer es dahin gebracht hat, solches geistig zu sehen, hat viel gewonnen. Denn die Dinge enthüllen sich ihm nicht nur im gegenwärtigen *Sein*, sondern auch in ihrem Entstehen und Vergehen. Er fängt an, überall den Geist zu schauen, von dem die sinnlichen Augen nichts wissen können. ... Für die äußeren Sinne entsteht ein Wesen bei der Geburt; es vergeht im Tode. Dies ist aber nur deshalb, weil diese Sinne den verborgenen Geist des Wesens nicht wahrnehmen. Für den Geist sind Geburt und Tod nur eine Verwandlung, wie das Hervorspriessen der Blume aus der Knospe eine Verwandlung ist, die sich vor den sinnlichen Augen abspielt.

S. 66:

Ein folgenschwerer Irrtum würde sich ergeben, wenn jemand glauben wollte, er könne, um bequemer zum Ziele zu gelangen, sich das besprochene Samenkörnchen oder die Pflanze *bloß* vorstellen, bloß in der Phantasie vorhalten. ... Denn darauf kommt es an, dass nicht *ich* in bloßer Willkür mir Anschauungen schaffe, sondern darauf, dass die Wirklichkeit sie *in mir* erschafft. Aus den Tiefen meiner eigenen Seele muss die Wahrheit hervorquellen; aber nicht mein gewöhnliches Ich darf selbst der Zauberer sein, der die Wahrheit hervorlocken will, sondern die Wesen müssen dieser Zauberer sein, deren geistige Wahrheit ich schauen will.

Hat der Mensch durch solcherlei Übungen in sich die ersten Anfänge zu geistigen Anschauungen gefunden, so darf er aufsteigen zur Betrachtung des Menschen selbst. Einfache Erscheinungen des menschlichen Lebens müssen zunächst gewählt werden. – Bevor man aber dazu schreitet, ist es notwendig, besonders ernstlich an der vollen Lauterkeit seines moralischen Charakters zu arbeiten. Man muss jeden Gedanken daran entfernen, dass man etwa auf diese Art erlangte Erkenntnis zum persönlichen Eigennutz

anwenden werde. Man muss mit sich darüber einig sein, dass man *niemals* eine Macht über seine Mitmenschen, die man etwa erlangen werde, im Sinne des Bösen ausnutzen werde.

S.67:

Man vergegenwärtige sich einen Menschen, von dem man einmal beobachtet hat, wie er nach irgendeiner Sache *verlangt* hat. Auf die *Begierde* soll die Aufmerksamkeit gerichtet werden. Am besten ist es, den Zeitpunkt in der Erinnerung wachzurufen, in dem die Begierde am lebhaftesten war und in dem es ziemlich unentschieden war, ob der Mensch das Verlangte erhalten werde oder nicht. Und nun gebe man sich der Vorstellung an das, was man in der Erinnerung beobachtet, ganz hin. Man stelle die denkbar größte innere Ruhe der eigenen Seele her. Man versuche so viel, als nur möglich ist, blind und taub zu sein für alles andere, was ringsherum vorgeht. Und man achte besonders darauf, dass durch die angeregte Vorstellung in der Seele ein *Gefühl* erwache. Dieses Gefühl lasse man in sich heraufziehen, wie eine Wolke, die an dem sonst ganz leeren Horizont heraufzieht. Es ist ja nun natürlich, dass in der Regel die Beobachtung dadurch unterbrochen wird, dass man den Menschen, auf den man die Aufmerksamkeit lenkt, nicht lange genug in dem geschilderten Seelenzustand beobachtet hat. Man wird wahrscheinlich Hunderte und Aberhunderte von vergeblichen Versuchen anstellen. Man darf eben die Geduld nicht verlieren. Nach vielen Versuchen wird man es dahin bringen, dass man in der eigenen Seele ein Gefühl erlebt, das dem Seelenzustand des beobachteten Menschen entspricht. Dann wird man aber auch nach einiger Zeit bemerken, dass durch dieses Gefühl in der eigenen Seele eine Kraft erwächst, die zur *geistigen Anschauung* des Seelenzustandes des anderen wird. Im Gesichtsfelde wird ein Bild auftreten, das man wie etwas Leuchtendes empfindet. Und dieses geistig leuchtende Bild ist die sogenannte astrale Verkörperung des beobachteten Seelenzustandes der Begierde. Wieder als flammenähnlich empfunden kann dieses Bild beschrieben werden. Es wird in der Mitte wie gelbrot sein und am Rande wie rötlichblau oder lila empfunden werden.

S. 68:

Wieder ist eine wichtige Regel für den Geheimschüler: Verstehe über deine geistigen Gesichte zu *schweigen*. Ja, schweige sogar vor dir selber darüber. Versuche nicht, was du im Geiste erschauet, in Worte zu kleiden oder mit

dem ungeschickten Verstande zu ergrübeln. Gib dich unbefangen deiner geistigen Anschauung hin und störe sie dir nicht durch vieles Nachdenken darüber. Denn du musst bedenken, dass dein Nachdenken anfangs ganz und gar nicht deinem Schauen gewachsen ist. Dieses Nachdenken hast du dir in deinem bisherigen, bloß auf die physisch-sinnliche Welt beschränkten Leben erworben; und was du dir jetzt erwirbst, geht darüber hinaus. Suche also nicht, an das neue Höhere den Maßstab des alten anzulegen. Nur wer schon einige Festigkeit hat im Beobachten innerer Erfahrungen, der kann darüber reden, um durch solches Reden seine Mitmenschen anzuregen.

S. 69:

Zu der beschriebenen Übung mag eine ergänzende kommen. Man beobachte in der gleichen Art, wie einem Menschen die Befriedigung irgendeines Wunsches, die Erfüllung einer Erwartung zuteil geworden ist. Gebraucht man dabei dieselben Regeln und Vorsichten, die eben für den anderen Fall angegeben worden sind, so wird man auch da zu einer geistigen Anschauung gelangen. Man wird eine geistige Flammenbildung bemerken, die in der Mitte als gelb sich fühlt und die wie mit einem grünlichen Rande empfunden wird.

S.70:

Hand in Hand mit jeder Geheimbeobachtung über die menschliche Natur muss die Selbsterziehung dahin gehen, die volle Selbstgeltung eines jeden Menschen uneingeschränkt zu schätzen und das als etwas Heiliges, von uns Unantastbares – auch in Gedanken und Gefühlen – zu betrachten, was in dem Menschen wohnt. Ein Gefühl von heiliger Scheu vor allem Menschlichen, selbst wenn es nur als Erinnerung gedacht wird, muss uns erfüllen.

Wer die notwendige innere Stille und Ruhe findet, die zu solcher Beobachtung gehören, dessen Seele wird schon dadurch eine große Verwandlung durchmachen. Das wird bald so weit gehen, dass die innere Bereicherung, die sein Wesen erfährt, ihm Sicherheit und Ruhe gibt auch in seinem äußeren Verhalten. Und dieses verwandelte äußere Verhalten wird wieder zurückwirken auf seine Seele. Und so wird er sich weiter helfen. Er wird Mittel und Wege finden, immer mehr von der menschlichen Natur zu entdecken, was den äußeren Sinnen verborgen ist; und er wird dann auch

reif werden, einen Einblick zu tun in die geheimnisvollen Zusammenhänge zwischen der Menschennatur und all dem, was sonst noch im Weltenall vorhanden ist. – Und auf diesem Wege naht sich der Mensch immer mehr dem Zeitpunkte, wo er die ersten Schritte der *Einweihung* bewerkstelligen kann.

An dieser Stelle darf fürs Erste die Zitate-Sammlung angehalten werden, da die nächsten Entwicklungsschritte in Richtung Einweihung schwer sind und alle bisherigen Schritte bis zu einem gewissen Grade voraussetzen. Das Bisherige ist sozusagen eine erste Etappe im Aufstieg zur Erkenntnis höherer Welten. Die zweite Etappe soll vorerst auf sich warten lassen.

Zum vorläufigen Abschluss nur noch folgende wichtige Bemerkung Rudolf Steiners aus dem Nachwort zum achten bis elften Tausend zur Handhabung dieser Schrift:

S.222:

Man nehme doch ein solches Buch, wie dieses ist, wie ein Gespräch, das der Verfasser mit dem Leser führt. Wenn gesagt ist: der Geheimschüler bedürfe der persönlichen Anweisung, so fasse man dies doch so auf, dass das Buch selbst eine solche persönliche Anweisung ist.

Literatur:

GA10) R. Steiner: „Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten?“, R. S. Verlag, 24. Auflage, Dornach 1992, Tb. 600.