

# Übungen in Richtung Imagination

## Inhalt

<b>FARBEN, LICHT UND WÄRME .....</b>	<b>2</b>
<b>MORALISCHES EMPFINDEN DER SINNLICHEN WELT .....</b>	<b>8</b>
<b>PHÄNOMENE UND VERBILDLICHUNG.....</b>	<b>14</b>
<b>GEDANKEN.....</b>	<b>22</b>
<b>SINNBILDER.....</b>	<b>29</b>
<b>OKKULTE TEXTE UND SYMBOLE.....</b>	<b>35</b>
<b>ZWECK DER ÜBUNGEN.....</b>	<b>36</b>
<b>IMAGINATIVE WELT.....</b>	<b>38</b>

## Einleitung

»Die kommende Jugend kommt aus ganz anderen kosmischen Welten her als wir, das wird sich steigern. Sie bringt eine ungeheure Denkfähigkeit, eine Virtuosität des Denkens mit. Das ist aber die größte Versuchung und zugleich der größte ahrimanische Angriff gegen die Anthroposophie. Da wird die Gefahr sein, daß durch die ungeheure Leichtigkeit der Auffassung der anthroposophischen Begriffe die Sache im Denken stecken bleibt und sich ein ungeheures Wohlgefühl im Denken der Anthroposophie entwickelt; aber man wird nicht durchstoßen zur Schulung. Das einzige, was die Jugend bekommen kann, was sie stählen wird, um die künftigen Ereignisse zu bestehen, das ist, daß sie der Anthroposophie in der Schulung begegnet. Die Schulung ist das Fundament, durch das das Studium allein zu einem wahren Ziel geführt werden kann. - Wenn Anthroposophie als Wissenschaft gelehrt wird, wird sie schädlich. Anthroposophie darf niemals bloß Theorie sein; sie muß unmittelbares Leben werden. Läßt man sie bloß Lehre sein, so tötet man sie und übergibt sie Ahriman, dem Herrn des Todes. - Es ist aber den Menschen heute viel bequemer zu denken und einige anthroposophische Begriffe sich anzueignen, als nur eine einzige Gewohnheit abzulegen. Was die Anthroposophie aus unseren Seelen macht, das ist viel wichtiger als noch so viel theoretisches Wissen über geisteswissenschaftliche Begriffe«. (Mündliche Äußerung Rudolf

Steiners gegenüber Frau Sybell-Petersen, übermittelt von Adelheid Petersen in einem Vortrag, gehalten im August 1950)

### **Farben, Licht und Wärme**

»Wer versucht, sich eine Blume vorzustellen, und dann in seiner Vorstellung alles beiseite lässt, was nicht Farbvorstellung ist, so dass vor seiner Seele ein Bild schwebt wie die von der Blume abgezogene farbige Oberfläche, der kann durch solche Übungen allmählich zu einer Imagination gelangen«. (GA 12)

»Unsere Seele, meine sehr verehrten Anwesenden, bedient sich der Leibessinne, um, sagen wir, zunächst einmal die farbige Welt zu sehen. Sie ist ja zunächst, diese Seele, hingegen an die an den äußeren Gegenständen erscheinende Farbenwelt. Wenn die Wege zur Imagination beschriftet werden, so steigt in der Seele auf eine innere Farbenwelt, ein inneres Farbenerleben, damit aber im Grunde genommen erst das wirklich Schaffende seelisch. Jetzt erst, wenn man diese innige Verwandtschaft des inneren Seelenlebens mit dem Farbigen zu erfassen in der Lage ist, lernt man begreifen, warum man, indem man sich der menschlichen Augen bedient, an den äußeren Gegenständen die farbigen Oberflächen sieht. Indem man die Farben nicht mehr bloß äußerlich anschaut, lernt man mit den Farben zu leben. Man lernt, sich in seiner Seele mit der Farbe zu identifizieren, Farbe in seiner Seele mit der Farbe zu identifizieren, man lernt durch die Farbenharmonik hindurch gleichzeitig sich selbst zu verlieren in der Farbe, gleichzeitig sich selber zu finden in seiner wahren Wesenheit. Dadurch, daß die Seele sich als in der Farbe erlebend findet, erlebt sie sich zugleich in ihrer inneren Verwandtschaft mit der äußeren Natur, die sie auch als eine farbige erlebt, indem sie sich des äußeren physischen Organismus bedient.

Und so sich einleben in die innere Farbenwelt, heißt, das Schöpferische in der Farbe selber finden, heißt, schaffen lernen aus der Farbe heraus, heißt, hinter das Geheimnis der Malerei kommen. Überall ist es so, daß dasjenige, was unbewußt dem Künstler die Hand führt, daß das Gefundene wird als das Ziel der imaginativen, der inspirierten, der intuitiven Erkenntnis«. (GA77b, S.41f)

»Nehmen wir einmal zunächst als Grundlage eine Einzelheit. Wir nehmen einfach den Fall, daß wir unseren Blick auf eine gleichmäßig in stark zinnobrigem Rot leuchtende Farbenfläche richten, und wir nehmen ferner an, daß wir dazu gelangen, alles übrige, das um uns herum ist, zu vergessen, uns zu konzentrieren ganz auf das Erleben dieser Farbe, so daß wir diese Farbe nicht bloß als etwas vor uns haben, das auf uns wirkt, sondern so, daß wir diese Farbe als etwas haben, worin wir selber sind, daß wir eins werden mit dieser Farbe. Wir werden dann gleichsam die Empfindung haben können: Du bist jetzt in der Welt, du bist selbst in dieser Welt ganz Farbe geworden, das Innerste deines Seelenwesens ist ganz Farbe geworden, wo du auch hinkommen magst in der Welt mit deiner Seele, wirst du als roterfüllte Seele hinkommen, du wirst überall in Rot, mit Rot und aus Rot leben. — Dies aber wird man bei intensivem Seelenleben nicht erleben können, ohne daß die entsprechende Empfindung übergeht in ein moralisches Erleben, in wirkliches moralisches Erleben.

Wenn man so gleichsam die Welt durchschwimmt als Rot, identisch geworden ist mit dem Rot, wenn einem also selbst die Seele und auch die Welt ganz rot ist, so wird man nicht umhin können, in dieser rot gewordenen Welt, mit der man selber rot ist, zu empfinden, als wenn diese ganze Welt im Rot zugleich uns durchsetzt mit der Substanz des göttlichen Zornes, der uns von allen Seiten entgegenstrahlt für alles dasjenige, was an Möglichkeiten des Bösen und der Sünde in uns ist. Wir werden uns gleichsam in dem unendlichen roten Raum wie in einem Strafgerichte Gottes empfinden können, und unser moralisches Empfinden wird wie eine moralische Empfindung unserer Seele im ganzen unendlichen Raum sein können. Und wenn dann die Reaktion kommt, wenn irgend etwas auftaucht in unserer Seele, wenn wir uns also im unendlichen Rot erleben, ich könnte auch sagen, im einzigen Rot erleben, so kann es nur so sein, daß man es bezeichnen möchte mit dem Worte: Man lernt beten. Wenn man im Rot erleben kann das Erstrahlen und Erglühen des göttlichen Zornes mit allem, was an Möglichkeiten des Bösen in der menschlichen Seele liegen kann, und wenn man im Rot erfahren kann, wie man beten lernt, dann ist das Erleben mit dem Rot unendlich vertieft. Dann können wir auch verspüren, wie sich das Rot formend in die Räumlichkeit hineinstellen kann.

Wir können es dann begreifen, wie wir erleben können ein Wesen, das von sich Gutes ausstrahlt, das erfüllt ist mit göttlicher Güte und göttlicher Barmherzigkeit, ein Wesen, das wir hineinempfinden wollen in den Raum. Dann

werden wir die Notwendigkeit fühlen, dieses Hineinempfinden in den Raum der göttlichen Barmherzigkeit, der göttlichen Güte, zur Form aus der Farbe heraus sich gestalten zu lassen. Wir werden das Bedürfnis empfinden, abwehren zu lassen die Räumlichkeit, so daß die Güte, die Barmherzigkeit ausstrahlt. Bevor sie da war, war es so zusammengezogen, ganz konzentriert im Mittelpunkt, und jetzt stellt sie sich hinein, diese Güte und Barmherzigkeit, in den Raum, und wie Wolken auseinandergetrieben werden, so treibt sie das zurück, treibt es auseinander, so daß es vor der Barmherzigkeit weicht und wir das Gefühl bekommen: das muß du verlaufend rot machen. Und dann werden wir das Gefühl bekommen: Hier in der Mitte werden wir eine Art Rosaviolett schwach andeuten müssen als hineinstrahlend in das auseinanderstiebende Rot [siehe Zeichnung].

Wir werden dann mit unserer ganzen Seele bei einem solchen Sich- Formen der Farbe dabei sein. Wir werden mit unserer ganzen Seele etwas nachempfinden, was die Wesen empfunden haben, die insbesondere zu unserem Erdenwerden gehören, die, als sie zu dem Elohimdasein aufgestiegen waren, gelernt haben, aus den Farben heraus die Formenwelt zu gestalten. Wir werden lernen, etwas zu empfinden von dem Schöpferischen der Geister der Form, die uns als Geister die Elohim sind, und wir werden dann begreifen, wie die Formen der Farbe Werk sein können, was angedeutet worden ist in unserem ersten Mysterium. Wir werden auch etwas begreifen davon, wie gleichsam die Fläche der Farbe für uns etwas wird, was überwunden werden muß, weil wir mit der Farbe in das Weltenall gehen. Wenn das bei einer starken Wunschentwicklung auftritt, dann kann eine solche Empfindung entstehen, wie diejenige ist, die in Strader lebt in dem Augenblicke, wo er das Ebenbild des Capesius sieht und sagt: «Die Leinwand, ich möchte sie durchstoßen». (GA291, S.99ff)

»Nehmen wir an, wir machten dasselbe, was wir hier mit der roten Fläche gemacht haben, mit einer mehr orangefarbenen Fläche. Wir werden da ganz andere Erfahrungen machen mit der orangefarbenen Fläche. Wenn wir uns in sie versenken und eins werden mit derselben, so werden wir nicht jene Empfindungen haben können von einem Entgegensteuern dem göttlichen Zorn, sondern wir werden das Gefühl haben, daß das, was uns da entgegensteuert, höchstens nur noch im schwachen Maße das Seriöse des Zornes hat, daß es

aber etwas ist, was sich uns mitteilen will, was uns nicht bloß strafen will, sondern was uns mit innerer Kraft ausrüsten will.

Indem wir hineingehen in die Welt und eins geworden sind mit der Orange, bewegen wir uns so, daß wir mit jedem Schritt, den wir weiterkommen, fühlen: Durch diese Empfindung im Orange, durch dieses Leben in den Orangekräften werden wir uns so in die Welt hineinkraften, daß wir stärker und stärker werden, daß uns nicht bloß das Strafgericht zerschellt, sondern daß das, was da aus dem Orange an uns herankommt, nicht bloß strafend kommt, sondern ein Stärkendes ist. So leben wir uns mit dem Orange hinein in die Welt. Wir lernen dann die Sehnsucht, das Innere der Dinge zu ergreifen und es mit uns selber zu vereinigen. Wir lernen durch das Leben im Rot beten. Wir lernen durch das Leben im Orange die Erkenntnis, die Sehnsucht nach der Erkenntnis des inneren Wesens der Dinge«. (GA291, S.101ff)

»Wenn es eine gelbe Fläche ist, und wir machen dasselbe, dann fühlen wir uns in diesem Erleben des Gelben wie, ich möchte sagen, an den Anfang unseres Zeitenzyklus versetzt. Wir fühlen: Jetzt lebst du in den Kräften, aus denen du geschaffen worden bist, als du deine erste Erdeninkarnation antratest. - Das, was man ist durch das ganze Erdendasein hindurch, fühlt man verwandt mit dem, was einem entgegenkommt aus der Welt, in die man selber das mit einem identisch gewordene Gelb trägt«. (GA291, S.102)

»Und identifiziert man sich mit Grün und geht mit dem Grün durch die Welt, was man dadurch besonders leicht haben kann, daß man versucht, die Augen über eine grüne Wiese schweifen zu lassen, den Blick über dieselbe auszubreiten, und versucht nun, von allem übrigen abzusehen, sich ganz zu konzentrieren auf die grüne Wiese, unterzutauchen in die grüne Wiese, das Grün als die Oberfläche eines Farbenmeeres zu betrachten und dann unterzutauchen in das Grün: wenn man so versucht zu leben in der Welt, dann erlebt man ein innerliches Kräftigerwerden in dem, was man in der einen Inkarnation ist. Man erlebt ein innerliches Gesundwerden, aber zu gleicher Zeit auch ein innerliches Egoistischerwerden, ein Angeregtsein der egoistischen Kräfte im eigenen Inneren«. (GA291, S.102f)

»Würde man dasselbe mit einer blauen Fläche machen, so würde man durch die Welt gehen, indem man das Bedürfnis empfindet, mit dem Blau immer

weiter und weiter fortzuschreiten, den Egoismus in sich zu überwinden, gleichsam makrokosmisch zu werden, Hingabe zu entwickeln. Und man würde sich beglückt finden, wenn man in dieser Vorstellung bleiben könnte durch das einem Entgegenkommen der göttlichen Barmherzigkeit. Wie begnadet von göttlicher Barmherzigkeit würde man sich fühlen, wenn man also durch die Welt geht«. (GA291, S.103)

»Für den Lernenden, für den sich zu höherer Schaukraft, zu Hellsichtigkeit Entwickelnden ist es von großer Bedeutung, wenn er Übungen macht wie etwa die folgende: Er stellt sich den Raum finster vor, ohne daß ein äußeres Licht auf ihn einwirkt - sei es bei nächtlichem Dunkel oder durch Schließen der Augen - und sucht dann nach und nach vorzudringen durch eigene innere Kraft zu der Vorstellung des Lichts. Wenn der Mensch sich diese Vorstellung intensiv genug bilden kann, so wird es nach und nach heller, und er wird dann ein Licht sehen, das kein physisches Licht ist, sondern ein Licht, das er nun sich selber schafft, das er durch innere Kraft in sich erzeugt. Und das ist ein Licht, das durchstrahlt sein wird von der Weisheit, in dem ihm die schaffende Weisheit erscheint. Das ist das, was man Astrallicht nennt. Durch Meditation kommt der Mensch dazu, durch innere Kraft Licht zu erzeugen. Dieses Licht ist ein Vorbote dessen, was der Mensch dereinst - nicht mit physischen Augen, sondern mit feineren Sinnesorganen - sehen wird. Es wird das Kleid werden für wirklich vorhandene Geistwesen, wie es die Elohim sind. Wenn der Mensch diese Übung in der richtigen Weise macht, ist sie ein Mittel, zu diesen höheren Wesen in Beziehung zu kommen. So haben es diejenigen gemacht, die aus eigener Erfahrung etwas wissen von der geistigen Welt«. (GA101, S.149f)

»Das hauptsächliche Charakteristikum des gewöhnlichen Denkens ist, daß jede einzelne Betätigung des Denkens das Nervensystem beeinträchtigt, besonders das Gehirn; es zerstört etwas im Gehirn. Jeder alltägliche Gedanke bedeutet einen Zerstörungsprozeß im kleinen, in den Zellen des Gehirns. Aus diesem Grunde ist der Schlaf nötig für uns, so daß dieser Zerstörungsprozeß wieder gutgemacht werden kann. Während des Schlafes ersetzen wir das, was in unserem Nervensystem während des Tages durch das Denken zerstört wurde. Das, was wir bewußt wahrnehmen in einem gewöhnlichen Gedanken, ist in Wirklichkeit der Zerstörungsprozeß, der in unserem Nervensystem stattfindet.

Nun bemühen wir uns, die Meditation dadurch zu entwickeln, daß wir uns zum Beispiel der Betrachtung des Folgenden hingeben: Die Weisheit lebt im Licht.

Diese Idee kann nicht von Sinneseindrücken herrühren, weil es den äußeren Sinnen nach nicht der Fall ist, daß die Weisheit im Licht lebt. In einem solchen Fall halten wir durch die Meditation den Gedanken so weit zurück, daß er sich nicht mit dem Gehirn verbindet. Wenn wir auf diese Weise eine innere Denktätigkeit entwickeln, die nicht mit dem Gehirn verbunden ist, werden wir durch die Wirkungen einer solchen Meditation auf unsere Seele fühlen, daß wir auf dem rechten Wege sind. Da wir bei dem meditativen Denken keinen Zerstörungsprozeß in unserem Nervensystem hervorrufen, macht uns ein solches meditatives Denken nie schläfrig, wenn es auch noch so lange fortgesetzt wird, was unser gewöhnliches Denken leicht tun kann«. (GA152, S.25)

»Als Malen mit den Augen selber kann da Imaginieren beschrieben werden. Es bleibt nicht beim Registrieren einer bestimmten Farbe. Vielmehr ereignet sich ein unmittelbareres Begegnen mit ihr. Wir nehmen an ihr aktiver teil.

Äußeres wird innerlicher, so wäre dies auch zu charakterisieren. Die Seele bewegt sich in den Weltereignissen mit. Das exakte Gegenteil bewirken technische Medien, durch welche unser Verhältnis zur Welt noch abgeschnittener ist«. (A. Kimpfler: Über Imagination, Inspiration und Intuition, S.41)

»Deshalb wird von allgemein Menschlichem ausgegangen, von dem, was vor jeder Seele gerechtfertigt werden kann. Ein Blick in die große Welt, sagen wir, bewundernd die Offenbarungen des Lichtes in der Tagessonne und fühlend, daß das, was unser Auge vom Lichte sieht, nur der äußere Schleier des Lichtes, die äußere Offenbarung, oder wie man in der christlichen Esoterik sagt, die Herrlichkeit des Lichtes ist, und dann sich hingebend dem Gedanken, daß hinter dem äußeren sinnlichen Lichte etwas ganz anderes verborgen sein muß: das ist etwas allgemein Menschliches. Ausgebreitet durch das räumliche All das Licht zu denken, zu schauen, und dann sich darüber klar zu werden, daß in diesem sich ausbreitenden Element des Lichtes leben muß etwas Geistiges, welches dieses Gewebe des Lichtes durch den Raum webt – sich auf diesen Gedanken konzentrieren, in diesem Gedanken leben: dann haben wir etwas ganz

allgemein Menschliches, das nicht durch ein Dogma, sondern das durch eine allgemeine Empfindung hingestellt wird. Oder weiter: Empfinden die Wärme der Natur, empfinden, wie da durch die Welt mit der Wärme etwas wogt, in dem Geist ist; und dann aus gewissen Verwandtschaften in unserm eigenen Organismus mit den Empfindungen der Liebesgefühle sich auf den Gedanken konzentrieren: wie Wärme sein kann, geistig, wie sie durch die Welt pulsierend lebt. ... Und weiter: Veredelung, Läuterung der moralischen Empfindungen, wodurch wir zu dem Verständnis gelangen, daß das, was wir in dem Moralischen empfinden, Realität ist, und wodurch wir über das Vorurteil hinauskommen, daß unsere moralischen Empfindungen etwas Vorübergehendes wären, so daß wir uns klar sind: was wir jetzt empfinden, das lebt als moralischer Einschlag, als moralische Wesenheit weiter. – Da lernt der Mensch die Verantwortlichkeit fühlen für das Sichhineingestelltwerden in die Welt mit dem, was seine moralischen Gefühle sind. Alles esoterische Leben ist im Grunde genommen auf solches allgemein Menschliches hin gerichtet«. (GA131, S.68)

### **Moralisches Empfinden der sinnlichen Welt**

»Wenn der okkulte Blick sich auf den Äther- oder Lebenskörper des Menschen richtet, dann sieht er ihn als eine Einheit, als ein zusammenhängendes Gebilde, als eine zusammenhängende Form oder Gestalt. Wenn der okkulte Blick das durchdringt, was sich in der Natur draußen darstellt als Farbe, als Form, als mineralische, pflanzliche, tierische Gebilde, wenn der okkulte Blick das alles durchdringt, dann findet er den Äther- oder Lebenskörper der physischen Natur als eine Vielheit, als eine unendliche Mannigfaltigkeit. Das ist der große Unterschied: ein einziges einheitliches Wesen als Äther- oder Lebenskörper beim Menschen, viele verschiedene, differenzierte Wesen hinter der physischen Natur. ... Wenn ich sagen will, wie man dazu [zu einer solchen Behauptung] kommen kann, dann kann ich das in die einfachen Worte kleiden: man gelangt immer mehr zu der Anerkennung dieser Äther- oder Lebenswelt hinter der physischen Natur dadurch, daß man beginnt, die ganze Welt, die um einen herum ist, moralisch zu empfinden. Was heißt das: die Welt moralisch empfinden? Wir richten zunächst einmal unseren Blick, von der Erde aufschauend, in die Weiten des Weltenraums, aus denen uns entgegenkommt



das Blau des Himmels. Wir nehmen an, wir tun das an einem Tag, an dem kein Wölkchen, nicht das leiseste weiße Silberwölkchen die Himmelsbläue unterbricht. Wir nehmen an, wir blicken überall hin in das sich über uns ausspannende Blau des Himmels. Ob wir das im physischen Sinne anerkennen als etwas Reales oder nicht, darauf kommt es nicht an, auf den Eindruck kommt es zunächst an, den dieses sich ausspannende Blau des Himmels auf uns macht. Nehmen wir an, wir können dieses Sich-Hingeben an das Blaue des Himmels intensiv, lange, lange machen, und wir können es so machen, daß wir vergessen alles dasjenige, was uns sonst aus dem Leben bekannt ist oder was sonst im Leben um uns herum ist. Nehmen wir an, wir könnten alle äußeren Eindrücke, alle Erinnerungen, alle Sorgen des Lebens, alle Bekümmernisse des Lebens für einen Augenblick vergessen und ganz hingeeben sein dem einzigen Eindrucke des blauen Himmels. Ja, das, was ich Ihnen jetzt sage, kann jede menschliche Seele erfahren, wenn sie nur die entsprechenden Veranstaltungen unternimmt; eine allgemein menschliche Erfahrung kann das werden, was ich Ihnen jetzt sage. Nehmen Sie an, eine menschliche Seele blickt so auf nichts als auf das Blau des Himmels schauend: dann tritt ein gewisser Moment ein, ein Moment, wo aufhört das Blau des Himmels, wo wir nicht mehr Blau sehen, nicht mehr etwas sehen, was wir in irgendeiner menschlichen Sprache mit Blau bezeichnen. Wenn wir aber uns auf unsere eigene Seele besinnen in dem Moment, wo das Blau aufhört für uns blau zu sein, dann werden wir in unserer Seele eine ganz bestimmte Stimmung bemerken: Das Blau verschwindet gleichsam, eine Unendlichkeit tut sich vor uns auf, und in diese Unendlichkeit hinein will eine ganz bestimmte Stimmung unserer Seele, ein ganz bestimmtes Gefühl, eine ganz bestimmte Empfindung unserer Seele sich ergießen in die Leerheit, die da entsteht, wo vorher Blau war. Und wollen wir diese Seelenempfindung, wollen wir das, was da hinaus will in alle unendlichen Fernen, wollen wir das benennen, dann haben wir dafür nur ein Wort: fromm fühlt unsere Seele, fromm gegenüber einer Unendlichkeit, hingeeben fromm. Alle religiösen Gefühle der Menschheitsentwicklung haben im Grunde genommen eine Nuance, welche das in sich schließt, was ich jetzt hier fromm nenne. Fromm hingeeben, religiös gestimmt, moralisch ist der Eindruck des blauen Himmelsgewölbes geworden. Eine moralische Empfindung hat das Blau, das weithin sich dehnt, in unserer Seele hervorgerufen: Indem es als Blau verschwunden ist, lebte auf in unserer Seele eine moralische Empfindung gegenüber der äußeren Welt.

Und jetzt wollen wir uns auf eine andere Empfindung besinnen, wo wir wieder in anderer Weise uns moralisch stimmen können gegenüber der äußeren Natur. Wir wollen hinblicken, wenn die Bäume ausschlagen und die Wiesen sich mit Grün füllen, wir wollen unseren Blick richten auf das Grün, das in der mannigfaltigsten Weise die Erde bedecken oder uns aus den Bäumen entgentreten kann, und wir wollen es wieder so machen, daß wir alles vergessen, was an äußeren Eindrücken auf unsere Seele wirken kann, und uns lediglich hingeben dem, was da in der äußeren Natur vor uns hintritt als das Grün. Wenn wir wieder imstande sind, uns dem, was real als das Grüne aufschießt, hinzugeben, so können wir dies wieder so weit treiben, daß das Grüne als Grünes für uns verschwindet, wie früher das Blaue als Blaues verschwunden ist. Wir können also wieder nicht sagen, eine Farbe breitet sich vor unserem Blick aus, dafür aber – ich bemerke ausdrücklich, ich erzähle Dinge, die jeder an sich erfahren kann, der die betreffenden Veranstaltungen macht, – fühlt die Seele eigenartig. Sie fühlt: Jetzt verstehe ich das, was ich erlebe, wenn ich in mir vorstelle, wenn ich in mir denke, schaffe, wenn ein Gedanke in mir aufschießt, wenn eine Vorstellung in mir erklingt! Das verstehe ich erst jetzt, das lehrt mich erst das Hervorsprießen des Grünen überall um mich herum. Ich fange an, das Innerste meiner Seele zu verstehen an der äußeren Natur, wenn sie als äußerer Natureindruck verschwunden ist und mir ein moralischer Eindruck dafür geblieben ist. Das Grün der Pflanzen sagt es mir, wie ich fühlen sollte in mir selbst, wenn meine Seele begnadet ist, Gedanken zu denken, Vorstellungen zu hegen. – Wiederum ist ein äußerer Natureindruck verwandelt in eine moralische Empfindung.

Oder wir blicken hin auf eine weiße Schneefläche. Sie kann in derselben Art, wie das jetzt hier für das Blau des Himmels und das Grün der Pflanzendecke geschildert worden ist, in uns eine moralische Empfindung auslösen. Sie wird die moralische Empfindung auslösen für alles das, was wir nennen die Erscheinung des Stoffes in der Welt. Und erst, wenn man über die weiße Schneedecke hinschauend alles übrige vergessen hat und das Weiße empfindet und dann verschwinden läßt, dann bekommt man ein Verständnis für das, was die Welt als Stoff erfüllt. Dann fühlt man den Stoff webend und wesend in der Welt.

Und so kann man alle äußeren Gesichtseindrücke in moralische verwandeln, so kann man Gehöreindrücke in moralische Empfindungen verwandeln. Nehmen wir an, wir hören einen Ton und hören daraufhin seine Oktave. Wenn wir

gegenüber diesem Zweiklang eines Grundtones und seiner Oktave wiederum unsere Seele so stimmen, daß sie alles übrige vergißt, alles sonstige aus sich ausschaltet und dann, ganz hingeeben diesem Zweiklange des Grundtones der Prim und der Oktave, endlich es dahinbringt, trotzdem diese zwei Töne tönen, sie nicht mehr zu hören, gleichsam die Aufmerksamkeit abzuwenden von diesem Zweiklang, dann finden wir, daß in unserer Seele wiederum eine moralische Empfindung losgelöst wird. Wir fangen dann an, ein geistiges Verständnis zu empfangen für das, was wir erleben, wenn in uns ein Wunsch lebt, der uns zu irgend etwas hinführen will, und dann unsere Vernunft auf diesen Wunsch wirkt. Das Zusammenklingen von Wunsch und Vernunft, von Gedanke und Begierde, wie sie in der menschlichen Seele leben, dies empfindet sie an einem Ton und seiner Oktave.

So könnten wir die mannigfaltigsten Sinnesempfindungen auf uns wirken lassen. Wir könnten auf diese Weise das, was wir ringsherum in der Natur durch unsere Sinne wahrnehmen, gleichsam verschwinden lassen, so daß diese sinnliche Decke hinweggehoben wird; dann würden überall moralische Empfindungen der Sympathie und Antipathie auftreten. Und wenn wir auf diese Weise uns angewöhnen, alles das, was unsere Augen sehen, was unsere Ohren hören, was unsere Hände greifen, was unser Verstand, der an das Gehirn gebunden ist, versteht, auszuschalten und uns angewöhnen, doch der Welt gegenüberzustehen, dann wirkt ein Tieferes in uns als die Sehkraft unserer Augen, als die Hörkraft unserer Ohren, als die Verstandeskraft unseres Gehirndenkens: dann stehen wir mit einem tieferen Wesen der Außenwelt gegenüber. Dann wirkt die Weite der Unendlichkeit auf uns so, daß wir religiös gestimmt werden. Dann wirkt die grüne Pflanzendecke auf uns so, daß wir uns selbst in unserem Innern geistig erblühen fühlen und empfinden. Dann wirkt die weiße Schneedecke so, daß wir an ihr Verständnis gewinnen, was Materie, was Stoff ist in der Welt. Dann erfaßt etwas Tieferes in uns die Welt als das, was sonst die Welt erfaßt. Daher kommen wir auf diese Weise auch zu etwas Tieferem in der Welt als sonst. Da ist gleichsam hinweggezogen der äußere Schleier der Natur, und wir kommen in eine Welt, die hinter diesem äußeren Schleier liegt«. (GA136, S.17ff)

»Ergebung ist eben jene Seelenverfassung, die nicht von sich aus die Wahrheit erforschen will, sondern die alle Wahrheit von der Offenbarung erwartet, die aus den Dingen strömt, und die warten kann, bis sie reif ist, diese oder jene

Offenbarung zu empfangen. Das Urteil will auf jeder Stufe zu der Wahrheit kommen. Die Ergebung, die arbeitet nicht, um in diese oder jene Wahrheiten mit Gewalt einzudringen, sondern sie arbeitet an sich, an der Selbsterziehung, und wartet ruhig ab, bis auf einer bestimmten Stufe der Reife die Wahrheit durch die Offenbarungen aus den Dingen einströmt, uns ganz durchdringend. Arbeiten mit Geduld, die in weiser Selbsterziehung uns weiter und weiter bringen will – das ist die Stimmung der Ergebung. ...

Nehmen wir an, ein Mensch, der in gewissem hohem Grade dieses Gefühl, diese Seelenverfassung der Ergebung entwickelt hat, er tritt entgegen, sagen wir, dem frischen, vollen Grün einer Wiese. Sie zeigt sich ihm zunächst, weil keine einzelnen Pflanzenfarben hervorstehen über das allgemeine Grün, sie zeigt sich im allgemeinen frischen Grün. Ein solcher Mensch, der wirklich bis zu einem höheren Grade die Seelenverfassung der Ergebung ausgebildet hat, der wird gar nicht anders können, als, indem er diese Wiese betrachtet, etwas zu empfinden, was ihn in innerer Seelenstimmung eines gewissen Gleichgewichtes berührt – aber eines belebten Gleichgewichtes, so wie leises harmonisches, gleichmäßiges Wellenrieseln des Wassers. Er wird gar nicht anders können, als dieses Bild vor seine Seele zu zaubern. Und so, sagen wir, wird ein solcher Mensch nicht anders können, als empfinden bei jeglichem Geschmack, bei jeglichem Geruch in seiner Seele so etwas wie eine innere Regsamkeit. Es gibt keine Farbe, keinen Ton, die nichts sagen, sondern alles sagt etwas und alles sagt so etwas, daß der Mensch die Notwendigkeit fühlt, mit innerer Regsamkeit auf das Gesagte zu antworten – nicht mit einem Urteil zu antworten, sondern mit innerer Regsamkeit. Kurz, der Mensch kommt darauf, daß sich die ganze Sinneswelt für ihn entpuppt als etwas, was er nicht anders bezeichnen kann denn als *Willen*. Alles ist strömender, waltender Wille, insofern wir der Sinneswelt entgentreten. Das bitte ich Sie sehr wohl zu fassen, daß derjenige, der in einem höheren Grade die Ergebung sich angeeignet hat, überall in der Sinneswelt waltenden Willen entdeckt. ... Er ist immer durch einen Willen, den er in allem empfindet, in allem fühlt, mit der ganzen Welt verbunden. Dadurch naht er sich dem Wirklichen, daß er verbunden ist durch den Willen mit allem, was Sinneswelt ist. Und so wird das, was Sinneswelt ist, wie zu einem Meer von in der mannigfaltigsten Weise differenziertem Willen. Dadurch aber wird dieses, was wir sonst wie ausgebreitet nur fühlen, wie von einer gewissen Dicke sein. Wir sehen gleichsam hinter die Oberfläche der Dinge hin, hören hinter sie und hören überall strömenden Willen«. (GA134, S.34ff)

»So kann gerade so, wie der physische Leib [mittels der Sinnesorgane] durch den waltenden Willen zusammenwächst mit den Dingen der Sinneswelt, auch der Ätherleib mit den Dingen zusammenwachsen. Aber indem der Ätherleib mit den Dingen zusammenwächst, kommt über den Menschen eine ganz neue Art der Anschauung. Die Welt ist dann in einem viel erheblicheren Maße verändert, als sie verändert ist dadurch, daß wir von dem Sinnenschein vordringen zum waltenden Willen. ...

Nehmen Sie einmal einen solchen Menschen, der durch die Seelenverfassung der Ergebung gegangen ist. Er schaut sich, sagen wir, ein grünes, vollsaftiges Pflanzenblatt an und er wendet nun den Seelenblick auf dieses Blatt. Dann kann er es nun nicht so lassen, dieses grüne, vollsaftige Pflanzenblatt, sondern er fühlt im Moment, wo er es anschaut, daß es über sich selbst hinauswächst. Er fühlt, daß dieses grüne, vollsaftige Pflanzenblatt die Möglichkeit in sich hat, etwas ganz anderes zu werden. Wenn Sie das grüne Pflanzenblatt nehmen, so wissen Sie, daß, wenn es nach und nach in die Höhe wächst, daraus das farbige Blumenblatt wird. Die ganze Pflanze ist eigentlich ein verwandeltes Blatt. ...

So wächst er mit dem grünen Pflanzenblatt zusammen und empfindet sprossendes Leben. Nehmen wir aber an, er sieht eine dürre Baumrinde an, dann kann er nicht anders mit der dürren Baumrinde zusammenwachsen als dadurch, daß ihn etwas überkommt wie Todesstimmung. Er sieht weniger in der dürren Baumrinde, als sie in Wirklichkeit darstellt. Derjenige, der nur dem Sinnenschein nach die Rinde ansieht, der kann sie bewundern, sie kann ihm gefallen, jedenfalls sieht er nicht das Zusammenschrumpfende, das in der Seele sich gleichsam Spießende, das die Seele wie mit Todesgedanken Erfüllende der abgestorbenen Baumrinde gegenüber.

Es gibt kein Ding in der Welt, dem gegenüber bei einem solchen Zusammenwachsen des Ätherleibes mit den Dingen nicht entstehen würden überall Gefühle des Wachsens, des Werdens, des Sprossens oder aber Gefühle des Vergehens, der Verwesung. So schaut man in die Dinge hinein. ...

Es ist dies etwas, was für den Menschen dann, wenn er ein wenig weiterkommt, eine schwere, schwere Prüfung bedeutet. Denn ein jegliches Wesen kündigt sich ihm so an, daß er immer gewissen Dingen gegenüber an dem Wesen das Gefühl des Werdens, des Sprossens, Sprießens hat; anderen Dingen gegenüber an diesem Wesen hat er das Gefühl des Absterbens. Und aus diesen zwei Grundkräften kündigt sich alles das an, was wir hinter der

Sinneswelt sehen. Man nennt im Okkultismus das, worauf man da schaut, die Welt des Entstehens und Vergehens. Gegenüber der Sinneswelt also schaut man hinein in die Welt des Entstehens und Vergehens, und das, was dahinter ist, ist die waltende Weisheit.

Hinter dem waltenden Willen die waltende Weisheit! Waltende Weisheit sage ich ausdrücklich, aus dem einfachen Grunde, weil die Weisheit, die der Mensch in seine Begriffe hereinbringt, gewöhnlich keine waltende Weisheit ist, sondern eine gedachte Weisheit. Die Weisheit, welche sich der Mensch aneignet, indem er hinter den waltenden Willen schaut, die steht mit den Dingen in Verbindung, und im Reiche der Dinge herrscht da, wo Weisheit waltet, die waltende Weisheit, die ihre Wirkungen wirklich äußert, die wirklich da ist. Da, wo sie sich sozusagen abzieht von der Wirklichkeit, da entsteht das Sterben; wo sie einfließt, da entsteht Werden, da ist Entstehung, sprießendes, sprossendes Leben. ...

So ist ein unmittelbarer Zusammenhang zwischen der äußeren Sinneswelt und unserem physischen Leibe, und zwischen der Welt der waltenden Weisheit und unserem Ätherleib«. (GA134, S.37ff)

### **Phänomene und Verbildlichung**

»Dieser Weg in die Imagination hinein, er kann so vollzogen werden, angemessen unserer abendländischen Zivilisation, daß man versucht, sich ganz nur der äußeren phänomenologischen Welt hinzugeben, diese unmittelbar auf sich wirken zu lassen mit Ausschluß des Denkens, aber so, daß man sie doch aufnimmt. Nicht wahr, unser gewöhnliches Geistesleben im wachen Zustande verläuft ja so, daß wir wahrnehmen und eigentlich immer im Wahrnehmen schon das Wahrgenommene mit Vorstellungen durchtränken, im wissenschaftlichen Denken ganz systematisch das Wahrgenommene mit Vorstellungen verweben, durch Vorstellungen systematisieren und so weiter. Dadurch, daß man sich ein solches Denken angeeignet hat, wie es allmählich hervortritt im Verlaufe der «Philosophie der Freiheit», kommt man nun wirklich in die Lage, so scharf innerlich seelisch arbeiten zu können, daß man, indem man wahrnimmt, ausschließt das Vorstellen, daß man das Vorstellen unterdrückt, daß man sich bloß dem äußeren Wahrnehmen hingibt. Aber damit man die Seelenkräfte verstärke und die Wahrnehmungen im richtigen Sinne

gewissermaßen einsaugt, ohne daß man sie beim Einsaugen mit Vorstellungen verarbeitet, kann man auch noch das machen, daß man nicht im gewöhnlichen Sinne mit Vorstellungen diese Wahrnehmungen beurteilt, sondern daß man sich symbolische oder andere Bilder schafft zu dem mit dem Auge zu Sehenden, mit dem Ohre zu Hörenden, auch Wärmebilder, Tastbilder und so weiter. Dadurch, daß man gewissermaßen das Wahrnehmen in Fluß bringt, dadurch, daß man Bewegung und Leben in das Wahrnehmen hineinbringt, aber in einer solchen Weise, wie es nicht im gewöhnlichen Vorstellen geschieht, sondern im symbolisierenden oder auch künstlerisch verarbeitenden Wahrnehmen, dadurch kommt man viel eher zu der Kraft, sich von der Wahrnehmung als solcher durchdringen zu lassen. Man kann sich ja schon gut vorbereiten für eine solche Erkenntnis bloß dadurch, daß man wirklich im strengsten Sinne sich heranerzieht zu dem, was ich charakterisiert habe als den Phänomenalismus, als das Durcharbeiten der Phänomene. Wenn man wirklich an der materiellen Grenze des Erkennens getrachtet hat, nicht in Trägheit durchzustoßen durch den Sinnestepich und dann allerlei Metaphysisches da zu suchen in Atomen und Molekülen, sondern wenn man die Begriffe verwendet hat, um die Phänomene anzuordnen, um die Phänomene hin zu verfolgen bis zu den Urphänomenen, dann bekommt man dadurch schon eine Erziehung, die dann auch alles Begriffliche hinweghalten kann von den Phänomenen. Und symbolisiert man dann noch, verbildlicht man die Phänomene, dann bekommt man eine starke seelische Macht, um gewissermaßen die Außenwelt begriffsfrei in sich einzusaugen«. (GA322, S.113f)

Ein Muster von Imaginationsübungen, die von sinnlichen Eindrücken ausgehen, beschreibt Rudolf Steiner an Hand der menschlichen Gestalt. Man macht sich dabei vom sinnlichen Eindruck zunächst ein ordentliches Bild, bemerkt anschließend ein Nachbild davon in seinem Organismus (so wie Goethe dies in seiner Farbenlehre beschrieben hat) und hat dann nach dem Nachbild ein Bilderlebnis im ätherischen Leib:

»Der okkultistische Aspirant muß nun auch da von der menschlichen Gestalt ausgehen, das heißt von dem, was im gewöhnlichen Leben auf dem physischen Plane die menschliche Gestalt ausmacht. Solange er nur die Nachbilder bemerkt, ist die Sache nicht wichtig. Wichtig wird sie erst dann, wenn nach dem Nachbilde noch etwas übrig bleibt. Denn das, was nach dem Nachbilde

übrig bleibt, rührt nicht mehr von dem Auge her, sondern ist ein Vorgang, ein Erlebnis, welches wir durch den ätherischen Leib haben. Wer dieses Experiment selbst gemacht hat, wird nicht den billigen Einwand mehr machen, daß auch dieses nur ein Nachbild des physischen Leibes sein könnte. Das sagt man nämlich nur so lange, als man die Sache nicht selbst erfahren hat. Wenn man sie erfahren hat, dann sagt man nicht mehr so. Denn das, was dann übrig bleibt, ist eben etwas ganz anderes, als was in irgendeiner äußeren physisch-sinnlichen Beziehung steht zu dem äußeren Eindruck.

In den meisten Fällen zum Beispiel ist dasjenige, was übrig bleibt nach einem Farben- oder Lichteindruck, eben nicht eine Licht- oder Farbentäuschung. Wenn es Licht oder Farbe ist, dann ist es Täuschung; aber es ist ein Ton, von dem man genau weiß, es ist nicht mit dem Ohre oder vermittelt des Ohres hervorgerufen worden. Es kann auch ein anderer Eindruck sein, aber es ist immer ein von der äußeren Impression verschiedener Eindruck. Die äußere Impression zu überbrücken, zu überwinden, muß der Okkultist sich überhaupt angewöhnen, denn der Okkultismus ist zum Beispiel auch da für die Blinden, die niemals im Leben einen äußeren Gegenstand gesehen, niemals irgendeinen äußeren Lichteindruck durch ihr sinnliches Auge gehabt haben. Die meisten gespenstischen Gestalten, die die Leute sehen, sind dagegen nur Erinnerungsbilder an sinnliche Eindrücke, die phantastisch verändert wurden. Das okkultistische Erleben hängt nicht davon ab, ob man ein Sinnesorgan gebrauchen kann oder nicht, denn es tritt unabhängig von den Sinnesorganen auf.

Der okkultistische Aspirant muß nun die ganze menschliche Gestalt, nachdem er sich von ihr ein ordentliches Bild gemacht hat, fixieren, so daß er sie lebend als Imagination vor sich hat. Mit welchem Sinne oder wie er diese menschliche Gestalt fixiert, ist ganz gleichgültig. Es handelt sich darum, daß er die menschliche Gestalt überhaupt fixiert, das heißt daß mit aller Lebendigkeit eine Imagination, ein Bild in ihm hervorgerufen ist durch die menschliche Gestalt. Das kann so sein, daß der okkultistische Aspirant das äußere Bild der menschlichen Gestalt zum Ausgangspunkte nimmt. Es kann aber auch so sein, daß er das innere Körpergefühl, das Sichfühlen in der Gestalt zum Ausgangspunkte nimmt. Wenn es nun dem Okkultisten gelingt, dieser menschlichen Gestalt gegenüber zuletzt etwas Ähnliches zu empfinden wie eine Art von Nachbild – also wenn der Mensch, nachdem er zuerst die in der physischen Welt erfahrene menschliche Gestalt aufgefaßt hat und dann sie so



verklingen läßt in sich, wie ein Nachbild verklingt, wie in dem Falle, von dem ich vorhin gesprochen habe –, und zu warten, bis dieses Nachbild der menschlichen Gestalt vorüber ist, dann bekommt der Okkultist dasjenige Bild der menschlichen Gestalt, das jetzt kein Nachbild der physischen Gestalt mehr ist, sondern im ätherischen Leibe erlebt wird. Dieses Nachbild wird also im ätherischen Leibe erlebt. Sie sehen, es handelt sich für den okkultistischen Aspiranten darum, sich selber zu erleben im ätherischen Leibe. Wenn es nun der okkultistische Aspirant dahin gebracht hat, sich so im ätherischen Leibe zu erleben, dann ist dieses Erleben kein Kinderspiel, denn es zerfällt sofort in zwei Erlebnisse. Es bleibt nicht einheitlich. Und diese zwei Erlebnisse müssen ausgesprochen werden durch zwei Worte: Man erlebt erstens den Tod und zweitens Luzifer«. (GA137, S.134f)

»Beim realen beginnenden Hellsehen sieht der Hellseher gar nicht zunächst äußere geistige Wesenheiten, er sieht Bilder. Und wir müssen uns nun fragen: Was bedeuten denn diese Bilder, die da auftauchen? – Ja, sehen Sie, das sind auf der ersten Stufe des Hellsehens gar nicht Ausdrücke für äußere reale geistige Wesenheiten, sondern zunächst ist das, was da auftritt, wenn ich so sagen darf, eine Art Organbewußtsein. Es ist eine bildliche Darstellung, ein Hinausprojizieren in den Raum dessen, was eigentlich in uns selber vorgeht. Und wenn der Hellseher anfängt, in sich die Kräfte zu entwickeln, dann kann er, um jetzt ein reales Beispiel zu erwähnen, so empfinden, wie wenn er zwei helleuchtende Kugeln weit draußen im Raum wahrnehmen würde. Das sind also zwei Bilder von in gewissen Farben helleuchtenden Kugeln. Wenn der Hellseher nun sagte: Da draußen sind irgendwo zwei Wesenheiten –, so würde er wahrscheinlich etwas sehr Falsches denken. Das wird jedenfalls zunächst nicht der richtige Tatbestand sein; der wird ein ganz anderer sein. Der wird so sein, daß das Hellsehen Kräfte, die in ihm selbst arbeiten, hinausprojiziert in den Raum und wahrnimmt als zwei Kugeln. Und es können zum Beispiel diese zwei Kugeln das darstellen, was in dem astralischen Leib des Hellsehers arbeitet und innerlich die Kraft des Sehens in seinen beiden Augen bewirkt. Diese Kraft des Sehens kann sich ihm hinausprojizieren in den Raum in Form von zwei Kugeln. Also eigentlich sind es innerliche Kräfte, die sich als draußen befindliche Erscheinungen des astralischen Raumes darleben, und die größtmögliche Täuschung könnte eintreten, wenn man das etwa für die Ankündigung äußerer geistiger Wesenheiten halten würde«. (GA122, S.131f)

»Deshalb soll man gerade bei solchen Vorgängen, von denen man noch nichts versteht, wie zum Beispiel die Witterung, das Vertrauen haben, daß sie, die draußen zusammenhängen, auch in uns Zusammenhänge bewirken; und das soll mit Enthaltung vom Denken geschehen, nur in Bildern. Man muß sich sagen: Ich weiß noch nicht den Zusammenhang, aber ich werde diese Dinge in mir werden lassen, und sie werden in mir etwas bewirken, wenn ich gerade die Enthaltung vom Spekulieren übe. – Sie werden leicht glauben können, daß, wenn der Mensch so, mit Enthaltung vom Denken, sich möglichst genaue Bildvorstellungen macht von aufeinanderfolgenden Vorgängen, daß da etwas vorgehen kann in den unsichtbaren Gliedern des Menschen.

Der Mensch hat den astralischen Leib als Träger des Vorstellungslebens. Dieser astralische Leib ist, solange der Mensch spekuliert, der Sklave des Ich. Aber er geht nicht in dieser bewußten Tätigkeit auf, er steht auch in einer gewissen Beziehung zum ganzen Kosmos.

In demselben Maße nun, in dem wir uns enthalten, unsere Denkwilkkür wirken zu lassen, in dem wir ganz enthaltsam bloß Bildvorstellungen von aufeinanderfolgenden Ereignissen uns machen, in demselben Maße wirken die inneren Gedanken der Welt in uns und prägen sich unserem Astralleib ein, ohne daß wir es wissen. Wie wir uns fügen in den Gang der Welt durch Beobachtung der Vorgänge in der Welt und die Bilder möglichst ungetrübt in unsere Gedanken aufnehmen und in uns wirken lassen, in demselben Maße werden wir in den Gliedern, die unserem Bewußtsein entzogen sind, immer gescheiter«. (GA108, S.222f)

»Nur wer in die Geisteswissenschaft eindringen kann, der weiß, auf welche geheimnisvolle Art Gesundheit und Krankheit sich entwickeln. Wenn Sie durch die Straßen einer Stadt gehen und da die Scheußlichkeiten an den Anschlagssäulen und in den Schaufenstern vor die Seele geführt bekommen, übt das einen schaurigen Einfluß aus. Die materialistische Wissenschaft hat keine Ahnung davon, wieviel an Krankheitskeimen in diesen Scheußlichkeiten liegt. Man sucht bloß die Krankheitserreger in den Bazillen und weiß nicht, wie auf dem Umwege durch die Seele Gesundheit und Krankheit in den Körper geführt werden. Hier wird erst eine mit der Geisteswissenschaft bekannte Menschheit wissen, welche Bedeutung es hat, wenn der Mensch diese oder jene bildlichen Vorstellungen in sich aufnimmt«. (GA107, S.124)

»Wenn das hellseherische Bewußtsein das ausgewachsene Maiglöckchen betrachtet, sieht es das physische Maiglöckchen durchzogen von einem Ätherleib, einer Art Lichtströmungsleib, der es von oben bis unten durchzieht. Aber es ist beim Maiglöckchen so, daß der Ätherleib nicht sehr weit herausragt aus diesem physischen Pflanzenleib und sich nicht stark von demselben unterscheidet. Wenn Sie aber das kleine Samenkörnchen des Maiglöckchens nehmen, so finden Sie das physische Samenkorn klein, aber ein wunderschöner Ätherleib gliedert sich ein in dieses Korn, strahlig rings herum, und zwar so, daß an dem einen Ende des Ätherleibes das Samenkorn sitzt, so wie sich bei einem Kometen der Kern zum Schweif verhält. Das physische Samenkorn ist eigentlich nur ein verdichteter Punkt in dem Licht- oder Ätherleib des Maiglöckchens. Wenn der, der auf dem Boden der Geisteswissenschaft steht, das ausgewachsene Maiglöckchen vor sich hat, dann ist für ihn das Wesen, das zuerst verborgen war, entwickelt. Wenn er das Samenkörnchen vor sich hat, wo das Physische ganz klein und nur das Geistige groß ist, sagt er: Das eigentliche Wesen des Maiglöckchens ist im physischen Samenkorn eingewickelt. So haben wir, wenn wir das Maiglöckchen anschauen, zwei Zustände zu unterscheiden. Ein Zustand ist, wo das ganze Wesen des Maiglöckchens Involution ist: der Same enthält das Wesen eingewickelt, involviert. Indem es herauswächst, geht es in die Evolution über, dann aber schlüpft das ganze Wesen des Maiglöckchens wieder in das werdende, neue Samenkorn hinein. So wechseln Evolution und Involution in der Aufeinanderfolge der Zustände des Wesens einer Pflanze. Während der Evolution verschwindet das Geistige immer mehr und mehr und das Physische wird mächtig, während der Involution wird das Physische immer mehr schwinden, und das Geistige wird mächtiger und mächtiger«. (GA107, S.301)

»Von den Licht- und Farbenerscheinungen der letzteren Welt [der imaginativen (astralen) Welt] kann man sagen: sie seien so, wie wenn die leuchtenden Oberflächen und die Farben der sinnlichen Gegenstände sich von diesen abhoben und von ihnen losgelöst frei im Raume schwebten. Dies gibt aber doch nur eine annähernde Vorstellung. Denn der Raum der imaginativen Welt ist keineswegs so wie derjenige der physischen. Wer sich also einbildete, daß er imaginative Farbenbilder vor sich habe, wenn er freischwebende Farbenflocken mit gewöhnlicher Raumausdehnung sieht, der ist im Irrtum. Dennoch ist aber

die Bildung von solchen Farbvorstellungen der *Weg* zum imaginativen Leben. Wer versucht, sich eine Blume vorzustellen, und dann in seiner Vorstellung alles beiseite läßt, was nicht Farbvorstellung ist, so daß vor seiner Seele ein Bild schwebt wie die von der Blume abgezogene farbige Oberfläche, der kann durch solche Übungen *allmählich* zu einer Imagination *gelangen*. Dies Bild selbst ist noch keine solche Imagination, sondern ein mehr oder weniger vorbereitendes Phantasiegemälde. Imagination – das ist wirkliches astrales Erlebnis – wird es erst, wenn nicht nur die Farbe ganz abgehoben ist von dem Sinneseindrucke, sondern wenn auch die dreidimensionale Raumausdehnung sich völlig verloren hat. Daß dies letztere der Fall ist, kann nur durch ein gewisses Gefühl wahrgenommen werden. Zu beschreiben ist dieses Gefühl nur dadurch, daß man sagt, man fühlt sich nicht mehr außerhalb, sondern *innerhalb* des Farbenbildes, und man hat das Bewußtsein, daß man an seiner Entstehung teilnimmt. Wenn dies Gefühl nicht da ist, wenn man sich also der Sache gegenüberstehend glaubt wie einem sinnlichen Farbenbild gegenüber, dann hat man es noch nicht mit einer wirklichen Imagination, sondern mit etwas Phantastischem zu tun. Damit soll jedoch nicht gesagt sein, daß solche Phantasiegemälde ganz wertlos seien. Sie können nämlich ätherische Abbilder – gleichsam Schatten – wirklicher astraler Tatsachen sein. Und als solchen kommt ihnen für die geheimwissenschaftliche Schulung immerhin einiger Wert zu. Sie können eine Brücke bilden zu den wahren astralen (imaginativen) Erlebnissen«. (GA12, S.66f)

Das Folgende geht schon in Richtung Inspiration, indem der Seele Gefühl-erzeugende Kraft zugeführt werden muss:

»Man muß zum Beispiel sich gewissen äußeren Eindrücken probeweise aussetzen und sich dann die Gefühle ganz versagen, die im sogenannten „normalen“ Zustande eintreten. Man muß sich zum Beispiel einem Ereignisse gegenüberstellen, welches „normalerweise“ die Seele erregt, und sich diese Erregung ganz und gar verbieten. Man kann das so machen, daß man sich tatsächlich einem solchen Ereignisse gegenüberstellt oder sich bloß mit der Vorstellung behilft. Das letztere ist sogar für die fruchtbare Geheimschulung das bessere. Da der Schüler ja in die *Imagination* eingeweiht wird, entweder vor seiner Vorbereitung zur Inspiration oder mit der letzteren gleichzeitig, so muß er eigentlich imstande sein, sich imaginativ ein Ereignis mit derselben Kraft vor die Seele zu stellen, wie wenn es wirklich da wäre. – Wenn nun in

langer innerer Arbeit der Schüler sich immer wieder und wieder Dingen und Vorgängen aussetzt und es sich verbietet, entsprechende „normale“ Gefühle zu haben, so wird in seiner Seele der Mutterboden für die Inspiration geschaffen«. (GA12, S.58)

»Goethe verstand unter seiner Urpflanze ein Einheitsbild, von dem jede Pflanze, welche äußere Form sie auch tragen mag, ein Abbild ist, ein einheitliches, ideelles, geistiges Gebilde, mit dem man die Pflanzenwelt durchlaufen kann, und das sich gewissermaßen in jeder einzelnen Pflanze offenbart. ... Er sagte und schrieb über diese Urpflanze: wenn man sie gefaßt hat im Geiste, dann muß es einem möglich sein, nicht nur mit ihr die Pflanzenformen, die da draußen in der Welt sind, zu vergleichen und zu erkennen, sondern es muß einem möglich sein, innerlich geistig selber Pflanzenformen zu ersinnen, die, wenn sie auch nicht existieren, doch existieren könnten.

Es ist dies ein gewichtiges, ein bedeutsames Wort. Denn was will ein Mensch, ein erkennender Mensch, der solch eine geistige Idee erfassen will? Er will nichts Geringeres als in seiner Seele einen Gedanken wachrufen, der ihn dazu führen kann, ich möchte sagen, um seinen eigenen Ausdruck zu gebrauchen: zu erfinden die äußere Wirklichkeit, die dann in die Erscheinung treten kann. Er möchte also innerlich so verwandt werden mit dem, was in der Pflanze, was in den lebenden Gebilden überhaupt heranwächst, daß er in seinem eigenen Geiste, in seinem Denken, in seinem Vorstellen das innerlich habe, was sich äußerlich im Wachstum als Kraft offenbart. Er möchte also innerlich untertauchen mit seinem ganzen Wesen in die äußere Welt. Es ist das Streben viel bedeutsamer als dasjenige, was Goethe im einzelnen damit erreicht hat. ... Aber in dieser Art geistiger Bestrebung liegt etwas, was man erweitern kann über den ganzen Umfang menschlicher Erkenntnis, menschlicher Weltanschauung«. (GA329, S.258f)

Lebendiges Denken als Urzelle der Geisteswissenschaft:

»So sagt er [Goethe] zum Beispiel: Wenn man im Geiste diese Urpflanze erfaßt hat, dann kann man aus dem lebendigen Bilde dieser Urpflanze heraus selber sich Bilder von einzelnen wirklichen Pflanzen machen, welche die Möglichkeit des Existierens haben.

Man muß nur im rechten Sinne auf das hinschauen, was mit einem solchen Worte eigentlich gesagt ist. Goethe will also im Geiste zu einer Idee von dem Pflanzenwesen kommen, und er will im Geiste die Möglichkeit haben, aus seiner Urpflanze heraus ein Gebilde geistig zu formen, das eine einzelne Pflanze ist, nicht aber gleich einer Pflanze, die er sinnlich sieht, sondern das gewissermaßen zu den sinnlichen Pflanzen eine solche hinzu erfindet, die nicht sinnlich existiert, die aber doch die Möglichkeit hätte, wenn die Bedingungen da wären, in der Sinnlichkeit zu existieren. Worauf ist da eigentlich hingewiesen? Da ist darauf hingewiesen, daß der Mensch durch seine Seele in die sinnliche Wirklichkeit so untertauchen kann und in diesem Untertauchen in die sinnliche Wirklichkeit das Geistige, das in der sinnlichen Wirklichkeit drinnen ist, so erleben kann, daß er ganz zusammenwächst mit diesem Geiste, der überall in der Natur schaffend webt und lebt.

Das ist gerade das Große der Goetheschen Weltanschauung, daß sie hinzielt auf dieses Untertauchen in die Wirklichkeit, und daß sie überzeugt davon ist, daß, sofern man in diese Wirklichkeit untertaucht, man auf das Geistige dieser Wirklichkeit kommt, so daß man den Geist der Wirklichkeit entdeckt, der einem dann Führer sein kann durch die ganze verwirrende Mannigfaltigkeit des Sinnlichen selbst.

Nun kann man dasjenige, was Goethe angestrebt hat, ausdehnen auf die gesamte den Menschen umgebende Welt und auf den Menschen selbst«. (GA329, S.287)

## Gedanken

»Nun, nicht wahr, die Meditation besteht aus folgendem: Als moderner Mensch haben Sie jedem Satz gegenüber das Gefühl, Sie müssen ihn verstehen. Das ist eine ausgesprochene Tätigkeit des Ich in der gegenwärtigen Inkarnation. Alles dasjenige, was Sie intellektuell tun, ist eine ausgesprochene Betätigung des Ich. Der Intellekt ist in der gegenwärtigen Inkarnation [vorherrschend] und alles übrige ist vom Ich zugedeckt, wirkt höchstens traumhaft hinauf und ist unbewußt. Dagegen heißt nun meditieren: ausschalten dieses intellektuelle Streben und den Meditationsinhalt zunächst so nehmen, wie er gegeben ist, rein, ich möchte sagen zunächst dem Wortlaute nach, so daß Sie, wenn Sie intellektuell an den Meditationsinhalt herangehen, bevor Sie den

Meditationsinhalt in sich aufnehmen, Ihr Ich in Bewegung bringen, denn Sie denken nach über den Meditationsinhalt, Sie haben ihn außer sich. Wenn Sie den Meditationsinhalt, einfach wie er gegeben ist, in Ihrem Bewußtsein anwesend sein lassen, gar nicht nachdenken, sondern im Bewußtsein anwesend sein lassen, dann arbeitet in Ihnen nicht Ihr Ich aus der gegenwärtigen Inkarnation, sondern das aus der vergangenen. Sie halten stille den Intellekt; Sie versetzen sich einfach in den Wortinhalt, den Sie innerlich, nicht äußerlich hören, als Wortinhalt hören. In das versetzen Sie sich, und indem Sie sich in das versetzen, arbeitet im Meditationsinhalt Ihr innerer Mensch, der nicht derjenige ist der gegenwärtigen Inkarnation. Dadurch aber wird der Meditationsinhalt nicht zu etwas, was Sie verstehen sollen, sondern das real in Ihnen wirkt und so real in Ihnen arbeitet, daß Sie zuletzt gewahr werden, jetzt habe ich etwas erlebt, was ich früher nicht erleben konnte. Nehmen Sie einen einfachen Meditationsinhalt, den ich oftmals gegeben habe: „Weisheit lebt im Licht“. Nun, nicht wahr, wenn man darüber nachdenkt, kann man darüber furchtbar viel Gescheites, aber ebensoviel furchtbar Törichtes herausbekommen. Er ist da, um innerlich gehört zu werden: «Weisheit lebt im Licht.» Da paßt in Ihnen auf, wenn Sie ihn so innerlich hören, dasjenige, was da ist, nicht aus der gegenwärtigen Inkarnation, sondern dasjenige, was Sie sich mitgebracht haben aus früheren Erdenleben. Und das denkt und das empfindet, und es leuchtet auf nach einiger Zeit in Ihnen etwas, was Sie früher nicht gewußt haben, was Sie auch nicht aus Ihrem eigenen Intellekt heraus denken können. Sie sind innerlich viel weiter als Ihr Intellekt ist. Der enthält nur einen kleinen Ausschnitt dessen, was da ist«. (GA316, S.145f)

»Die Geschichte ist nämlich diese. Wenn man solche Urteile in sich aufnimmt, solche Urteile fällt, solche Sätze: Das Ganze ist größer als seine Teile, die Gerade ist der kürzeste Weg zwischen zwei Punkten - dann wird es nämlich im Hinterkopf kalt. Das ist das Eigentümliche: es wird im Hinterkopf kalt. Und weil es im Hinterkopf kalt wird, weil der Mensch anfängt zu frieren, will er gleich weg von solchen Sätzen. Sie sind ihm langweilig. Das ist nämlich das Merkwürdige: Bei der Langeweile wird es im Hinterkopf kalt. Nicht der ganze Mensch wird kalt, aber der Hinterkopf wird kalt [...]

Die Mathematik ist für manchen langweilig, aber weil sie schwer ist und man sich anstrengen muß, und weil die Mathematik gerade den Hinterkopf so kalt

macht, deshalb kommen diejenigen, die Mathematik lernen mußten, weil die so kalt war und man sich recht anstrengen mußte bei der Mathematik, am leichtesten in die geistige Welt hinein. Und diejenigen, die sich überwinden und solche Sätze immer wieder und wieder erleben, die also künstlich sich die Langeweile anzüchten, die kommen am leichtesten in die geistige Welt hinein.

Aber da muß noch eine Veränderung vor sich gehen. Nämlich von einem bestimmten Punkt an merkt man: Wenn man nun gelebt hat in solchen Sätzen, da fangen sie an, sich umzudrehen. - Da denke ich lange nach: Das große Dreieck ist größer als seine Teile. Wenn ich darüber lange nachdenke, dann dreht sich mir der Satz um. Jetzt fängt er an, interessant zu werden, denn da bekomme ich einmal folgende Anschauung: Wenn ich hier ein Dreieck habe und ich nehme von diesem Dreieck das Viertel und ich will das her austun, dann fängt es an zu wachsen (es wird gezeichnet), und es ist nicht mehr wahr, daß das Ganze größer ist als seine Teile. Das Viertel ist plötzlich größer. - Ich sehe, daß das Viertel größer ist, und ich muß jetzt sagen: Das Ganze ist kleiner als seine Teile. (Der Satz wird an die Tafel geschrieben.) [...]

Die Gerade ist der kürzeste Weg zwischen zwei Punkten — das ist ja so richtig, daß man es als einen allerersten Lehrsatz in der Geometrie aufgetischt kriegt. Für die physische Welt ist das so richtig, als es nur richtig sein kann. Aber denkt man lange nach: Wenn einer, der kein physisches, sondern ein geistiges Wesen ist, von Dorf A nach Dorf B kommen will, so kommt ihm der Weg furchtbar kurz vor, wenn er im Halbkreis läuft (es wird gezeichnet) - und Sie kommen zu dem Urteil: Die Gerade ist der längste Weg zwischen zwei Punkten. (Der Satz wird an die Tafel geschrieben.) [...]

Aber der sicherste Weg ist eben, von solchen Sätzen auszugehen: Der Teil ist größer als das Ganze. Kein Körper ist ausgedehnt. Urteile haben Farbe. Die Gerade ist der längste Weg zwischen zwei Punkten. - Dadurch hat man sich losgerissen von dem physischen Körper. Wenn Sie dies alles durchmachen, dann kommen Sie dazu, statt ihres physischen Körpers Ihren Ätherkörper benützen zu können. Sie können dann anfangen mit dem Ätherkörper zu denken, und der Ätherkörper muß alles umgekehrt denken von der physischen Welt. Denn durch den Ätherkörper kommt man allmählich in die geistige Welt hinein«. (GA350, S.164ff)



»Das müssen wir nach und nach erreichen durch die Übungen, die ich beschrieben habe in meinem Buche „Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten?“. Das ist es gerade, was ich hier andeuten will: Wir müssen das, was für gewöhnlich gerade das Wichtigste ist, den Gedankeninhalt zurücktreten lassen und den Willen im Denken bewußt gebrauchen lernen«. (GA211, S.144)

»Nein, die Welt der abstrakten Ideen, die Welt der Verstandesideen, sie hat sich erschöpft. Neue Ideen sprießen nicht mehr.

Bei Thales begann ein gewisses Entstehen der Verstandesideen für das abendländische Denken. Jetzt sind wir in gewisser Weise am Ende, und Philosophie ist als solche, als Ideenwissenschaft, am Ende. Der Mensch muss sich erheben lernen zu dem, was jenseits der Ideen und Gedanken, die ja auch nur dem physischen Plane angehören, was jenseits dieser Welt der Ideen liegt. Zunächst wird er sich erheben zu den Imaginationen. Die werden wiederum etwas Reales für ihn werden. Dann wird eine neue Befruchtung eintreten für das Geistige der Menschheit. Daher erfließen uns in der Geisteswissenschaft Imaginationen für wichtige Weltvorgänge. Sehen Sie sich an, wie sich die Beschreibung von Saturn, Sonne und Mond von anderen Dingen unterscheidet, wie sich diese verhält zu den abstrakten Begriffen der anderen Wissenschaft. Bildhaft muß man alles geben, so daß es in der äußeren sinnlichen Welt nicht unmittelbar realisierbar ist. Von dem alten Saturn sagen wir, daß er einen bloßen Wärmeszustand hat. Das ist Unsinn für die heutige Welt der Sinne, denn eine bloße Wärmesubstanz gibt es nirgends für die Welt der Sinne. Was aber Unsinn ist für die Welt der Sinne, ist Wahrheit für die Welt des Geistes, und hinein sich zu leben in die Welt des Geistes ist das, was dem Menschen unmittelbar obliegt in die nächste Zukunft hinein. Denn diejenigen, die sich nicht entschließen werden, die Luft des Geistes zu atmen, für welche die Menschenseele durch Geisteswissenschaft, durch eine Wissenschaft, die über die der bloßen Sinne hinausgeht, empfänglich gemacht werden soll, diejenigen, die sich nicht empfänglich machen wollen für die geistige Wissenschaft, sie werden wirklich einem Zustande entgegengehen, den man in gewisser Weise für viele heute schon herankommen sieht: einer geistigen Atemnot und damit einer geistigen Erschöpfung, die dann weiterführt zu einer geistigen Auszehrung, zu einer geistigen Schwindsucht [ein Symptom: Alzheimer!].

Das würde das Los der Menschen auf Erden sein, die nur bei der Sinneswelt verbleiben wollten, daß sie an geistiger Schwindsucht zugrunde gehen würden«. (GA134, S.116f)

»Da ist eines, was man von Anfang an üben muß: Konzentration, Konzentration des Gedankenlebens. Bedenken Sie einmal, wie die Gedanken in Ihnen irrlichtelieren vom Morgen bis zum Abend! Da und dorthier kommen Ihnen Gedanken und ziehen Sie mit sich fort. Nun müssen Sie sich als Rosenkreuzerschüler eine Zeit aussondern, wo Sie Herr der Gedanken sind, wo Sie sich einen möglichst uninteressanten Gegenstand nehmen und darüber nachdenken. Davon werden Sie eine ungeheuer wohltuende Wirkung für sich haben. Die Zeit spielt keine Rolle; Energie, Geduld und Ausdauer sind dabei notwendig«. (GA100, S.187)

»Man fasse also dasjenige genau ins Seelenaugenauge, was eine Erinnerungsvorstellung ist, und man wird damit die Art und Weise gegeben haben, wie auch Imaginationen in der Seele leben. Sie leben mit derselben Intensität, ja mit einer oft weit gesteigerten Intensität gegenüber den Erinnerungsvorstellungen. Aber gerade so, wie die Erinnerungsvorstellungen durch ihr eigenes Auftreten, durch ihren eigenen Inhalt zeigen, wie das Erlebnis war, das der Mensch vielleicht vor Jahren hatte und von dem sie ein Bild sind, so zeigen diese Imaginationen, indem sie in die Seele hereingerufen werden, daß sie zunächst nicht an ein persönliches Erlebnis anknüpfen, wenn sie als wirkliche Erkenntnisimaginationen auftreten, sondern daß sie sich beziehen, obwohl sie genau mit dem Charakter der Erinnerungsvorstellungen auftreten, auf eine nun nicht sinnliche, aber doch durchaus objektive Welt, die innerhalb der Sinneswelt lebt und webt, aber durch die Wahrnehmungsorgane der Sinne sich nicht offenbart«. (GA78, S.88)

»Es [das Erleben] wird so, daß in der Tat das Ich-Erlebnis sich allmählich so verstärkt, daß man für das ganze zurückliegende Leben, an das man sich sonst nur erinnert, ein Ich-Erlebnis hat, als ob man in den vergangenen Ereignissen als unmittelbar Gegenwärtigem wirklich drinnen lebte. Das Augenblicksbewußtsein wird ausgedehnt zu einem im Strom der Zeit verlaufenden Bewußtsein. Das ist die erste Stufe für das Erleben von Erkenntnisimaginationen. Man läßt gewissermaßen sein Ich ausfließen in die

Erlebnisse, die man in diesem Erdenleben seit der Geburt gehabt hat«. (GA78, S.93)

»Denn der Äther ist nichts anderes als ein feineres Substantielles, das aber überall so durchseelt ist, daß in ihm flutender Gedanke wirkt, daß in Wirklichkeit Gedanken draußen den Äther selbst erfüllen. ... Im sinnlichen Anschauen kann man niemals in ein so intimes Verhältnis zu der Umgebung treten, wie in diesem Erleben des schauenden Bewußtseins, das nun wirklich keine Grenzen hat zwischen Innen und Außen, sondern wo hinein- und hinausflutet – in das eigene Seelenleben hinein und aus dem eigenen Seelenleben hinaus – dasjenige, was gedankenerfüllter und gedankendurchseelter Äther ist. ... Durch die imaginative Erkenntnis tauchen wir ein in eine Welt des wogenden Äthers, der beseelt ist von ihm durchdringenden Gedanken«. (GA66, S.242,247)

»In dem einsamen Denken liegt wiederum die luziferische Verlockung; in dem bloßen Hinhorchen, in dem bloßen Wahrnehmen liegt das ahrimanische Element. Man kann aber einen mittleren Zustand einhalten, sozusagen zwischendurchgehen. Man braucht weder bloß zu verweilen in dem abstrakten, grüblerischen Denken, wobei man sich einsiedlerisch in der Seele abschließt, noch sich hinzugeben dem bloßen Hinhören und Hinsehen auf das, was die Ohren und Augen wahrnehmen können. Man kann noch ein anderes tun, indem man das, was man denkt, innerlich so lebendig macht, so kraftvoll macht, daß man den eigenen Gedanken wie etwas Lebendiges vor sich hat und in ihn lebendig sich vertieft wie in etwas, was man draußen hört und sieht, so daß der eigene Gedanke so konkret wird wie das, was man hört oder sieht. Das ist ein mittlerer Zustand. In dem bloßen Gedanken, der dem Grübeln zugrunde liegt, da liegt das Herantreten des Luzifer an den Menschen; in dem bloßen Hinhören, sei es durch das Wahrnehmen oder sei es durch die Autorität der Menschen, liegt das ahrimanische Element. Wenn man innerlich erkräftet und erweckt die Seele, daß man seinen Gedanken gleichsam hört oder sieht, dann hat man das Meditieren. Das Meditieren ist ein mittlerer Zustand. Es ist weder Denken noch Wahrnehmen. Es ist ein Denken, das so lebendig in der Seele lebt, wie das Wahrnehmen lebendig lebt, und es ist ein Wahrnehmen, das nicht Äußeres, sondern Gedanken in der Wahrnehmung hat. Zwischen dem luziferischen Element des Gedankens und dem ahrimanischen Element der

Wahrnehmung fließt hin das Seelenleben im Meditieren als in dem göttlich-geistigen Element, das nur den Fortschritt der Welterscheinungen in sich trägt. Der meditierende Mensch, der in seinen Gedanken so lebt, daß sie lebendig in ihm werden, wie Wahrnehmungen in ihm sind, lebt in dem göttlichen Dahinströmen. Rechts hat er den bloßen Gedanken; links das ahrimanische Element, das bloße Hinhorchen; und er schließt nicht das eine und das andere aus, sondern weiß, daß er in einer Dreiheit lebt, daß die Zahl das Leben regelt. Und er weiß, daß eine Polarität, ein Gegensatz da ist, ein Gegensatz zweier Dinge, zwischen denen sich das Meditieren hinströmend bewegt. Und er weiß auch, daß maßvoll das luziferische und das ahrimanische Element hier in dem Meditieren sich das Gleichgewicht halten müssen«. (GA147, S.98f)

»Aber schließlich ist ja auch unser ganzer Unterricht darauf [auf Passivität des Denkens] abgestimmt, und man könnte jeden einen rückständigen Menschen nennen, der sich aus pädagogischen Gründen gegen die Trivialität des heutigen Anschauungsunterrichtes aufbäumt. Aber das muß man; denn der Mensch ist nicht bloß ein Anschauungsapparat, ein Apparat, der anschauen will. Der Mensch kann nur in innerer Aktivität leben. Etwas Geisteswissenschaftliches vorbringen heißt, den Menschen einladen, seelisch mitzuarbeiten. Das wollen die Menschen heute nicht. Alle Geisteswissenschaft muß zu einer solchen inneren Aktivität einladen, das heißt, sie muß alle Betrachtungen bis zu dem Punkte hinführen, wo man keine Anhaltspunkte mehr hat an dem äußerlich-sinnlichen Anschauen und sich das innere Kräftespiel frei bewegen muß. Erst wenn das Denken sich frei im inneren Kräftespiel bewegen kann, kann man zur Imagination kommen, nicht vorher. Die Grundlage für alle anthroposophische Geisteswissenschaft ist also die innere Aktivität, das Aufrufen zu innerer Aktivität, das Appellieren an das im Menschen, was noch tätig sein kann, wenn alle Sinne schweigen, und nur die Denktätigkeit dann in Regsamkeit ist. ...

Nehmen Sie also an, Sie könnten Gedanken im reinen Gedankenflusse haben. Dann beginnt für Sie der Moment, wo Sie das Denken bis zu einem Punkte geführt haben, an dem es gar nicht mehr Denken genannt zu werden braucht. Es ist im Handumdrehen – sagen wir im Denkundrehen – etwas anderes geworden. Es ist nämlich dieses mit Recht „reines Denken“ genannte Denken reiner Wille geworden; es ist durch und durch Wollen. Sind Sie im Seelischen so weit gekommen, daß Sie das Denken befreit haben von der äußeren Anschauung, dann ist es damit zugleich reiner Wille geworden. Sie schweben,

wenn ich so sagen darf, mit Ihrem Seelischen im reinen Gedankenverlauf. Dieser reine Gedankenverlauf ist ein Willensverlauf. Damit aber beginnt das reine Denken, ja sogar die Anstrengung nach seiner Ausübung, nicht nur eine Denkübung zu sein, sondern eine Willensübung, und zwar eine solche, die bis in das Zentrum des Menschen eingreift«. (GA217, S.166ff)

Dazu passt, wie überhaupt der Wille entwickelt werden kann:

»Den [so selbstverständlichen Zug zu den Älteren, wie ihn der Säugling hat zur Mutterbrust, wie ihn das Kind hat, wenn es durch die Nachahmung sprechen lernt] wird man haben, wenn einem entgegentritt von der älteren Generation das Künstlerische, wenn einem die Wahrheit zuerst in der Schönheit erscheint. Dann wird gerade das Beste sich in den jungen Menschen entzünden: nicht der Intellekt, der immer passiv bleibt, sondern der Wille, der aktiv wird und der auch noch das Denken aktivieren wird. Artistisch-künstlerische Erziehung wird eine Willenserziehung sein, und von der Erziehung des Willens hängt ja doch alles ab«. (GA217, S.158)

### Sinnbilder

»Jetzt bilden wir uns eine Vorstellung, die ganz anders ist. Denken Sie sich einmal, Sie würden probeweise sich die umgekehrte Vorstellung bilden, Sie würden sich vorstellen, Sie gießen aus dem halbgefüllten Glas Wasser in das leere Glas ein. Da kommt in das letztere Glas Wasser hinein, in dem halbvollen Glas aber, da, stellen Sie sich vor, würde durch das Herübergießen das Wasser mehr, und wenn Sie ein zweites Mal ausgießen würden, so würde wieder etwas hinübergehen in das früher leere Glas, aber das zuerst halbgefüllte Glas würde dadurch noch mehr Wasser haben. Durch das Ausgießen würde immer mehr und mehr Wasser in dem ersten Glas sein. Denken Sie sich, Sie bilden sich diese Vorstellung. Selbstverständlich wird jeder Mensch, der sich in unserer Gegenwart zu den absolut vernünftigen Menschen rechnet, sagen: Nun, das ist ein rechter Wahnsinn, den du dir da vorstellst. Du stellst dir vor, daß du Wasser ausgießest und daß dadurch immer mehr Wasser in das Glas kommt, aus dem du herausgießest. – Ja, wenn man diese Vorstellung anwendet auf die physische Welt, dann ist sie natürlich eine wahnsinnige Vorstellung, aber merkwürdigerweise läßt sie sich auf die geistige Welt anwenden. In einer

sonderbaren Weise läßt sie sich anwenden. Nehmen wir einmal an, ein Mensch habe ein liebevolles Herz, und er erweist aus seinem liebevollen Herzen einem anderen Menschen, der der Liebe bedarf, eine liebende Tat, so gibt er etwas dem anderen Menschen ab, aber er wird dadurch nicht leerer, sondern indem er Liebestaten dem anderen Menschen hinübergibt, erhält er mehr, er wird voller, und wenn er ein zweites Mal eine Liebestat verrichtet, wird er noch voller, hat er noch mehr. Man wird nicht arm, nicht leer dadurch, daß man Liebestaten verrichtet, sondern man wird reicher, man wird voller. Man gießt in den anderen Menschen etwas hinüber, was einen selbst voller macht.

Wenden wir nun unser Bild, das für die gewöhnliche physische Welt unmöglich, wahnsinnig ist, auf das Ausgießen der Liebe an, dann ist es anwendbar, dann können wir es als ein Sinnbild, als ein Symbolum für geistige Tatsachen auffassen. Was Liebe ist, ist etwas so Kompliziertes, daß kein Mensch den Hochmut besitzen sollte, Liebe zu definieren, Liebe ihrem Wesen nach ohne weiteres zu durchschauen. Liebe ist kompliziert. Wir nehmen sie wahr, aber keine Definition kann die Liebe ausdrücken. Aber ein Sinnbild, ein einfaches Sinnbild, ein Glas Wasser, das, indem es ausgegossen wird, voller wird, das gibt uns eine Eigenschaft des Liebeswirkens wieder. Wir tun im Grunde genommen, wenn wir uns so das Komplizierte der Liebestaten vorstellen, nichts anderes, als was der Mathematiker in seiner trockenen Wissenschaft tut. Nirgends ist ein wirklicher Kreis, nirgends ein wirkliches Dreieck; die müssen wir uns nur denken. Wenn wir einen Kreis aufzeichnen und ihn nur ein wenig durch ein Mikroskop besehen, so sehen wir lauter Kreide- oder andere Punkte; solcher Kreis wird nie die Regelmäßigkeit eines wirklichen Kreises haben. Wir müssen zu unserer Vorstellung, zu unserem Innenleben gehen, wenn wir den Kreis oder das Dreieck oder sonst etwas vorstellen wollen. So müssen wir, um uns so etwas wie eine geistige Tat vorzustellen – die Liebe zum Beispiel – auch zum Bilde greifen und an eine Eigenschaft uns halten.

Solche Bilder sind nützlich für die okkulte Entwicklung. An ihnen merken wir, daß wir über die gewöhnliche Vorstellung hinausgehoben werden, daß wir, wenn wir zum Geiste aufsteigen wollen, uns geradezu entgegengesetzte Vorstellungen bilden müssen zu denen, die auf die Sinnenwelt anwendbar sind. Daher finden Sie, daß die Ausgestaltung solcher symbolischer Vorstellungen ein wichtiges Mittel ist, um in die geistige Welt hinaufzusteigen. Sie finden das ausgeführt in meinem Buch „Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten?“. Dadurch kommt der Mensch dazu, etwas anzuerkennen, was als eine

Welt über ihm steht, die ihn inspiriert, die er nicht in der Außenwelt wahrnehmen kann, die aber in ihn hereindringt. Wenn er immer mehr und mehr dieser Vorstellungswelt sich hingibt, dann kommt er dazu, anzuerkennen, daß durch ihn, durch jeden Menschen etwas geistig Wesenhaftes lebt, das höher ist als er selbst, der Mensch, in dieser einen Inkarnation mit seinem Egoismus«. (GA136, S.55f)

»Warum verschaffen wir uns im gewöhnlichen Leben Vorstellungen, Begriffe, Ideen? Niemand wird leugnen, daß namentlich für den Menschen der Gegenwart der Zweck, warum er sich Vorstellungen, Begriffe und Ideen schafft, der ist, durch diese Vorstellungen, Begriffe und Ideen, ja sogar durch seine Empfindungen und Gefühle sich eine gewisse Erkenntnis von dem zu verschaffen, was in der Außenwelt um ihn herum ist. Wir nennen ja heute das Wahrheit, was an unseren Begriffen und Ideen mit irgendeiner Außenwelt, mit einer Erscheinung der Außenwelt zusammenstimmt, was gleichsam diese Erscheinung der Außenwelt abbildet. Für alles äußere Leben, für alle äußere Kultur ist selbstverständlich diese Betätigung unseres Seelenlebens die einzig richtige. Vollständig ändern muß sich diese Betätigung unseres Seelenlebens, wenn wir in die übersinnlichen Geheimnisse des Daseins eindringen wollen, mit anderen Worten, wenn wir — es sei das verpönte Wort gebraucht - in die okkulten Geheimnisse eindringen wollen; dann müssen wir bei den Begriffen, bei Ideen, bei Vorstellungsbildern, ja auch bei Empfindungen, Gefühlen und Willensimpulsen ganz absehen können von dem, was sie in der Außenwelt bedeuten. Wir müssen zunächst nicht fragen: Was bedeuten sie in bezug auf ihren Wahrheitswert für das oder jenes in der Außenwelt? Wir müssen alles das, was so Inhalt unseres Seelenlebens werden kann, lediglich betrachten als ein inneres pädagogisches Selbsterziehungsmittel unseres Seelenlebens. Wir müssen Begriffe, Ideen, ja auch Empfindungen und Gefühle in unserer Seele so wirken lassen, daß wir diese Seele abgeschlossen halten von alledem, was wir aus der Außenwelt aufnehmen können, ja sogar, was wir schon im Laufe des Lebens an Erfahrungen, an Erlebnissen aufgenommen und im Gedächtnis angehäuft haben. Wenn wir absehen können durch eine energische Willensbetätigung von allen Eindrücken, die uns die äußere Sinneswelt geben kann, von allen Kombinationen, die unser Verstand machen kann, wenn wir auch absehen können von allen Bekümmernissen und Sorgen, von allen Freuden und sonstigen Dingen, die in unserem Gedächtnis angehäuft sind,

wenn wir die Seele leer machen können, so wie sie sich selber leer macht, wenn durch die Ermüdung abends der Schlafzustand eintritt, wenn wir aber dann das völlig Entgegengesetzte erreichen können als beim Schlaf; wenn wir in der Lage sind, unter völliger Aufrechterhaltung des Bewußtseins dieses Bewußtsein nun hinzulenken auf irgendwelche fruchtbaren, namentlich sinnbildlichen Vorstellungen, auf solche, die möglichst vieldeutig sind — denn man hat nicht nach ihrem Wahrheitswert zu fragen, sondern nach dem Erziehungswert für die Seele —; dann, wenn man diese Seele durch einen energischen Willensentschluß auf einen Inhalt hin konzentriert, entweder ein Vorstellungsbild oder einen Empfindungsimpuls, den man in den Mittelpunkt des Seelenlebens stellt, und wenn man nun die seelische Tätigkeit, die gereinigt ist von allem anderen, auf dieses selbstgewählte Bild hinwendet und immer länger und länger es dahinbringt, mit starker Willenskonzentration das gesamte jetzt wachgehaltene Seelenleben auf einen solchen selbstgewählten Inhalt zu konzentrieren —, dann wird man merken, daß nicht von diesem Inhalt, wohl aber von den aufgewandten, energisch zusammengehaltenen Seelenkräften etwas wie ausstrahlt in unserem Seelenleben und wir in die Lage kommen, innerlich etwas zu erleben, was wir sonst nicht erleben können, wovon wir dann das unmittelbare Erlebnis, die unmittelbare Erfahrung bekommen: Du erlebst jetzt etwas, was so real, so wichtig, so wesentlich ist für das Dasein wie die Dinge, die du durch deine Augen siehst, durch deine Ohren hörst — was auch so wirklich ist, was du aber niemals durch eine äußere Sinnesbetätigung und durch den Verstand hättest erleben können. — Kurz, jetzt erst fängt man an zu wissen, was eigentlich das ist: übersinnliches Erleben; jetzt weiß man sich erst in seinem geistig-seelischen Kern darinnen; jetzt fängt man an zu begreifen, daß man ein Leben führen kann in einer inneren seelischen Wesenheit, unabhängig von der Körperlichkeit. Das ganze Bewußtsein wird dadurch umgeändert«. (GA136, S.219f)

»Nehmen wir an, wir haben von irgendeiner uns unbekanntem Substanz eine kreisförmige Platte. Wir können, wenn wir zunächst diese kreisförmige Platte ansehen, sagen: Was das als Substanz ist, wie die Stoffe zusammengeschweißt sind, das ist uns zunächst unergründlich. Aber eines können wir tun, wenn wir etwas von dieser Scheibe richtig wissen wollen: wir können einen Kreis vor uns hinzeichnen. Dann haben wir etwas von dieser Scheibe herausgehoben, nämlich daß sie kreisförmig ist, und dieses Herausgehobene ist ganz gewiß



wahr, so wenig wir auch sonst von der Scheibe wissen. Wenn wir mathematisch denken, machen wir es auch so – und die ganze Mathematik ist in dieser Beziehung Symbolik –, daß wir einiges symbolisch herausheben. Dieser Vorgang, sinnenfällige und dann von der Seele festgehaltene Bilder zu schaffen, ist für seelisch-geistige Taten, für seelisch-geistige Erlebnisse die Vorbereitung zur imaginativen Erkenntnis. ... Aber selbstverständlich hat der wahre Geistesforscher ein Bewußtsein davon, daß dies, was er so als Sinnbilder in seiner Seele leben läßt, keiner äußeren Wirklichkeit entspricht! ... Diese Sinnbilder sind eben nicht dazu da, äußere Wirklichkeiten abzubilden, sondern dazu, daß sie in unserer Seele leben, daß wir sie mit unserem Seelenleben verbinden und verquicken und unser Seelenleben darauf konzentrieren«. (GA62, S.124f)

»Nehmen wir zum Beispiel die Vorstellung, die der Mensch als „Licht“ oder als „Weisheit“ hat, die in der Seele waltet, so wird er zwar viel erreichen können, wenn er sie durch seinen Willen in sein Bewußtsein hineinstellt, aber er wird doch nicht sehr weit kommen. Anders aber wird es sein, wenn der Mensch sich sagt, die Weisheit stelle sich dar im Sinnbilde des Lichtes, oder Liebe im Sinnbilde der Wärme, das heißt wenn er überhaupt sinnbildliche Vorstellungen wählt, die unmittelbar in der Seele selbst leben, kurz, wenn er Verzicht leistet auf Vorstellungen, die der äußeren Welt entlehnt sind, und dagegen solche Vorstellungen berücksichtigt, die er sich selbst gemacht hat, die sogar nicht einmal eindeutig, sondern vieldeutig sind, und sich diesen hingibt«. (GA61, S.155f)

»Der Mensch muss meditieren, sich konzentrieren in dem Gedankenleben, aber so, daß die Gedanken von dem Feuer der Gemütsstimmungen immerdar durchdrungen sind, daß sie belebt sind von den Willensimpulsen, die sich nicht in Handlungen umsetzen, sondern in den Gedanken leben«. (GA61, S.470)

»Durch die Methode der Initiation erlangen wir einen Zustand, durch den wir die Denkkraft frei bekommen von dem physischen Gehirn: es wird dann nichts zerstört. Das erreichen wir in der Meditation, Konzentration, Kontemplation. Diese sind gewisse Vorgänge in unserer Seele, die sich vom gewöhnlichen Seelenleben unterscheiden. Diejenigen Vorstellungen und Seelenvorgänge, die im gewöhnlichen Leben uns erfüllen, sind wenig geeignet, in unserer Seele die

Meditation zu erzeugen; man muss andere dazu wählen. Um konkret zu sprechen, soll ein Beispiel gegeben werden. Stellen Sie sich zwei Gläser vor, das eine leer, das andere halb gefüllt. Dann stellen Sie sich vor, wir füllen Wasser aus dem halb gefüllten Glase in das leere, und nun stellen wir uns vor, das halb gefüllte würde immer voller und voller dabei werden. Der Materialist findet so etwas närrisch. Aber bei einer Vorstellung, die zur Meditation geeignet ist, handelt es sich nicht um etwas im physischen Sinne Wirkliches, sondern um etwas, das Seelenvorstellungen bildet. Gerade weil sich eine solche Vorstellung auf nichts Wirkliches bezieht, lenkt sie unseren Sinn ab vom Wirklichen. Ein Symbol aber kann sie sein, nämlich für den Seelenvorgang, der mit dem Geheimnis der Liebe verknüpft ist. Bei dem Vorgange der Liebe verhält es sich wie mit dem halb gefüllten Glas, aus dem man in ein leeres gießt und das dabei doch voller wird. Die Seele wird nicht leerer, sie wird voller in dem Maße, wie sie gibt. Eine solche Bedeutung kann dieses Symbol haben.

Wenn wir eine solche Vorstellung so behandeln, daß wir alle Seelenkräfte auf sie hinwenden, dann ist dies eine Meditation. Wir müssen bei einer solchen Vorstellung alles andere vergessen, auch uns selbst. Unser gesamtes Seelenleben muß lange auf sie gerichtet sein, etwa eine Viertelstunde lang. Es genügt nicht, einmal oder wenige Male eine solche Übung zu machen; sie muß immer wiederholt werden. Je nach der Veranlagung des Individuums wird sich zeigen, daß das Seelenleben sich dabei verändert. Wir bemerken, daß wir dabei eine solche Denkkraft entwickeln, die das Gehirn nicht zerstört. Wer eine solche Entwicklung durchmacht, wird erkennen, daß die Meditation keine Ermüdung hervorruft und das Gehirn nicht zerstört. Dem scheint zu widersprechen, daß Anfänger bei der Meditation einschlafen. Aber dieses rührt davon her, daß wir im Beginn noch an der äußeren Welt hängen und noch nicht die Gedanken vom Gehirn befreit haben. Haben wir durch wiederholte Anstrengungen die Denkkräfte vom Gehirn befreit, haben wir das Meditieren ohne Ermüdung erreicht, dann tritt eine Umwandlung in unserem ganzen menschlichen Leben ein. Wie wir bisher im Schläfe ohne Bewußtsein außerhalb des Körpers waren, so sind wir es jetzt bewußt. Und wie wir unser Ich im alltäglichen Leben in unserer Haut denken, so erleben wir uns nach der Meditation außerhalb unseres Leibes. Der Leib wird ein Objekt, auf das wir hinschauen. Jetzt aber lernen wir das noch anders kennen als im Schläfe. Wir lernen es wie magnetische Kräfte kennen, die uns an unseren Leib ketten. Er ist etwas, in das wir untertauchen wollen. Und wir erkennen, es sind dieselben

Kräfte, die jeden Morgen uns zu unserem physischen Körper ziehen, die wir vor der Geburt uns aus der geistigen Welt herausgeholt haben, und die uns veranlaßt haben, die Vererbungsströmungen aufzusuchen, um einen neuen Körper zu finden. Wir erfahren dadurch, warum wir uns zu unseren Eltern und Ahnen hingezogen fühlen«. (GA150, S.61f)

### **Okkulte Texte und Symbole**

»Diese Schulung [die christliche Schulung] geht so vor sich, daß man nicht bloß immer und immer wieder das Johannes-Evangelium liest, sondern darüber meditiert. Das Johannes-Evangelium beginnt mit den Worten: „Im Anfang war das Wort, und das Wort war bei Gott und Gott war das Wort ...“. Diese Verse sind, richtig verstanden, ein Meditationsstoff, und sie müssen in einem Dhyanam-ähnlichen Zustand aufgenommen werden. [Dhyanam = Meditieren über Vorstellungen, die kein sinnliches Gegenstück haben.] Wer morgens früh, bevor andere Eindrücke in seine Seele eingezogen sind, alles andere aus den Gedanken ausschließt und fünf Minuten lang einzig und allein in diesen Sätzen lebt, und zwar fortgesetzt, jahrelang in absoluter Geduld und Ausdauer, der erlebt, daß diese Worte nicht nur etwas sind, was man verstehen muß; er erlebt, daß sie eine okkulte Kraft haben, ja, er erlebt dadurch eine innere okkulte Umwandlung der Seele. Man wird in gewisser Weise hellseherisch durch diese Worte, so daß man astral alles sehen kann, was im Johannes-Evangelium steht.

Nach Anweisung des Lehrers läßt der Schüler nun sieben Tage lang, nach den fünf ersten Sätzen, das erste Kapitel durch die Seele ziehen. Die nächste Woche ebenso nach der Meditation der fünf ersten Sätze das zweite Kapitel, und so fort bis zum zwölften Kapitel. Man wird schon sehen, was man da Großartiges, Gewaltiges erlebt: wie man eingeführt wird in die Ereignisse von Palästina, wo Christus Jesus gelebt hat, wie sie in der Akasha-Chronik aufgezeichnet sind, und wo man dann tatsächlich alles, was zu jener Zeit geschehen ist, erlebt. Und dann, wenn man am dreizehnten Kapitel angekommen ist, erlebt man die einzelnen Stationen der christlichen Einweihung«. (GA95, S.127)

»Nun gibt es Vorstellungen, von denen der Europäer nichts wissen will, die gar nicht von Sinneseindrücken herrühren, sondern die der Mensch bilden muß,

zum Beispiel mathematische Vorstellungen: ein wirkliches Dreieck gibt es gar nicht in der Außenwelt, das kann man sich bloß denken; ebenso einen Kreis. Dann gibt es eine Reihe anderer Vorstellungen, die derjenige, der in okkulten Entwicklung ist, sehr üben muß. Das sind symbolische Vorstellungen, die bewußt mit irgendwelchen Dingen zusammenhängen, zum Beispiel das Hexagramm, ein Zeichen, das im Okkultismus erklärt wird; ebenso das Pentagramm. Der Schüler hält seinen Geist scharf auf solche Dinge gerichtet, die es in der Sinnenwelt nicht gibt. Ebenso ist es mit einer anderen Vorstellung, zum Beispiel die Gattung „Löwe“, die man auch nur denken kann. Auch auf solche Vorstellungen muß der Schüler seine Aufmerksamkeit richten. Schließlich gibt es auch moralische Vorstellungen, wie zum Beispiel in „Licht auf den Weg“: „Bevor das Auge sehen kann, muß es der Tränen sich entwöhnen.“ Das kann man auch nicht außen erleben, sondern nur in sich erfahren. Dieses Meditieren über Vorstellungen, die kein sinnliches Gegenstück haben, nennt man Dhyanam«. (GA95, S.125f)

»Oder müssen wir nicht sagen, daß es in einer merkwürdigen Weise einen tatsächlichen Eindruck macht, wenn uns im Johannes-Evangelium folgendes geschildert wird«. Es wird Kapitel 20, 1-17, zitiert. »Da haben wir eine Situation so mit Einzelheiten geschildert, daß wir kaum etwas vermissen, wenn wir uns in unserer Imagination ein Bild machen wollen«. (GA131, S.140)

### **Zweck der Übungen**

»Durch eine ganz besondere Art moralischer Kultur, durch eine besondere Art geistiger Kultur muß das gewöhnliche Gefüge von physischem Leib, Ätherleib, Astralleib und Ich anders gemacht werden, als es von Natur aus ist. Und sowohl diejenigen Anweisungen, die gegeben werden zur Pflege der moralischen Gefühle, wie auch die Anweisungen, die zur Konzentrierung des Denkens, zur Meditation gegeben werden, alle streben zuletzt auf das eine Ziel hin: das geistige Gefüge, durch das der Ätherleib und der physische Leib des Menschen zusammenhängen, zu lockern; so daß nicht mehr so fest, als es uns von Natur aus gegeben ist, unser Ätherleib in den physischen Leib hineingefügt bleibt. Alle Übungen streben dieses Herausheben, diese Lockerung des Ätherleibes an. Dadurch aber wird eine andere Verbindung auch zwischen dem Astralleib und

dem Ätherleib herbeigeführt. Dadurch, daß in unserm gewöhnlichen Leben der Ätherleib und der physische Leib bis zu einem hohen Grade in einer festen Verbindung sind, kann unser Astralleib in diesem alltäglichen gewöhnlichen Leben gar nicht alles das empfinden, gar nicht erleben, was in seinem Ätherleibe vorgeht«. (GA131, S.65)

»Das Licht formt heraus das Auge, der Ton bildet heraus das Ohr. Was der Mensch durch Meditation, Konzentration übt, und was er dadurch innerlich erlebt, wirkt so wie Licht auf das Auge, Ton auf das Ohr. Dadurch wird der astralische Leib umgeformt, und dadurch werden herausgeholt die Erkenntnisorgane, um zu schauen in der astralischen, der höheren Welt«. (GA103, S.71)

»Wenn wir einschlafen, da fühlen wir zuerst, wie die Willenskräfte in unseren Gliedern ruhig werden, wie eine gewisse Dämmerung um uns auftritt, wie die Sinne in ihrer Tätigkeit abebben. Dann gehen wir über in Bewußtlosigkeit. Alles Äußere muß so werden in der Konzentration wie beim Schläfe. Die Sinne müssen vollständig frei werden von allen Eindrücken der Außenwelt. Das Auge darf so wenig sehen wie im Schläfe; das Ohr so wenig hören wie im Schläfe und so weiter. Dann wird das ganze Seelenleben zusammengenommen und auf eine Vorstellung konzentriert; das ist der radikale Unterschied vom Schläfe. Man könnte den Zustand nennen ein bewußtes Schlafen, ein vollbewußtes Schlafen. Während im Schläfe die Finsternis der Unbewußtheit sich ausdehnt im Seelenleben, lebt in einem erhöhten Seelenleben derjenige, der ein Geistesforscher werden will. Er strengt alle Kräfte des Seelenlebens an und wendet sie auf eine Vorstellung. Nicht darauf kommt es an, daß wir diese Vorstellung betrachten; sie gibt uns nur eine Gelegenheit, unsere Seelenkräfte zusammenzuraffen, zusammenzudrängen. Auf dieses Zusammendrängen der Seelenkräfte kommt es an. Denn dadurch gelangen wir allmählich dazu – ich muß da wiederum auf das Nähere in meinen Büchern verweisen –, wirklich das Geistig-Seelische, das in uns ist, wie der Wasserstoff im Wasser ist, herauszureißen aus dem Physisch-Leiblichen, es frei zu machen vom Physisch-Leiblichen. Nicht sozusagen in einem Ansturm ist das zu erreichen, was ich jetzt charakterisiert habe. Es brauchen die meisten Menschen ein jahrelanges Arbeiten in solchen Konzentrationen, wenn auch das Tagesleben von solchen Konzentrationen nicht abgelenkt wird; denn man kann sie nur durch wenige

Minuten, höchstens durch Teile einer Stunde festhalten, aber man muß sie immer und immer wiederum wiederholen, bis es wirklich gelingt, die Kräfte, die sonst nur schlummern in der menschlichen Natur – die im Alltagsleben ja auch da sind, die aber schlummern –, so zu verstärken, daß sie wirksam werden in unserer Seele und herausreißen das Geistig-Seelische aus dem Physisch-Leiblichen«. (GA155, S.221f)

### **Imaginative Welt**

»Wer besitzt nun die imaginative Erkenntnis? Derjenige, vor dessen geistigem Auge sich das, was hinter der Sinnenwelt ist, in Bildern ausbreitet, in einem gewaltigen Weltentableau von Bildern, die aber durchaus nicht ähnlich sind dem, was man im gewöhnlichen Leben Bilder nennt. Abgesehen von dem Unterschiede, daß es für diese Bilder der imaginativen Erkenntnis nicht gibt, was wir die Gesetze des dreidimensionalen Raumes nennen, gibt es auch noch andere Eigentümlichkeiten dieser imaginativen Bilder, die sich mit nichts in der gewöhnlichen Sinnenwelt so leicht vergleichen lassen.

Wir können zu einer Vorstellung der imaginativen Welt gelangen, wenn wir uns denken, eine Pflanze stehe vor uns, und wir würden in der Lage sein, alles, was dem Sinn des Auges als Farbe wahrnehmbar ist, herauszuziehen aus der Pflanze, so daß es förmlich frei in der Luft schwebt. Würden wir nun nichts anderes tun, als diese an der Pflanze befindliche Farbe herauszuziehen und frei vor uns schweben lassen, dann hätten wir eine tote Farbengestalt vor uns. Für den hellichtigen Menschen aber bleibt diese Farbengestalt durchaus nicht ein totes Farbenbild, sondern wenn er das, was in den Dingen Farbe ist, herauszieht aus den Dingen, dann fängt durch seine Vorbereitungen und Übungen dieses Farbenbild an, von dem Geistigen belebt zu werden, geradeso wie es in der sinnlichen Welt durch das Stoffliche der Pflanzen belebt war; und der Mensch hat dann vor sich nicht eine tote Farbengestalt, sondern, frei schwebend, farbiges Licht, in der mannigfaltigsten Weise schillernd und sprühend, aber innerlich belebt. So daß eine jede Farbe der Ausdruck ist der Eigentümlichkeit einer geistig-seelischen Wesenheit, die in der Sinnenwelt nicht wahrnehmbar ist; das heißt, es fängt die Farbe in der sinnlichen Pflanze an, für den Hellseher Ausdruck zu werden für seelisch-geistige Wesenheiten«. (GA114, S.11)

»Nehmen wir ein Samenkorn einer Rose, einer wilden Rose, ein völlig ausgebildetes Samenkorn. Was sieht der, der es betrachtet? Er sieht einen Körper, der sehr klein ist, und wenn er nicht gelernt hat, wie das Samenkorn der wilden Rose aussieht, so wird er niemals herauskriegen können, daß da eine Hundsrose herauswachsen kann. Das würde er aus der bloßen Form des Kornes niemals erraten. Der aber, der mit einer gewissen hellseherischen Fähigkeit begabt ist, der wird folgendes erleben können. Das Samenkorn wird allmählich vor seinem Blick verschwinden, aber vor sein hellseherisches Auge wird treten eine blumenähnliche Gestalt, die aus dem Korn geistig herauswächst. Sie steht vor dem hellseherischen Blick, eine wirkliche Form, die nur im Geiste erschaut werden kann. Diese Form ist das Urbild dessen, was später herauswächst aus dem Korn. Nun würden wir uns irren, wenn wir glaubten, daß dieses Bild ganz der Pflanze gleich sei, die dem Samenkorn entspricht. Es ist ganz und gar nicht gleich. Es ist eine wunderbare Lichtgestalt, die in sich Strömungen und komplizierte Bildungen zeigt, und man könnte sagen, daß das, was später herauswächst aus dem Korn, bloß ein Schatten dieser wunderbaren geistigen Lichtgestalt sei, die der Hellseher in dem Samenkorn sehen kann«. (GA106, S.24f)

»Wir müßten erst eine Sprache erfinden, wenn wir das ausdrücken wollten, was das Auge des Sehers sieht. Trotzdem sind diese Schilderungen wichtig, denn sie sind der erste Weg, um zur Wahrheit zu kommen. Nur durch das Bild, die Imagination, finden wir den Weg zur Anschauung. Wir sollen uns keine abstrakten Begriffe, kein Schema machen, keine Vibrationen aufzeichnen, sondern Bilder in uns selbst entstehen lassen; das ist der direkte Weg, die erste Stufe der Erkenntnis. Denn so wahr es ist, daß der Mensch schon dazumal mit seinen Kräften dabei war, so wahr ist es, daß, wenn er sich heute Vorstellungen macht, diese ihn wieder zurücklenken zu den Zuständen, in denen er damals war«. (GA99, S.112f)

»Eine andere Entsprechung im Organismus ist folgende: Der Fortpflanzungsfähigkeit entspricht im oberen Organismus das sogenannte Visionäre, also in gewisser Weise auch die imaginative Seelentätigkeit. Darum wurde von manchen Orden eine gewisse Askese verlangt, doch liegt darin zugleich eine Quelle von ungeheuren Gefahren. Diese können nur durch ein

reines inneres Leben abgewendet werden, durch ein festes Vertrauen in die eigene Individualität und durch das Vermögen, in allen Lebenslagen immer gefaßt zu bleiben. Gibt man sich keinen Affekten und keinen äußeren Einwirkungen hin, so steht man sicher auf diesem Gebiete und wird schädliche Einwirkungen abwenden können«. (GA96, S.175)

»Das Äußere ist Ausdruck des Inneren. Sie sehen in der Physiognomie bis auf den Grund der Seele. Der ganzen übrigen Natur gegenüber muß das der Rosenkreuzerschüler lernen. So wie das menschliche Antlitz und die Bewegung der Hände Ausdrucksmittel sind für das menschliche Seelenleben, so ist alles, was in der Natur vorgeht, Ausdruck eines seelisch-geistigen Lebens. Wie die Geste Ausdruck für unsere Seele ist, so wird für den Rosenkreuzer alles – nicht bloß als poetisches Bild, sondern als tiefe Wirklichkeit –, die ganze Erde um uns herum der Ausdruck seelisch-geistigen Lebens: die Steine, Pflanzen und Tiere, die Sterne, jeder Luftzug. Alles, was um uns herum ist, wird so der Ausdruck von Seelisch-Geistigem, nicht etwa in poetischer Beziehung, sondern in Wirklichkeit, wie das leuchtende Auge, die sich runzelnde Stirne, die perlende Träne physiognomische Ausdrücke innerer Seelenzustände sind. ... Wenn Sie in einer Pflanze die Heiterkeit des Erdgeistes erblicken, wenn die Erde Ihnen der Ausdruck des leiderfüllten Erdgeistes wird, wenn Ihnen die Natur so erscheint, als wenn sie zu Ihnen spräche, wie wenn sie Ihnen ihr Geheimnis wirklich mitteilte, wenn Sie das erleben, dann fangen Sie an, ihre Geheimnisse zu buchstabieren und zu verstehen, was es heißt: imaginative Erkenntnis zu erwerben«. (GA55, S.189f)

»Eine ganz individuelle Angelegenheit des einzelnen Menschen muß die Geisteswissenschaft werden. Zu den Sternen schaut der geisteswissenschaftlich strebende Mensch auf und begreift sie nach den Gesetzen des Lebens, die den ganzen Weltenraum durchpulsen. Wenn des Morgens die Sonne in ihrer Herrlichkeit heraufsteigt und am Abend der Mond in seiner stillen Pracht, wenn die Wolken am Himmelsraum dahinziehen, da schaut er hinauf und da werden ihm die Vorgänge am Himmelszelt zum Ausdruck des seelisch-geistigen universellen Lebens, wie wir die Bewegungen eines Gesichtes oder einer Hand als Ausdruck seelisch-geistigen Lebens im Menschen anschauen«. (GA55, S.149)



»Wir müssen vergessen, woher wir die Gesetze gewannen, und uns mit ihnen durchdringen, daß sie in uns eine Kraft werden. Goethe kam von der genauen Betrachtung der einzelnen Pflanze zur Idee der Urpflanze. Das ist ein Gebilde der geistigen Intuition, ein Bild einer Pflanze, das in uns leben kann, nach deren Bild man unzählige Pflanzen erfinden könnte, die noch nicht da sind, die aber lebensfähig sein könnten. Im Weisen werden die Gesetze so, daß sie sich loslösen vom Einzelnen, daß sie leben in Ewigkeit. Dazu gehört aber das, was man Imagination, bildliche Vorstellung nennt. Abstrakte Gedanken und Begriffe können Wissenschaft sein, aber nicht Weisheit. Wäre Goethe bei Begriffen stehengeblieben, so hätte er nicht die Urpflanze gefunden. Die Urpflanze muss man so lebendig vor sich sehen, daß man sie zeichnen kann mit Wurzeln, Stengeln, Blättern und Früchten, ohne daß sie einer anderen Pflanze ähnlich wäre. Das ist kein Spiel der Phantasie. Die Phantasie ist nur ein Schattenbild der Imagination, aber sie kann sich zur Imagination erheben. ... So müssen wir, wie im Auge, auch in der Seele Kräfte entwickeln, die gegenständlich sind. ... Arbeiten muß die Seele, wie das Auge arbeitet, wenn das Licht einfällt. Ohne die Arbeit der Seele kann nie die geistige Welt einströmen. Es müssen Bilder geschaffen werden in der Seele. Die Objektivität bleibt erhalten, wenn man nicht sich Bilder egoistischer Wünsche und so weiter schafft. Wenn der Mensch so seine Seele der geistigen Welt entgegenstreckt, dann strömt die geistige Welt in ihn hinein und wirkt gesundend. Gesundend wirken die Imaginationen, wirken die Bilder. Wenn man die Begriffe der Geisteswissenschaft zu Bildern machen kann, die nicht nur Linien, sondern Leben, Farben und Ton haben, wenn die ganze Welt solch ein Bild wird, dann wird diese Weisheit auf jedem Gebiete des Lebens solch Heilmittel werden, nicht nur für uns selbst, sondern auch für andere, für die ganze Welt. Wenn auch die Bilder zuerst falsch sind, so schadet das nicht. Sie werden berichtigt werden durch die, die uns leiten«.  
(GA55, S.151f)

»Dieses Erleben [das geistig-seelische Erleben] ist ein solches, daß man mit seinem ganzen Wesen untertaucht in diese Dinge [der geistigen Welt]. Dann weiß man: Du nimmst sie wahr, indem du gleichsam ausgeflossen bist in sie. – Man weiß, daß man diese Dinge in der Imagination nachbildet. Man fühlt, daß die Wahrnehmung zugleich Nachbildung ist: man fühlt sich in einer fortwährenden Tätigkeit, nicht in einem passiven Wahrnehmen wie in der äußeren Welt. Deshalb könnte man das Aufleben der imaginativen

Gedankenwelt eine geistige Mimik, ein geistiges Mienenspiel nennen. Dieses Geistig-Seelische ist in fortwährender Tätigkeit. Man reißt sich aus dem Leiblichen heraus, das Seelische ist in fortwährender Tätigkeit. Man fühlt sich etwa so damit verbunden, wie ein Mensch in der physischen Welt das Seelenleben eines anderen erleben könnte. So erlebt man das, was die Wesen und Vorgänge der geistigen Welt enthalten: man wird selbst der Ausdruck davon. In der geistigen Miene, die man annimmt, drückt man selbst das Wesen der Dinge aus. Eine Tätigkeit, ein aktives Wahrnehmen ist es, zu dem man getrieben wird. Und man kann sagen: Geistesforschung stellt ganz andere Anforderungen an die menschliche Seele als die äußere Wissenschaft, die mehr passiv hinnimmt«. (GA153, S.17f)

»Und wenn wir solches oft vornehmen, wenn wir uns sogar eine gewisse Praxis darin aneignen – und wir können das – sonst längst vergessene Erinnerungen heraufzuholen, so daß wir eine stärkere Kraft des Sich-Erinnerns entwickeln, wenn wir immer mehr und mehr Vergessenes heraufholen und dadurch unsere Kraft, die die Erinnerungen heraufschafft, stärker machen, dann werden wir sehen, daß, ich möchte sagen, wie auf einer Wiese zwischen den einzelnen grünen Grashalmen und Graspflanzen Blumen auftauchen, dann zwischen den Erinnerungen Bilder, Imaginationen auftauchen von etwas, was wir vorher nicht gekannt haben. Es ist etwas, was wirklich so auftaucht wie die Blumen auf der Wiese zwischen den Graspflanzen, was aber aus ganz anderen geistigen Tiefen heraufkommt als die Erinnerungen, die eben nur aus unserer eigenen Seele herauftauchen. Und wir lernen dann unterscheiden das, was irgendwie mit unseren Erinnerungen zusammenhängen könnte, von dem, was also herauftaucht aus geistigen Untergründen und geistigen Tiefen. Und so leben wir uns nach und nach in die Möglichkeit ein, eine Kraft zu entfalten, das Geistige herauszuholen aus seinen Untergründen«. (GA153, S.83)

»Es sind visionäre Bilder [die Imaginationen], die dem Menschen, wenn er den okkulten Pfad gegangen ist, als eine ganz neue Welt gegenübertreten. Wenn ein Mensch wirklich ernsthaft diesen okkulten Pfad geht, so gelangt er dazu, daß sich die ganze physische Welt, die um ihn herum ist, verdunkelt. An Stelle dieser physischen Welt tritt eine Welt auf- und abwogender Bilder auf, auf- und abwogender Eindrücke tonartiger, geruchsartiger, geschmacksartiger, lichtartiger Natur. Das dringt und wirbelt in unseren okkulten Gesichtskreis

herein, und wir machen die Erfahrungen, die wir nennen können die Erfahrungen der imaginativen Visionen, die uns von allen Seiten dann umgeben, die unsere Welt sind, in der wir mit unserer Seele leben und weben. Nehmen wir nun an, ein Mensch würde sich verlassen darauf, daß er in dieser visionären Welt, in die er auf diese Art eintritt, eine volle Wirklichkeit vor sich hätte; dieser Mensch würde sich in einem schweren, sehr schweren Irrtum befinden. Und hier stehen wir an dem Punkte, wo die Gefahr beginnt. Unermeßlich ist das Reich des visionären Lebens, solange wir uns nicht von der Imagination, die uns eine visionäre Welt vorzaubert, erheben zu der Inspiration. Diese erst sagt uns: Nach diesem einen Bilde mußt du dich hinwenden, dahin mußt du deinen okkulten Blick richten, dann wirst du eine Wahrheit erleben, und unzählige andere Bilder, die rings um dieses herum sind, müssen verschwinden in ein wesenloses Nichts. Dann wird dieses eine Bild aus unermeßlich vielen hervorgehen und sich dir bewähren als ein Ausdruck der Wahrheit. ...

Die Gefahr liegt nun darin, daß viele Menschen sich außerordentlich wohl und wohligh befinden in dem Reiche der Visionen und, wenn sie eine visionäre Welt vor sich haben, gar nicht weiter sich entwickeln, gar nicht weiter streben wollen, da ihnen diese visionäre Welt außerordentlich gefällt. Man kann sich nicht zur Wahrheit entwickeln im geistigen Leben, wenn man sich dieser Seligkeit, sozusagen dem Schwelgen in der visionären Welt, einfach hingibt. Man kann sich dann nicht erheben zur Realität, zur Wahrheit. Man muß mit allen Mitteln, die uns zur Verfügung stehen, weiterstreben. Dann sondert sich wirklich aus der unermeßlichen Möglichkeit der Visionen das Geistig-Wirkliche heraus«. (GA155, S.37-39)

»Denn aus Bildern ist alles geschaffen, Bilder sind die wahren Ursachen der Dinge, Bilder liegen hinter allem, was uns umgibt, und in diese Bilder tauchen wir ein, wenn wir in das Meer des Denkens eintauchen. Diese Bilder hat Plato gemeint, diese Bilder haben alle gemeint, die von geistigen Urgründen gesprochen haben, diese Bilder hat Goethe gemeint, wenn er von seiner Urpflanze sprach. Diese Bilder findet man im imaginativen Denken. Aber dieses imaginative Denken ist eine Wirklichkeit, und darin tauchen wir ein, wenn wir in das wogende, im Strom der Zeit dahingehende Denken eintauchen«. (GA157, S.298)

»An die Menschen wollen heute heran nicht nur die sinnlichen äußeren Eindrücke, sondern diese sinnlichen äußeren Eindrücke wollen einfließen durch die menschlichen Sinne so, daß sie im menschlichen Wesen zu Imaginationen werden. Innerlich ist der Mensch heute dafür veranlagt, Imaginationen, bildhaftes Vorstellen über die Welt zu entwickeln. Aber er haßt es, will es nicht haben; er sagt: Das ist Dichtung, Phantasie. – Er merkt nichts davon, daß ihm die Naturwissenschaft manches Gute geben kann, niemals aber die Wahrheit über den Menschen, und daß er die Wahrheit erleben würde, wenn er zu seinen Imaginationen kommen könnte. Und was in des Menschen Innerem lebt, das offenbart sich fortwährend, nur daß der Mensch nichts davon merkt, als Inspirationen. Niemals waren die Menschen so gequält von Inspirationen wie heute. Denn sie merken, daß etwas aus ihrem Innern heraufsteigen will zu Herz und Kopf; sie aber empfinden es nur als Nervosität, weil sie es nicht heraufsteigen lassen wollen, oder sie betäuben sich durch irgendetwas anderes gegen diese Offenbarungen des Geistes«. (GA192, S.211)