

lich Charakteristische des gewöhnlichen, alltäglichen Denkens ist, welches von den Eindrücken abhängig ist, die durch die Sinne gewonnen werden.

Das hauptsächlichste 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.

Es ist wahr, daß oft gerade das Gegenteil eintritt, wenn man meditiert, denn die Menschen beklagen sich oft, daß sie, wenn sie sich der Meditation hingeben, sofort einschlafen. Aber das kommt daher, daß die Meditation noch nicht vollkommen ist. Es ist ganz natürlich, daß wir in der Meditation zunächst die Art des Denkens benutzen, an die wir sonst immer gewöhnt waren. Nur nach und nach gewöhnen wir

uns daran, mit dem äußeren Denken aufzuhören. Wenn wir diesen Punkt erreicht haben, dann wird das meditative Denken uns nicht mehr schläfrig machen, und so werden wir wissen, daß wir auf dem rechten Wege sind.

Wenn die innere Kraft des Denkens so entwickelt wird, ohne daß die Denkkraft den äußeren Körper benutzt, dann werden wir eine Kenntnis des inneren Lebens erlangen, werden unser wahres Selbst erkennen, unser höheres Ich.

Den Weg zu der wahren Kenntnis des menschlichen Selbst findet man in der Art von Meditation, die eben beschrieben worden ist, die zu der Befreiung der inneren Denkkraft führt. Nur durch solche Erkenntnis gelangt man dahin, zu sehen, daß dieses menschliche Selbst nicht innerhalb der Grenzen des physischen Körpers gebunden ist. Man lernt im Gegenteil einsehen, daß dieses Selbst mit den Erscheinungen der Welt um uns her verbunden ist. Während wir im gewöhnlichen Leben die Sonne hier sehen und dort den Mond, dort die Berge, Hügel, Pflanzen und Tiere, fühlen wir uns jetzt mit allem, was wir sehen und hören, verbunden, wir sind ein Teil davon, und für uns gibt es dann nur eine äußerliche Welt, und das ist unser eigener Körper. Während wir im gewöhnlichen Leben hier sind und die äußere Welt um uns herum, sind wir nach der Entwicklung der unabhängigen Denkkraft außerhalb unseres Körpers eins mit dem, was wir sonst sehen, und unser Körper, in dem wir sonst darinnen sind, ist außerhalb unser selbst. Wir schauen darauf zurück, er ist jetzt die einzige Welt geworden, auf die von außen wir blicken können.

Auf diese Weise kann man durch die Befreiung der Denkkraft wirklich aus seinem physischen Leibe herauskommen und denselben als etwas Äußerliches betrachten. Man kann sogar noch mehr tun. Man kann zum Beispiel auf eine positive Weise die Frage beantworten: Warum wachen wir jeden Morgen auf? Während des Schlafes liegt unser physischer Leib im Bette, und wir sind tatsächlich außerhalb desselben, genauso wie es der Fall ist während des meditativen Denkens. Beim Erwachen kehren wir zu unserem physischen Körper zurück, weil wir zu demselben durch Hunderte und Tausende von Kräften zurückgezogen werden wie von einem Magnet. Hiervon weiß der

Mensch gewöhnlich nichts. Aber wenn er sich befreit hat durch die Meditation, dann wird er bewußt zurückgezogen durch dieselbe Kraft, die im vorigen Fall seine Seele beim Erwachen unbewußt in seinen physischen Körper zurückzieht.

Wir lernen auch durch eine solche Meditation, wie der Mensch heruntersteigt aus den höheren Welten, worin er zwischen Tod und neuer Geburt gelebt hat, und wie er sich mit den Kräften und Substanzen verbindet, die ihm gegeben werden durch Eltern und Großeltern und so weiter. Kurz, wir lernen die Kräfte kennen, die die Menschen zwischen Tod und neuer Geburt in eine neue Inkarnation zurückziehen.

Als ein Ergebnis einer solchen Meditation kann man zurückschauen auf einen großen Teil des Lebens, welches vor der Geburt, vor der Empfängnis, zwischen Tod und neuer Geburt in der geistigen Welt zugebracht wurde. Aber durch die Meditation, die eben beschrieben worden ist, kann man meistens nur bis zu einem gewissen Punkt zurückschauen, der vor der letzten Inkarnation liegt; man könnte durch diese Meditation nicht weiter zurückschauen bis in frühere Inkarnationen.

Um in der Gegenwart auf frühere Inkarnationen zurückzuschauen, solange das vorher erwähnte Organ noch nicht im menschlichen Gehirn gebildet worden ist, ist eine andere Art von Meditation nötig als die Meditation im Denken, die wir eben beschrieben haben. Diese andere Meditation kann nur zustandekommen, wenn das Gefühl in den Gegenstand der Meditation gebracht wird. Alles, was eben beschrieben worden ist als Meditation, kann von dem, der meditiert, auch mit dem Gefühl durchdrungen werden.

Wir wollen jetzt diesen Inhalt der Meditation betrachten, der in der Meditation selbst von Gefühl und Empfindung durchdrungen werden muß. Wenn wir zum Beispiel als Inhalt nehmen:

Die Weisheit erstrahlt in dem Licht

und wir fühlen uns inspiriert durch das Erstrahlen der Weisheit, wenn wir uns erhoben fühlen, wenn wir innerlich durchglüht sind von diesem Inhalt, wenn wir mit enthusiastischen Gefühlen darin leben und darüber meditieren können, dann haben wir etwas mehr vor unseren

Seelen als Meditation in Gedanken. Die Kraft, die wir dann in der Seele benützen als Kraft der Empfindung, ist diejenige, die wir sonst in der Sprache benützen. Sprache wird hervorgebracht, wenn wir unsere Gedanken mit innerlichem Gefühl, mit innerlicher Empfindung gründlich durchdringen. Dies ist der Ursprung der Sprache, und Brocas Organ im Gehirn wird auf diese Weise hervorgebracht: die Gedanken des inneren Lebens, die von innerlicher Empfindung durchdrungen sind, werden tätig im Gehirn und bilden auf diese Weise das Organ, welches das physische Instrument der Sprache ist.

Wenn wir so meditieren, wenn unsere Meditation wirklich von solchen Gefühlen durchdrungen ist, dann halten wir in unseren Seelen jene Kraft zurück, die wir im täglichen Leben im Sprechen benützen. Wir können sagen, daß die Sprache die Verkörperung der inneren Seelenkraft ist, welche diese von Gefühl durchdrungenen Gedanken ausdrückt. Wenn wir nun, statt daß wir der Seelenkraft erlauben, in der Sprache hervorzutreten, Meditation aus diesen von Gefühl durchdrungenen Gedanken entwickeln, wenn wir immer weiter und weiter mit dieser Meditation fortfahren, dann gewinnen wir allmählich die Fähigkeit – sogar jetzt ohne das physische Organ –, durch Initiation zurückzuschauen in frühere Erdenleben und auch die Zeit zwischen den Erdenleben zu erforschen, die Zeit, welche immer zwischen Tod und neuer Geburt liegt.

Durch solche Ausbildung des Zurückhaltens der Sprache innerhalb der Seele, oder wie der Okkultist sagt, durch das Zurückhalten des «Wortes» innerhalb der Seele, können wir zurückschauen zum Urbeginn unserer Erde, zurück zu dem, was die Bibel den Schöpfungsakt der Elohim nennt. Wir können zurückschauen bis in die Zeit, wo die wiederholten Erdenleben für die Menschheit anfangen. Denn die okkulte Entwicklung, die wir dadurch erreichen, daß wir das Wort zurückhalten oder die Sprache zurückhalten, befähigt uns, in die sich folgenden Zeitperioden hineinzuschauen, insofern sie mit unserer Erde, mit dem spirituellen Leben unseres Erdenplaneten verbunden sind. Wir werden fähig, die Wesenheiten der höheren Hierarchien zu schauen, insofern sie mit dem spirituellen Leben der Erde verbunden sind.