

Rudolf Steiner-Archiv
am Goetheanum

920

Die Askese und die Krankheit.

Oeffentlicher Vortrag

von

Dr. Rudolf Steiner.

(Nach Notizen von Frau Alice Kinkel, Stuttgart).

Nürnberg, am 13. Dezember 1909.

13. Dezember 1909

Es obliegt uns heute, über das Thema der Askese zu sprechen. Dieses Thema ist eines, das von den verschiedenen Seiten verschieden beurteilt wird. In der Askese wird für gewöhnlich schon eine Geistesströmung gesehen, die in dem, was sie an sich schon darstellt, bereits eine Art von Erkrankung zeigt, und die überhaupt nicht ausgehen kann von gesunden Untergründen des Daseins. Askese aber ist ein wirksames Mittel zur Vervollkommnung des Lebens, zum Erreichen höherer Stufen des Daseins. Manchmal wird die Askese auch angesehen, wie ein Entziehen der menschlichen Kräfte, die für das Dasein zu nutzen wären; so wird ~~Mäßigung~~ ^{Müssiggang} und Askese ziemlich gleichbedeutend angesehen. Gut anwendbar ist bei der Askese das Wort: "Durch der Parteien Haß verwirrt, schwankt ihr Bild in der Geschichte". Askese war noch im alten Griechentum etwas ganz anderes als in dem Mittelalter. Jene Nuance vom Mittelalter festgesetzt für Askese - dann ist sie das in der Tat, was seine bedenklichen Seiten hat. Geisteswissenschaft aber oder Theosophie hat alles Interesse daran, gerade die Askese in das rechte Licht zu setzen.

Abschreiben
ganz oder teilweise
nicht gestattet.

Askese in dem Sinne, wie sie im alten Griechenland gemeint war und überall da, wo das Wort in seiner allgemeinen Bedeutung verstanden wurde, hat etwas zu tun mit dem, was der Theosophie zugrunde liegt. Askese ist etwas, was zu den höchsten Höhen des Daseins zu führen vermag, aber als Extrem aufgefaßt, kann es werden zu Müßiggang oder noch Schlimmerem. "Askese" bedeutet: seine Kräfte üben, auf daß man imstande ist, ihre höchsten Fähigkeiten auszubilden und auszuüben. "Askesis", das griechische Wort, ist verwandt mit "Athlet" und Athletin, und heißt "sich stark machen". Dadurch, daß das Wort in seiner ursprünglichen Bedeutung darauf hinweist, hat es zu tun mit der Grundlage der Geistesforschung in der Theosophie. Und nun wollen wir eingehen auf das Unterscheidende in der Askesis von mancherlei anderen wissenschaftlichen Strömungen.

Der Theosoph hat einen anderen Erkenntnisbegriff als der ist, den mancher anderer Mensch hat, die Welt zu erkennen und das, was ihr zugrunde liegt. Mit den Sinnen kann man die Außenwelt erkennen, so sagt der Verstand; alles darüber kann man nicht erforschen, es übersteigt die Grenzen seiner Erkenntnis. In diesem Sinne gesprochen, heißt sich zu bekennen zu dem Gegenteil dessen, was Theosophie ist; sie sagt: Die Wirklichkeit ist unbegrenzt! Sie würde dem Menschen sogar einen neuen Sinn geben können, einen physischen, die Wirklichkeit, wenn es notwendig wäre. Es gibt keine Grenzen des Seins, das Sein ist unendlich. Des Menschen Seele ist zwar begrenzt in einer Zeit auf einer Entwicklungsstufe, aber diese Seele erweitern in ihr, das muß eben der Mensch.

Vermessen darf sich der Mensch nicht, die Grenzen seiner Erkenntnis übersteigen zu wollen, so sagt dagegen die Wissenschaft. Die Geisteswissenschaft aber sagt: Versuche so viel als möglich

zu erweitern dein geistiges Wissen, deine geisteswissenschaftliche Erkenntnis. Entwicklung der Seelen, der Erkenntnisfähigkeiten des Menschen, das ist das Ziel. Es muß zugegeben werden, daß in der Seele etwas ist, das keimhaft in ihr ist. Nicht sagen soll der Mensch: "So bin ich" und sich damit zufrieden geben, sondern er soll sagen: "So bin ich jetzt und neue Daseinsformen werde ich erringen zu einem Ueben der Kräfte". Das ist Askese.

Askese ist etwas, was die menschliche Seele bereichert und den Menschen stärker macht, ihm wahre und neue Gebiete der Wirklichkeit aufschließt. Gewöhnlich hört man die Askese so beschreiben, daß der, welcher sie ausübt, mager und hohläugig erscheint, müßig geht, das Leben haßt und empört ist über allen Frohsinn und alle Anforderungen des Lebens. Asket aber, richtig verstanden, ist verwandt mit Athlet; richtige Askese ist Erhöhung, Erweiterung, Bereicherung des wahren Wesens des Menschen. Die Geisteswissenschaft oder Theosophie macht heute einem größeren Kreise von Menschen ihr Wissen und ihre Forschungen zugänglich. Aber Sie brauchen nicht zu denken, daß jedermann darum auch die Uebungen: Meditation und Konzentration usw. machen muß, und daß dadurch bei jedem das Ereignis wie bei dem Blindgeborenen, der zu operieren wäre, das Oeffnen der Augen eintreten wird. Nicht jeder braucht das zu tun, und nicht jeder wird das erleben; und nicht jeder kann und braucht ein Forscher in der geistigen Welt zu werden. Dieser aber, er braucht zu seiner Arbeit in der geistigen Welt das hellseherische Bewußtsein. Um die Mitteilungen des Forschers zu begreifen, ist das alles nicht notwendig, nur unbefangen soll man sie aufnehmen und ernst sie prüfen. Prüfen soll sie jeder an seiner eigenen Logik und seinem Wahrheitsgefühl, das jeder Mensch

in sich trägt, als ein natürliches, auf das er sich verlassen kann; das wird ihn dann schon lehren, abzulehnen, was ein Charlatan sagt und zuzustimmen dem, was ein wahrer Geistesforscher sagt; das wird ihn auch den einen von dem andern unterscheiden lehren.

Es kommt häufig vor, daß die Mitteilungen aus der geistigen Welt bei den Zuhörern Interesse erregen, ganz besonders diejenigen, die das Thema behandeln, welche Art von Übungen usw. zum Eintritt in die geistige Welt notwendig sind. Wir wollen nun heute mit solcher Beschreibung beginnen; wie weit man dieselbe verfolgen kann, das wird sich zeigen am besten an der Hand des Themas selbst.

Jene Askese, die sich bezieht auf das Sichhineinleben in die geistige Welt - und um diese allein handelt es sich für die Geisteswissenschaft - sie ist bestrebt, im Menschen Fähigkeiten, Wahrnehmungen auszubilden, die schweigen im gewöhnlichen menschlichen Leben. Machen Sie sich klar, daß Sie wahrnehmen vom Morgen bis zum Abend durch Anregung aus der Außenwelt; also Sie haben ein Bewußtsein von sich und von dem, was um Sie herum ist. Abends nun, da wird der Mensch müde, dann kann seine Seele nicht mehr wahrnehmen, sein Bewußtsein schweigt, es verstummt. Der Mensch ist im Schlafe in der geistigen Welt, aber er weiß nichts von ihr; warum? Weil der Mensch von heute braucht zum Schauen jene Anregungen von außen, die hervorlocken die Wahrnehmung gleichsam. Könnte er sich diesen Stoß, den die Gegenstände als Anregung von außen ihm geben, diesen Anstoß von innen geben, dann hätte der Mensch in sich eine stärkere innere Kraft, als die ist, die ihn von außen antreibt zum Wahrnehmen. Dann könnte er aber auch wahrnehmen in einer Welt, zu der er sich selbst von innen antreibt, während er so durch Anregung

von außen wahrnehmen muß. Wir wollen annehmen, daß das erstere der Fall wäre und der Mensch blind und taub wäre gegen die Anregungen von außen, aber fähig wäre, innen in sich durch unsichtbare Sinne den Anstoß zur Wahrnehmung bekäme; dann hätte der Mensch in sich innere geistige Fähigkeiten erweckt. Das kann aber noch auf andere Weise geschehen, nämlich in dem Sinne, wie wir in der Geisteswissenschaft von Askese sprechen. Das heißt, der Mensch bezieht sich durch starke innere Kraft, daß er nicht sehen, nicht hören will die äußere Welt; sie versinkt für ihn, aber nicht durch Ermüdung, sondern durch seine Willkür. Eine innere Welt ist es, die dann auftaucht, die äußere versinkt.

Nun wollen wir eingehen auf das, was der Mensch tun muß, um das zu erreichen. Die Vorbereitung dazu besteht darin, daß er sich gewissen Übungen hingibt. Wahre Askese nämlich hat nichts zu tun mit äußeren Mitteln; was da geschieht, ist ein intimer, wenn auch energischer Vorgang der innersten der geistigen Kräfte des Menschen. Das Erste, was er sich anzueignen hat, ist ein besonders gehobenes, verstärktes Vorstellungsvermögen! Das tritt ein, wenn der Mensch seine inneren Kräfte so anregt, daß er das, was als vorher schlummernde Kräfte in ihm ruht, in sich erwachen läßt.

(Als Beispiel dafür führt Dr. Steiner den Dialog an, den man sich zwischen Geheimpler und Mysterieschüler zu denken hat bei der Belehrung des Schülers in der Betrachtung von Pflanze und Mensch.)
 - Nicht zu vergessen, daß dieser Dialog aber niemals so stattgefunden hat. - Beschreibung des Dialogs: das soll uns sagen: der Mensch kann abirren, aber die Pflanze führt ein reines keusches Dasein. - Der keusche rote Pflanzensaft und das leidenschaftliche

menschliche rote Blut. - Diese Gedanken muß man verwandeln in ein Sinnbild und versuchen, sie sich im Bilde vorzustellen als ein reales Ideal des Menschen. Der Mensch wird durch diese Uebung dann allmählich durch seine eigene Willkür zu einer Stufe der Entwicklung gelangen, wie die Pflanze heute auf einer niedrigeren Stufe sie schon erreicht hat. Goethe drückt das in den schönen Worten aus: Aber wenn du das nicht hast, dieses Stirb und Werde, bist du nur ein trüber Gast auf der dunklen Erde. -

Um dieses Steigen des Menschen über sich selbst zu verstehen, muß der Mensch etwas in sich überwinden, um es nicht in Selbst-eigenherrlichkeit über sich Herrschaft gewinnen zu lassen. Dazu wurde dem Schüler gesagt: Stelle dir das, was ersterben soll, so vor, wie ein dürres Holz in Kreuzesform; und das, was werden soll, wenn der Mensch Sieger ist über das, was ^{in ihm} ausgedrückt ist durch sein rotes Blut, als Symbol des gereinigten Pflanzensaftes, denke dir dieses als die rote Rose. Stelle dir das lebendig vor die Seele, umgib dir das Kreuzesholz mit roten lebendigen Rosen, so hast du vor dir das "Rosenkreuz". Fühle tief in der Seele dieses ganze gewaltige Symbolum, sehe es nicht bloß starr an, lege hinein all jene Empfindungen und Gefühle, lege sie alle hinein, wie sie dich mit Hingebung und Andacht erfüllen; wenn du also vergleichst den ganzen Weg der Entwicklung hindurch durch Pflanze und Mensch, hinauf zu dem Menschenideal, in dem das rote Blut wieder fließt rein und geläutert, keusch wie der rote Pflanzensaft in den Blättern der roten Rose, so fühle und erschau dieses Symbolum, so daß dir das Rosenkreuz nicht bloß wird eine Vorstellung, ein Symbol, sondern eine lebendige Kraft. Lasse in der Betrachtung und Vorstellung alle deine Gefühle so aufleben in dir und das Herz dir

erwarmen dabei, laß dieses Symbolum leben in dir! Es ist dieses Symbol kein Gegenstand, der durch die äußere Vorstellung und Anregung der Sinne erweckt werden kann, nichts, was in der äußeren Wirklichkeit gesehen werden kann, etwas, was kein äußeres Abbild erwecken kann in uns. Hundert und Hunderte solcher Sinnbilder könnten aus der Geisteswissenschaft oder Theosophie angeführt werden. Aber gerade solche Sinnbilder, die nicht aus der äußeren Wirklichkeit stammen, sie sind es, die den Menschen innerlich stark machen, die seinen Willen stählen so, um eine neue Welt um sich herum wahrnehmen zu können. Eine innerliche Entfaltung der Kräfte des Menschen wird angestrebt durch solche Askesis. Daran, wie solche Askesis ausgeübt wird - an dem obigen Beispiel haben wir das charakterisiert und gezeigt, was wahre Askesis ist, und wie durch sie der Mensch sich zu einem Bürger der höheren Welten machen kann. Askese ist das, was dem Menschen wirklich eröffnet eine neue, eine geistige Welt und wodurch ihm vieles daraus mitgeteilt werden kann. Zuerst soll der Mensch lernen, die Mitteilungen des Geheimforschers zu hören und nicht gleich selbst üben. Es ist besser, wenn er zuerst mit seiner Logik zu verstehen sucht das, was als Kunde aus der geistigen Welt der Geheimforscher sagt.

Also in die geistigen Welten hinauf führt uns das, was wir Askese nennen; und nun wollen wir sehen, wie die Menschheit sich dazu verhalten kann. Zunächst wird es solche geben, die da sagen, Phantasten, Träumer sind das; und sie werden diese Ausführungen ablehnen; aber sie werden uns nicht immer unrecht geben; denn die, die so sprechen, sie sollten sich sagen, man muß erst prüfen, ehe man ablehnt. Und wir, wir müssen uns sagen, man muß erst den Grund wissen, warum jene ablehnen, und man muß Geduld haben und bedenken, eine neue Welt ist es ja, die den Menschen

gezeigt wird. Da wo solches gegeben wird, da ist etwas, was in uns einfließt; neue Begriffe, neue Ideen sollen wir uns aneignen, das ist nicht leicht für jeden. Wer z. B. in seinem Ich zunächst nur eine gewisse Summe von Fähigkeiten hat, der kann es eben nicht aufnehmen dieses Neue, Geistige; bei ihm wäre die Aufnahme davon wie ein Ueberessen im geistigen Sinne. Bei ihm ist es, wenn er es ablehnt, nichts anderes, als daß sein Ich zeigt, daß es unfähig ist zur Aufnahme zunächst. Trieb und Selbsterhaltung ist es bei solchen Menschen, was sie verleitet, die Geisteswissenschaft abzulehnen. Diese Wahrheiten würden ihr Inneres auslöschen; das ist das eine Extrem, wo jene armen Ichs der Gegenwart die Wahrheiten der Geistesforscher ablehnen. Einen Hang, alles mögliche, was auftaucht und gehört werden kann, aufzunehmen, haben andere, aber sie haben auch nicht den Willen, es zu durchdringen mit Verständnis, aus Bequemlichkeit wollen sie sich keine Mühe damit geben, aber einen Hang zum Aufnehmen haben sie, aber sie haben nicht den Willen, das Gehörte mit dem Willen zu begreifen. Dann aber erst kann zwischen dem Hörer und dem Gehörten Harmonie entstehen; denn nur durch Aufnehmen und Verarbeiten entsteht Verständnis. Also ein Teil ist so organisiert, daß er seine geistigen Fähigkeiten nicht zu erweitern vermag; er muß aus Selbsterhaltungstrieb die Wahrheiten der Theosophie ablehnen. Andere kommen herzu aus Sensationslust, das ist noch weniger gut, wenn man nur aufnehmen und nicht verstehen will, das gibt blinden Autoritätsglauben. Von denen hört man dann sagen: "Der hat es gesagt und dann muß es wahr sein"! Der aber, von dem das gesagt wird, der möchte lieber weniger als Autorität gelten, dafür aber besser verstanden werden.

(Beispiel: was Lessing über Klopstock sagt). Ebenso ergeht es dem

Geheimforscher, er möchte gar nicht gelobt sein und viel lieber nicht als Meisterpersönlichkeit verkehrt werden, sondern verstanden und geprüft werden! Denn es ist wahr, was auch schon anderswo erwähnt worden ist, daß, wer bequem und nicht logisch prüfen will, daß es dann für den Lehrer eine Gefahr ist, denjenigen die Mitteilungen aus der geistigen Welt zu machen; denn solche Menschen können dann nicht mehr unterscheiden die Wahrheit, den Humbug und den Schwindel. Es gibt für den Laien oder den Schüler nur ein Mittel, um die Wahrheit finden zu können, nur dasjenige, mit den Mitteln strengster Logik zu prüfen.

Nun kommt das, daß wir die, die alles nur aufnehmen wollen und die da sagen: "der Meister hat es gesagt," aufmerksam machen wollen auf die Gefahr, die darin liegt, wenn man nur blindlings glaubt und nicht prüft; man bringt sich um die Kraft und um das Erziehungs-Resultat der Wahrheit selbst damit. Denn, was die Wahrheit für den Menschen ist, ihre ungeheure Bedeutung liegt eben darin, daß sie in der innersten Wesenheit des Menschen ausgemacht wird. Daß $3 \cdot 3 = 9$ ist, das weiß ich; und wenn eine Million Menschen kommt und behauptet es sei 10! Dadurch ist die Wahrheit jenes große, jenes gewaltige Erziehungsmittel, daß die Richtschnur dafür im Menschen, in seinem eigenen Inneren liegt. Dadurch macht der Mensch etwas anderes zur Richtschnur seines Inneren dann, wenn es sich nicht nur handelt um das, was aus äußeren Sinneswahrnehmungen stammt. Wer aber immer nur Neues hören will, der begibt sich jenes Erziehungsmittels der Wahrheit, wodurch die Wahrheit jenes strenge Mittel der Erziehung ist. Wer sich überfüttern läßt mit Wahrheiten, bei dem nistet sich ein das Urteilslose in seinen Gewohnheiten; er läßt einen anderen für sich Richter sein für die Wahrheit,

dadurch verliert er den Wahrheitssinn, kommt in ein gewohnheitsmäßiges Hängen an der Lügenhaftigkeit hinein in ein Lieben derselben. Wahre Menschen können so aus Bequemlichkeit einen Hang zur Unaufrichtigkeit, Lügenhaftigkeit, Unehrllichkeit bekommen. Der Mensch muß einsehen, daß Wahrheitsforschung Pflicht ist; aber diese Erkenntnis gerade muß ihn anspornen, all das, was ihm gelehrt wird aus der geistigen Welt, logisch und vernünftig zu prüfen. Man kann in einem sehr guten Sinne das, was die Menschen, die zu bequem sind, um zu prüfen, an sich tun, mit einem Ertrinken vergleichen. Der Betreffende, er entselbstet sich; ein Ertrinken ist diese Art der Aufnahme geistiger Wahrheiten.

Nun wollen wir noch ein anderes besprechen, was noch näher dem steht, was wir Askesis oder geistige Uebung nennen. Als was stellt sich diese Askese dar? Wir arbeiten an uns, um dadurch stärker für die Welt zu werden. Askesis ist ein Ueben von solchen Kräften, die in dem jetzigen Augenblick nicht benützt werden. Die Askese kann somit verglichen werden mit einem gesunden Manöver. Geprüft, erprobt, gestählt werden da die Kräfte, die im Ernstfalle dann angewendet werden sollen. So wie ein Manöver sich zum Krieg verhält, so verhält sich die Askese zur Anwendung dieser Kräfte selbst. Ihr Zweck ist ein Ueben der Kräfte, um der Ausbildung der Kräfte willen; und die Ausbildung der Kräfte hat zu geschehen, um des Wachsens der Kräfte willen, damit sie da sind die Kräfte, wenn man sie braucht; deshalb muß man sie vorher heranbilden. Erst muß man sie üben, ehe man sie braucht, sonst hat man sie nicht, wenn man sie braucht. Beispiel: Wer sich zum Singen ausbildet, der muß zuerst viel üben, ehe er auftreten und singen kann. Ueben muß der, der sich Askese aneignen will, üben und verzichten auf den augen-

blicklichen Gebrauch der Kräfte. Man muß an die wahre Askese so herangehen, wie an etwas, das man nur vornimmt, um zu üben.

Mit noch etwas anderem läßt sich diese Art von Askese vergleichen: mit dem Spiel der Kinder; sie üben auch ihre Kräfte jetzt am Objektiven, von dem sie sozusagen noch nicht berührt werden, aber sie üben sie zur Vorbereitung, um sie zu haben und sie entfalten zu können in der Zeit, wo dann der Ernst des Lebens an sie herantritt. Biagsam, schmiegsam, beweglich zu machen seine Kräfte, das ist der Sinn der Askese in bezug auf höhere Welten und Erkenntnisstufen; zu Fähigkeiten sich diese Kräfte heranzubilden, das ist der Zweck wahrer Askese. Bei der Entwicklung der geistigen Fähigkeiten kommt noch etwas anderes in Betracht.

Durch bestimmte Uebungen, durch Meditation, durch die Vorstellung und Versenkung in das Rosenkreuz, kann der Mensch seine Fähigkeiten stärken und kann sich auch erringen gewisse visionäre, helllichtige Fähigkeiten; gewaltige Bilder usw. können erweckt werden in ihm, visionäres Hellsehen wird erreicht. Nun tritt das Besondere ein, daß die Entwicklung solcher Kräfte gefahrvoll werden kann, wenn sie nicht gelenkt wird auf etwas Reales, darum ist für den Schüler das Studium ein so nötiger und wichtiger Teil seiner Aufgabe. Man soll nicht innerliche Fähigkeiten entwickeln, ohne gleichzeitig sich einem äußeren, logischen, vernunftgemäßen Begreifen von Erkenntnissen der höheren Welten hinzugeben. Wenn ein Mensch helllichtig wird, so muß in ihm zugleich ein starkes Bewußtsein entstehen, worauf die innerliche Fähigkeit gerichtet werden muß. Sonst ist Gefahr vorhanden für den Menschen, wenn der Mensch vorher, ehe er eintritt in die geistige Welt, keine Erkenntnisse logisch sich angeeignet hat, dann weiß der Mensch nicht wo-

hin mit der innerlichen Fähigkeit. Scheinbilder sind es dann, dieses Sichanfüllen mit heilsichtigen Fähigkeiten; gleich einem Verbrennen innerlich ist der Vorgang dann. Denn verknüpft ist das Erwachen solcher Fähigkeiten damit, daß der Mensch spürt den Uebergang der Fähigkeiten ~~in~~ ⁱⁿ Leidenschaften, Triebe, Begierden usw., das ist die andere Gefahr, der diejenigen ausgesetzt sind, die sich in Askese üben und die sich so in die höheren Welten hinauf, aber ohne Studium entwickeln wollen. Das sind die zwei gefahr- vollen Abwege, (1. Ertrinken, Sichentselbsten, 2. Verbrennen), denen die ausgesetzt sind, welche den Aufstieg in die geistige Welt nicht allseitig richtig ausüben und die Vorschriften nicht genau befolgen. Es ist unrichtig, durch äußere Maßnahmen den Weg in die geistige Welt sich ebnen zu wollen. Mancher wird sagen, ja, das Meditieren und all das Zeug, das ist fatal, das mache ich nicht; aber kein Fleisch essen, keinen Wein trinken, das könnte ich schon wagen. Das zu tun, ist aber nicht so leicht und nicht so einfach und auch nicht von Erfolg. Denn nur für den, der durch geistige Arbeit seine Seele schon ~~bereitet~~ ^{chert} hat, für den sind die äußeren Maßnahmen und Mittel erlaubt, als eine Erleichterung für den Weg. Das muß man sich klar machen, nur eine Erleichterung sind sie, niemals etwas anderes. Unser Leib bildet nämlich einen Widerstand für unsere Seele, und manches würde der Mensch können, wenn er diesen schwerfälligen Leib nicht hätte. Durch die äußeren Maßnahmen und Hilfsmittel kann der Mensch diesen Körper gefügiger machen, als einen besseren Diener der Seele kann er ihn sich präparieren. Fleischlose Kost macht den Körper gefügiger in der Beziehung und auch leistungsfähiger.

In unserer Zeit des wahren Gesundheits-Fanatismus, wo

Sonnenbäder und alle möglichen anderen Naturheilmittel gebraucht werden; da kommt es aber vor, daß gerade diejenigen, die passioniert Sonnenbäder nehmen, wenn sie einmal eine Viertelstunde in der Sonnenglut gehen oder sich aufhalten müssen, seufzen und stöhnen: "Ach, es ist nicht auszuhalten!" - Wer aber wahre Askese übt, der kann auch einmal tüchtig in der Sonne gehen, denn sie lehrt den Menschen, das Leben auszuhalten. Sich vorbereiten, sich fähig zu machen für das Leben, darin besteht die wahre Askese!

Durch äußere Mittel allein ist nichts zu erreichen, man macht damit nur den Körper schwächer (d. h. wenn man einseitig nur die äußeren Mittel anwendet und sie nicht als Beimittel betrachtet), denn der Körper soll abgestimmt sein auf die Seele. Ist die Seele faul, so ist es auch der Körper, sonst ist die Disharmonie zu groß. Wer nur äußere Mittel anwendet und anwenden will, um in die geistige Welt zu dringen, der präpariert seinen Leib für eine Seele, die er erst erzeugen sollte. Die Seele muß parallel mit dem Körper in der Entwicklung gehen. Hier sind wir mit unserer Betrachtung hart an der Grenze angelangt, wo Askesis an das Krankhafte der Seele und des Körpers anknüpfen kann. Man muß achtgeben auf den Körper und auf die Seele, wenn man zu üben beginnt, weil höhere Erkenntnisfähigkeiten ausgebildet werden, die dann Realitäten in unserer Seele sind; und jede Realität wirkt auf Körper und Seele. Was durch wahre Askese zu erreichen ist, das ist eine Realität. Ein robuster Mensch muß einen starken Zusammenhang mit der physischen Welt haben; denn es besteht ein gewisser Zusammenhang zwischen der äußeren Welt und dem Menschen. (Beispiel: was Fichte sagt über die Ideale, nämlich, daß die, die sie haben, ganz genau wissen, daß sie nicht unmittelbar anwendbar sind in der Welt,

Sonnenbäder und alle möglichen anderen Naturheilmittel gebraucht werden; da kommt es aber vor, daß gerade diejenigen, die passioniert Sonnenbäder nehmen, wenn sie einmal eine Viertelstunde in der Sonnenglut gehen oder sich aufhalten müssen, seufzen und stöhnen: "Ach, es ist nicht auszuhalten!" - Wer aber wahre Askese übt, der kann auch einmal tüchtig in der Sonne gehen, denn sie lehrt den Menschen, das Leben auszuhalten. Sich vorbereiten, sich fähig zu machen für das Leben, darin besteht die wahre Askese!

Durch äußere Mittel allein ist nichts zu erreichen, man macht damit nur den Körper schwächer (d. h. wenn man einseitig nur die äußeren Mittel anwendet und sie nicht als Beimittel betrachtet), denn der Körper soll abgestimmt sein auf die Seele. Ist die Seele faul, so ist es auch der Körper, sonst ist die Disharmonie zu groß. Wer nur äußere Mittel anwendet und anwenden will, um in die geistige Welt zu dringen, der präpariert seinen Leib für eine Seele, die er erst erzeugen sollte. Die Seele muß parallel mit dem Körper in der Entwicklung gehen. Hier sind wir mit unserer Betrachtung hart an der Grenze angelangt, wo Askesis an das Krankhafte der Seele und des Körpers anknüpfen kann. Man muß achtgeben auf den Körper und auf die Seele, wenn man zu üben beginnt, weil höhere Erkenntnisfähigkeiten ausgebildet werden, die dann Realitäten in unserer Seele sind; und jede Realität wirkt auf Körper und Seele. Was durch wahre Askese zu erreichen ist, das ist eine Realität. Ein robuster Mensch muß einen starken Zusammenhang mit der physischen Welt haben; denn es besteht ein gewisser Zusammenhang zwischen der äußeren Welt und dem Menschen. (Beispiel: was Fichte sagt über die Ideale, nämlich, daß die, die sie haben, ganz genau wissen, daß sie nicht unmittelbar anwendbar sind in der Welt,

aber doch ihre treibende Kraft sind.)

Der Mensch, der in sich geschlossen ist, der ist auch gesund, wenn Harmonie zwischen ihm, seinem Innern und der äußeren Welt ist;. Aus diesem Gefühl heraus lehnen viele Menschen das ab, wofür sie nicht gestimmt sind (z. B. die Theosophie). Wenn der Mensch etwas aufnimmt und nicht gestimmt ist dafür und es nicht verarbeitet, dann entsteht eine Disharmonie; die ergreift dann den physischen Körper und das, was vorher nur als Lügenhaftigkeit usw., als das Ertrinken der Seele bezeichnet worden ist, das ist das, was dann auch den Körper krank macht. Wir müssen bedenken, daß die Mitteilungen der äußeren Welt nicht so stark auf uns wirken, daß solche, auch physische Disharmonien dadurch im Körper entsteht; aber die Mitteilungen aus der geistigen Welt, das sind Realitäten, darum wirken sie bis in den physischen Leib hinein; denn alles Physische ist ja nur ein Ausdruck des Geistigen. Das heißt, wir machen uns durch falsche Aufnahme und Anwendung geistiger Wahrheiten vom Geiste aus physisch krank. Noch schlimmer ist dieses, wenn die Seele durch helllichtige Fähigkeiten bereichert ist, ohne logisches Studium; dann verbrennt der Mensch innerlich, und das überträgt sich auch erst recht als ein verzehrendes Feuer auf die äußere Leiblichkeit, krankhaft wird dann der Körper. Bestrebt muß daher der Mensch sein, im Gleichgewicht zu bleiben mit Seele und Leib und deren inneren Kräften. Studium und Erringen der inneren Fähigkeiten muß Hand in Hand gehen. Die Folge davon, wenn das nicht der Fall ist, ist sonst die in sich verbrennende Seele und ein krankhaftes Aeußeres. Bei richtiger Askese wird der Organismus schmiegsam und biegsam; aber wenn der Mensch so oder so abschweift, dann wird der Mensch durch Askesis, falsch verstanden

oder falsch angewendet, in seelische und physische Krankheit verfallen und übergehen. Das ist die große Verantwortung für den, der Mitteilungen aus der Geisteswissenschaft macht. Und die Führer der Bewegung müssen sich des Vorhandenseins dieser Verantwortung im ernstesten Sinne stets bewußt sein. Größte Vorsicht und Sorgsamkeit erfordert daher die Aufnahme jedes Schülers. Aber diese Verantwortung darf niemanden abhalten, der berufen ist, den Weg zu weisen, Rat zu erteilen, auch niemanden abhalten, herbeizukommen. Denn für jede Seele gilt der Satz von Heraklit, mit dem lassen Sie mich schließen:

"Der Seele Grenzen kannst du nicht ermessen und wenn du auch alle Straßen und Plätze durchwandertest".

+++++