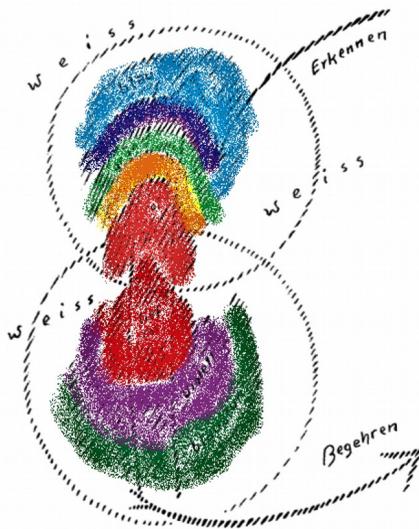


## Seelenfähigkeiten

Die Seele ist nun der Mittler zwischen dem Geist und dem Leib. Sie ist der Träger verschiedener Fähigkeiten die uns das Leben in der heutigen Form ermöglicht. Diese Fähigkeiten sind das Gedächtnis, die Intelligenz, die Sinnestätigkeit, das Fühlen, das Begehren und das Wollen. Diese stehen mehr oder weniger in jeweiliger Beziehung zum Geist und zum Leib. Die dem Geiste mehr zugewandten sind, die erkennenden, die dem Leib zugewandteren die begehrenden. In ihrem Verhältnis von Geist zu Leib ergibt sich folgendes Reihe: Die Sinnestätigkeit (siehe nachfolgende Abbildung: blau) liegt hauptsächlich im Haupt, Augen und Ohren, aber durchzieht eigentlich den ganzen Körper. Im Übergang von der Sinnestätigkeit zur Intelligenz (indigo) ist der Ort, wo die Begriffe und Ideen die gewissermaßen anschaulicher Natur sind. Die Intelligenz (grün): Hat seinen Spiegelungsapparat mehr im Gehirn (mehr abstrakte Begriffe),



die Abb. 14: Schema der Seelenfähigkeiten im Verhältnis gedächtnismäßigen Begriffe (Orange als zum Menschenleib, der Mensch als ein Doppelwesen, Gelb). Gedächtnis (eher heller rot): liegt oberer Mensch ein Erkennender, unterer Mensch ein tiefer mit der Leibesorganisation Begehrender (B006, S.213, Tafel 13).

verbunden, in die niederste Nervenorganismen und an den übrigen Organismus gebunden, das Fühlen (tieferes rot) erstreckt sich in die Intelligenz, in das Gedächtnis, in die Sinnestätigkeit überall hinein und die Begierdetätigkeit (rot-violett) des Wollen (blau-grün) liegt im unteren Bereich. (B006, 14.2.1920).

## Sinnestätigkeit

Die Sinnestätigkeit benötigt die Sinnesorgane um uns einen Ort zu geben an dem wir mit Bewusstsein anwesend sein können. „Was im Auge vorgeht, das bewirkt lediglich, dass wir mit unserem Bewusstsein, mit unserem Ich bei den Sehvorgängen dabei sind“ und „Dasjenige, was Vorgänge im Auge sind, das hat an innerer Wahrheit gar nichts mit dem Sehen zu tun. Das Auge ist nur eingeschaltet in die Vorgänge.“ „Höhere Sinnesorgane sind nicht dazu da, die Sinnesvorgänge zu vermitteln, sondern dazu, dass ein Ich von den Sinnesvorgängen weiß.“ (alles B006, 13. Vortrag). „Und die Organe, die dem Menschen angebildet worden sind während der Erdenzeit, sind gar nicht dazu da, seine höheren Seelenfähigkeiten zu vermitteln, sondern zu vermitteln, dass diese höheren Seelenfähigkeiten in einem Ich sich offenbaren. Wir haben Augen für ein Ich, Ohren für ein Ich ...“. Wir haben also Sinnesorgane damit das Ich etwas von den Vorgängen wissen kann, Bewusstsein von der Welt haben kann, denn ohne diesen besonders ausgebildeten Ort, hätte das Ich keine Möglichkeit zu Bewusstsein zu kommen. "Unser ganzer leiblicher Mensch ist ein Abbild des Ich." (beides B006, S.204). Wenn wir unsere Sinnesorgane benutzen, dann sind aber in diesen auch tätig die Hierarchie der Archai, unsere Ohren, unsere Augen sind wie Thronesseln der Archai (B006, S.205). Besonders in unserer

höheren Kunst ist es, wo wir eine Verbindung haben zu den Zeitgeistern (Archai). Während wir mit unseren Sinnen wahrnehmen weilen wir in einer Welt, die von Archai durchwest wird.



In dem wir Sinnesorgane haben, kann die Welt über Wahrnehmung und Denken zum Inhalt unserer Vorstellungen werden. Sinnesorgane sind aus Teilen der Welt aufgebaut und sie geben uns Teile der Welt, also des Weltinhaltes wieder. Das Auge ist am Licht geschaffen<sup>1</sup> und gibt mir das durch Licht sichtbare wieder. Das Ohr ist am Schall geschaffen und gibt mir das Hörbare wieder. So sind Sinnesorgane wie Brunnen in denen Weltinhalt von mir gefunden werden kann.

„Es ergießen sich die Strömungen dieser Welt in jene Brunnen, die in den Sinnesorganen liegen, sodass der Mensch aus diesen Brunnen für sein Seelenleben schöpfen kann“ (B062, S. 44). Ich bin also in der Lage mir selbst als ein bewegliches Element in diesen Brunnen in dem mir die Welt entgegentritt mir diesen Weltinhalt entgegenzunehmen.

Dabei tritt uns die Wahrnehmung als eine Menge von Eindrücken die sich durch unsere Sinnesorgane kundtun auf. Dies können Töne, Bilder, Geschmäcker, usw. sein. Am Beispiel des Bildes kann gesagt werden, dass die Wahrnehmung im Anfang für uns eine Menge von Farbflächen ist, die in uns einen Eindruck hinterlassen.

Unser Bewusstsein verbindet in einem Erkennungsvorgang die Farbeinzelflächen (oder Töne oder Tasteindrücke ...) zu einem Ganzen, sodass uns ein Bild vom Wahrnehmungsobjekt entsteht. Die Einzelteile und die Gesamtheit, wird von uns einer Erinnerung zugeordnet und kann so erkannt werden. Gibt es keine passende Erinnerung, so kann die Frage entstehen, worum es sich bei dem Wahrnehmungsobjekt oder Teilen des Selben handelt.

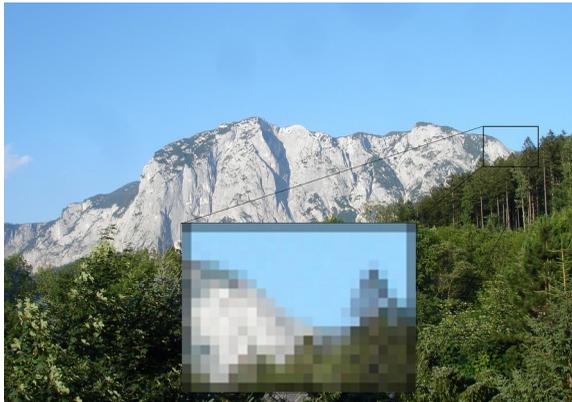


Abb. 16: Farbeinzelflächen zu einem erkennbaren Gesamtbild verbunden

1 Die Funktion eines Systems kann sich nur an dem herausbilden wofür es bestimmt ist. Das Auge vermittelt Licht von außen an unseren Organismus, sein Aufbau und seine Funktion konnten nur durch die Berücksichtigung des Lichtes gefunden werden.

Tritt eine Wahrnehmung an uns heran so verbinden wir sie normalerweise mit einer Erinnerung, gerade dieser Vorgang hindert uns aber auch oft, Neues erkennen zu können. Weil neu an uns Herantretendes, mit der Erinnerung an Vergangenes verbunden wird. Das Willentliche auftreten lassen einer Wahrnehmung, ohne sie gleich einer Erinnerung zuzuordnen, wird *reine Wahrnehmung* genannt. Wir lassen die Wahrnehmung an uns herantreten, machen uns dabei im Bewusstsein leer um auch den geistigen Inhalt, die begriffliche Intuition die mit der Wahrnehmung auftritt empfangen zu können. „Wir erziehen uns in besonderer Weise zu so einem Erfüllen unserer selbst mit dem Wahrnehmungsinhalte, wenn wir das symbolische Vorstellen, das bildliche Vorstellen, wenn wir das systematisch, statt dass wir im gesetzmäßig logischen Gedanken den Wahrnehmungsinhalt auffassen, nunmehr diesen Wahrnehmungsinhalt in Symbolen und Bildern auffassen und dadurch ihn gewissermaßen mit Umgehung der Gedanken in uns hineinströmen lassen, wenn wir durchdringen mit all der Satttheit der Farbe, der Satttheit des Tones, dadurch, dass wir nicht begrifflich, dass wir symbolisch, bildlich zu unserer Schulung die Vorstellung innerlich erleben“, (B074, 2.10.1920).

Es ist heute etwas, was man einen neuen Yogawille nennen kann, zu entwickeln, der ein Einatmen sucht in dem was Wahrnehmung ist und ein Ausatmen sucht in dem was Denken ist. Ich nehme wahr (und halte in diesem Moment mein Denken zurück) und atme dabei Weltinhalt willentlich ein. Ich denke (jetzt das Denken ansetzen) Wahrgenommenes und atme dabei aus. „Darin ist nun das Seelische, das was vor dreitausend Jahren<sup>2</sup> mit der Luft ein- und ausgeatmet worden ist. Und wir müssen lernen, in einer ähnlichen Weise, den Sinnesprozess in seiner Durchseelung einzusehen, wie man vor drei Jahrtausenden den Atmungsprozess eingesehen hat (B075, 30.11.1919). Dies kann erübt werden, wie zum Beispiel in „Wie erlangt man Erkenntnisse höherer Welten“ (B023) dargestellt. Man wird dann erleben, wie sich ein Rhythmus ergibt des Wahrnehmens zum Denken. „Indem man beweglich macht sein seelisches Leben, erlebt man den Pendelschlag, den Rhythmus, das fortwährende Ineinandervibrieren von Wahrnehmung und Denken.“ (B074, 3.10.1920).

Man nimmt etwas wahr, zum Beispiel die Flamme einer Kerze. Schließt man die Augen, so kann man ein Nachbild dieser Flamme in sich erleben, dass langsam abklingt. Wir haben eine Wahrnehmung in uns wie „eingeatmet“ haben diese in uns und diese klingt wieder ab, es ist wie ein „Ausatmen“ (man kann ähnliches mit jedem Sinn machen). Wir nehmen also in diesem Prozess etwas, einen Lichteindruck auf, die Welt teilt sich uns mittels des Lichtes (das Licht ist hier gebraucht für die Weisheit, die alles durchdringt und kann daher auch Druck, Bewegung, Ton, Wort, usw. meinen). Das was uns den Lichteindruck vorerst vermittelt und dann langsam nachlässt, abklingt, ist der menschliche Ätherleib. So ist unser Wahrnehmen ein Einatmen von Eindrücken, die sich vorerst in unserem Ätherleib einprägen<sup>3</sup> und deren Wirkung langsam nachlässt. Das bewusste Ausbilden, stärken und verfeinern dieses Vorganges, des Einatmens von Welteindrücken durch die Sinnesorgane und das ruhige, beschaulichen ausatmen der Wirkung ist was den Lichtseelenprozeß ausmacht und was der Wahrnehmung zugrunde liegt.

Die Sinnesorgane können entweder gegliedert werden in solche, die mehr außer uns oder innerhalb unserer Organisation wahrnehmen oder in solche gegliedert werden die im Zusammenhang mit den Seelenkräften Denken, Fühlen und Wollen stehen. Es sind einige Sinnesorgane mehr mit dem Wollen in Verbindung, also Willenssinne: Lebensinn,

---

2 Vor 3000 Jahren, also in der Zeit in der noch das Atmen als Teil des alten Yogawillens in seiner Hochblüte war.

3 Diese Einprägung in den Ätherleib ist aber eine Bleibende die der Inhalt unseres Gedächtnisses ist.

Bewegungssinn, Gleichgewichtssinn, Tastsinn. Andere Sinnesorgane sind in Verbindung mit dem Fühlen, also Gefühlssinne: Geruchssinn, Geschmackssinn, Sehsinn, Wärmesinn und eine Gruppe der Sinnesorgane sind Sinne des Denkens und der Erkenntnis. Erkenntnisinne: Hörsinn, Wortsinn, Gedankensinn (Begriffssinn), Ichsinn. Für jeden dieser Sinne ist auch ein entsprechendes Sinnesorgan vorhanden, wenn sie uns auch nicht unmittelbar sinnlich wahrnehmbar sind. „... weil das Organ des «Vernehmens von Worten» und dasjenige des «Erfassens von Gedanken» nicht so äußerlich wahrnehmbar sind als das Ohr für das «Hören». In Wirklichkeit sind für die beiden Wahrnehmungstätigkeiten ebenso «Organe» vorhanden, wie für das «Hören» das Ohr.“ (B184, S.146).

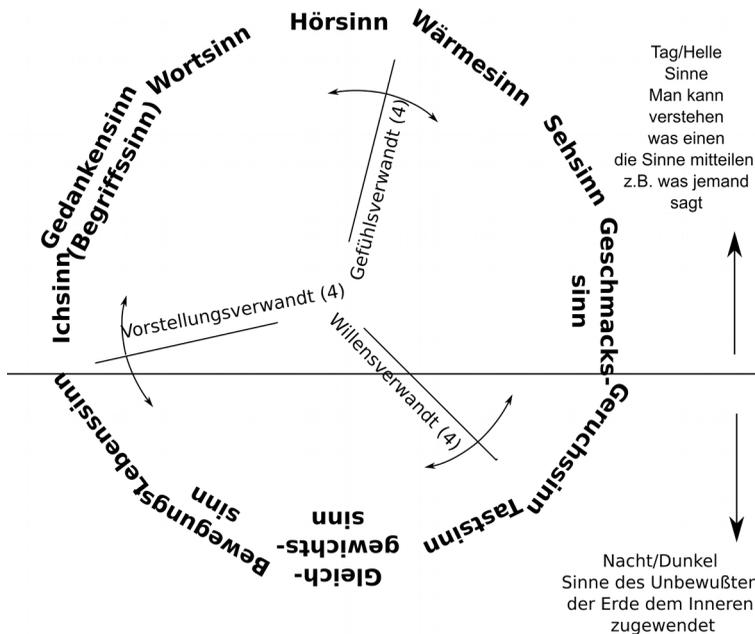


Abb. 17: Die zwölf Sinne des Menschen

„Es ist ganz berechtigt, davon zu sprechen, dass die Sinnesorgane auf einer Welt aufgebaut sein müssen, die selbst *übersinnlich* ist. ... Da die Sinnesorgane zuletzt als das Ergebnis der Tätigkeit dieser Welt erscheinen, so kann man davon sprechen, dass diese Tätigkeit eine mannigfaltige ist. Gleichsam von ebenso vielen Seiten her wirkt sie auf den Menschen, als Sinnesorgane vorhanden sind. Es ergießen sich die Strömungen dieser Welt in jene Brunnen, die in den Sinnesorganen liegen, sodass der Mensch aus diesen Brunnen für sein Seelenleben schöpfen kann.

Und weil dasjenige, was aus diesen Brunnen geschöpft wird, zuletzt sich in dem >Ich< zusammenfindet, muss es, obwohl es von verschiedenen Seiten herkommt, doch ursprünglich einen einheitlich in sich Wirkenden entströmen (B062, Seite 37-39).

## Höhere Wahrnehmungsorgane

Wir können nun entweder durch natürliche hellseherische Veranlagung oder durch willentliche Übungen höhere Wahrnehmungsorgane ausbilden. Mit diesen können wir unmittelbar geistig-seelisches Wahrnehmen.

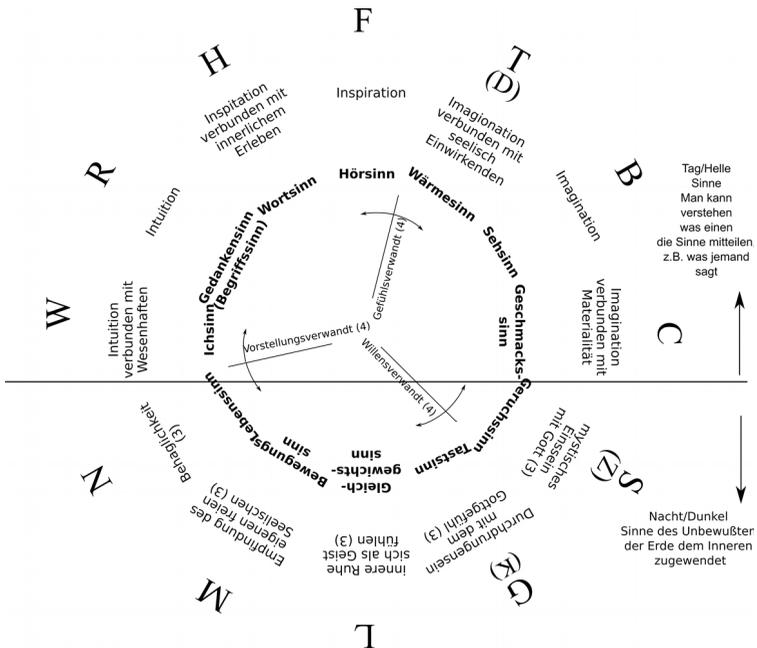


Abb. 18: Die der höheren Wahrnehmung entsprechenden Erkenntnisorgane in ihren Verhältnissen zu den 12 Sinnen.

Gelangt der Mensch durch die Ausbildung seiner höheren Wahrnehmungsorgane (B023) dazu, Wahrnehmungen der astralen oder geistigen Welt zu erlangen, so kommen zu den 12 bereits beschriebenen Sinnen weitere 12 höhere Wahrnehmungsorgane hinzu. Durch die höheren 12 Wahrnehmungsorgane können wir unmittelbar und ohne Umweg der physischen Wahrnehmung zum Bild (Imagination) oder zum Begriff (Inspiration) oder zum Ichwesen (Intuition) kommen (B005, Seite 12). Aber wir erleben auch unser Eins sein mit Gott und der geistigen Welt, zum Beispiel wird unser Sinn für das Gleichgewicht in eine höhere Wahrnehmung verwandelt, die uns soweit bringt, uns als Geist zu fühlen und die dadurch entstehende Ruhe zu empfinden. Dieses Ausbilden und wirksam werden der höheren Wahrnehmungsorgane wird auch beschrieben als ein über die Grenzen der sinnlichen Wahrnehmung hinausgehen. Namentlich der Grenzen der Sinnesorgane. „... wenn wir aus uns herausdringen, dann dringen wir durch die Sinne nach außen. Es ist ganz, ich möchte sagen, selbstverständlich, dass, wenn unser Geistig-Seelisches die Leibeshülle verlässt, es durch die Sinne nach außen dringt. Wir kommen also durch die äußeren Sinne, durch den Geschmackssinn, den Sehsinn, den Wärmesinn, den Hörsinn, den Wortsinn, den Gedankensinn und den Ichsinn nach außen.“ (B080, 8.8.1920). Dadurch gibt es einen Zusammenhang zwischen den niederen Sinnesorganen und den höheren Sinnen. „Das heißt, wir dringen mit unserem Geistig-Seelischen nach außen, indem wir unsere Werkzeuge zurücklassen. Indem wir uns bewegen in der Welt, mit

dem seelischen Auge sehend, aber die physischen Augen zurücklassend, wenn wir also gerade durch das Auge verlassen unsere Leiblichkeit, kommen wir in jene Region hinein, wo die Imagination waltet ... durch unser Ohr, durch den Gehörsinn unseren Leib verlassen, dann kommen wir hinaus in die geistig-seelische Welt und erleben die Inspiration...durch den Gedankensinn unseren Leib verlassen, dann dringen wir in das Gebiet der Intuitionen.“, (B080, 8.8.1920).

## **Bedingungen**

(B023, Kap. „Die Bedingung zu Geheimschulung“) Leib, Seele und Geist benötigen für ihre Entwicklung, gesunde, anregende und kulturell entsprechende Umgebungen, auf diese sollte nach Möglichkeit geachtet werden. Die Einbindung in das menschliche, schicksalsgemäße Leben, nur in äußersten Ausnahmen verlassen und niemals glauben es gebe Mitmenschen denen es wichtig wäre, zu helfen. Der Weg kann nur allein und ohne Hilfe gegangen werden.

*Körperliche und geistige Gesundheit fördern:* Der Genuss sollte nur ein Mittel zur Gesundheit sein. Der Willen sollte da sein gesund leben zu wollen. Darin muss der Mensch die möglichste Selbstständigkeit erlangen, die anderer Ratschläge sind zumeist überflüssig. Mit Lebensverhältnissen und Arbeit zufrieden sein. Aber im rechten Falle die Pflichten des täglichen Lebens höher zu stellen als die Sorge um die Gesundheit. Besonders wichtig ist dahingegen das Streben nach völliger geistiger Gesundheit. Klares Denken, sicheres Empfinden und Fühlen sind hier die Grundlage.

*Als ein Glied des ganzen Lebens fühlen:* Volle Verantwortung für sein Tun. Wenn mir etwas Unliebes geschieht, wenn mir etwas nicht gelingt, nicht die Schuld in den anderen suchen. Nicht die anderen sind Schuld an meinen Verhältnissen, die Schuld bei sich selbst suchen. Alles im Verhältnis der Umstände sehen und der eigenen Mitverantwortung bewusst sein. Ein Urteil über einen Verbrecher wird man dann sich zurückhalten, wenn man die Umstände seines Werdeganges mitbeachtet und so sieht, dass ich selbst, durch ein ähnliches Schicksal, auch in solch eine missliche Lage kommen hätte können.

Eine Welt der Wesen und Gedanken werden wir nur dann betreten können, wenn wir uns auf dem Weg dorthin mit der Vorstellung durchdringen, Gefühle und Gedanken sind wirkliche Tatsachen. Dadurch lernen wir die Orientierung in den höheren Welten. In seelischen (astral) und in der Gedankenwelt (Devachan) wirken Gefühle und Gedanken aufeinander wie in der physischen die sinnlichen Dinge. Man muss glauben, erkennen und sich verinnerlichen, dass ein verkehrter Gedanke, den man hegt, auf andere Gedanken, die den Gedankenraum beleben, so verheerend wirken kann wie eine Geschosse auf physische Gegenstände, die sie trifft. Man kommt in den höheren Welten nur vorwärts wenn man auf seine Gedanken und Gefühle genauso achtet wie auf seine Schritte in der physischen Welt. *Gedanken und Gefühle haben ebenso Bedeutung für die Welt wie Handlungen:* Es muss erkannt werden, dass es ebenso verderblich ist, wenn ich meinen Mitmenschen hasse, wie wenn ich ihn schlage. Dann komme ich zur Erkenntnis, dass die Welt ebensolchen Nutzen aus meinen reinen Gedanken und Gefühlen zieht, wie aus meinem Wohlverhalten. Die lebendigen Gedanken der höheren Wesen der geistigen Welt schufen und schaffen an unserer Welt. Gedanken sind ein Schaffen, so sind auch die Gedanken der Menschen Realitäten für deren Auswirkung wir Bewusstsein und Verantwortung übernehmen müssen. Aus diesem und aus den vorhergehenden Darstellungen, ergibt sich auch die Anschauung des Menschen als geistige Wesenheit, als ein Wesen geistiger Innerlichkeit, man kann sagen „*Des Menschen eigentliche Wesenheit liegt im Inneren*“, (B023, S.91). Sich selbst eben als geistiges Wesen ansehen, in einer ständigen Pendelbewegung zwischen neuen äußerlichen Erleben und innerlicher Entwicklung, so die geistige Waage halten zwischen einem offenen Herz für alles und der inneren Festigkeit des Bewusstseins von sich selbst. Daraus an der Entwicklung einer unerschütterlichen Ausdauer arbeiten. An der „*Standhaftigkeit in der Befolgung eines*

*Beschlusses*“, (B023, S.91) und wenn wir Handlungen ausführen, ist nicht der Erfolg ausschlaggebend, sondern entscheidend ist allein die Liebe zur Handlung.

Je mehr sich der Geisteschüler durchdrungen hat, mit der Demut dem göttlichen Gegenüber und lebt in der Anschauung der geistigen Welt, als seiner Heimat, umso mehr kann in der Seele leben „*Dankbarkeit gegenüber allem was dem Menschen zukommt.*“, (B023, S.92). Und es ist leicht gesagt, daraus kann sich eine Liebe zu allem Sein und allen Wesen bilden, eine All-Liebe. Die Vorstellung davon kann früh errungen werden, aber erst müssen alle dunklen Flecken, alle Sonderungen von der geistigen Welt, und die Widersacherwirkungen überwunden, veredelt werden bis es wirklich soweit ist. Dann kann auch das Leben im obigen Sinne aufgefasst werden. So kann, wer es ernst mit seiner Entwicklung nimmt, seinem Leben ein einheitliches Gepräge geben, Liebe zu allen Wesen entwickeln, Andacht, Liebe zur Arbeit, ruhig auf das Hinhorchen was einem zukommt, verarbeiten – nicht vorschnell urteilen.

### **Vorbereitung für die Ausbildung höherer Wahrnehmung**

Die Entwicklung von Wahrnehmungsorganen für die höhere Welt besteht in einer ganz bestimmten Pflege des Gefühls- und Gedankenlebens (B023, S.43ff). Wir können im wesentlich drei Arten von höherer Wahrnehmung unterscheiden. Die Imagination als das bildhafte Erleben eines geistigen Inhaltes oder Wesens, die Intuition als das begriffliche oder gedankliche Erleben eines geistigen Inhaltes oder geistigen Wesens und die Inspiration als unmittelbares Erleben und in Verbindung treten mit einem geistigen Wesen. Sind diese höheren Wahrnehmungsorgane ausgebildet, wird uns eine neue feinere Art der Wahrnehmung, die uns Tatsachen der Seelen- und Geisteswelt erkennen lassen. Nur durch eigene Tätigkeit, durch eigenverantwortliches Arbeiten an uns. Der Arbeit an der Art wie wir der Welt Gefühle und Gedanken entgegenbringen können wir uns reif, würdig machen höhere Wahrnehmung zu erreichen. In der Folge Anleitungen, wie wir unsere Gedanken und Gefühle zu kontrollieren in ein Gutes zu verwandeln lernen.

### **Übungen**

Für das Erlangen einer Wahrnehmung von Lebens- und ätherischen Vorgängen, die Aufmerksamkeit lenken auf feine Vorgänge des Lebendigen: Erstens auf Vorgänge des sprießende, wachsende, blühendes, gedeihende Leben und zweitens denen des verblühende, verwelkende, absterbende Leben. Anfangs lebhaft und genau schauen, dann aufkommenden Gefühlen hingeben. Ruhig und gelassen die Erscheinungen auf sich wirken lassen und seine Aufmerksamkeit ganz bewusst auf diese Tatsachen lenken. Alles andere aus der Seele verbannen. Sich einen Moment lang ganz alleine diesen einen Eindruck überlassen (ohne Begriffs- und Vorstellungszusammenhänge). Es wird ein Gefühl langsam stärker und nimmt eine energische und kräftige Form an, die diese Vorgänge vergegenwärtigen. Diese Gefühlsformen ruhig in sich nachklingen lassen. „Wer oft die Aufmerksamkeit auf den Vorgang des Werdens, des Gedeihens, des Blühens gelenkt hat, der wird etwas fühlen, was der Empfindung bei einem Sonnenaufgang entfernt ähnlich ist. Und aus dem Vorgang des Welkens, Absterbens wird sich ihm ein Erlebnis ergeben, das in ebensolcher Art mit dem langsamen Aufsteigen des Mondes im Gesichtskreis zu vergleichen ist.“ (B023, Seite 43ff).

In sich die Welt der Töne aufleben lassen. Erkenne lernen, was sich durch die Töne, an Mineralischen, Lebendigen, Empfindungen, an Gedanken und Wesenhaften teilt. Dadurch kann die Aufnahmefähigkeit, die vorerst auf das Tote der mineralischen Welt herabgedämpft ist, wieder langsam so erweitern und verfeinern, dass sie auch die

seelischen und geistigen Mitteilungen empfinden kann. „... nur das soll seine Seele erfüllen, was in dem Wesen vorgeht, von dem der Ton kommt ... der wird sich dadurch die Fähigkeit aneignen, mit einem Wesen, sozusagen, zusammenzuzufießen, von dem der Ton ausgeht.“ (B023, „1. Die Vorbereitung“, S.47). Anderen Menschen beim Sprechen vorurteilslos zuhören. „Die Schüler fühlen sich verpflichtet, übungsweise zu gewissen Zeiten sich die entgegengesetztesten Gedanken anzuhören und dabei alle Zustimmung und namentlich alles abfällige Urteilen vollständig zum Verstummen zu bringen.“ (B023, „1. Die Vorbereitung“). Das eigene Innere vollkommen zum Schweigen bringen. Keine Zustimmung / kein Widerspruch. Durch einen Widerspruch oder vorschnelle Zustimmung, beraubt man sich der höheren Entwicklung, da man ein vorgefasstes Urteil hat und so sich neuen Erkenntnisse verschließt. Man muss dies in sich vollständig zum Schweigen bringen. Dies wird nur langsam sich wandeln können, aber so wird entstehen langsam eine ganz andere Art des Zuhörens.

### Höhere Wahrnehmungsorgane ausbilden, die Chakren

Der Mensch hat Wahrnehmungsorgane für die sinnliche Welt. Aus der Vergangenheit heraus hat er auch ausgebildet Wahrnehmungsorgane für die übersinnliche Wahrnehmung (B097). Diese höheren Wahrnehmungsorgane sind die Grundlage eines atavistische Hellsehens. Dieses atavistische Hellsehen versiegte bis zum 19. Jahrhundert fast vollständig. Heute treten wieder Menschen, auf die ein solches Hellsehen mitbringen. Diese Art des Wahrnehmens höherer Welten erlaubt es aber im allgemeinen, nicht im vollen Selbstbewusstsein in die geistige Welt einzutreten. Die hier vorliegende Beschreibung zeigt einen, für heutige Menschen berechtigten Weg einen jeweils zweiten Teil der höheren Wahrnehmungsorgane auszubilden. Die „Lotusblüten“ haben jeweils eine Art Blätter<sup>1</sup> die durch eigene Tätigkeit durch eigene Arbeit an sich selbst ausgebildet werden. Kommen diese zur Tätigkeit, so werden von ihnen auch die früher ausgebildeten (die für das atavistische Hellsehen verantwortlich waren) zur Tätigkeit erwachen. Die folgenden Übungen sollen nun zeigen wie am Astralleib<sup>2</sup> so gearbeitet werden kann das sich diese neuen feinen Wahrnehmungsorgane (Chakren) ausbilden können. Auch sollte durch die geschilderten Übungen es erreicht werden, dass der Erkenntnissucher bewusste Kontrolle über die Strömungen seines Ätherleibes erreicht (B023, S.138ff).

Diese bewusste Kontrolle wird erreicht, indem der Astralleib während der Nacht am Ätherleib arbeitet, diese neuen Organe heranbildet. Die vorhergehenden Angaben für Übungen und Mantras bringen den Astralleib dazu, diese höheren Organe auszubilden. Werden keine solchen Übungen durchgeführt arbeitet der Astralleib während des Schlafes am physischen Leib und Ätherleib, sie werden vom Astralleib wieder aufgebaut. Durch Meditation und Konzentration bringt man den Seelenleib dazu an seinen geistigen Wahrnehmungsorganen zu arbeiten (B005, S.21).

*Stirn-Chakra:* „Swastika oder Sonnenrad“ (B026, S. 29). Sitzt an der Nasenwurzel im Kopf und ist ca. einen Zentimeter tiefer als die Mitte der Augenbrauen. Wenn der Mensch an diesem Punkt denkt, mit ganz bestimmten Wortzusammensetzungen erweckt er im Inneren des Astralleibes gewisse Fähigkeiten. Wann an diesen Punkt intensiv gedacht wird

- 
- 1 Diese höheren Wahrnehmungsorgane des Menschen gliedern sich jeweils in zwei Gruppen von „Blättern“, die eine Gruppe die bereits für das atavistische Hellsehen ausgebildet ist und die zweite Gruppe die durch bewusste Übungen zur aktiven Tätigkeit ausgebildet werden.
  - 2 „Das Ziel der Versenkung (Meditation) in die oben charakterisierten symbolischen Vorstellungen und Empfindungen ist, genau gesprochen, die Heranbildung der höheren Wahrnehmungsorgane innerhalb des astralen Leibes des Menschen (B007,S.344)

mit gleichzeitigen Aussprechen eines bestimmten Wortes entsteht eine Art aufblitzen, Lichtwerden, welches für den Hellseher sichtbar ist. Durch Schulung werden die einzelnen „Blüten“ aktiv und das Rad beginnt sich zu drehen.

*Hals-Chakra: 16-blättrige Lotusblume*<sup>3</sup>. Diese nimmt Gestalten wahr. Die Gedankenart die eine Seele hat, die Gesetze, nach denen eine Naturerscheinung sich vollzieht, treten für die 16-blättrige Lotusblume in Gestalten auf. Das sind aber nicht starre, ruhige Gestalten, sondern bewegte, mit Leben erfüllte Formen. Der Hellseher, bei dem sich der Sinn entwickelt hat, kann für jede Gedankenart, für jedes Naturgesetz eine Form nennen, in den sie sich ausdrücken (B023, S. 123). Die früheren acht können nicht aktiv ausgebildet werden, die anderen acht schon, durch Erwerb gewisser Fähigkeiten. Der Mensch muss auf gewisse Seelenvorgänge Aufmerksamkeit und Sorgfalt verwenden. Folgende acht Seelenvorgänge sind es:

*Art und Weise, wie man sich Vorstellungen aneignet*: „Die richtige Meinung“. Gewöhnlich überlässt sich in dieser Beziehung der Mensch ganz dem Zufall. Zu diesem Zweck auf seine Vorstellungen achten, jede Vorstellung muss für einen von Bedeutung sein. Sie ist jeweils eine bestimmte Kunde über Dinge der Außenwelt, von Vorstellungen ohne Bedeutung nicht befriedigt sein. Sein ganzes Begriffsleben so lenken, dass es ein treuer Spiegel der Außenwelt wird. Unrichtige Vorstellungen aus seiner Seele entfernen. Alles was man aufnimmt, muss man zuvor prüfen, ob es den Realitäten der Außenwelt entspricht, ob es von Wichtigkeit ist, wie weit die bestehenden Vorstellungen sich dadurch verändern müssen. Ständig an der eigenen Wahrnehmung und Begriffsbildung arbeiten. Bewusstwerdung des ganzen Prozesses. Die Art und Weise wie man sich Vorstellungen aneignet. Eine jede Vorstellung soll für den Menschen Bedeutung gewinnen.

*Voll bewusst entschließen und handeln*: „Das richtige Urteil, das nicht von Sympathie und Antipathie abhängig gemacht wird“. Entschlüsse nur in voller Überlegung fassen. Nur aus begründeter, voller Überlegung selbst zu dem Unbedeutensten sich entschließen. Alles gedankenlose Handeln, alles bedeutungslose Tun von der Seele fernhalten. Zu allem wohlherwogene Gründe haben. Und unterlassen wozu kein bedeutsamer Grund drängt.

*Nur was Sinn und Bedeutung hat, sagen*: „Das richtige Wort.“ Alles Reden um des Redens willen bringt vom Weg zu dem Geist ab. Die gewöhnliche Art der Unterhaltung wo bunt durcheinandergeredet wird, soll vermieden werden. Dabei aber nicht Ausschließen vom Verkehr mit den Mitmenschen. Gerade im zwischenmenschlichen Kontakt soll das Reden sich zur Bedeutsamkeit entwickeln. Jedem Rede und Antwort stehen, aber gedankenvoll, nach jeder Richtung überlegt. Gerne schweigen. Niemals unbegründet redet. Zuerst ruhig hinhören und dann verarbeiten. Das rechte Maß der Worte anstreben.

*Äußeren Handlungen, die in die Beziehung zu den Mitmenschen eingreift, so anlegen, dass sie für dieselben nicht störend sind*: „Die richtige Tat.“ Regelung des äußeren Handelns in Harmonie zu Umgebung, den bestehenden Vorgängen und Mitmenschen. Man unterlässt Handlungen, welche für andere störend sind oder die im Widerspruch stehen mit dem, was um ihn herum vorgeht. Sein Tun so einrichten, dass es sich harmonisch eingliedert in die Umgebung und Lebenslage. Wo man veranlasst wird zu handeln, sorgfältig beobachtet, wie der Veranlassung am besten zu entsprechen sei. Wo man aus sich heraus handelt die Wirkung der Handlungsweise genauestens erwägen.

*Die Einrichtung des ganzen Lebens natur- und geistesgemäß*: „Der richtige Standpunkt.“ Nichts überhasten, nicht träge sein. Überbeschäftigung und Lässigkeit sollten einem

---

3 Dieser Abschnitt ist eine Zusammenfassung der Ausführungen Rudolf Steiners in seinem Buch: „Wie erlangt man Erkenntnisse höherer Welten“, S. 116-S.123. (B023)

gleich ferne liegen. Man sieht das Leben als Mittel der Arbeit und Höherentwicklung an und richtet sich dementsprechend ein. Gesundheitspflege, Gewohnheiten usw. richtet er sich so ein, dass ein harmonisches Leben die Folge ist. Alles Vermeiden was Unruhe und Hast ins Leben bringt.

*Sein Können prüfen und versuchen nur was innerhalb der Kräfte, Fähigkeiten liegt zu tun:* „Alle vorangegangenen Übungen zur Gewohnheit werden lassen.“ Man versucht nichts zu tun, was außerhalb der eignen Kräfte liegt; aber auch nichts zu unterlassen, was innerhalb derselben sich befindet. Andererseits steckt man sich Ziele, die mit den Idealen, mit den großen Pflichten eines Menschen zusammenhängen. Man fügt sich nicht gedankenlos, als ein Rad ein in das Menschengetriebe, sondern sucht seine Aufgabe zu begreifen, über das Alltägliche hinauszublicken.

*Das Streben möglichst viel vom Leben zu lernen:* „Das richtige Gedächtnis.“ Nichts soll an einem vorbeigehen, dass nicht Anlass gibt, Erfahrung zu sammeln, die einem nützlich sind im Leben. Hat man etwas unrichtig und unvollkommen verrichtet, so wird das ein Anlass, ähnliches später richtig oder vollkommen zu machen. Sieht man die anderen handeln (und enthält sich dabei jeglicher Lieblosigkeit), so beobachtet man sie zu einem ähnlichen Ziele. Man kann von jedem Menschen viel lernen, auch von Kindern, wenn man aufpasst. So versucht man sich einen reichen Schatz von Erfahrungen zu sammeln und diesen stets sorgfältig zurate zu ziehen. So tut man nichts, ohne auf Erlebnisse zurückzublicken, die einen eine Hilfe sein können bei seinen Entschlüssen und Verrichtungen.

*Von Zeit zu Zeit Blick in sein Inneres tun:* Man muss sich in sich selbst versenken, sorgsam mit sich zurate gehen, seine Lebensgrundsätze bilden und prüfen, seine Kenntnisse in Gedanken durchlaufen, seine Pflichten erwägen, über Inhalt und Zweck des Lebens nachdenken.

Je mehr z. B. dasjenige, was ein Mensch denkt und redet, mit den Vorgängen in der Außenwelt zusammenstimmt, desto schneller entwickelt sich diese Gabe. Wahrhaftigkeit, Aufrichtigkeit, Ehrlichkeit sind in dieser Beziehung aufbauende, Lügenhaftigkeit, Falschheit, Unredlichkeit sind zerstörende Kräfte. Es kommt nicht auf die gute Absicht, sondern die wirkliche Tat an. Denke oder sage ich etwas, was mit der Wirklichkeit nicht übereinstimmt, so zerstöre ich etwas in meinem geistigen Sinnesorgan, auch wenn ich dabei eine noch so gute Absicht zu haben glaube. Die Dinge müssen selbstverständliche Lebensart werden, dann zeigen sich die ersten Spuren des Hellsehens.

*Herz-Chakra : 12-blättrige Lotusblume* (B023, S. 125ff). In einer ähnlichen Art wird die zwölfblättrige Lotusblume in der Nähe des Herzens gestaltet. Auch hier war die Hälfte (sechs) der Blätter in einem vergangenen Entwicklungszustand bereits vorhanden und in Tätigkeit. Diese Erscheinen von selbst und Beginnen sich zu drehen, wenn an den anderen sechs gearbeitet wird. Die Art des Wahrnehmungsinhaltes kann man annähernd charakterisieren, wenn man sie als Seelenwärme und Seelenkräfte bezeichnet. Man fühlt von den Figuren, die durch die 16-blättrige Lotusblume wahrnimmt, Seelenwärme und Seelenkälte ausströmen. Die 16-blättrige zeigt die Form, die 12-blättrige bemerkt das Ausströmen des Gedankens (z. B. die Form und das Ausströmen der Seelenwärme). Der übersinnliche Wahrnehmende eröffnet sich durch die Ausbildung der 12-blättrigen Lotusblume auch ein tiefes Verständnis für Naturvorgänge. Alles was auf ein Wachsen, Entwickeln begründet ist, strömt Seelenwärme aus; alles was in Vergehen, Zerstörung Untergang begriffen ist, tritt mit dem Charakter der Seelenkälte auf. Die Ausbildung dieses Sinns wird auf folgende Art gefördert:

*Man muss achten auf die Regelung seines Gedankenlaufes* „die Gedankenkontrolle.“ Irrlichtelierende Gedanken, die nicht in sinngemäßer logischer Weise, sondern rein zufällig aneinandergesetzt sind, verderben die Form der Lotusblume. Je mehr ein Gedanke aus dem anderen folgt, je mehr allem Unlogischen aus dem Wege gegangen wird, desto mehr bildet sich die entsprechende Form aus. Hört man Unlogische Gedanken, so lässt man sich gleich das Richtige durch den Kopf gehen. Dadurch aber nicht lieblos einer unlogischen Umgebung entziehen. Man soll auch nicht den Drang in sich verspüren, gleich alles unlogische zu korrigieren. Vielmehr still in seinem Inneren die von außen auf ihn einströmenden Gedanken in eine logische, sinngemäße Richtung bringen. Und er bestrebt sich, in seinem eigenen Gedanken überall diese Richtung einzuhalten.

*Eine Folgerichtigkeit in sein Handeln zu bringen* „Kontrolle der Handlungen.“ Alle Unbeständigkeit, Disharmonie im Handeln gereichen der 12-blättrigen Lotusblume zum Verderben. Wenn der Geistesschüler etwas getan hat, so richtet er sein folgendes Handeln danach ein, dass es in logischer Art aus dem Ersten folgt. Wer heute anders handelt als gestern, wird nie den charakterisierten Sinn entwickeln.

*Die Erziehung zur Ausdauer.* Man lässt sich nicht durch diese oder andere Einflüsse von seinem Ziel abbringen, dass man sich gesteckt hat, solange man dieses Ziel als ein richtiges ansehen kann. Hindernisse sind eine Aufforderung sie zu überwinden, aber keine Abhaltungsgründe.

*Duldsamkeit (Toleranz) gegenüber Menschen, andere Wesen und auch Tatsachen.* Man unterdrückt alle überflüssige Kritik gegenüber dem Unvollkommenen, Bösen und Schlechten und sucht vielmehr alles zu begreifen, was an ihn herantritt. Wie die Sonne nicht ihr Licht dem Schlechten und Bösen entzieht, so er nicht seine verständnisvolle Anteilnahme. Begegnet der Geistesschüler irgend einem Ungemach, so ergeht er sich nicht in abfälligen Urteilen, sondern er nimmt die Notwendigkeit hin und sucht, soweit seine Kraft reicht, die Sache zum Guten zu wenden. Andere Meinungen versucht er, aus der Sicht des anderen zu verstehen.

*Unbefangenheit gegenüber den Erscheinungen des Lebens („Glauben“ oder „Vertrauen“):* Der Geistesschüler tritt jedem Wesen mit diesem Vertrauen entgegen. Und der erfüllt sich bei seinen Handlungen mit solchem Vertrauen. Er sagt nie, wenn ihm etwas mitgeteilt wird: Das glaube ich nicht, weil es meiner bisherigen Meinung widerspricht. Er ist vielmehr in jedem Augenblicke bereit, seine Meinung und Ansicht an einer Neuen zu prüfen und zu berichtigen. Er bleibt immer empfänglich für alles, was an ihn herantritt. Und er vertraut auf die Wirksamkeit dessen, was er unternimmt. Zaghaftigkeit und Zweifelsucht verbannt er aus seinem Wesen. Hat er eine Absicht, so hat er auch den Glauben an die Kraft dieser Absicht. Hunderte Misserfolge können ihm diesen Glauben nicht nehmen. Es ist jener „Glaube der Berge versetzen mag“.

*Erwerbung eines gewissen Lebensgleichgewichtes (Gleichmut):* Man strebt an, eine gleichmäßige Stimmung zu erhalten, ob ihn Leid, ob ihn Erfreuliches trifft. Das Schwanken zwischen himmelhoch-jauchzend und zu Tode betrübt gewöhnt man sich ab. Das Unglück, die Gefahr finden ihn ebenso gewappnet wie das Glück, die Förderung.

Auch hier hängt die „regelmäßige“ Ausbildung der Form der Blätter dieses Sinnesorgan von der Entwicklung der aufgezählten Eigenschaften ab. Wird dies außer Acht gelassen, so gestaltet sich das Organ zu einem Zerrbild. Der Mensch kann besonders: Unduldsam, zaghaft, ablehnend gegen seine Umgebung werden. Er kann z. B. eine Empfindung bekommen für die Gesinnung anderer Seelen und diese deswegen fliehen und hassen. Er kann wegen der Seelenkälte, die ihn bei Ansichten überströmen, welche ihm widerstreben, gar nicht zuhören.

*Polaritäts-Chakra: 10-blättrige Lotusblume* (B023, Seite 131ff). Von besonders feiner Art ist die Seelenpflege, die zur Entwicklung der zehnbältrigen Lotusblume notwendig ist. Denn hier handelt es sich darum, die Sinneseindrücke selbst in bewusster Weise beherrschen zu lernen. Für den angehenden Hellseher ist das ganz besonders nötig. Nur dadurch vermag er einen Quell zahlloser Illusionen und geistiger Willkürlichkeiten zu vermeiden. Der Mensch macht sich gewöhnlich gar nicht klar, von welchen Dingen seine Einfälle, seine Erinnerungen beherrscht sind und wodurch sie hervorgerufen werden. (Irritierende Gedanken, die bunt durcheinander durch unbewusste Wahrnehmungen ausgelöst werden, man denkt an jemand, weil man unbewusst eine ähnliche Person sieht, man kann eine Farbe nicht Leiden weil sie ein Lehrer getragen hat, der einen schikaniert hat, ...). Unzählige Illusionen beruhen auf solchen Zusammenhängen. Durch diese Lotusblume kann man tief verborgene Eigenschaften an Seelen wahrnehmen. Aber Wahrheit ist diesen Wahrnehmungen nur dann beizumessen, wenn man von den gekennzeichneten Täuschungen ganz frei geworden ist.

Man muss *Herr werden dessen, was von der Außenwelt auf einen einwirkt*. Man muss es dahin bringen, dass Eindrücke, die man nicht empfangen will, man auch wirklich nicht empfängt. Solch eine Fähigkeit kann nur durch ein starkes Innenleben heran erzogen werden. Man muss es in den Willen bekommen, dass man nur die Dinge auf sich wirken lässt, auf die man die Aufmerksamkeit wendet, und dass man sich Eindrücken wirklich entzieht, an die man sich nicht willkürlich wendet.

*Was man sieht, muss man sehen wollen* und worauf man keine Aufmerksamkeit wendet, muss tatsächlich für einen nicht da sein. Lebhaft, energische innere Arbeit nötig. Man muss alles gedankenlose Herumschauen und Herumhören vermeiden.

Man muss sich darauf üben, dass man im größten Trubel nichts hören braucht, wenn man nicht *hören will*. Wie mit einem seelischen Panzer muss man umgeben sein für alle unbewussten Eindrücke.

Bewusstes Hereinlassen des Gedankens. Man setzt sich einen *Gedanken vor und versucht nur weiterzudenken*, was man ganz bewusst in völliger Freiheit an diesen Gedanken angliedern kann. Beliebige Einfälle weist man ab. Will man einen weiteren Gedanken zum Ersten in Beziehung bringen, so mache man sich zuerst bewusst, wo dieser zweite an einen herangetreten ist.

Wenn man z. B. *eine Antipathie gegen irgendetwas hat*, so bekämpft man sie und sucht *eine bewusste Beziehung zu dem betreffenden Dinge herzustellen*. Auf diese Art mischen sich immer weniger unbewusste Elemente in das Seelenleben ein. Nur durch solche strenge Selbstzucht erlangt die zehnbältrige Lotusblume die Gestalt, die sie haben sollte. Es muss ein Leben in Aufmerksamkeit werden, und worauf man keine Aufmerksamkeit verwenden will oder soll, das muss man sich wirklich fernzuhalten wissen. Mit zusätzlichen Meditationenübungen kommt die Lotusblume in der richtigen Weise zum Reifen. Und die durch die 16- und 12-blättrigen Lotusblumen wahrgenommenen Formen und Wärme, erhält geistig Licht und Farbe. Dadurch enthüllen sich z. B. Talente und Fähigkeiten von Seelen, Kräfte und verborgene Eigenschaften der Natur. Die Farbenaura der belebten Wesen wird dadurch sichtbar; seine seelenhaften Eigenschaften. Dieser Sinn tritt nahezu sofort auf, sobald der Mensch seine Wahrnehmung entsprechend in seiner Gewalt hat.

*Solarplexus oder Basis-Chakra: 6-blättrige Lotusblume* (B023, Seite 135ff)

Schwieriger als die Ausbildung der 10-blättrigen Lotusblume. Die 6-blättrige Lotusblume befindet sich in der Körpermitte. Es muss die vollkommene Beherrschung des ganzen Menschen durch das Selbstbewusstsein angestrebt werden, sodass ihm Leib, Seele und

Geist in einer vollkommenen Harmonie sind. Die Verrichtungen des Leibes, die Neigungen und Leidenschaften der Seele, die Gedanken und Ideen des Geistes müssen in einen vollkommenen Einklang miteinander gebracht werden.

Der Leib muss so veredelt und geläutert werden, dass seine Organe zu nichts drängen, was nicht im Dienste der Seele und des Geistes geschieht.

Die Seele soll durch den Leib nicht zu Begierden und Leidenschaften gedrängt werden, die einem reinen und edlen Denken widersprechen. Der Geist aber soll nicht wie ein Sklavenhalter mit seinen Pflichtgeboten und Gesetzen über die Seele herrschen müssen; sondern diese soll aus eigener Neigung, den Pflichten und Geboten folgen.

Nicht wie etwas, dem er sich widerwillig fügt, soll die Pflicht über dem Geheimschüler schweben, sondern wie etwas, das er vollführt, weil er es liebt. Eine freie Seele, die im Gleichgewichte zwischen Sinnlichkeit und Geistigkeit steht. Dahin bringen dass er sich seiner Sinnlichkeit überlassen darf, weil diese so geläutert ist, dass sie die Macht verloren hat, ihn zu sich herabzuziehen. Er soll es nicht mehr nötig haben seine Leidenschaften zu zügeln, weil diese von selbst dem Rechten folgen.

Solange der Geistesschüler sich kasteien muss, kann er nicht auf eine gewisse Stufe kommen. Eine Tugend zu der man sich zwingen muss, ist für den Geistesschüler noch wertlos. Der Leib darf keine Entzugerscheinungen oder Leiden haben durch die Vermeidung einer Begierde. In einem solchen Falle kann es durchaus sein, dass man auf die Erreichung eines angestrebten, geistigen Zieles verzichten muss, vielleicht bis zu einer nächsten Inkarnation warten muss. Ein vernünftiger Verzicht ist in einer gewissen Lage eine viel größere Errungenschaft, als das Erstreben einer Sache, die unter gegebenen Verhältnissen eben nicht erreichbar ist. Wer die 6-blättrigen Lotusblume ausgebildet hat, der gelangt zum Verkehr mit Wesen in der höheren Welt, der Seelenwelt. Aber bevor er dazu gelangt, muss der Geistesschüler eben das vollkommene Gleichgewicht zwischen Sinnlichkeit (Leib), Leidenschaft (Seele) und Idee (Geist) erlangt haben. Zur Wahrnehmung höherer Wesen in höheren Welten ist jedoch die Ausbildung noch höherer Organ notwendig.