

Ueber einige nervöse Zeiterscheinungen.

Legenvortrag, gehalten von Dr. Rudolf Steiner in München, am 11. I. 1912.

gedruckt

Es sollen heute einige Notizen gegeben werden im Zusammenhange mit manchem, was wir schon kennen, aber was für den einen oder anderen nützlich sein kann und uns hineinführen kann in eine genauere Anschauung des Wesens des Menschen und seines Zusammenhanges mit der Welt. Es wird der Theosoph sehr häufig Gelegenheit haben, dass ihm unter den Entgegnungen der Theosophie, die gestern im öffentlichen ("Wie widerlegt man Theosophie?") Vortrage dargelegt wurden, noch manches andere von Aussenstehenden entgegengebracht wird. So wird von Gelehrten und ungelehrten Leuten viel eingewendet dagegen, dass wir sprechen müssen von einer ^{Gliederung} Trennung der ganzen menschlichen Wesenheit in jene vier Glieder: den physischen Leib, den Aetherleib, den Astralleib und das Ich. Und es kann ja dann wohl von Zweiflern eingewendet werden: "Ja, vielleicht stellt es sich heraus für einen Menschen, der gewisse, verborgene Kräfte der Seele entwickelt, dass er dies sehen kann." Aber für den, der das nicht sehen kann, für den könnte es keine Gründe geben, sich zu einer solchen Meinung hinzuwenden. Nun muss betont werden, dass das Leben des Menschen in einer gewissen Weise, wenn man nur aufmerksam ist, nicht nur Bestätigungen gibt von dem, was Theosophie zu sagen hat, sondern dass, wenn man anwendet, was man durch Theosophie lernen kann, auf das Leben, sich eine solche Anwendung ausserordentlich nützlich erweist. Und man wird dahinter kommen, dass der Nutzen allmählich eine Art von Ueberzeugung beibringen kann, auch wenn man nicht eingehen will auf das, was sich dem Hellseher darbietet. Es wird viel geklagt heute über das, was mit dem Wort Nervosität umspannt wird, und man darf sich nicht wundern, wenn jemand den Ausspruch tut, es giebt heute keinen Menschen, der nicht nervös ist. Und wie sollten wir einen solchen

Ausspruch nicht begreiflich finden, sind doch solche Zustände da, die sich im Leben in der mannigfaltigsten Weise äussern. Sie äussern sich in der leichtesten Weise so, dass der Mensch das wird, was man einen seelischen Zappelfritzen nennen könnte. Einen seelischen Zappelfritzen möchte ich nennen den, der unvermögend ist, einen Gedanken festzuhalten, und immer überspringt von einem Gedanken zu einem andern. Eine Hast des seelischen Lebens - das ist oftmals die leichteste Art der Nervosität. Eine andere Art ist die, dass die Menschen mit sich selber nicht viel anzufangen wissen, oder eine andere die, dass die Menschen gegenüber Dingen, gegenüber denen sie zu Entschlüssen kommen sollten, nicht wissen, was sie in dieser Angelegenheit tun sollen (~~nicht wissen, was sie in dieser Angelegenheit tun sollen~~). Diese Nervosität kann aber noch führen zu noch mehr bedenklichen Erscheinungen, nämlich, dass sie sich in allerlei Krankheitsformen auslebt, die sogar organische Krankheiten in einer täuschenden Weise nachbilden, z. B. ein Magenleiden. Und zahlreiche andere Zustände wären noch anzuführen; aber wer kennt sie nicht in unserer Gegenwart! Man braucht ja nicht gleich so weit zu gehen, dass man in Bezug auf die grossen Ereignisse des äusseren Lebens von einem politischen Alkoholismus spricht; aber es ist in der letzten Zeit auch davon gesprochen worden in Bezug auf das Gebaren in dem äusseren Leben. Das Wort ist gefallen für die Art und Weise, wie politische Angelegenheiten in Europa in den letzten Monaten betrieben worden sind. Da merkte man, dass man diese Nervosität sehr unangenehm empfindet. Nun wird das ganz gewiss in den nächsten Zeiten für die Menschen nicht besser werden. Gute Aussichten für die Zukunft können keineswegs irgendwie gegeben werden, denn es giebt verschiedene Schädlichkeiten, die unser gegenwärtiges Leben sehr beeinflussen und die sich epidemisch von einem Menschen auf den andern Menschen übertragen, so dass auch andere, die nur schwach sind, wie angesteckt werden davon. Etwas ungeheuer schädliches für unsere Zeit ist das, dass viele Menschen, die in hervor-

ragende Stellungen hineinkommen, in der Art studieren, wie man es jetzt tut. Es giebt ganze Zweige des Studiums, die so betrieben werden, dass man das ganze Jahr ganz andere Sachen treibt, als das Durchdenken, was die Professoren im Kolleg sagen, und das, was man zur Prüfung wissen muss, packt man sich in einigen Wochen ein. Und das Schlimme dabei ist, dass ja eine eigentliche Verbindung des seelischen Interesses mit dem, was man sich so einpackt, nicht vorhanden ist; herrscht ja auf den Schulen die Meinung bei den Schülern, wenn ich nur das, was ich mir eben angeeignet, bald wieder vergessen habe. Nun giebt es gerade als Folge dieser Tatsache das, dass die Menschen auf diese Art geeignet gemacht werden, in gewisser Beziehung in das öffentliche Leben einzugreifen. Aber da sie innerlich nicht mit der Sache verbunden sind, stehen sie ihr sehr fern, und es giebt nichts Schlimmeres, als wenn man dem, was der Kopf treiben muss, mit seinem Herzen fern steht. Das beeinflusst sehr die Stärke des menschlichen Aetherleibes. Der Aetherleib wird immer schwächer und schwächer unter einem solchen Treiben, wegen der geringen Verbindung, die besteht zwischen dem Seelenkern und dem, was der Mensch tut. Nun sollte Theosophie auf die Menschen, die in einer gesunden Weise sich diese Theosophie aneignen, so wirken, dass man nicht nur lernt, der Mensch besteht aus physischem Leib, Aetherleib, Astralleib und dem Ich, sondern, dass der Mensch sich so verhält, dass in einer gesunden Weise die einzelnen Glieder stark und kräftig zur Entfaltung kommen. Wenn nun der Mensch einen sehr einfachen Versuch macht, aber diesen Versuch mit Emsigkeit wiederholt, so kann eine Kleinigkeit geradezu Wunder wirken. Es hängt innig zusammen mit dem, was ich charakterisiert habe, ~~viv ist etwas~~ die leichte Vergesslichkeit der Menschen. Es wird zuweilen gesagt, sie ist etwas Unbeglückliches im Leben; allein Theosophie kann uns zeigen, dass sie sogar etwas sehr Gesundheitsschädliches ist. Und es ist wahr, vieles geradezu an starke Krankheiten der menschlichen

Natur ~~G~~renzende würde vermieden werden, wenn die Menschen weniger vergesslich wären. Wer kann denn sich ganz und gar frei sprechen davon, dass er irgendwie über Vergesslichkeit zu klagen hat! Nehmen wir an, der Mensch ertappt sich darauf, dass er die Dinge nie findet, wo er sie hinglegt hat. Es sieht sonderbar aus, wenn man über diese Dinge spricht, aber es sind diese Dinge solche, welche im Leben vorkommen, und es giebt nun eine gute Übung, namentlich solche Vergesslichkeit allmählich bei sich besser zu machen. Nämlich nehmen wir z. B. an, eine Dame lege ihre Brosche irgend wohin und sie entdeckt die Eigenschaft, dass sie sie am Morgen nicht mehr findet. Man könnte sich da sagen: Gewiss, man könnte sie immer auf ein und denselben Platz legen, aber wir wollen von einer viel wirksameren Art sich zu kurieren sprechen. Ein solcher Mensch müsste sich sagen: "Ich will die Gegenstände gerade an verschiedene Orte legen, aber ich will den Gegenstand dort hinlegen und den Gedanken dabei entwickeln: "Ich habe den Gegenstand dorthin gelegt" und präge mir die Umgebung ein. Und jetzt gehe ich beruhigt von der Sache weg und ich werde sehen, dass, wenn ich das einmal mache, mir nicht in allen Fällen glückt, die Sache wiederzufinden; aber wenn ich das öfters mache, werde ich sehen dass meine Vergesslichkeit schwindet nach und nach." Die Sache beruht darauf, dass das Ich mit dem Faktum, dass ich ausführe, in Verbindung gebracht wird und ein Bild dabei entwickelt wird. Dies Zusammenbringen des geistig-seelischen Wesenskern des Ich und die Bildlichkeit sind das, was uns das Gedächtnis wesentlich schärfen kann, so dass wir auf diese Weise schon den einen Nutzen haben für das Leben, dass wir wesentlich weniger vergessen. Es kann aber noch viel mehr erreicht werden. Nehmen wir an, es würde eine Art von Gebrauch bei den Menschen, solche Gedanken zu hegen bei dem Ablegen von Dingen; es würde ^{das} eine Stärkung des Aetherleibes hervorrufen. Wir haben ja gelernt, dass der Aetherleib in einer gewissen Weise als Träger des Gedächtnisses zu gelten hat; als Theosophen brauchen wir uns also nicht darüber zu verwundern. Aber

nehmen wir an, Sie raten das jemand nicht bloß deshalb, weil er vergesslich ist, sondern weil er gewisse Zeichen der Nervosität zeigt, dann werden Sie sehen, dass dieses ein Heilmittel ist für ihn, und Sie sehen, dass er allmählich gewisse sogenannte nervöse Zustände ablegt. Dass die Dinge richtig sind, die die Theosophie lehrt, das Leben beweist es uns in einem solchen Falle. Nun eine andere Sache, die ausgesprochen wichtig ist. Sie wissen, dass unmittelbar aneinander grenzen in der menschlichen Wesenheit das, was man nennen kann, physischer Leib und Aetherleib. Nun können Sie in unserer Zeit eine Beobachtung machen, die, wenn wir sie machen und wenn wir eine gesunde Seele in der Brust tragen, Mitleid haben lässt mit jenen Menschen. Oder haben Sie nie Leute gesehen, die viel schreiben, z. B. Postbeamte, und ganz merkwürdige Bewegungen machen, bevor sie schreiben. Oder es braucht nicht einmal bis dahin zu kommen, denn das ist schon die Anlage zu einem sehr üblen Zustand, sondern es kann dabei bleiben, dass die Menschen, indem sie schreiben, sich erst einen gewissen Ruck geben müssen zu jedem Haar oder Schattenstrich. Sie können das den Schriften ansehen, die so geschrieben sind. Und einen solchen Zustand können wir nur auf theosophischer Grundlage begreifen. Bei den vollständig gesunden Menschen muss, in Bezug auf den physischen und den Aetherleib der Aetherleib immer die absolute Fähigkeit haben, einzugreifen in den physischen Leib und der physische Leib muss immer der Diener sein des Aetherleibes. Wenn der phys. Leib auf eigene Rechnung Bewegungen ausführt, so ist das ein ungesunder Zustand; ein Uebergewicht von dem physischen Leib über den Aetherleib ist dann vorhanden. Wir haben es dann zutun, mit einer Schwäche des Aetherleibes. Dieses Verhältnis des Aetherleibes zu dem physischen Leib liegt ja okkult zu Grunde allen Krampfzuständen, da dominiert der physische Leib und führt auf eigene Hand allerlei Bewegungen aus. Nun giebt es wiederum eine Möglichkeit, wenn diese Zustände nicht gar zu sehr überhand genommen haben bei den Men-

schen, eine Möglichkeit, um zu helfen. Nur muss man eben mit den okkulten Tatsachen rechnen. Man muss glauben an die Existenz und Wirkungsfähigkeit der Glieder des Menschen. Nehmen Sie an, ein armer Mensch hat sich so ruiniert, dass er mit den Fingern immer zappelt, wenn er schreibt. Ihn der Rat wird gut sein, wenn man ihm rät: Nimm Dir einen Urlaub, um Dich zu erholen. Aber viel mehr kann man tun, wenn man dem Menschen den zweiten Teil des Rates geben würde: Bemühe Dich während diesesurlaubes eine andere Schrift anzunehmen, so dass Du genötigt bist, Acht zu geben, wie Du den Buchstaben formst. Gewöhne Dir an, die Buchstaben etwas zu malen. Der Mensch ist nämlich gezwungen, wenn er seine Schrift verändert, Aufmerksamkeit zu verwenden auf das, was er tut, d. H. den Wesenskern mit der Sache in Zusammenhang bringen und das stärkt den Aetherleib und wir werden starke Menschen. Und es wäre nicht so töricht, wenn man in der Erziehung in der Schule hinarbeiten würde auf diese Stärkung. Und da muss Theosophie einen Ratschlag der Schule geben, der zwar lange nicht ausgeführt werden wird. Nehmen wir an, man würde, wenn man die Kinder schreiben lehrt, ihnen eine gewisse Schriftlage beibringen, und dann nach einigen Jahren darauf sehen, dass sie einen andern Schriftcharakter annehmen. Und so würde diese Aenderung und die Aufmerksamkeit, die geltend dadurch gemacht wird, eine ungeheure Stärkung des Aetherleibes bewirken. So sehen Sie, dass man im Leben etwas tun kann, um seinen Aetherleib zu kräftigen, und das ist von einer ausserordentlichen Wichtigkeit, denn die Schwäche des Aetherleibes ist es, die zahlreiche ungesunde Verhältnisse herbeiführt. Es darf sogar gesagt werden, dass auch gewisse Krankheitsformen ganz anders verlaufen würden, wenn der Aetherleib stärker wäre, als sie verlaufen würden bei einem geschwächten Aetherleib, der geradezu ein Kennzeichen ist des gegenwärtigen Menschen. Damit haben wir schon auf etwas hingewiesen, was man nennen könnte Bearbeitung des Aetherleibes. Wir wenden geradezu Kraft an auf etwas, die man nicht anwenden könnte, wenn man das Etwas leugnen würde. Und

wenn die Wirkungen dieser Kraftanwendung da sind, so ist der Beweis für das Vorhandensein dieses Etwas, des Aetherleibes geliefert. Dann ist etwas, was unseren Aetherleib auch stärken kann, das, wenn wir noch etwas tun zur Aufbesserung unseres Gedächtnisses. Das ist ja vielleicht schon hier erwähnt worden; aber es soll wiederholt werden, da man ungeheuer viel zur Stärkung ^{Säines} unseres Aetherleibes tun kann, wenn man Dinge, die man weiss, nicht nur so durchläuft, wie man sie weiss, sondern wenn man sie rückwärts durchläuft. Sagen wir z. B. man muss in der Schule eine Reihe von Herrschern oder dgl. lernen; ausserordentlich gut ist es, wenn man auch diese Dinge in der umgekehrten Reihenfolge lernt. Das ist ausserordentlich wichtig, denn, wenn wir das in einem umfassenden Masse tun, tragen wir (~~das in einem~~) bei zu einer Stärkung des Aetherleibes. Ganze Dramen von Rückwärts nach Vorwärts durchzudenken z. B. sind Dinge, die ausserordentlich wichtig sind zur Stärkung des Aetherleibes. Nun werden Sie erfahren können, dass man das im heutigen Leben nicht tut, was zur Stärkung des Aetherleibes beiträgt. Man hat ja auch nicht Gelegenheit im rastlosen Treiben des Lebens, zu jener Ruhe zu kommen, um diese Uebungen auszuführen. Der Mensch ist gewöhnlich Abends zu ermüdet, um jene Gedanken zu hegen. Aber, wenn Theosophie in die Seele der Menschen eindringen wird, wird man sehen, dass unendlich viel von dem, was heute geschieht, erspart werden könnte, und dass jene Zeit zu solchen stärkenden Uebungen doch zu gewinnen sein würde. Man wird bald merken, dass wenn man bei der Erziehung schon auf solche Dinge achtet, ungeheuer gute Resultate erzielt werden. Noch eine Kleinigkeit sei erwähnt. Nämlich, dass wir gewisse Dinge, die wir vollbringen, gleichgiltig, ob diese Dinge eine Spur hinterlassen oder nicht, zugleich anschauen. Bei dem, was man schreibt, lässt sich das leicht machen. Ich bin überzeugt dass gar mancher sich seine scheussliche Schrift abgewöhnen würde, wenn er seine Buchstaben betrachten würde. Aber übungsweise, nicht lange fortgesetzt, ist auch etwas anderes (gut: wenn der Mensch versucht sich

zuzuschauen bei dem, wie er geht, wie er seinen Kopf bewegt, wie er lacht etc. kurz, wenn er versucht, sich von seinen Gebärden genügend Rechenschaft abzulegen. Die wenigsten Menschen wissen z.B. wie es aussieht, wenn man die Augen von rückwärts auf sie richtet, wenn sie gehen. Es ist gut, wenn man das versucht, aber es darf nicht immer fortgesetzt werden weil sonst zur Steigerung der Eitelkeit beigetragen wird. Diese Übung wirkt auch auf die Konsolidation des Aetherleibes und bei diesem Falle so, dass die Herrschaft von dem Astralleib über den Aetherleib eine immer stärkere wird, d.h. dass der Mensch in der Lage ist, wenn es notwendig ist, auch zu unterdrücken ganz willkürliche gewisse Handlungen oder Bewegungen etc. Es gehört zu den guten Errungenschaften des Menschen, Dinge, die man tut, auch anders zu machen. Es soll hier nicht entwickelt werden ohne Schule des Schriftverstellens; allein heute lernen nur die Menschen ihre Schrift verstellen, wenn sie es zum Unrechten anwenden wollen. Aber es ist gut für die Konsolidation des Aetherleibes andere Schriftzüge anzunehmen. Gut ist die Fähigkeit, das, was man tut, auch anders tun zu können, dass man die Sachen nicht immer in einer Art machen muss. Es braucht der Mensch nicht ein fanatischer Anhänger gleich zu sein, von der gleichen Benützung der rechten und der linken Hand, aber, wenn er versteht auch mitunter mit der linken Hand das zu machen, was er mit der rechten macht, so stärkt er die Herrschaft des Astralleibes über den Aetherleib. Und namentlich ist ja das von einem grossen Belang, was man nennen könnte die Willenskultur. Es ist schon hervorgehoben worden, dass die Nervosität sich vielfach ausdrückt, dass die Menschen nicht recht wissen, wie sie das tun sollen, was sie wünschen oder was sie wünschen wollen. Sie schrecken zurück, das zu tun, was sie sich vorgenommen haben. Das, was wir als eine gewisse Willensschwäche auffassen können, beruht auf einem gewissen Mangel der Herrschaft des Ichs über den astralischen Leib. Manche kommen nicht dazu, das ernstlich zu wollen, was sie wollen sollen. Das Mittel, um den Willen zu stär-

ken, ist das; Wünsche, die vorhanden sind, nicht auszuführen, wenn die Nichtausführung selbstverständlich keinen Schaden bringt. Wenn man sich prüft im Leben, so wird man schon zahllose Dinge finden, von denen es zwar recht nett ist, wenn sie erfüllt werden, aber man wird zahlreiche finden von denen es gut geht, dass sie nicht befriedigt werden, von denen uns zwar die Erfüllung vielleicht Freude macht, aber die ganz gut nicht erfüllt werden brauchen. Wenn man systematisch darauf ausgeht, dann bedeutet jede Unterdrückung einen Zufluss an Willensstärke, an Stärke des Ichs über den Astralleib. Und wir werden, wenn wir im späteren Leben uns einer solchen Prozedur unterwerfen, manches noch nachholen können von dem, was die Erziehung heute viel vernachlässigt. Es ist ja schwer, gerade auf diesem Punkt pädagogisch richtig zu wirken. Man muss berücksichtigen, dass man, wenn man in der Lage ist, den Wunsch des Zöglings zu erfüllen und ihn dennoch versagt, die Antipathie des Zöglings erweckt. So dass man sagen könnte, es erscheint zweifelhaft, ob die Nichterfüllung der Wünsche in der Pädagogik das Richtige ist, man könnte in zu starkem Masse dann erreichen, dass man eine zu starke Abneigung erzielt. Was sollte man da machen? Es giebt ein Mittel. Man ^{ver}sagt dem Zögling nicht die Wünsche, sondern sich selber, so dass der Zögling es merkt, und da besonders in den ersten 7 Jahren ein starker Nachahmungstrieb herrscht, werden wir sehen, dass er das nachmacht und sich selbst Wünsche versagt. Und wir werden dann etwas ungeheuer Bedeutendes erreichen. So sehen wir, ^{wenn} wie unsere Gedanken nur in der richtigen Weise gelenkt werden durch das, was Theosophie giebt, dann wird Theosophie ~~kehenwirkkkeit~~ Lebensweisheit, die uns trägt und fortführt im Leben. Ein sehr wichtiges Mittel, zu stärken die Herrschaft von dem Ich über den astralischen Leib, ist das, dass man lernen kann gewissermaßen aus den zwei öffentlichen Vorträgen ("Wie widerlegt man Theos." und "Wie begründet man Theosophie"), die ich gehalten; nämlich das Eigenartige war, dass ich das ausführte, was für und wider eine Sache zu

sagen ist. Wenn Sie in das Leben sehen, werden Sie sehen, dass die Menschen nur das einesagen. Das ist das gewöhnliche. Aber es gibt immer/keine Sache im Leben, die sich so behandeln lässt, dass es kein für und wider giebt. Und für alle Sachen ist es gut, wenn wir uns angewöhnen, ein Für und Wider anzuführen. Die Eitelkeit und der Egoismus der Menschen spricht oft für etwas, was man tun soll, aber gut ist es, auch die Gründe dagegen anzuführen. Denn die Menschen möchten zu gerne gute Menschen sein, und man hat die Ueberzeugung, dass man einer ist, wenn man nur das tut, wo viel dafür spricht und das unterlässt, wo etwas dagegen ist. Es ist unbequem, dass man gegen alles, was man tut, auch (etwas) viel einwenden kann. Man ist nämlich im Allgemeinen gar nicht so gut, wie man glaubt. Diese allgemeine Wahrheit hat nur dann Zweck, wenn man sich wirklich bei all den Dingen, die man tut, auch das vorführt, was man unterlassen könnte. Was erreicht man dadurch? Sie werden Menschen begegnet haben, die so willensschwach sind, dass sie am liebsten hätten, wenn ein anderer Mensch ihre Sachen ausführte. Sie fragen lieber, was sie tun sollen, als dass sie selbst in sich die Gründe finden wollten. Nehmen wir an, ein solcher Mensch, der gerne andere fragt - das, was ich gesagt habe, muss so aufgefasst werden, dass es auch etwas ist, wogegen sich vieles sagen lässt, aber auch vieles dafür - ein solcher Mensch stehe zwei Menschen gegenüber. Der eine sagt: Tue das. Der andere: Tue das nicht. Dann werden wir sehen, dass der eine Rater, den Sieg erringt, und zwar der, der einen stärkeren Willenseinfluss hat; da haben wir eine höchst bedeutende Erscheinung vorliegen. Denn das Ja oder Nein wird ausgewirkt durch den Willen des einen Beraters; seine Willensstärke hat den Sieg davon getragen über des andern Willen. Nehmen Sie aber an, wenn ich ganz allein dastehe und in ureigenem Herzen das Nein und Ja vorführe und dann gehe und ausführte, weil ich mir Ja gesagt habe, dann hat das Ja eine starke Kraft in mir ausgebildet. So dass also, wenn man sich innerlich vor eine Wahl stellt, eine Stärke oder Schwäche ausgebildet wird, je nachdem, ob man sich entscheidet für

das Eine oder das Andere oder nicht. Und das ist wichtig, weil das die Herrschaft des Ichs über den Astralleib sehr stärkt, und man wird sehen, dass man auszuführen sucht, für die Stärkung seines Willens sehr viel tut, wenn man das auszuführen sucht, was charakterisiert worden ist. Aber die Sache hat die Schattenseite, dass statt der Stärkung eine Schwächung eintreten kann, wenn man, statt unter dem Einfluss zu handeln der das Eine oder das Andere gebietet, eigentlich aus Nachlässigkeit gar nichts tut. Man hat scheinbar gar nichts getan und dem Nein gefolgt, aber in Wirklichkeit war man nachlässig. Und es wird gut sein, wenn man die Wahl nicht vornimmt, wenn man abgemattet ist, sondern wenn man sich stark fühlt und weiss, Du kannst dem folgen, was Du als Für oder Wider vor Deine Seele stellst. Zur rechten Zeit muss man diese Dinge vor die Seele stellen. Ferner gehört es zu jenen Dingen, die die Herrschaft von dem Ich über den Astralleib stärken, wenn wir das von unserer Seele weisen, was einen Gegensatz aufrichtet zwischen uns und der andern Welt, und es sollte gehören zu den Selbstverpflichtungen, die der Theosoph sich auferlegt. Man muss unterscheiden können, zwischen dem, was man um seiner selbst willen tadelt, und dem, was man aus sich selbst, wegen dem Einfluss auf die eigene Persönlichkeit heraus benörgelt. Je mehr man sich unabhängig machen kann von dem, was sich uns gegenüberstellt, desto besser ist es zur Stärkung des Astralleibes. Es ist gut, wenn man sich die Entsagung auferlegt, die Dinge, die man nur übel finden kann, weil sie einem selber übel sind, nicht als übel zu finden an seinen Mitmenschen, und das Urteil nur dort anzuwenden, wo man nicht in Frage kommt. Man wird finden, dass man das im Leben recht schwer anwenden kann. Man wird finden, dass es schwer ist, bei einem Menschen z.B. der einen angelogen hat, mit der Antipathie zurückzuhalten. Man soll nicht nach einer Beobachtung das Urteil abschliessen; aber dasjenige, was man bei dem Menschen bemerken kann an dem einen oder andern Tag, kann man zusammenfassen und sehr wohl zu einem Urteil anwenden. Man braucht nur

das, was in ihm selber ist, vergleichen und zu dem Urteil nicht sein Verhalten zu uns anwenden. Dass man die Menschen nicht aus einzelnen Handlungen beurteilt, sondern aus dem, wie die einzelnen Handlungen zusammenstimmen, ist das Wichtige. Man wird schon finden, dass bei dem, den man für einen ausgepichteten Schurken hält, vieles, was er tut, seinem sonstigen Verhalten gegenüber widerspricht. Gut ist es zur Stärkung unseres Ichs, darüber nachzudenken, dass wir einen grossen Teil der Urteile, die wir fällen, in allen Fällen unterlassen können. Wenn man nur ein Zehntel davon in seiner Seele erlebt, genügt das reichlich für das Leben. Das Leben wird dadurch nicht beeinträchtigt. Ich habe Ihnen heute scheinbar Kleinigkeiten angeführt; aber solche Dinge zu betrachten muss auch ab und zu unsere theosophische Aufgabe sein. Da sehen wir, wie ganz anders wir das Leben anfassen müssen, als man es anfasst. Es ist nicht das Wichtige, wenn man sagt, wenn einer krank ist, man soll in die Apotheke schicken. Das Wichtige ist, dass man das Leben so einrichtet, dass die Krankheiten ^{en} überhaupt weniger sind oder weniger drückend sind. Und sie werden weniger drückend sein, wenn man stärkt durch solche Dinge den Einfluss des Ichs auf den astralischen Leib, des Astralleibes auf den Aetherleib ~~ww~~ und des Aetherleibes auf den physischen Leib.
