

G e s u n d h e i t s f r a g e n

im Lichte der Geisteswissenschaft.

Vortrag von Dr. Rudolf Steiner, gehalten am 6. III. 1909.

in München.

Das Wort Gesundheit bedeutet für jeden Menschen mit Recht etwas, was einen tiefen Schatz umschliesst. Nicht nur dass er die Gesundheit an sich als ein hohes Gut anerkennen muss, was jedoch nur ein Ausfluss egoistischer Empfindung ist, so fühlt doch ein jeder, dass Gesundheit zusammenhängt mit etwas, was aus der Tiefe des inneren Wesens fließt. Gesundheit ist ein Mittel zur äusseren Lebenstüchtigkeit, zur Erfüllung der ^f Pflichten, zur Verrichtung jeder Tätigkeit etc. Und von diesem Gesichtspunkte aus, muss die Gesundheit als etwas höchst Wertvolles in den Mittelpunkt gerückt werden. Allerdings kommt der Mensch, der da bedenkt, was Gesundheit ist, zu trüben Urteilen, wenn er in der Welt sich umblickt und sieht, wie über Gesundheit und Krankheit Berufene und Unberufene in der verschiedensten Weise urteilen, wie von allerlei Parteischattierungen hereingesprochen wird, wie gestritten wird, was dieser oder jener Heilungsprozess bedeutet. Wenn man das alles betrachtet, so scheint in der Tat in gewisser Beziehung eines der höchsten Güter ausgeliefert zu sein all den Parteischattierungen. Bevor ich versuche, Ihnen mitzuteilen, was die Geisteswissenschaft über Gesundheit zu sagen hat, müssen wir uns zuerst klar sein, dass Geisteswissenschaft oder Theosophie durchaus nicht die Aufgabe haben kann, in diese oder jene Parteirichtung einzugreifen, es muss der Standpunkt gewonnen werden, der weder diese oder jene Weltanschauung gutheisst oder verurteilt. Das-

jenige, was hier gesagt werden wird, wird weder den Angehörigen der einen noch der andern Partei voll befriedigen; denn bei Parteirichtungen ist es so, dass man es eben nicht zu tun hat mit etwas absolut Wahrem oder Falschem, sondern dass man es zu tun hat mit etwas nicht ganz Wahrem oder nicht ganz Falschem. Und der aufblicken will zu dem Unsichtbaren hinter den Dingen, der sieht, dass man es bei all den Parteischattierungen nicht zu tun hat mit einem Entweder-oder, sondern mit einem Sowohl-als auch. Und insbesondere, was unsere heutige Frage betrifft, so sehen wir, wie mit Fanatismus die eine Partei der Medizin die andere bekämpft. Es gibt eine weitgehende Bewegung, die nicht günstig über das denkt, was für das heutige, allgemeine menschliche Denken das Offizielle ist. Vielfach wird diese offizielle Gesundheitslehre angegriffen. Geisteswissenschaft ist nicht dazu da, um sich auf einen Laienstandpunkt zu stellen und das Offizielle zu bekämpfen. Geisteswissenschaft wird immer geneigt sein, das anzuerkennen, wie die offizielle Gesundheitslehre in einer wirklich grossartigen Weise die Mittel herbeizuschaffen in der Lage ist, um zu einem Urteil zu kommen. Nur ist die offizielle Wissenschaft gerade auf diesem Gebiete in einer gewissen Beziehung in ein Dogma eingeschnürt^{so}; dass wohl der grösste Teil der^{er}, die zu einem Urteil berufen sind, gar nicht anders können, als das, was die Geisteswissenschaft zu sagen hat, vielfach für töricht, für phantastisch, wenn nicht für etwas Schlimmeres zu halten. Aber unbeschadet um die Urteile, muss doch über die Frage gesprochen werden. Zuerst wollen wir uns vor Augen führen^h, wie Parteilichkeit das Urteil ausgeliefert hat. Wir können uns nur über das Prinzip, über die Strömung verständigen, nur über das, was die landläufige Anschauung auf diesem Gebiete ist. Sie ist ganz durchtränkt von materialistischem Denken. Viel hat sich in den letzten Jahrzehnten geändert; wir werden sehen, was von ihr versäumt wird; wir werden sehen, dass hinzuweisen sein wird auf die höheren Glieder der Menschennatur; wir werden sehen, dass gar kein Be-

wusstsein in unserer Zeit von diesen Gliedern vorhanden ist. Und wir dürfen sagen, dass es erst so geworden ist im Laufe der letzten Jahrzehnte. Ich möchte Ihnen nur ein Symptom anführen. Ich möchte Sie da erinnern an eine Persönlichkeit, an den einst wirklich sehr berühmten Anatom, H^yrtl. Nicht nur, dass er ausgezeichnete Bücher über Anatomie schrieb, sondern er war auch einer der besten Lehrer. Er trug vor die so trockene Anatomie; aber er trug sie in einer eigenen, richtigen Weise vor. Er machte eine Voraussetzung an seine Hörer; er sagte immer, er hätte seine Bücher so geschrieben, dass man die Partien liest, bevor man sie in seinem Hörsaal gehört, damit man das am Besten übergehen kann, was man schon beherrscht. Dann aber, wenn er den ganzen Aufbau des menschlichen Organismus darlegte, dann war das so, als sähe man etwas von der schaffenden Natur mitwirken; so belebte sich dasjenige, was sich zusammensetzt, und das war, weil dieser Baumeister wirklich vorhanden ist, weil der Aetherleib wirklich vorhanden ist, weil H^yrtl wie herausredete aus diesen Kräften. Der Geist seiner Darstellung war durchwebt von diesen Kräften. Dieser Anatom hatte, sozusagen, zwischen den Worten das Unsichtbare der Menschennatur ausgedrückt. Ein Ausspruch H^yrtls kann seinen Hörern der 70er Jahre im Gedächtnis sein. Er sagte: "Eine Krankheit erkennen kann nur der Arzt, eine Krankheit heilen, kann nur derjenige, der weiss, was hilft." - Der Geist, der über dem Ganzen schwebt, ist in ^{solcher} einer Weise gewichen, dass die heutige Betrachtungsweise nur darauf aus ist, den menschlichen Leib so aufzufassen, wie er sich darstellt als eine Summe von Vorgängen, die man prüfen kann, vielleicht mehr sich zu prüfen denkt, als chemische oder physikalische Prozesse. Die Betrachtungsweise, welche die Gesundheit unter einen solchen Gesichtspunkt stellt, hat ausserordentliche Erfolge gezeitigt, weil der physische Leib das ist, was wirklich da ist, und weil sie die herrlichsten Mittel aufgebracht hat. Wenn wir einen Grundsatz aufstellen wollen, so ist es

(wollen, so ist es) der, dass es für Krankheiten gewisse Gegenmittel gibt, welche die Krankheitsursachen verschwinden machen. Man spricht also von Krankheiten und spezifischen Heilmitteln; man spricht davon, dass der menschliche Organismus durch diverse Veranstaltungen, durch Wasser und Luftbehandlung etc. geschützt werden muss. Man weist von diesem Gesichtspunkte hin auf die Fortschritte, die in der letzten Zeit gemacht wurden. Und man würde fehlgehen, wenn man vom Standpunkte einer Richtung geradezu das leugnen würde; man braucht nur z.B. auf die Sterblichkeitsziffern der Städte hinzuweisen und man wird sehen, was die offizielle Wissenschaft geleistet hat, man braucht nur hinzuweisen, was in der letzten Zeit zu dem Schatz der Heilmittel hinzugekommen ist. Also nicht um die Fruchtbarkeit der offiziellen Medizin abzuleugnen, sollen diese Betrachtungen da sein. - Aber diesem Fortschritte steht eine Schattenseite gegenüber. Denken Sie, was der Menschheit bevorstehen würde, wenn sie nach dem Willen derjenigen leben müsste, die die Bazillenfurcht ausnützen würden, um soziale Einrichtungen zu machen! Nehmen wir z.B. die Genickstarre. Sie wird angeregt durch einen Krankheitskeim, der nicht zu seinem Träger den Kranken selber braucht, nur den, der mit dem Kranken in Berührung kommt. Denken wir uns nun einmal, dass jeder kontrolliert wird, der mit einem an der Genickstarre Erkrankten in Berührung gekommen ist. Denken Sie das aus, zu was für einer Tyrannei das kommen würde! Gewiss, alle diese Dinge sind richtig, aber es ist unmöglich, darauf irgend etwas im sozialen Leben zu gründen.

Nun gehört die Geheimwissenschaft nicht zu den Strömungen der Gegenwart, die in Abrede stellen wollen, dass es spezifische Mittel gibt gegen gewisse Krankheiten, die "Gifte" sind. Das Wort "Gift" übt eine Art Suggestion aus und viele fühlen in sich, wenn gesagt wird, gewisse Arzneien sind Gift, als ob damit etwas ungeheuer Schlagendes gegen die Medizin gesagt ist. Aber man muss sich klar machen, dass man sich nicht durch ein Wort eine Suggestion einimpfen lassen soll. Was ist eigentlich

ein Gift? Das werden diejenigen nicht so leicht beantworten können, die unter dieser Wortsuggestion stehen. Wir werden uns eine schwache Vorstellung machen können, wenn wir uns vor Augen halten, dass Belladonna z.B. ein Gift ist für den Menschen, die Kaninchen aber können sie ohne weiteres fressen; ebenso schadet der Schiöling den Ziegen nichts. Damit schadet haben Sie die ganze Relativität des Begriffes "Gift" gegeben. Und in dieser Beziehung wird sich die Geisteswissenschaft niemals stellen gegen die offizielle Erfahrung. Stellen wir nun gegenüber dieser Richtung eine andere, nehmen wir die Naturheilkunde oder die Homöopathie. Sie unterscheiden sich in vieler Beziehung durch die Denkweise über die Krankheit. Die eine sagt: "Wenn ein Krankheitsprozess vorliegt, so haben wir ihn anzusehen, als etwas, was nicht da sein sollte, und gegen das wir zu kämpfen haben." Die andere sagt sich: "Es handelt sich nicht darum, dass man unmittelbar kämpft; das, was uns als Krankheit entgegentritt, ist ein Versuch des Menschen, gegen die in seinem Innern liegende Ursache zu kämpfen. Man hat einen Krankheitsprozess zu unterstützen, damit die Natur, das Symptom sich auswirkt." Schön, man kann das in vieler Beziehung sagen, „Aber dasjenige Mittel, das an einem gesunden Menschen eine Krankheit hervorruft, kann gesundend auf einen Kranken wirken. Nun müssen wir jedoch sagen, dass, wenn diese Anschauungsweise theoretisch betätigt, wenn sie vertreten wird, so sagen diejenigen etwas ganz Bestimmtes, was nahe an das streift, was die Geisteswissenschaft vertreten muss, nämlich, dass jenseits des physischen Körpers etwas viel Realeres liegt, der eigentliche Aufbauer, der Aetherleib. Aber in vieler Beziehung ist es eigentlich unmöglich für diejenigen, die etwas gelten wollen in der landläufigen Weltanschauung, zu gestehen, dass es ein unsichtbares Glied des Menschen gibt. Geisteswissenschaft, die nichts gelten will, muss eben heute hinweisen, dass hinter allen physischen Prozessen etwas steht als Kräftesystem, der Aetherleib, alles mit Kräften durchziehend, was physisch sichtbar ist. Es kann sehr wohl sein, dass Krankheitsursachen in dem

Aetherleibe liegen.

Man hört so häufig den Menschen mit einer Maschine oder einem Mechanismus vergleichen. Gewiss man kann ihn in bestimmter Beziehung so auffassen; aber was ist eine Maschine ohne denjenigen, der sie aufbaut oder dem, der sie führt! Nicht ein den Augen sichtbarer Aufbauer oder Führer ist im menschlichen Leibe da, aber es sind einmal unsichtbare Führer vorhanden. Im Tode, wenn sich der Aetherlieb trennt, so folgt der physische Leib den physikalischen und chemischen Prozessen.

Ebenso, wie es im physischen Leibe Schädigungen giebt, so giebt es solche auch im Aetherleib, auch im Astralleibe und im "Ich".-

Man muss eben nicht nur theoretisch, so zu sagen, den Geist zugeben - es mag dem Seelenegoismus genügen - aber wenn man in seinem wahren Verhalten den Geist nicht anzuwenden vermag, so ist der Geist eine leere Theorie. Es kommt darauf an, dass man dasjenige, was sich in der Geisteswelt ereignet, in den Dienst des Lebens zu stellen vermag. Wir werden gleich zeigen, in wiefern das in Betracht kommt, wenn von Gesundheit gesprochen wird. Wenn in diesem Zusammenhang gesprochen wird, darf man sich nicht äusserliche Schädigungen, wie ein gebrochenes Bein denken; das sind Dinge, die in das Gebiet der äusseren Heilmethoden gehören. Aber es giebt Schädigungen, bei denen man sich sagen muss, es sind die Ursachen im Geistigen zu suchen; da müssen wir auch die Heilmethoden im Geistigen suchen. Für solche Dinge ist es nicht genug, dass man sich sagen kann, dass da die unsichtbaren Glieder wirken, dass sie die Schädigung hervorbringen. Ich darf anknüpfen an den letzten hier gehaltenen Vortrag über "Ernährungsfragen", in dem wir gesehen haben, wie das, was der Mensch als Nahrung aufnimmt, für die Stärke oder Schwäche des menschlichen Organismus bedeutsam ist. Heute wollen wir uns klar machen, dass er durch Aufnahme von Nahrungsmitteln in eine Beziehung zu den Prozessen der Umwelt tritt. Er hört dadurch auf, bloss Prozesse in

sich abspielen zu lassen. Je nachdem, ob wir das oder jenes Nahrungsmittel aufnehmen (ob wir), so sind wir abhängig von den Prozessen, die sie in uns hervorrufen. Man muss in der Lage sein, das, was man von Aussen aufnimmt, auch im Innern zu verarbeiten. Diese andere Seite ist nicht minder wichtig; so hängt der Mensch zusammen mit seinem Organismus mit der geistigen Welt, je nachdem wie er isst. Ist er auf der einen Seite hingegeben der ganzen Aussenwelt, so zieht er auf der andern Seite sich in sich zurück, um sich dem Geiste hinzugeben. Da geht der Organismus einen Austausch ein. Da nimmt er diese Geistesprodukte ebenso auf wie in der physischen Welt die physischen Produkte. Wenn der Mensch sich in der richtigen Art der geistigen Welt hingiebt, werden seine geistigen Organe die richtigen Werkzeuge, um den Geist zu verdauen. Wenn er es unrichtig macht, so werden die ungeeignet, das stofflich Aufgenommene zu verarbeiten (~~haben~~) - er muss krank werden. Es giebt einmal eine ganz bestimmte Beziehung zwischen dem, was der Mensch macht, und was mit dem Geist geschieht. Sie können es sich veranschaulichen, wenn Sie denken, dass dieser Astralleib ein guter und rechter Gradmesser ist, für dasjenige, was der Mensch im Verhältnis zur Aussenwelt erfährt. Es giebt Eltern, die das oder jenes für gut halten, und nun von ihrem Kinde verlangen, dass es derselben Ansicht sei. Es ist dies die falscheste Erziehungsmethode, die es giebt. Wenn das Kind noch jung ist, so hat es in dem, was ihm Antipathie und Sympathie erregt, in dem, was ihm Lust und Schmerz bereitet, einen Gradmesser, seinen Organismus aufzubauen. Daher sollten wir sorgfältig Sympathie und Antipathie des kindlichen Alters prüfen. Das soll nicht heissen, dass dem Kinde die Ungezogenheit nicht gestört werden soll; man soll nur einen richtigen Weg wählen. Zuerst handelt es sich darum, Lust zu schaffen, das heisst, man soll zuerst auf den Astralleib wirken. Auf dem Umwege von Lust und Unlust kommen wir zu dem, was nun von uns in der geeigneten Weise aufgenommen werden kann. Sehen Sie, der heute unser soziales Leben betrachtet, der weiss, dass

sich abspielen zu lassen. Je nachdem, ob wir das oder jenes Nahrungsmittel aufnehmen (ob wir), so sind wir abhängig von den Prozessen, die sie in uns hervorrufen. Man muss in der Lage sein, das, was man von Aussen aufnimmt, auch im Innern zu verarbeiten. Diese andere Seite ist nicht minder wichtig; so hängt der Mensch zusammen mit seinem Organismus mit der geistigen Welt, je nachdem wie er isst. Ist er auf der einen Seite hingegeben der ganzen Aussenwelt, so zieht er auf der andern Seite sich in sich zurück, um sich dem Geiste hinzugeben. Da geht der Organismus einen Austausch ein. Da nimmt er diese Geistesprodukte ebenso auf wie in der physischen Welt die physischen Produkte. Wenn der Mensch sich in der richtigen Art der geistigen Welt hingiebt, werden seine geistigen Organe die richtigen Werkzeuge, um den Geist zu verdauen. Wenn er es unrichtig macht, so werden die ungeeignet, das stofflich Aufgenommene zu verarbeiten (~~haben~~) - er muss krank werden. Es giebt einmal eine ganz bestimmte Beziehung zwischen dem, was der Mensch macht, und was mit dem Geist geschieht. Sie können es sich veranschaulichen, wenn Sie denken, dass dieser Astralleib ein guter und rechter Gradmesser ist, für dasjenige, was der Mensch im Verhältnis zur Aussenwelt erfährt. Es giebt Eltern, die das oder jenes für gut halten, und nun von ihrem Kinde verlangen, dass es derselben Ansicht sei. Es ist dies die falscheste Erziehungsmethode, die es giebt. Wenn das Kind noch jung ist, so hat es in dem, was ihm Antipathie und Sympathie erregt, in dem, was ihm Lust und Schmerz bereitet, einen Gradmesser, seinen Organismus aufzubauen. Daher sollten wir sorgfältig Sympathie und Antipathie des kindlichen Alters prüfen. Das soll nicht heissen, dass dem Kinde die Ungezogenheit nicht gestört werden soll; man soll nur einen richtigen Weg wählen. Zuerst handelt es sich darum, Lust zu schaffen, das heisst, man soll zuerst auf den Astralleib wirken. Auf dem Umwege von Lust und Unlust kommen wir zu dem, was nun von uns in der geeigneten Weise aufgenommen werden kann. Sehen Sie, der heute unser soziales Leben betrachtet, der weiss, dass

unzählige krankhafte Zustände damit zusammenhängen. -

(Wir haben, wenn wir den menschlichen Organismus vor uns haben den physischen Leib, den Aetherleib, den Astralleib und das Ich.) Nehmen wir an, der Mensch hat eine Arbeit zu verrichten, die ihm gewohnheitsmäßig wird. Was geschieht da? Beteiligt ist an einer solchen Arbeit der physische Leib und der Aetherleib. Wenn dem Menschen etwas Gewohnheit wird, wenn er es macht sozusagen, weil er es machen muss, dann ist der Astralleib an der Sache nicht beteiligt. Sehen Sie die zahllosen Menschen da oder dort sitzen und arbeiten, die kaum den Astralleib, höchstens durch "Arger und Unlust", beteiligt haben. Unter dem Einfluss solcher Verrichtung geht ein Prozess vor sich, den wir nennen können einen Erstarrungsprozess des Astralleibes. Der Astralleib ist dann in einem gesunden Zustand, wenn er lebendig eingreifen kann in den physischen und Aetherleib. Wenn Sie den Astralleib ^{starr} ~~stark~~ und verhärtet gemacht haben, so ist das, als wenn Sie eine Maschine vor sich haben, die Sie nicht lenken können. Wenn der Aetherleib und der physische Leib ausschalten den Astralleib, ist er bei Verrichtungen nicht dabei; dadurch, dass er einen Widerstand findet, ist die Folge, dass ein solcher Mensch den Widerstand nicht nur als Krankheit empfindet, sondern als diese oder jene Krankheit hat. So ist einfach die Nichtberücksichtigung, das Nichtbeteiligen des Astralleibes bei unzähligen Krankheitsprozessen der Gegenwart die Ursache. Diesen wird nicht in der richtigen Weise entgegengearbeitet. Gewiss wird auf allerlei recht Nützliches Wert gelegt, wie das Turnen z.B. So aber wie es in unserer Zeit betrieben wird, so fördert es nicht die intensive Gesundheitspflege. Man hat zu sehr im Auge den physischen Leib, man hat im Auge, so und so muss sich ein Glied bewegen, in der Weise muss der Mensch diese ~~Turn~~ Übung verrichten, weil dies den physischen Leib fördert. Man wird begreifen, dass wenn man ins Auge fasst, dass es dahin kommen muss, dass mit jeder Übung ein ganz spezifisches Gefühl der Lust verknüpft ist, man im Astralleibe ~~es~~ sozusagen turnt. Dann

wird der Einklang hergestellt mit dem Astralleib. Ich kannte einen Turnlehrer, der war ein Beispiel dafür, wie nicht geturnt werden sollte. Er war ein Mensch, der stolz war, dass er Anatomie verstand. Der Mann selber konnte nicht turnen; er konnte nur angeben, wie die Dinge gemacht werden sollen. Seine Angaben gingen darauf hin, dass er die Menschen nur von Aussen betrachtete, nur als eine Zusammensetzung von Knochen und Muskeln. -

Es soll, sozusagen das Turnen vergeistigt werden. Es wird einmal dazu kommen, dass eine jede Turnübung einen ganz bestimmten Namen hat, dass man meint etwas ganz Bestimmtes nachzubilden. Man macht eine Übung, z.B. ein Schiffchen, und man fühlt, dass man etwas nachahmt. Das ist ein durchgeistigtes Turnen. Das hat noch die Nebenwirkung, wenn es in der Jugend so betrieben wird, dass der Mensch niemals im Alter zu einem schwachen Gedächtnis kommt. - So würde man, wenn man die Geisteswissenschaft so ansieht, äusserst fruchtbar wirken können. Alles das, was wir jetzt angeführt haben, das zeigt, wie die Geisteswissenschaft in die Gesundheitspraxis eingreifen kann. Wenn Sie ins Auge fassen, dass die Menschen heute geradezu zwei Leben führen, dass sie in der Aussenwelt leben und dann in ihrer Innenwelt, in Lust und Unlustgefühlen, so werden Sie die ganze Disharmonie des inneren und äusseren Menschen sehen. Zur Harmonie kann es nur kommen, wenn man weiss, wie Astral = und Aetherleib gesund wirken. Wenn die Triebe und Begierden in einer gewissen Weise, sagen wir nach allgemeinen Gesetzen der Welt, gelenkt werden, dann wird der Astralleib die starke Kraft in sich finden, den Aetherleib und den physischen Leib zu beherrschen. Wenn der Mensch in sich trübselig ist, wenn fortwährend Schmerz die Seele berührt, dann wird der Astralleib schwach sein. Ein mannigfaltiges Vorstellungs- und Gefühlsleben übt unter allen Umständen eine gesunde Wirkung auf den Astralleib aus. Es ist merkwürdig, wie die menschliche Kultur immer hingearbeitet hat, alle Mittel zu dem Ziele zu gestalten, dass sie

gesundend wirken auf die menschliche Natur. Aristoteles hat schon gesagt, das Drama soll eine Reihe von Handlungen darstellen, durch die Furcht und Mitleid erregt werden. Also in uns sollen Seelenvorgänge hervorgerufen werden, aber sie sollen so sein, dass sie eine Katharsis, eine Reinigung der Leidenschaften eintreten lassen. So zeigt er, dass er in einem Gefühlsprozess, der in einem Menschen angeregt wird, einen Heilungsprozess sieht. Ja, der Astralleib wird dadurch stärker. Daraus sehen wir, dass es nicht gleichgültig ist, wie der ganze Prozess sich im Astralleib abspielt. Je nach dem, wir erregende oder beruhigende Gefühle, Sturm oder Ruhe miteinander abwechseln lassen, werden wir auf den Aetherleib und den physischen Leib zurückwirken, wenn es in der richtigen Weise gemacht wird. Eine der schönsten Erregungen des menschlichen Astralleibes sind für eine bestimmte Menschenklasse die ganz gewöhnlichen Zirkusspiele mit dem ^CKlown. Etwas ausserordentlich Gesundes ist die Wollust, mit der die Leute die Dummheiten des ^CKlowns sehen. Jenes "Sichüberlegenfühlen", das Sehen des ins Absurde ^CGeführten, das macht gesund. Gerade solche Dinge, die geeignet machen, der Zerstörung entgegen zu wirken, sind unbewusst im menschlichen Naturprozesse gebraucht worden. Man darf sagen, dass Veranstaltungen in der Weise, wo ganz augenscheinlich Unsinn vorgeführt wird, ebenso wirksam sind, als wenn man sagt, du sollst das oder jenes Wasser trinken, diese oder jene Luft atmen.

Ferner ist dasjenige, was das "Ich" ist in ganz ausserordentlichem Masse daran beteiligt, wie der Mensch die Aussenwelt verträgt. Sehen wir die Funktionen nicht ordentlich stattfinden, weil sie das oder jenes nicht vertragen können, sind die Interessen des Menschen falsch gelenkt, dann kann man es als Wirkung Störung in der Verdauung etc. finden. Wenn man diesen Zusammenhang mit den Interessen und der Aufmerksamkeitsrichtung einsieht, könnte auch da eingeführt werden, was schon da ist.

Der Mensch drückt seine Gefühle durch 2 Verrichtungen aus, die Sie

nicht beim Tiere finden, nämlich das Lachen und Weinen. Wohl hat der Affe ^{ein} ein gewisses Grinsen, aber es ist nicht das Lachen des Menschen. weil das Tier eben ^{kein} Ich hat. Sie wissen auch, ebenso langsam, wie das Kind zum Selbst kommt, kommt bei ihm das Lachen und Weinen, erst etwa vom 40. Tage. Woher kommt das? Das kommt, weil, wenn der Mensch lacht, eine solche Beziehung besteht, dass sich der Astralleib erweitert. Da sehen wir, wie das Ich sich in eine überlegene Beziehung zu dem stellt, das in der Umgebung geschieht. Geradeso, wie man atmet, muss man dieses Ueberlegenheitsgefühl haben. Bei dem Weinen presst sich das ganze Ich zusammen. Daher ist das Weinen eine gewisse Wollust; es ist im Grunde genommen ein Gegenmittel gegen das, was man erlebt hat. So sehen wir, wie das Ich den Organismus verändert, ihn angreift. In dem Auftreten des Tränenwassers, einer Ausscheidung des Blutes, haben wir eine ganz materielle Wirkung auf einen ^{einen} Seelenvorgang. So wirkt das Geistige fortwährend in allen möglichen Einzelheiten. Ich will in einem Beispiel zeigen, wie ungeheuer lichtbringend die Geisteswissenschaft wirken wird. Es gibt einen gewissen Rhythmus, einen vieles umfassenden Rhythmus. Nehmen Sie das menschliche Ich; es macht einen ganz bestimmten Rhythmus innerhalb von 24 Stunden mit. Wenn Sie aufwachen, erleben Sie genau nach 24 Stunden dasselbe. So verharret das Ich in einer rhythmischen Tätigkeit. Ebenso, wie das Ich in 24 Stunden einen Rhythmus macht, so auch der Astralleib in 7 Tagen. Geradeso, wie das Ich nach 24 Stunden, kommt der Astralleib nach 7 Tagen an seinen Ausgangspunkt. Und schließlich der Aetherleib macht ⁱⁿ nach 28 Tagen einen solchen Rhythmus durch. So sehen Sie wieder, dass der Mensch ein ganz kompliziertes Wesen ist. Diese Rhythmen können wir mit den Zeigern einer Uhr vergleichen; den Rhythmus des Ich mit der Drehung des Sekundenzeigers, des sich in langsamerer Drehung befindlichen Minutenzeigers mit dem Rhythmus des Astralleibes; mit der noch langsameren Drehung des Stundenzeigers den

Zeit über dem Stundenzeiger steht, so ist es mit den Bewegungen, den rhythmischen Bewegungen, des menschlichen Aether - und Astralleibes. Der Aetherleib hat nur ein Viertel der ganzen Umdrehung des Astralleibes mitgemacht. Die Stellung des Aetherleibes zu dem Astralleib ist je nachdem also verschieden, daher hängt viel davon ab, in welchem Zustande der Mensch ist, wenn ein bestimmtes Ereignis eintritt. Wenn so z.B. in einer ganz bestimmten Stellung des Aether- und Astralleibes Fieber eintritt, so kann, wenn nach 7 Tagen der Aether- und Astralleib zusammenfallen, durch den Aetherleib das Fieber wieder bekämpft werden. Daraus erschen Sie, dass es mit diesem Verhalten des Aether - und Astralleibes zusammenhängt, dass bei der Lungenentzündung nach 7 Tagen das Fieber abfällt. Diese Erscheinung, die uns da entgegentritt, ist eine ganz bestimmte Wirkung der ganzen Menschennatur und ihrer Rhythmen. Und solche Verhalten existieren für jedes einzelne System, ob es nun das Lungensystem, Herzsystem oder ein anders ist. Wenn man dies für eine Wahrheit ansehen wird, so wird dadurch ein ungeheurer Einfluss ausgeübt werden, und jenes Tappen im Finstern wird aufhören. Freilich ist dazu notwendig, dass man sich lebendig bewusst sein muss, dass man auch auf den Geist wirken kann. Wenn man von dem Einfluss dieses oder jenes Lichtes spricht, hat man nur im Auge die physischen Prozesse und nicht die geistigen Wirkungen.

Ein Anfang ist gerade hier in München von unserem lieben Mitglied, Dr. Peipers, gemacht worden. Es ist das wichtig, weil man es zu tun hat damit, dass da die höheren Körper im Menschen berücksichtigt werden, dass das Blau oder Rot auf sie so oder so wirkt. Man muss sich klar machen, dass die Sache hier so liegt, dass diese Therapie nicht mit irgend einer Farbentheorie verglichen werden darf, sondern es werden durch die Wahrnehmung der Farben heilende Prozesse ausgelöst und dadurch heilend gewirkt. Und es wird hier damit gerechnet, dass es eine

geistige Welt gibt, und man stellt sie in das menschliche Leben. Gerade so wie die Farben, werden die Töne und ganz bestimmte Gedankenkomplexe für die Gesundheit des Menschen verwendet werden, denn sie rufen ganz bestimmte Vorgänge im Menschen hervor. So z.B. hat es einen ganz bestimmten Einfluss im Menschen, ob er sich Vorstellungen hingibt, die sich an die Wirklichkeit anknüpfen. Man wird heute angewiesen, möglichst die Vorstellungen zu verwenden, die nur ein photographisches Bild der Wirklichkeit sind. Diese sind die ungesündesten. Diejenigen Vorstellungen, die auf dem Gebiete der Naturwissenschaft sind, ertöten den menschlichen Geist deshalb umsomehr, je zentraler sie sind, und die Folge ist, dass der Mensch den physischen Körper nicht durchkräften kann, und die weitere Folge ist, dass diese oder jene Krankheit eintreten muss. Belebend wirken dagegen die Vorstellungen, die durch den Geist selber produziert werden. Wenn das phantasievolle Vorstellen in einer gesetzmässigen Weise geschieht, ist es gesundend. Gesundend ist die richtige Lenkung der Aufmerksamkeit. Das ist von einer ungeheuern Wichtigkeit, denn kein Mensch kann z.B. an einer Störung der Verdauung leiden, der von einem solchen Interesse erfüllt ist. Und ein solches Interesse kann nur dadurch hervorgerufen werden, dass die ganze Welt vor uns tritt, geführt und gelenkt durch das Geistige. Wenn einstmals die Menschheit einsehen wird, dass das sich Aufklären über die Rätselfragen des Daseins alle Lebenskraft in unsere Seele giesst und solche Freude und Lust bereitet, die alle Stürme nicht ändern können, dann wird man begreifen, dass die Geisteswissenschaft selber das Urheilmittel für alle Krankheiten ist. Derjenige, der nicht zu ihr kommen mag, der wird von diesem Eindruck zum andern eilen und sich langweilen. Nichts ist ungesunder als dieses Eilen. Wenn das richtig geleitete Interesse des Lebens ins Zentrum geht, dann gibt es auch weder Langweile in der Welt, noch das Eilen von einem Sinneseindruck zum andern. Derjenige, der von der Geisteswissenschaft geleitet ist, findet in dem Kleinsten et-

was, was ihm immer interessant erscheint. Man braucht dann nicht immer die Aussenwelt anzuflehen: "Interessiere mich doch". Denn man findet in sich ^{den} ~~ein~~ Quell, der Interesse schafft. Und dieses macht den Menschen gesund. Geisteswissenschaft darf nicht angeklagt werden, als wenn sie den Leben entfremden würde; nein; sie enthält das alleinige Lebenselixier. Sie wirkt auf jeden richtig, weil sie zum Mittelpunkt der Welt führt; sie ist ein Quell der Gesundheit. Jedoch wir dürfen sagen, dass der Mensch durch ein verfehltes Innenleben die Ursache der Krankheit erschafft, die ihn am weitesten abbringt vom Ziele. Es wird daher nur die Geisteswissenschaft die Frage beantworten können, was hilft, weil sie den ganzen Menschen erfasst. Und so wird Geisteswissenschaft uns eine Gesundheitspflege geben, die den Menschen zum Herrn macht über seinen Organismus. Wenn man auch wird eine dogmatische Medizin hinstellen, wo das Dogma stets war, so wird man den Menschen doch nicht zwingen können, sich gesund zu erhalten. Deshalb wird für die nächste Zeit die Frage zu beantworten wichtig sein, wie erhalten wir uns gesund. Und das wird der Mensch können, der auszubessern vermag, was durch Krankheitsursachen stören kann. Er weiss, dass innere Stärke mehr macht-, als was man von aussen unternehmen kann. Und so vermag Theosophie den Menschen Gesundheit in der Weise zu geben, dass er erwirbt Tüchtigkeit zum Lebensschaffen und Sicherheit zur Erfüllung seiner Aufgaben und Pflichten im Leben.
