

## INHALT

Geleitwort von Marie Steiner . . . . .	13
--	----

### VOM WIRKEN DES ÄTHERISCHEN UND ASTRALISCHEN IM MENSCHEN UND IN DER ERDE

ERSTER VORTRAG, Dornach 30. Mai 1923 . . . . .	17
--	----

Von der Wiederkunft des Menschen – Turnen, Tanz und Sport  
Wodurch die Verschiebungen der Erdenbevölkerung entstehen. Warum erinnert man sich nicht an frühere Inkarnationen? Der Mensch erinnert sich nur an dasjenige, was er am Tage wachend erlebt hat. Im Schlaf wird aber ungeheuer viel mehr erlebt. Nachtodliche Zustände. Im gewöhnlichen Tanz folgt der Mensch nicht seinem physischen Leib, sondern seinem Ätherleib; das Turnen besteht darin, daß der Mensch sich mehr der Erde anpaßt, als er sich sonst ihr anpassen kann. Im Sport folgt er ganz nur den physischen Erdenbewegungen. Diesen Bewegungen müssen andere entgegengesetzt werden: die eurythmischen Bewegungen. Über das erste Kapitel der «Kernpunkte». Denken kann man nur mit dem Ätherleib. Über die heutige Sportsucht.

ZWEITER VORTRAG, 2. Juni 1923 . . . . .	34
---	----

#### Das Wirken des Ätherischen und Astralischen im Menschen und in der Erde

Die Starkrankheit des Auges. Lebendige Linse und Brille. Wir sehen dadurch, daß unser astralischer Leib in unserem Ätherleib drinnen ist. Die Starkrankheit kommt davon her, daß die im Auge, in der Linse abgelagerten Salze den Ätherleib nicht hineinlassen ins Auge. Über feuerspeiende Berge. Erdbeben und Vulkanausbrüche kommen von den Sternkonstellationen. Falbsche Theorie. Schlagende Wetter. Pflanzen, die das Astralische aufnehmen: Giftpflanzen. Behandlung des Stars mit Tollkirschensaft. Die menschliche Leber als innerer Beobachter.

**DRITTER VORTRAG, 6. Juni 1923 . . . . .**

51

Blutkreislauf und Herzbewegung – Geistiges Wahrnehmen durch die Augenlinse

Falsche Ansichten über die Herzbewegung. Über das Hydratierchen. Das Herz wird bewegt durch unseren astralischen Leib. Das Herz als das innere Sinnesorgan. Linksherzer und Rechtsherzer. Man kann äußerlich sehen, wenn alles durchsichtig ist im Auge, und man kann innerlich sehen, wenn etwas willkürlich undurchsichtig gemacht wird. Richtige und falsche Bewegungen. Alles Maschinelle muß sich nach dem Menschen richten.

**VIERTER VORTRAG, 9. Juni 1923 . . . . .**

70

Licht- und Farbenwirkungen in Erdenstoffen und in den Weltenkörpern

Die Farbe eines Körpers hängt zusammen mit der ganzen Art und Weise, wie er in der Welt drinnensteht. Die sieben Regenbogenfarben. Die Farben des Prismas. Gasige Flammen. Spektralanalyse. Wodurch entstehen Farben? Natriumflamme. Ausstrahlende Substanzen. Eisen im Blut. Mars und Saturn als Gegensätze.

**FUNFTER VORTRAG, 13. Juni 1923 . . . . .**

85

Vom Wirken des Schutzenengels

Beispiele für das Wirken der geistigen Wesenheit, die den Menschen von Erdenleben zu Erdenleben führt und die ihn warnt. Stephenson und die Vorurteile der damaligen Gelehrten. Über Schleichs Erfahrungen mit Patienten, die Vorahnungen von ihrem Tode hatten. Über Sir Oliver Lodge, der einen Sohn im Weltkrieg verlor und sich mit Medien in Verbindung gesetzt hat, die Angaben über seinen Sohn machten.

**SECHSTER VORTRAG, 16. Juni 1923 . . . . .**

105

Über die tieferen Ursachen der Weltkriegskatastrophe

Wie die seelische Stärke des einen Menschen die Seele des andern, der selber ganz schwach ist, außerordentlich stark beeinflussen kann. Beispiele dafür, daß wir in unserem Ätherleib alle viel gescheiter sind als in unserem Astralleib und in unserem Ich. Julius Robert Mayer und seine Beobachtungen als Schiffsarzt. Weil die Menschen nichts Geistiges haben lernen wollen bis 1914, haben sie vom Weltenschicksal die Prügel dafür bekommen.

Die Einwirkung der Gestirnkonstellationen auf die Erde und auf den Menschen

Die außerordentlichen Witterungsverhältnisse der letzten Jahre. Über die sibirischen Mammutfunde. Kältewellen, Vulkanausbrüche und Erdbeben röhren von außerordentlichen Gestirneinflüssen her. Blutsurstz. Mondeneinflüsse auf den Menschen. Was die Entdeckung von Amerika eigentlich bedeutet. Christoph Kolumbus und Kopernikus: Kugelgestalt der Erde und die Bewegung der Erde um die Sonne. Robert Hamerlings Erlebnis mit der Somnambulen Filomena Gavazzi in Triest. Die Wirkungen von Sternkonstellationen auf Erde, Mensch und Tier.

WIE KOMMT MAN ZUM SCHAUEN DER GEISTIGEN WELT?

141

Ausbildung eines selbständigen Denkens und des Rückwärtsdenkens

Über die sogenannten Geistesgestörten. Bei einem Geisteskranken ist der Körper so krank, daß er den Geist, der immer gesund ist, nicht benützen kann. Warum die Menschen nicht denken können. Eigentümlichkeiten der lateinischen Sprache. Denken kann man nur mit dem Ätherkörper. Ohne daß man selbständig denken kann, kann man nicht in die geistige Welt hineinkommen. «Die Philosophie der Freiheit» als Erziehungsmittel. Die Begriffe müssen beweglich werden. Durch ganz bewußtes und ganz genaues Rückwärtsdenken reißt sich der Mensch los vom physischen Leib. Rückschau auf die Tagesereignisse.

Erzeugen künstlicher Langeweile – Die Umkehrung der Urteile der physischen Welt in der geistigen Welt

Das Erzeugen künstlicher Langeweile durch das Nachdenken über bestimmte Sätze als Weg, um in die geistige Welt hineinzukommen. Über Nietzsche, der sich in seiner Jugend immerfort mit solchen Sätzen gequält hat. Sich immerfort amüsieren wollen heißt, vor dem Geiste davonlaufen. Die geistige Welt hat die entgegengesetzten Eigenschaften der physischen Welt. Umkehrung der Urteile der physischen Welt in der geistigen Welt. Geistige Verwandlung.

## Entwickeln innerlicher Ehrlichkeit

Der Mensch kann heute in Wirklichkeit gar nicht denken; durch die heutige Bildung wird er gar nicht dazu veranlaßt, sein Denken auszubilden. Besprechung eines Beispiels dafür aus den «Basler Nachrichten» (über den sogenannten «Flugtraum»). Über den Spiritismus als das Allermaterialistischste, was es gibt. Über Angstträume. Denkenlernen am Sprechen. Sprechen und richtiges Atmen. Entwickeln innerlicher Ehrlichkeit im Denken.

Sich-Einleben in die äußere Welt – Ernährungsfragen:  
Wirkung von Kartoffeln, Roter Rübe und Rettich

Warum die Eidechse ihren Schwanz verliert, wenn man sie fängt. Die Angst hält unseren Organismus zusammen. Seelische Heilung rachitischer Kinder. Man muß Mut haben und die Angst ertragen, wenn man höhere Erkenntnisse erwerben will. Man muß sich in die ganze Natur hineinstellen, wenn man geistige Erkenntnis gewinnen will. Alle festen Stoffe geben fortwährend Töne von sich, die man noch beim Aufwachen hören kann. Das Ankündigen Sterbender. Der Mensch verläßt tönend das irdische Dasein. Schädliche Wirkungen der Kartoffelnahrung. Bei der Pflanze ist die Wurzel salzreich und die Blüte ölreich; die Salze regen unser Gehirn an, die Öle haben ihre Wirkung auf den Unterleib. Wenn man Rote Rüben isst, bekommt man eine große Sehnsucht, viel zu denken. Wenn jemand nicht sehr regsam im Kopfe ist, so tut ihm das gut, wenn er Rettich zu den Speisen hinzunimmt. Wir bauen uns auf aus dem, was außer der Erde ist, was im Lichte die Erde umgibt.

## RHYTHMEN IM KOSMOS UND IM MENSCHENWESEN

## Menschliche und kosmische Atmung – Das Lichtatmen der Erde – Die Befruchtung bei der Pflanze und beim Menschen; die Befruchtung des Wassers durch den Blitz

Über kataleptische Zustände. Hansens hypnotische und posthypnotische Experimente. Der Kopf denkt langsam, der Bauch schnell. Ausgleich entgegengesetzter Zustände. Im Leben macht der Mensch soviele Tage durch wie Atemzüge im Tag. Die Lichtatmung der Erde. Überwiegt Kopfatmung: Willensstarre, überwiegt Bauchatmung: Gedankenflucht. Der weibliche Organismus nimmt durch die Befruchtung die ganze Welt auf in seinen Atmungsprozeß. Durch das Licht,

das aus dem Weltenall kommt, wird die Pflanzenblüte befruchtet. Befruchtung des Wassers vom Weltenall her durch Licht und Wärme – das ist im Blitze sichtbar. Kataleptische Zustände: wurzelähnlich, immer schwätzende Menschen: der Blüte ähnlich. 25920 Jahre lebt die Erde, so wie sie jetzt ist; wir sind jetzt etwas über die Mitte hinaus.

## DREIZEHNTER VORTRAG, 25. Juli 1923 . . . . . 234

### Die Entstehung des Gewissens im Verlaufe der Menschheitsentwickelung – Ungeborenheit und Unsterblichkeit – Lehre des Aristoteles und der Katholischen Kirche

Der Mensch kommt mit seinem Ich und mit seinem astralischen Leib aus der geistigen Welt herunter. Die urindische Kultur vor 8000 Jahren: die Menschen fühlten sich als Göttersöhne. In der urpersischen Zeit kam zum ersten Mal eine gewisse Schätzung der Erde auf. Den alten Ägyptern wurde immer wichtiger das Leben nach dem Tode; sie hatten eine furchtbare Angst vor dem Sterben. Die alten Griechen haben die Erde am meisten geliebt. Die alten Ansichten des Aristoteles wurden dann später christliches Kirchendogma. Die früheren Menschen haben ihre sittlichen Impulse aus der geistigen Welt heruntergebracht. Entstehung des Gewissens. Die Kirche als Verwalterin des Gewissens. Das tragische Lebensschicksal des Augustin Smetana. Das Dogma von der Ewigkeit der Höllenstrafe. Das Gewissen als Erbschaft des vorirdischen Lebens.

## VIERZEHNTER VORTRAG, 28. Juli 1923 . . . . . 251

### Lungen-Wissen und Nieren-Wissen

Wir brauchen in unserem Körper immer einen bestimmten Blutdruck. Der zu schwache und der zu starke Blutdruck. Bei zu starkem Blutdruck werden die Nieren untauglich. Im richtigen Blutdruck breitet sich der astralische Leib aus. Bei zu geringem Blutdruck fühlt der Mensch immer etwas wie eine kleine Ohnmacht und infolgedessen wird er schwach und seine Organe können nicht in der richtigen Weise gebildet werden; durch zu starken Blutdruck altern wir zu schnell und wir bekommen früh entartete Nieren. Über die Kartoffelnahrung. Die Menschen sind eigentlich durch und durch unwissend. Die Luft ist es, die den Kopf in Bewegung setzt. Vor 6000, 8000 Jahren haben die Menschen sehr ihr Atmen geübt, um zu einem Wissen zu kommen. Übergang vom Lungen-Wissen zum Nieren-Wissen. Der Weltkrieg als eine Nieren-Krankheit der Menschheit. Durch keine äußeren Mittel wird heute die Welt besser, sondern nur dadurch, daß man anfängt, etwas zu wissen.

# URSPRUNG UND BEDEUTUNG DER KULTE

FUNFZEHNTER VORTRAG, 10. September 1923 . . . . . 271

Druidenweisheit – Mithraskult – Katholischer Kultus – Kultus der Freimaurer – Kultus der Christengemeinschaft

Druidenzirkel und Dolmen oder Kromlechs. Bei den Druiden wurde das ganze Leben nach dem Sonnenumgang bestimmt. Svastika. Runenschrift. Mithraskult. Aus dem Zusammenschmelzen der verschiedensten Kulte ist der katholische Kultus entstanden. Altar und Monstranz. Über den aus lauter Symbolen bestehenden Freimaurerkultus. Zum Kultus der Christengemeinschaft.

## ERNAHRUNGSFRAGEN

SECHZEHNTER VORTRAG, 22. September 1923 . . . . . 290

Die Bedeutung von Eiweiß, Fetten, Kohlehydraten und Salzen für die Ernährung – Wirkung der Kartoffelnahrung – Gegner der Anthroposophie

Wer nicht imstande ist, die Wirkung des Salzes im Gehirn zu haben, der wird schwachsinnig, dumm. Die Kohlehydrate tragen insbesondere dazu bei, daß wir als Mensch die menschliche Gestalt haben. Das Fett dient dazu, daß wir in der richtigen Weise Material in uns haben. Eiweiß ist notwendig, damit der Mensch überhaupt lebt. Wirkung der Kartoffelnahrung. Gefährlichkeit übermäßigen Kartoffelgenusses. Das Eiweiß hängt mit Geburt und Tod des physischen Menschen zusammen; der Ätherleib hat sein hauptsächlichstes Feld in den Fetten, der Astralleib in den Kohlehydraten und das Ich hat sein Feld in den Salzen. Blüten und Früchte werden in den Gedärmen verarbeitet, Wurzeln im Kopf. Kartoffel- und Getreidenahrung. Wasserköpfe. Die wissenschaftlichen und die theologischen Gegner der Anthroposophie.

## Hinweise

Zu dieser Ausgabe . . . . .	307
Hinweise zum Text . . . . .	308
Literaturhinweis . . . . .	315
Namenregister . . . . .	316
Rudolf Steiner – Leben und Werk . . . . .	317