

Themen der Weisheitslehren  
ebo  
auf dem Wege zur Weltgemeinschaft

Text von Leobrand

**Ernährung und Alltag**

Teil 1

Weisheitslehre der lebendigen Ethik

**Zum Geleit**

In der Agni-Wissenschaft wird der Menschheit viel neues Wissen übergeben - Wissen, welches den Aufbau der Welten, deren Gesetzmäßigkeiten und deren Entwicklung betrifft. Damit der Mensch sich selbst, den Makro- und Mikrokosmos besser Verstehen und dadurch freudvoller leben kann, muß dieses Wissen von denjenigen aufgenommen und in das Lebensverhalten umgesetzt werden, die an einer Entsprechung der an die Menschheit und Erde herangetragenen Anforderungen interessiert sind.

Erst durch diese Entsprechung, welche wir auch als relative Erfüllung des Gesetzes der Evolution bezeichnen können, entsteht Lebensfreude. Der Mensch ist geistesgesetzlich vom Kosmos aufgefordert, sein Bewußtsein und seinen Charakter zu entwickeln. Die Agni-Lehre ist die primäre Wissensgrundlage für das Neue Zeitalter (Wassermann), für die entstehende neue Rasse und fordert die Zuwendung über mehrere Inkarnationen, da die Fülle des Wissens nicht über Nacht aufgenommen werden kann.

In der "Schule der Lebensweisheit" werden die wesentlichsten Paragraphen ("Feststellungen") aus den Weisheitsbüchern thematisch geordnet, wodurch, sich für den Studierenden ein vereinfachter Zugang und ein besseres Verständnis ergeben, da allzuoft durch einseitige Ausbildung große Schwierigkeiten bei der Synthesefindung gegeben sind. Die schon bestehenden, von Leobrand (1916-1968) erarbeiteten 36 Einführungslektionen in die Geisteswissenschaft und Agni-Lehre werden durch diese Serie der SCHULE DER LEBENSWEISHEIT ergänzt.

**WEISHEIT** ist die Wirkung (Synthese) aus höherem Wissen und ethischer, charakterlicher Reife! Das Gesetz der Evolution trägt die Forderung, eine Schule für Lebensweisheit zu absolvieren, in sich. Das von der Führung der Menschheit übergebene Wissen (Theosophie: Weisheit der Götter) harret für den Großteil der Menschheit der Entdeckung. Der Verfasser der Lehre vereint, wie schon seit Jahrtausenden angekündigt, die Menschheit mit dem Schwert des Geistes .

Die Herausgeber

## **LEBENDIGE ETHIK UND ALLTAG**

### **Der Sinn des Alltags**

Die Menschen verachten besonders das tägliche Einerlei. Der Alltag jagt ihnen ein gewisses Gräuen ein und erscheint ihnen zugleich als Symbol von Mühsal, Qual und banaler Freude. Die Wissenden hingegen betrachten den Alltag als ein Mittel zur Vervollkommnung und zum Aufstieg, weil er die Pforten der Unendlichkeit öffnet. Deshalb werden auch in der **LEBENDIGEN ETHIK** sehr viele Anweisungen für die praktische Gestaltung des Alltags gegeben, und immer wieder wird darauf hingewiesen, daß man nicht vom Leben abgehen, sondern, mitten im Alltag stehend, durch Bewährung und Pflichterfüllung nach Vollkommenheit streben solle.

Keine Weltreligion hat jemals so viele Lösungen für sämtliche Probleme des Lebens vorgeschlagen wie die **LEBENDIGE ETHIK**. Sie ist daher nicht etwa eine graue und abstrakte Theorie, sondern ein praktisches Allheilmittel und eine psychische Prophylaxis, die sämtliche Manifestationen umfaßt, die im Leben vorkommen. Mit der Erneuerung des Lebens muß jeder bei seinem eigenen "Herd" und in seinem Alltag beginnen. Man soll seine Hoffnung nicht an politische Programme, soziale Lösungen und an die Erhebung ganzer Völker knüpfen. Das Leben der

Menschen wird sich in der ganzen Welt, außerhalb der nationalen und rassischen Betriebsamkeit, in erster Linie im persönlichen Alltag erneuern. Man kann das tägliche Einerlei als laufende Bewährung oder Prüfung lieben lernen, denn es vermag den Geist zu bändigen und zu erheben.

Es verleiht dem Menschen Mut und gibt ihm das notwendige Vertrauen, um Stufe für Stufe, Tag für Tag durch Bestrebung und Selbstbeherrschung seine Qualen und Leiden zu überwinden und aufzusteigen zu höheren Aufgaben. Allerdings steigt dadurch auch die Verantwortung ins Unermeßliche. Es gibt keinen Aufstieg ohne Verbesserung im Alltag. Dieser bildet somit eine endlose Kette von Möglichkeiten und verbindet uns mit der Unendlichkeit. Manchen Menschen erscheinen diese gigantischen Zeiträume eher als ein Schrecken.

In Wahrheit jedoch sind sie der Trost für den Wissenden, denn ein entwickeltes Bewußtsein betrachtet die endlose Zeit und den unbegrenzten Raum als den Quell endloser Schaffenskraft und ungeahnter Möglichkeiten. Man kann es lernen, gerade inmitten belangloser Alltäglichkeiten im Geist eine Welt der Schönheit, Harmonie und schattenlosen Liebe aufzubauen, wo es weder Streit, noch Zank, noch Haß und Neid gibt, sondern inmitten oft qualvoller irdischer Zustände im Geist ein Paradies errichtet werden kann, wo sich das zur reinsten Liebe aufgeflamnte Herz nur noch dem Schönen und dem Herrlichen zuwendet. Dazu dient vor allem jede Tätigkeit zum Nutzen des Allgemeinwohls. Man höre allmählich auf, nur an sich selbst zu denken, richte seine Gedanken sowie seine Arbeit auf das Wohl der Welt und wende sein Augenmerk auf die stufenweise Verbesserung des Alltags.

### **Erwachen und Aufstehen**

"Es ist besser den Tag mit Segen zu beginnen als mit Bitternis. Es ist besser seine Mahlzeit lächelnd einzunehmen als mit Grauen. Es ist besser eine Aufgabe freudvoll in Angriff zu nehmen als in Bedrücktheit. So sprachen alle Mütter der Welt; so hörten es alle Kinder der Welt. Abgesehen von Yoga weiß das einfache Herz, was für den Fortschritt nötig ist. Es kann verschieden gesagt werden, aber die Bedeu-

tung der freudvollen und feierlichen Grundlage bleibt zu allen Zeiten gewahrt. Der Yoga des Feuers muß die Grundlage des Aufstiegs stärken.

Der Agni Yogi ist vor allem kein Hypochonder; er ruft alle im Geiste Starken und Freudvollen. Wenn sogar unter den schwierigsten Umständen der Glanz der Freude bewahrt bleibt, ist der Agni Yogi von undurchdringlicher Stärke erfüllt. Hier, über den schwierigsten Aufstieg hinaus, beginnt die Feurige Welt..." (Feurige Welt I, 561). Man soll beim Morgengrauen aufstehen und in den frühen Morgenstunden mit der Arbeit beginnen. Die Strahlen der aufgehenden Sonne sowie reines Berg-Prana sind besonders heilkräftig. Der Morgen ist mit Prana gesättigt, deshalb ist es auch besser, einen Entschluß auf den Morgen zu verlegen. Nach dem Sonnenuntergang ist es schädlich, Geist und Körper anzuspannen. Der Abend ist die Zeit der Abgabe, der Morgen die Stunde der Erkenntnis.

Alle schöpferisch tätigen Menschen haben ihre besten Eingebungen am frühen Morgen, und zwar unmittelbar nach dem Erwachen, wo sie aus dem feinstofflichen Bereich Anregungen und Erkenntnisse ins Oberbewußtsein aufnehmen.

Ein Yoga-Schüler wird, sofern es seine Gesundheit gestattet, möglichst bei Sonnenaufgang aufstehen, nach dem Erwachen zunächst ein stilles Gebet sprechen und sich mit der HELLEN HIERARCHIE und seinem Meister verbinden.

Indem wir unsere Tagesarbeit unter den Schutz und die Leitung unseres H o h e n G u r u, das heißt unseres geistigen Lehrers stellen, werden wir verhindern, daß der neue Tag als leeres oder gar beschmutztes Blatt unserem Buch des Lebens hinzugefügt wird. Wer noch keinen MEISTER DER WEISHEIT gewählt hat, empfehle seine Gedanken und seine tägliche Arbeit dem Segen Gottvaters und der MUTTER DER WELT.

### **Die Bedeutung der Arbeit**

Zahllose Menschen sind traurig darüber, daß sie so viel Zeit für ihren Lebensunterhalt aufwenden müssen. Wir müssen jedoch alle unser Brot verdienen. Es muß alles im Leben mit irdischen Händen

und Füßen erarbeitet werden, und man darf sich vom Alltag nicht zurückziehen. Darin liegt ein tiefes Lebensgeheimnis. Ist denn eine Arbeit, die ohne Anstrengung und in Wohlleben verrichtet wurde, wertvoll, und schafft sie die notwendige innere Befriedigung?

Hören wir überhaupt von solchen erfolgreichen Arbeiten? Nein, jede große Errungenschaft kann nur durch anstrengende Arbeit erreicht werden, und alle großen Denker und Forscher haben unter den schwersten Bedingungen geschaffen. Eine Arbeit in Ruhe und Wohlleben wäre unser größter Feind. Nichts bringt unser inneres Feuer so zum Erlöschen wie satte Genügsamkeit und die Versorgtheit des morgigen Tages.

Ein echter Yoga-Schüler kennt keine Sorgen um den morgigen Tag und arbeitet bis zur Grenze der Bedürfnisse und Möglichkeiten, denn im schwierigsten Moment, wenn alle Kräfte angespannt sind und die eigene Findigkeit erschöpft ist, kommt auch die Hilfe dem Gesetz entsprechend, jedoch erst in letzter Minute. Alle Mühen des Lebens sind unerläßliche Bausteine für das Wachsen des Geistes. Wenn die Zeit da ist, treten andere Bedingungen auf und die Aufgaben nehmen zu. Es mag sein, daß die Sorgen um das Stückchen Brot schwinden werden, doch an ihre Stelle kommen andere, viel schwerere und kompliziertere Aufgaben. Wenn aber das Bild des M E I S T E R S in unserem Herzen wohnt, kann uns wegen des morgigen Tages nichts beunruhigen. Was den menschlichen Vorstellungen oft am schlimmsten erscheint, wird zur Rettung und eine Stufe zu neuen Möglichkeiten. Wahrhaftig, ist unser Dienen frei von Eigennutz, wird uns ohne Wissen des großen Meisters kein Haar gekrümmt.

Uneigennütziges Denken, herzliche Hingabe und Dankbarkeit weben ein festes Seil, an dem uns das Nötige zugeführt wird. So wollen wir allen unvermeidlichen Schwierigkeiten mutig begegnen und unseren Geist durch Umgang mit Menschen, die das Licht suchen, nähren. Große Ereignisse reifen heran, viele Veränderungen können erwartet werden, doch dienen wir dem großen Licht, wird uns selbst die vernichtendste Welle nur emportragen. So laßt uns in vollem Vertrauen auf die führende Hand unsere Arbeit verrichten.

## Gedanken über die Arbeit

"Arbeit ist die Krone des Lichts. Es ist notwendig, bereits die Schulkinder auf die Bedeutung der Arbeit als einen Faktor beim Weltenaufbau hinzuweisen. Eine Folge der Arbeit wird Festigung des Bewußtseins sein" (Gemeinschaft, 117). Arbeit ist das beste Mittel gegen Abscheulichkeiten. Arbeit ist der stärkste Antrieb zum Schweiß. Es wäre widersinnig zu denken, daß Schwitzen nur ein grobstofflicher Vorgang sei. Oft ist gesagt worden: Frieden kann nicht im Schlaf, sondern in bester Arbeit gefunden werden.

Arbeit kann Erholung sein, wenn sie mit Freude und Interesse verrichtet wird. Viele schädliche Vergnügungen müssen abgeschafft werden. Arbeit darf nicht zur Sklaverei werden, speziell die Zusammenarbeit muß auf Freiwilligkeit beruhen, so wie auch jede Gemeinschaft auf Freiwilligkeit und nicht auf Zwang aufgebaut werden muß. Jeder, der sich freut, nicht arbeiten zu müssen, kann kein Mitarbeiter der Neuen Welt sein. "Manch falsche Anschauung hat sich über den Begriff Arbeit gebildet.

Noch vor kurzem wurde die Arbeit verachtet und als gesundheitsschädlich betrachtet. Welch grobe Herabsetzung, die Arbeit als schädlich anzusehen. Nicht die Arbeit ist schädlich, sondern die unzulänglichen Arbeitsbedingungen. Nur durch bewußte Zusammenarbeit kann die geheiligte Arbeit wieder genesen. Nicht nur die Qualität der Arbeit muß gut sein, sondern auch der gegenseitige Wunsch, die Bedingungen der Arbeit klar verständlich zu machen, muß erstarken. Man darf die Arbeit nicht verfluchen, man soll den besseren Arbeiter auszeichnen" (Gemeinschaft, 11 ).

**Arbeit macht besser und duldsamer.**

Wer der andauernden Arbeit fähig ist, verdient höchste Achtung. Jeder Arbeitende hat das Recht, auf dem Gebiet seiner Arbeit Verbesserungen einzuführen. Dies ist nicht nur sein Recht, sondern auch seine Pflicht. Jede Arbeit kann verbessert werden, und solche schöpferischen Verbesserungen werden die Arbeit zur Freude machen. Der Mensch

kann nicht immer ein und dieselbe Arbeit verrichten. Verbesserung der Qualität und Entdeckung neuer Arbeitsmethoden bringen eine ständige Erneuerung der Gedankentätigkeit mit sich. Nur durch Verbesserung der Qualität kann man Liebe zur andauernden Arbeit finden.

Man kann frohlocken, wenn Arbeit höhere Freude des Lebens verleiht. Auch im Bereich der menschlichen Arbeit kann das Höhere Prinzip nicht geleugnet werden. Wenn der Landarbeiter nur ein alltäglicher Sklave ist, wird seine Arbeit nie gedeihen. Jede Art der Arbeit gehört dem Bereich der Schöpfung an. Die Evolution hingegen umfaßt höhere Prinzipien. Menschen, die durch die tägliche Arbeit und Geschäftigkeit niedergedrückt sind, verlieren den Weitblick. "Meine Hand wird nicht ermüden die Kämpfer zu führen, Mein Auge jedoch kann den Anblick von Untätigkeit in berauschem Wohlstand nicht ertragen. Unendlichkeit vor sich zu haben, doch keine Stunde zu verlieren und jede Minute zu nutzen, das ist Yogaweisheit. Wenn der Geist ganz natürlich an der Höheren Welt festhält und eine Reihe Herzfackeln entzündet, kann das als rechtschaffener Pfad bezeichnet werden" (Hierarchie, 187). "Besonders schädlich ist es, den Menschen von seiner gewohnten Arbeit loszureißen.

Selbst bei der niedrigsten Arbeit entwickelt der Mensch feurige Energie. Nehmt ihm die Arbeit und er wird unvermeidlich dem Kräfteverfall unterliegen, mit anderen Worten: das Feuer des Lebens wird in ihm erlöschen. Man sollte nicht die Meinung verbreiten, die Menschen müßten sich im Alter von der Arbeit zurückziehen. Sie altern nicht wegen Zunahme an Jahren, sondern infolge Erlöschens des Feuers" (Feurige Welt I, 62).

"Es kann vier Arten von Arbeit geben: Arbeit mit Widerwillen, die zur Zersetzung führt; unbewußte Arbeit, die den Geist nicht stärkt; hingebungsvolle und liebgewordene Arbeit, die gute Ernte einbringt; und schließlich die nicht bloß bewußte, sondern im Lichte der Hierarchie geheiligte Arbeit. Der Unwissende könnte vermuten, daß immerwährende Verbindung mit der Hierarchie einen vom Streben zur Arbeit selbst abhalten könnte, doch das Gegenteil

ist der Fall. Dauernde Verbindung mit der Hierarchie steigert die Qualität der Arbeit..." (Feurige Welt II, 118). Abwechslung in der Arbeit erneuert die Kräfte. Arbeit ist eine unvermeidliche Entwicklung zur Vervollkommnung. "Eine verhaßte Arbeit ist nicht nur ein Unglück für den erfolglosen Arbeiter, sondern vergiftet auch die umgebende Atmosphäre. Die Unzufriedenheit des Arbeiters läßt ihm weder Freude finden noch wird die Qualität verbessert.

Außerdem vervielfacht das durch Gereiztheit erzeugte Imperil (Anmerkung: Gift, das durch Zorn und Gereiztheit entsteht und die psychische Energie zerstört) trübe Gedanken und tötet die schöpferische Kraft. Nun könnte die entscheidende Frage auftauchen, was man tun soll, wenn nicht jeder, die seiner Berufung entsprechende Arbeit finden kann? Zweifellos können viele Leute nicht jene Beschäftigung finden, die ihrem Wunsche entspräche.

Es gibt ein Mittel, das einem solchen Dahinsiechen entgegenwirken kann. Wissenschaftliche Errungenschaften zeigen, daß jenseits der Alltäglichkeit ein für alle zugängliches Gebiet existiert - die Erkenntnis der psychischen Energie. Durch Experimente mit ihr kann man sich davon überzeugen, daß Bauern oft über einen guten Vorrat an psychischer Energie verfügen. Auch viele andere Arbeitsgebiete begünstigen die Erhaltung dieser Kraft" (Bruderschaft, 92). "Es steht uns nicht zu, darüber zu richten, wer mehr oder weniger leistet. Was wichtig erscheint, ist das innere Feuer, das wir in die uns anvertraute Arbeit hineinlegen" ("Briefe von Helena Roerich", Bd. I, 28, 27.8.34). Man muß es lernen, unproduktive Arbeit zu vermeiden. Die heutige Verwirrung der Gehirne hat dazu geführt, daß das Wichtigste oftmals gering geschätzt wird.

"Im Osten sagte man: Wir müssen arbeiten ohne die Ergebnisse zu kennen. Ich verstehe es in der Art, daß wir es lernen müssen, unsere Arbeit so gut wie möglich zu verrichten, und zwar aus Liebe und nicht um des Lohnes willen. Nur dann wird unsere Arbeit schön sein. Der Schlüssel zu allen Errungenschaften liegt in solch selbstloser Liebe für jede von uns verrichtete Arbeit" ("Briefe von Helena Roerich", Bd. I, 7, 27.1.33). Die Härte der Arbeit hat nichts mit

Tadel oder Nachteil zu tun. Die Qualität der Arbeit zu verbessern ist das Unterpfand jedes Fortschritts. Nur jene Arbeit ist von Wert, die mit eigenen Händen geschaffen wurde. Die Ergebnisse der Arbeit sind die Blumen der Menschheit.

### **Arbeit - Bewegung - Müdigkeit**

Nur eine richtig verteilte Arbeit wird - ihrer Natur entsprechend - nicht ermüden. Man muß es verstehen, einen richtigen Wechsel der arbeitenden Nervengruppen vorzunehmen, und dann wird keine Müdigkeit auftreten. Nur bequeme und unbewegliche Menschen behaupten, Arbeit ermüde und sei der Gesundheit abträglich. Man versuche niemals, Erholung im Nichtstun zu suchen, sondern im Wechsel der Arbeit; vor allem in einer schöpferischen: nach Möglichkeit künstlerischen oder wissenschaftlichen Tätigkeit. Wer sich dazu nicht fähig oder berufen fühlt, möge seine schöpferische Intuition in handwerklicher Praxis erproben.

Arbeitswechsel kann Erholung sein. Man muß es nur verstehen, entgegengesetzte Nervenzentren in Tätigkeit zu versetzen, dann wird man dem Reflex der vorausgegangenen Anstrengung völlig entgehen. Der Yoga-Schüler muß einige Körperstellungen vermeiden oder zumindest öfters verändern. Sehr schädlich sind einseitige Bewegungen, zum Beispiel Holzsägen oder andere immer gleichbleibende Arm- und Beinbewegungen.

Eine krumme Körperlage stört das Sonnengeflecht besonders mit ausgestreckten Beinen. Die günstigste Sitzstellung ist der Yoga-Sitz mit gekreuzten Beinen und aufrechtem Oberkörper. Diese Sitzweise, die im Orient zur täglichen Gewohnheit wurde, bereitet den Menschen im Abendlande Schwierigkeiten. Das Zurückwerfen des Kopfes stört die Zentren des Gehirns, nach vorn gestreckte Hände belasten das Zentrum der Aorta. Das Liegen auf dem Rücken schadet dem Zentrum Kundalini, obwohl es dieses erweckt, es führt im Stadium der Zentrenentwicklung zu einem Blutandrang in den Genitalien. Man kann aber das Schlafen auf dem Rücken dennoch nicht ganz vermeiden und versuche, auf der rechten Körperseite zu liegen, um gleichzeitig das Herz zu entlasten. In einem Lehn-

stuhl zu schlafen ist nicht zuträglich. Müdigkeit deutet immer darauf hin, daß die Beschäftigungsart verändert werden muß.

Es kann aber auch sein, daß in Fällen von Müdigkeit unsere Kräfte sehr stark beansprucht werden. Wichtig ist, darauf zu achten, sich nach Sonnenuntergang nicht zu ermüden. Man suche Entspannung durch Veränderung der Tätigkeit und durch lockere Körperhaltung. Die feurige Spannung im Weltraum erzeugt unvermeidlich auch eine besondere Ermüdung der Augen. Die Augen können entlastet werden, indem man sie für geraume Zeit schließt. In schmerzhaften Fällen können warme Kompressen mit Kamillen- oder Augentrostabsud aufgelegt werden. Von Zeit zu Zeit die Augen zu schließen ist von großem Nutzen.

### **Freizeitgestaltung - Bildung - Vergnügen**

Da die meisten Menschen auf dem geistigen Pfad meist nicht jenen Beruf ausüben, der ihren Wünschen und Fähigkeiten entspräche, wird ihr eigentliches Lebenswerk oft erst in der Freizeit beginnen. Gerade dieser Wechsel in der Arbeit bringt die notwendige innere Befriedigung und zugleich auch Erholung. Für die Freunde der LEBENDIGEN ETHIK ist das Studium der Lehre in erster Linie wichtig. AGNI YOGA ist so umfassend, daß ein einziges Leben, selbst wenn es hauptberuflich dem Studium gewidmet wäre, unmöglich ausreicht, das gebotene Wissen voll und ganz aufzunehmen und auszuschöpfen.

Bei wiederholtem Studium der Bücher ergeben sich immer wieder neue Perspektiven, da die Aufnahme des Wissens vom Wachstum des Bewußtseins abhängig ist. Für die meisten Anfänger sind die auf bestimmte Art aufgebauten tiefsinnigen Aussprüche des Meisters MORYA - des Neuen Weltlehrers für das Wassermannzeitalter - oft ein Buch mit "sieben Siegeln". Es erwies sich deshalb als notwendig, zunächst die Herausgabe einführender Lektionen und entsprechender Kommentare zu tätigen.

Das Gebotene deckt den notwendigen geistigen Bedarf, und wegen der Konzentration oder Kürze der Darstellung empfiehlt sich ein wiederholtes

Studium aller Lektionen. Es ist zu hoffen, daß auch in deutscher Sprache mehr gute esoterische Literatur erscheint. Mit schlechter okkultur Literatur ist gerade der deutsche Büchermarkt besonders überschwemmt, was sich auch für das Schicksal des Volkes leider sehr nachteilig ausgewirkt hat und noch schlimme Folgen zeitigen kann. Es ist nicht gleichgültig, was ein Volk liest und in welchem Geist es erzogen wird. Selbstverständlich sind für einen Yoga-Schüler banale Vergnügungen ungeeignet, denn ein Mensch, der den Wert der Zeit kennt, wird weder Tag noch Stunde unausgenutzt zur Entwicklung seines höheren Selbst sowie für die Arbeit zum Wohl der Allgemeinheit verstreichen lassen.

Er wird jede freie Stunde für seine Fortbildung und für schöpferische Tätigkeit nutzen. Die sogenannten Vergnügungsstätten sind außerdem durchweg mit negativen Gedankenkräften gesättigt und haben eine vampirische Atmosphäre, so daß ein geistig feinführender Mensch dort nicht verkehren kann, weil diese Stätten oft Räuberhöhlen gleichen. Der Geist bedarf des Körpers als notwendigen Instrumentes zur Betätigung in der Materie und somit braucht er auch entsprechende Pflege und Erholung. Banale Vergnügungen jedoch sind keine Erholung, sondern Raubbau an den physischen Kräften.

Als Erholung kann allein geistige und physische Entspannung in frischer Luft, ferner schöpferische Beschäftigung und kulturelle Betätigung sowie Studium, das der Fortbildung dient, angesehen werden. Wir besitzen ein großes kulturelles Erbe, das der Pflege und unserer Wertschätzung bedarf. In Gesellschaft mit anderen Menschen meide man banale Plaudereien und versuche, das Gespräch auf wertvolle Dinge zu leiten. Mit einiger Geschicklichkeit ist es ohne weiteres möglich, selbst von den gewöhnlichsten Alltagsproblemen auf tiefgründige geistige Fragen überzulenken. Dabei aber soll niemand als Missionar erscheinen, denn LEBENDIGE ETHIK eignet sich nur für Suchende und für keine Skeptiker, Zyniker und Unwissende.

Mit solchen Leuten zu diskutieren, wäre eine völlig sinnlose Kraftvergeudung und hieße (sinnbildlich): Perlen vor die Säue werfen. Man soll seinem Ge-

sprächspartner auch nur das mitteilen, wonach er verlangt und wofür er bewußtseinsmäßig reif ist, und soll auf seine Mentalität und Interessen Rücksicht nehmen, indem man die Formel des Neuen Zeitalters im Auge behält: "Der Wille deines Gottes geschehe."

### **Yoga-Übungen und Empfehlungen**

Ein Yogi braucht in erster Linie Prana. Deshalb soll das Fenster in seinem Zimmer nie geschlossen sein, ausgenommen bei besonders starker Feuchtigkeit. Sehr nützlich sind lang ausgedehnte warme Bäder. Ruckartige Bewegungen stören die Schwingungen der Aura, weshalb man sie vermeiden soll. Rhythmische Bewegungen hingegen schädigen die atmosphärische Einheit nicht, dagegen verletzen krampfartige Bewegungen die Aura wie Nadelstiche. "Ihr könnt Mich fragen, welche körperliche Übungen im Agni Yoga von Nutzen sind. Ich rate zu kurzem Pranayama am Morgen, nicht länger als fünf Minuten. Man sollte kein Fleisch zu sich nehmen, in Ausnahmefällen geräuchertes Gemüse, Obst, Milch und Getreide sind immer nützlich. Ebenfalls werden alle Weine abgelehnt, außer zu Heilzwecken. Opium ist der Feind des Agni Yoga...

Ich rate, die Schuhe durch Gummi zu isolieren und, den Rauch meidend, am Morgen spazierenzugehen" (Agni Yoga, 166). Prana-Yama wird folgendermaßen geübt: durch die Nase tief - vom Zwerchfell her bis zu den Lungenspitzen - einatmen, Luft kurz anhalten, durch den Mund langsam ausatmen - Vorgang fünf Minuten lang wiederholen, jedoch nicht länger. Der Atemstrom kann auch bewußt auf kranke Körperstellen gelenkt werden. Das tiefe Atmen ist ein Zeichen besonderer Spannung.

Die Bedeutung von Prana-Yama wird von einigen älteren Yoga-Systemen sehr übertrieben, speziell von Hatha-Yoga. Die Wissenschaft des Atmens, mit der sich die Raja-Yogis befassen, hat mit Prana-Yama wenig gemeinsam. Die Hatha-Yogis sind mit der Kontrolle des Lebensatems der Lunge beschäftigt, während die alten Raja-Yogis ihn als Mental-Atem betrachteten, denn nur die Beherrschung dieses bewußt geistigen Atems führt zu dauerndem

Hellsehen und zur Tätigkeit des dritten Auges. Die Beherrschung des physischen Atems allein kann zu schwerer Schädigung der Nervenzentren (Chakras) führen. Künstliches Ozon ist nur von geringer Hilfe. Prana wird vom höchsten Feuer gereinigt, und erst dieser Zustrom macht es schöpferisch. Selbst in den niederen Ebenen und in den Straßen einer Stadt, wo nur wenig Prana vorhanden ist, soll man, ehe man einen Entschluß faßt, so tief wie möglich atmen.

So erreicht uns vielleicht doch ein Teilchen des Pranasegens. Ein im Herzen tief gefühltes Einatmen führt zu einer seelischen Erleichterung. Ein Yogaschüler muß auf alle Fälle seine Atmungsorgane rein halten; deshalb wird empfohlen, vor dem Einschlafen die Nase mit Menthol-Vaseline einzufetten. Dies schützt auch vor Schnupfen. Außerdem ist das Trinken von heißer Milch mit Speisesoda sowie Genuß von Pfefferminz- und Baldriantee abends sehr nützlich. Der Gebrauch von Speisesoda ist allerdings nur dann zu empfehlen, wenn der Magen nicht anacid ist, d.h. Magensäure-Mangel aufweist.

#### **Licht - Luft - Gase**

"Arbeitet bei Licht, entscheidet bei Licht, trauert bei Licht, freut euch bei Licht. Nichts kann mit der Lichtquelle verglichen werden. Selbst die beste Elektrizität, die hoch-blaue, spendet achttausendmal weniger Licht als ein Sonnenstrahl. Bald wird die Erforschung des Fotoplasmas den Arbeitsmethoden eine neue Richtung geben" (Blätter aus dem Garten MORYA II, 352). "Es ist gut, in der Sonne zu sein, doch der Sternenhimmel trägt ebenfalls zum Gleichgewicht der Nerven bei. Der Mond hingegen ist nicht gut für uns. Das reine Licht des Mondes zersetzt das Prana.

Des Mondes Magnetismus ist beträchtlich, doch für Entspannung ist er nicht günstig. Oft ruft der Mond Bedrückung und Müdigkeit hervor, wie dies Leute tun, die unsere Lebenskraft absaugen" (Blätter aus dem Garten MORYA II, 87). "Nutzt die Höhenluft. Ermüdet euch nicht. Auch ein Taucher darf nicht tauchen, wenn er müde ist. Ich übertreibe nicht, ihr braucht Luft im Harmagedon. Prana ist wie Nahrung des Herzens" (Herz, 568).

## **Höhenluft hat Einfluß auf das Blut, die Blutkörperchen vermehren sich.**

Die Kenntnis von der Zusammensetzung der Luft ist ein wichtiger Bestandteil der Lebenskunde. Bis jetzt haben wir von der Luft nur ganz geringe Kenntnisse, und ihre psychischen Wirkungen sind überhaupt völlig unbekannt. Stickige und verpestete Luft ruft nicht nur Atembeschwerden, sondern auch Angstzustände und Depressionen hervor. Wie notwendig wäre es daher, für die Untersuchung der Luftbeschaffenheit sehr empfindsame Apparate einzusetzen. Gegenwärtig wird die Luft infolge einer naturwidrigen Technik durch Industrieabgase, Rauch, Benzin- und Öldämpfe bis zur Unerträglichkeit verunreinigt. Oft stößt man nicht nur in den Städten, sondern auch auf dem Land auf sehr schlecht gelüftete oder gar ungelüftete Häuser. Solche Häuser sind Brutstätten für allerlei Krankheiten und drücken auf die feurige Ausstrahlung des Herzens.

Die Menschen geben sich der irrigen Annahme hin, daß Giftgase nur im irdischen Leben zerstörend wirken. Weit größer aber ist die Gefahr der todbringenden Rauchgase, vor allem für die Schichten der Atmosphäre und die chemische Verbindung zur Sternenwelt. Jeder, der sich einmal in einem rauchgeschwängerten Raum aufhielt, wird begreifen, daß Rauchgase nicht nur das Leben gefährden, sondern auch das planetare Gleichgewicht stören.

Wenn schon offenes Feuer auf dem Feld zerstörend auf den Intellekt wirkt, wieweit schädlicher wirken erst die Auspuffgase und der Rauch der Fabrikschlote! Auch Tabakrauch beeinträchtigt den Intellekt. Am schädlichsten jedoch sind die für Kriegszwecke erfundenen Giftgase sowie die durch Atombomben gesteigerte Radioaktivität. Diese Erfindungen bilden die Krone menschlichen Hasses. Wie kann eine gesunde Generation geboren werden, die schon am Anfang der Keim des Todes erwartet! "Es ist verbrecherisch, den menschlichen Organismus der Einwirkung wenig erforschter Energien auszusetzen. Dadurch können sehr viele zur Degeneration verurteilt werden. Eine solche Erbmassenverschlechterung geht unmerklich vor

sich. Die Folgen sind jedoch entsetzlich. Der Mensch verliert seine besten Ansammlungen.

Es ist, als ob sein Gehirn allmählich gelähmt würde, ähnlich wie bei einer Opiumvergiftung. Die Symptome der Opiumraucher sind denen der Vergiftung durch Kohlendgas oder Benzin ähnlich. Die Menschen sollen gebeten werden, die Städte nicht durch Benzin und Öl zu vergiften. Die Gefahr der Sinnesverwirrung wächst" (Bruderschaft, 294).

Für einen Yoga-Schüler ist es besonders wichtig, sich nach Möglichkeit in Höhenluft aufzuhalten. Die giftige und rauchige Atmosphäre der Großstädte ist eine wahre Höllenqual für ihn. Gewiß, für die meisten Suchenden ist es schwer, sich aus dieser Umgebung zu befreien.

Man verbringe wenigstens seine Freizeit möglichst in guter, mit Prana gesättigter Luft. Bei zunehmender Höhe gehen sowohl das Nahrungs- als auch das Schlafbedürfnis zurück. Die Berge haben eine besondere Bedeutung. Man fühlt sich auf ihnen nicht ohne Grund auch geistig-seelisch in höhere Regionen versetzt. Es wäre jedoch ein nie gutzumachender Fehler, die Zustände der Berge auf künstliche Weise den irdischen Lebensgewohnheiten anzupassen. Künstliches Prana und Ozon sind wertlos. Die Emanation von Nadelbäumen ist unersetzlich. Gleich einem Akkumulator speichern sie die Lebenskraft und verdichten die Vorräte von Prana. Es ist gut, im Zimmer kleine Nadelbäume zu halten.

Wo das nicht gelingt oder unmöglich ist, sollte man wenigstens harzige Essenzen zerstäuben. Diese reinigen die Atmosphäre und vertreiben unerwünschte Wesenheiten, die sich im Umkreis der menschlichen Auren befinden. Man verwende zu diesem Zweck Pfefferminzöl oder auch Eukalyptusöl.

Es genügt, wenn man fünf bis zehn Tropfen in einer Schale mit heißem Wasser verdunsten läßt. Im Schlafzimmer sollte man ein solches Gefäß in die Nähe des Kopfkissens stellen. Pfefferminze oder auch Mentholpräparate sind für die Lokalanästhesie unersetzlich und dienen auch als erfrischende Kühlung bei allen Entzündungsprozessen, denen

die Yogis in den Anfangsstadien der Entwicklung ausgesetzt sind.

Die Schmerzen eines Yogi stehen oft mit dem Entzündungszustand der Nervenzentren und mit den Drüsen in Zusammenhang. Vor allem mit den Drüsen stehen die Nervenkanäle in enger Verbindung.

#### **Nervenzentren - Sonneneinfluß**

Auch wenn der Yoga-Schüler ein großer Freund des Sonnenlichts ist, muß er dennoch seinen Scheitel vor einer unmittelbaren Einwirkung der Sonnenstrahlen schützen. Darum rafften früher und rafften auch heute noch die Yogis die Haare zu einem Knoten auf dem Scheitel.

Diese Frisur wurde nicht ohne Grund durch Jahrtausende auch von den Menschen im allgemeinen übernommen. Die abendländische Mode verbietet dies jedoch, wenn schon nicht den Frauen, so doch den Männern. Dessenungeachtet muß das Zentrum der Glocke, d.h. die Scheitelgegend, auf alle Fälle vor starkem Sonneneinfluß geschützt werden, selbst auf die Gefahr hin, daß Neugierige vielleicht unter der Mütze einen Spatzen vermuten.

Die Sonnenstrahlen haben außerdem zu Zeiten, in denen Sonnenflecken auftreten, einen schädlichen chemischen Einfluß, der das Ansteigen menschlichen Wahnsinns begünstigt, weshalb in solchen Zeiten auch sehr viele Wahnsinnstaten, wie Morde, Einbrüche, Sexualverbrechen u. dgl. geschehen. Befinden sich die Nervenzentren (Chakras) im Stadium der Entwicklung, muß man die unmittelbare Sonnenbestrahlung auf alle Fälle vermeiden. Gleichfalls sind in diesem Zustand übermäßige Übungen und physische Anstrengungen sehr schädlich. Übermäßige Sonnenbestrahlung ist zudem krebsfördernd, denn der Krebs ist eine Zellenverbrennungs-Erscheinung. Ein Yoga-Schüler muß überhaupt den Nervenzentren größte Aufmerksamkeit zuwenden, da deren Entfaltung meist unbewußt vor sich geht und mit unerklärlichen Krankheiten, ähnlich wie Asthma, Schwindsucht, Rheumatismus, stechende Schmerzen, Schwindelanfälle und sonstigen, den Ärzten unbekanntem, meist kurzfristigen Krankheiten verbunden ist.

Bei geistiger Entwicklung ist das Sonnengeflecht das auf Verdauung und Nerven einen großen Einfluß ausübt, eines der wichtigsten Zentren, das von der Medizin leider noch nicht offiziell erforscht ist. Nervenspannungen führen zu Aufregungen. In solchen Fällen ist es zur Beruhigung der Zentren am besten, kurze Zeit zu hungern, Baldriantee sowie heiße Milch mit Speisesoda (Natriumbicarbonat) zu sich zu nehmen, damit vor allem das Herz entlastet wird. In diesem Zustand wäre es völlig falsch, eine Beruhigung mit Narkotika oder Alkohol herbeiführen zu wollen. Im übrigen sei noch erwähnt, daß bei Nervosität kalte Duschen schädlich sind.

### **Nikotin und Rauchen**

Jeder reizende Rauch, vor allem Tabakrauch, ist schädlich. Das Rauchen entzieht uns Lebenskraft. Ein Mensch, der einen mit Tabakrauch angefüllten Raum betritt, wird vergiftete Partikelchen mit sich forttragen. Ein feinfühlernder Nichtraucher riecht den Raucher schon an seiner Kleidung. Hier werden zahlreiche sogenannte Esoteriker, speziell "vermeintliche Eingeweihte", die ihre noch nicht überwundene Raucherschwäche damit zu entschuldigen suchen, daß Frau H.P. Blavatsky, die Begründerin der Theosophischen Gesellschaft, also eine auf hoher Stufe stehende Persönlichkeit, ebenfalls geraucht habe.

Gewiß, H.P.B. hat geraucht. Doch dieser Umstand, ihr außergewöhnlich schweres Leben sowie die großen Anstrengungen, denen sie ausgesetzt war, haben sie auch daran gehindert, ihr Lebenswerk rechtzeitig zu beenden und einen weiteren Band der Geheimlehre niederzuschreiben. Unglücklicherweise hat Frau Blavatsky die Legende von der Pfeife des Meisters MORYA hinterlassen, die Er anläßlich eines Besuches bei ihr geraucht habe.

So fragte einmal auch ein führender Mann einer esoterischen Schule, die fälschlicherweise gerade in bezug auf Rauchen und Fleischgenuß ihren Schülern keinerlei Einschränkungen auferlegt, ob dem Verfasser nicht bekannt sei, daß sein Meister auch eine Pfeife schmauchte. Dazu kann nur gesagt

werden, daß keiner von den Meistern der Weisheit Tabak raucht. Frau Blavatsky vergaß in ihrer Erzählung leider zu erwähnen, was sich in der Pfeife von M.M. befand. Es war nämlich kein Tabak, sondern ein besonderes Ozonpräparat, das IHM Erleichterung verschaffte, als ER von den hohen Bergen in die stickige Atmosphäre der Täler kam. Daher die Legende von Seiner Pfeife und vom Rauchen.

Daß das Rauchen schädlich ist, wurde von den Meistern der Weisheit nicht etwa aus Bosheit behauptet, um die Schüler zu quälen, sondern entspricht den Tatsachen. Dies wird nun endlich auch von der medizinischen Wissenschaft mit statistischem Material einwandfrei bewiesen. Am 74. Chirurgenkongreß 1957 in München referierte Prof. K.H. Bauer (Heidelberg) über die Krebsursachen und betonte dabei eindringlich, daß Bronchialkrebs das Produkt inhalierter Krebserreger sei, die ausschließlich durch das Rauchen in den Körper gelangen.

Es ist vor allem bemerkenswert, daß nach Erfahrungen der Ärzte gerade jene Krebsarten im sprunghaften Ansteigen begriffen sind, die im Bereich der sogenannten "Raucherstraße", nämlich Lippe, Zunge, Mund, Kehlkopf und Lunge, vorkommen. Die Statistiken bewiesen eindeutig, daß Krebs als Todesursache in jedem Land der Erde in enger Korrelation mit dem Zigarettenverbrauch steht. Auf Nichtraucher entfielen bisher - je 10.000 Einwohner - vier Fälle von Lungenkrebs, der übrigens auch durch Benzindämpfe verursacht wird, auf Gelegenheitsraucher bereits 102 Fälle, bei einem täglichen Verbrauch bis 20 Zigaretten bereits 128 Fälle von Lungenkrebs. Bei starken Rauchern trat diese Krebsart bis zu 460 Fällen auf. Nikotin ist jedoch nicht nur ein Krebserreger, sondern es verursacht auch schwere Herzschiäden. Dies wurde bei einem ärztlichen Symposium 1957 in Wien eindeutig festgestellt.

Der Herzinfarkt, oder wie der Volksmund sagt, der Herzschlag, ist nicht in erster Linie eine Manager-Krankheit, sondern vor allem auf Tabakrauchen zurückzuführen. Experimentell konnte festgestellt werden, daß Nikotin die Gefäße der Herzmuskulatur verengt, und zwar auf einem sehr komplizierten Weg. Nikotin veranlaßt nämlich die Hypophyse ein

eigenes Hormon abzusondern, das sogenannte Vasopressin, das durch die Verengung der Herzgefäße den Herzinfarkt auslöst. Nicht genug damit, reduziert Nikotin auch die Hautdurchblutung und führt infolge einer Erregung der Zentralstelle des vegetativen Nervensystems eine Verengung der Gefäßmuskulatur herbei.

Schließlich dürfte Nikotin auch einen direkten Einfluß auf den Herzmuskel selbst haben. Die Medizin spricht deshalb schon von einem Tabakerz, das Herzklopfen, Schwindel und Atemnot verursacht, in weiterer Folge Angina pectoris und schließlich Herzinfarkt. Dozent Kaindl (Wien) berichtete bei besagtem Symposium, daß laut umfangreichem Krankenmaterial der tödliche Herzinfarkt die Raucher zu 87%, die Nichtraucher jedoch nur zu 13% getroffen habe. Dieses alarmierende Tatsachenmaterial sollte jeden Raucher endgültig dazu veranlassen, den Nikotingenuß für immer einzustellen. Handelt es sich doch beim Nikotin nicht etwa um ein notwendiges Nahrungsmittel, sondern um ein höchst überflüssiges Genußmittel.

Dazu kommt noch, daß die durch Nikotin verursachten Krankheiten nicht immer schon in diesem Leben in Erscheinung treten und nicht unbedingt jetzt verbüßt werden müssen. Zahlreiche Krankheiten, die heute verursacht werden, jedoch nicht zum Ausbruch kommen, können karmisch in nächsten Inkarnationen auftreten. Andererseits haben heute viele Menschen unerklärliche Leiden, weil sie Fehler vergangener Leben bis zu vier Inkarnationen büßen. Bei diesem Wissen wäre es wirklich unverantwortlich, für die Zukunft neue Krankheiten zu verursachen.

### **Narkotika - Rauschgift - Alkohol**

"Arglist, Zweifel, Glaubenslosigkeit, Ungeduld, Faulheit und andere Eingebungen der Finsternis trennen die irdische Welt von den Höheren Sphären. Anstatt den Weg des Guten einzuschlagen, versuchen die Menschen, die Ekstase des Geistes durch verschiedene Narkotika zu ersetzen, die das Vorhandensein der jenseitigen Welt vortäuschen sollen.

Beachtet, daß in vielen Religionsformen als spätere Zusätze sehr kluge Zusammensetzungen von Narkotika zu dem Zweck eingeführt wurden, das Bewußtsein über den irdischen Zustand künstlich zu erheben. (Anmerkung: heute versucht man dies bereits mit Hilfe chemischer Drogen zu erreichen, siehe Prof. Huxley.)

In der Tat, die Verfehlung solcher Gewaltmaßnahmen ist groß, sie führen nicht nur nicht an die Welten heran, sondern im Gegenteil, sie verfremden und verrohen das Bewußtsein. Gleicherweise ist das irdische Leben mit dauernden Vergiftungen durchdrungen, mit denen die Menschen einander so liebevoll aufwarten. Lehrer aller Zeiten wiesen der Menschheit den reinen Pfad des Geistes, der zur Verbindung mit den Höheren Welten führt, aber nur wenige wählten den Pfad, den ihnen ihr Herz offenbarte. Besondere Aufmerksamkeit muß der Befreiung von Vergiftungen zugewendet werden.

Ein beträchtlicher Teil des Bodens der Erde ist bereits verseucht, genauso wie ihre Oberfläche. Neben den Narkotika haben die Menschen offensichtlich schreckliche Substanzen erfunden, die nicht nur nicht der Gesundheit dienen, sondern den geistigen Tod herbeiführen. Eine Unmenge von giftigen Ausdünstungen erstickt die Städte. Die Menschen beschäftigen sich mit der Herstellung von Substanzen, die weit gefährlicher als Narkotika sind. Narkotika schaden den Süchtigen selbst, aber tödliche Gase quälen alles, was lebt. Man kann Rauschgifte nicht streng genug verdammen, aber weit mehr noch diese mörderischen Erfindungen. Einstmals verfielen die Menschen zuweilen in den Fehler, trügerische Ekstase herbeizuführen, aber heute schämen sie sich nicht, im Namen der Wissenschaft den Intellekt und den Geist ihrer Nächsten zu töten" (Feurige Welt II, 351).

"So empfehlen Wir zur Kräftigung der Aktivität Moschus, aber Wir sind gegen Narkotika, die den Intellekt beruhigen und abtöten. Wie soll sich dann die für das künftige Leben so nötige Qualität der Gedanken entfalten, wenn wir sie mit Gift abstumpfen? Doch die medizinische Wissenschaft geizt nicht im Hervorbringen lebender Leichname" (Hierarchie, 186).

Es ist bekannt, daß nicht allein Nikotin und Narkotika den Intellekt herabsetzen, sondern auch der Alkohol. Es gibt keinen abscheulicheren Anblick als den eines betrunkenen Menschen. Außerdem setzt sich der Betrunkene der Gefahr einer bestimmten Sucht und Besessenheit aus. Der Dämon Alkohol hat nicht nur einzelne Menschen physisch und seelisch ruiniert, sondern auch Familien zerstört und ins Elend gestürzt. Alkohol darf nur für medizinische Zwecke verwendet werden, da zahlreiche Essenzen vorläufig nur mittels Alkohol konserviert werden können. Jedem Yoga-Schüler wird daher Abstinenz bzw. eine gesunde Enthaltbarkeit als Gegengewicht gegen die furchtbaren Ausschweifungen empfohlen. Diese Abstinenz bedeutet jedoch nicht Asketismus, sondern ist eine vernünftige Lebensweise, die im Interesse jedes Menschen liegt.

### **Fäulnis und Unrat**

Fäulnis muß unbedingt vermieden werden, selbst Gemüse darf nicht in Zersetzung übergehen. Man sollte im Haus nichts Verdorbenes und Schmutziges herumliegen lassen. Sogar das Vorhandensein von abgestandenem und gebrauchtem Wasser oder sonst in Gärung begriffener Stoffe ziehen unerwünschte feinstoffliche Wesenheiten sowie Ungeziefer an.

Sobald es einmal möglich wird, diese Wesen der Feinstofflichen Welt zu fotografieren, wird man den Unterschied zwischen der Umgebung eines stark riechenden Käses oder Fleisches und der einer frischen Rose feststellen können. Abgesehen von logischen Argumenten wird man deutlich sehen, daß die Wesenheiten, die von faulendem Fleisch angezogen werden, ekelerregend sind. Diese Liebhaber des Verfalls nähern sich sogar dem Mund eines Essenden. Man kann auch insofern entsprechende Erfahrungen sammeln, indem man unter günstigen Bedingungen Sachen und deren Umwelt fotografiert. Wie immer verlangt dieses Experiment Geduld und Beharrlichkeit. Man soll mit ganz bestimmten gleichbleibenden Gegenständen beginnen. (Nähere Erklärungen in den Büchern über psychische Energie.)

Sowohl Rauch als auch der Geruch von brennendem Abfall und der Duft von Fleisch sind immer schädlich. Staub und alle Partikelchen von Schmutz und Zerfall müssen vermieden werden, denn sie dringen in die Poren der Haut ein. Man soll auch abgetragene Sachen nicht aufbewahren und im geistigen Bereich überholte Anschauungen ablegen. Es ist wichtig, aus einem Heim alle faulenden Stoffe zu entfernen.

Neben in Zersetzung befindlichem Fleisch, Käse und Wasser sind auch faulende Früchte sowie welkende Blumen vom Übel. Die Entfernung solcher in Zersetzung befindlicher Stoffe ist nicht nur eine Sache der Hygiene und der Schönheit, sondern entspricht auch der Erkenntnis der Gesetze der Feinstofflichen Welt. Da sich niedere Wesenheiten nur von den Emanationen zersetzender Stoffe nähren, geben sie sich, wenn faulendes Fleisch und gärende Milchprodukte fehlen, auch mit sterbenden Pflanzen zufrieden.

#### **Schnittblumen - ein Unfug**

Schnittblumen sind ein grober Unfug. Wer würde vergleichsweise in seiner Wohnung verendete Tiere aufbewahren und sie in Fäulnis übergehen lassen? Schnittblumen sind sterbende Wesen, bei denen der Lebenssaft oder das pflanzliche Blut langsam ausfließt und einen unangenehmen Geruch verbreitet, der niedere feinstoffliche Wesen anzieht.

Vielleicht mag in manchen Fällen der ursprüngliche Duft der lebenden Blumen noch stark nachwirken, dessenungeachtet können sensible Menschen in einem Raum mit Schnittblumen nur schwer schlafen. Es sei gleich vorweggenommen, daß die Rose nicht zu den Schnittblumen zählt, sondern zu den Sträuchern und deshalb geschnitten werden darf. Sind Schnittblumen unvermeidlich, sollen nur Rosen verwendet werden. Von den reinen Sträuchern soll immer der Rose der Vorzug gegeben werden, weil sie ein stark riechendes Öl enthält.

Anstelle von Schnittblumen wird empfohlen, lebende Blumen, die in Ton- oder sonstigen Blumentöpfen gezogen werden können, zu halten. Rosen jedoch möge man den Vorzug geben, da sie die

meiste feurige Energie ausstrahlen. Liebhaber von Rosen nähern sich der feurigen Energie. Die Wesenheiten, die von der Zersetzung leben, meiden die reinen Gerüche der Feurigen Welt. Lebende Blumen, d.h. ungeschnittene, haben durch ihren Duft und ihre Schönheit eine heilsame Ausstrahlung. Der belebende Duft vertreibt jene niederen Wesenheiten, die sich bei jedem Herd festzusetzen trachten. In der Zeit, in der keine Blumen blühen, ist es nützlich, kleine Nadelbäume zu besitzen, die Prana akkumulieren. Sie speichern nämlich Lebenskräfte und beeinflussen den Atem günstig.

Sehr nützlich sind kleine Föhren und Zedern. Leider bereitet ihre Aufzucht in den Wohnungen große Schwierigkeiten. "Nichts speichert die Essenz von Prana so sehr wie Pflanzen. Sogar Pranayama kann durch die Verbindung mit den Pflanzen ersetzt werden. Es ist wichtig, die Aufmerksamkeit auf die Zusammensetzung der Pflanzen zu richten. Die Poren der Pflanzen erweitern sich nicht nur mittels neuer Blätter und Blüten, sondern auch durch das Entfernen der abgestorbenen Teile.

Das Gesetz der Ernährung der Erde mittels Pflanzen gibt die Möglichkeit, aus diesem Reservoir durch Riechen und Sehen wertvolle Eigenschaften der Lebensfähigkeit, die sogenannte "Naturovaloris" zu schöpfen, die durch bewußtes Bemühen erlangt werden kann" (Blätter aus dem Garten MORYA II, 159). Im Zusammenhang mit den Schnittblumen kann die Frage auftauchen, ob der - in deutschen Landen - beliebte Brauch der Weihnachtsbäume beibehalten werden kann oder nicht. Gewiß, dagegen ist nichts einzuwenden, denn ein Baum ist keine Schnittblume, und hier setzt auch keine Fäulnis ein. Im Gegenteil, man wird längere Zeit in den Genuß der den Nadeln entströmenden Prana-Emanation gelangen, und die sterbende vegetative Seele des Baumes wird es nicht verübeln, wenn dieser wenigstens für kurze Zeit einen Ehrenplatz im Haus zugewiesen erhält.

Die andere Frage jedoch ist, ob es zweckmäßig ist, zur Weihnachtszeit so zahlreiche Bäume umzusägen. Einem guten Herzen bereitet ein Berg von umgesägten Bäumchen schmerzliche Wehmut, zumal ein

Arrangement von Tannenzweigen, wie es bei Adventkränzen üblich ist, denselben Zweck erfüllen kann.

Ebenso schmerzlich, wie der Anblick abgesägter Bäumchen, ist jener abgerissener und meist weggeworfener Feldblumen. Wann werden Eltern und Erzieher die Kinder endlich dazu anleiten, die Blumen auf den Wiesen zu belassen, da sie in ihrer lebendigen Pracht weit schöner sind als selbst in der wertvollsten Vase zu Hause.

Auch bei Begräbnissen wäre es zweckmäßig, teure Blumenspenden zu unterlassen und entweder nur Tannenkränze mit künstlichen Blumen zu verwenden oder besser noch, das Geld für wohltätige Zwecke einzusammeln.

#### **Ungeziefer und Tiere in den Wohnungen**

Wenn von Schnittblumen abgeraten wird, so ist es noch weniger statthaft, Tiere in den Wohnräumen zu halten. Dies gilt nicht allein für die beliebten Vierbeiner, sondern auch für die Vögel in Käfigen und die Fische in Aquarien. Alles Niedrige zieht Niedriges an. Niedrige feinstoffliche Wesen werden nämlich mit den Haustieren in die Wohnung gebracht.

Es können sich auch umherstreunende Hunde und Katzen plötzlich zeigen, desgleichen auch Mäuse sowie anderes aufdringliches Ungeziefer und Insekten, die durch niedere feinstoffliche Kräfte angezogen oder herbeigeschickt werden. Viele feinstoffliche Wesen stärken ihre Substanzen nur von Tieren; außerdem können viele niedere feinstoffliche Manifestationen ohne Mitwirkung von Tieren überhaupt nicht stattfinden.

Für die Wissenschaft wäre es gut, die Verbindung der Tiere mit der Feinstofflichen Welt zur Kenntnis zu nehmen und zu beobachten. Unter gar keinen Umständen darf man Tiere ins Schlafzimmer einlassen. Hunde ins Bett mitzunehmen ist ein ganz grober Unfug. Wenn schon Hunde und Vögel niedere Ausstrahlung besitzen, was soll dann erst von Katzen gesagt werden, die ganz entschieden der finsternen Kräftegruppe angehören. Es ist nur ganz

wenigen Menschen bekannt, daß Katzen eine große Zuneigung zu Besessenen haben und diese gern um schwärmen, wogegen Hunde knurren und Pferde unruhig werden oder scheuen, wenn sich ihnen Besessene nähern. So war es in früheren Zeiten in großen Häusern üblich, Gäste am Hundezwinger vorbeizuführen oder mit ihnen den Pferdestall zu besichtigen, um Rückschlüsse auf die Mentalität des Besuchers zu ziehen.

Haustiere gehören also ganz entschieden auf ihre Plätze, d.h. in einen eigenen Stall. Wohl soll man Tiere lieben; sind sie doch die jüngeren Brüder der Menschheit, und durch menschliche Liebe und Fürsorge kann man ihnen helfen, sich bessere Eigenschaften anzueignen, was ihrer raschen Evolution dienlich ist. Falsch jedoch ist die Sentimentalität mancher Menschen Tieren gegenüber, die an Unnatürlichkeit und Widerlichkeit grenzt.

Es gibt Menschen, die einer Wespe oder einer Motte nichts zuleide tun können, andererseits aber bedenkenlos in Gedanken Menschen morden und jährlich ein Schweinchen oder ein Achtel von einem Ochsen oder mehr verzehren. Das ist eine abwegige Moral und ein sentimentaler Tier-Pazifismus, der die Grenzen menschlicher Vernunft unterschritten hat. Die Beseitigung von Ungeziefer ist eine Frage der Reinlichkeit und Hygiene. In einer sauberen und gut gelüfteten Wohnung wird sich Ungeziefer selten halten, und selbst lästige Insekten werden sich in der Regel entfernen, wenn man sie einem frischen Luftzug aussetzt, sonst aber unbehelligt läßt. Kann Ungeziefer jedoch nicht auf friedliche Art entfernt werden, ist selbstverständlich jede Art der Abwehr erlaubt, die zweckmäßig erscheint. Schließlich muß man sich dem Bösen widersetzen, und das Ungeziefer ist eine Materialisation negativer Gedanken.

### **Wasser und Feuer im Alltag**

Stehendes Wasser ist schlecht, denn es zersetzt sich und dient nicht zur Offenbarung der psychischen Energie. Nicht nur, daß das Volk den Erdstrahlen keine Beachtung schenkt, gibt es sich auch keine Rechenschaft darüber, welche Art Wasser es trinkt. Zu

seinem Schutz wird das Wasser mittels Chlor chemisch gereinigt, zugleich aber biologisch weitgehend abgetötet und sein Lebensmagnetismus zerstört.

In kritischen Fällen wird dem Volk empfohlen, nur gekochtes Wasser zu trinken. Dabei aber wird ganz vergessen, daß gewisse Lebewesen im gekochten Wasser nicht leben können und dieses voll von Mikrobenleichen ist, die in Zersetzung übergehen. Außerdem nimmt das sich abkühlende gekochte Wasser auch eine große Anzahl abgestorbener Teile aus der Luft auf. Durch Verwendung von abgekochtem, abgekühltem Wasser, das außerdem lange gestanden hat, wird die Lebensfähigkeit des Gehirns herabgesetzt, es versetzt den Körper in einen trägen Zustand. Hingegen erfrischt gutes und fließendes Hochquellwasser, dessen Temperatur zwischen +4 bis +9 Grad Celsius liegt, sowohl den Körper als auch den Geist.

Abgekochtes Wasser sollte sofort und sehr warm getrunken werden, was auch für mit Wasser zubereitete Speisen gilt. In offenen Quellen sind Bimsstein, Tuff und Alaun als Reiniger von Nutzen. Reines Wasser stillt nicht nur den Durst, sondern reichert auch die Luft mit Sauerstoff an. Mit reinem Hochquellwasser kann man sogar offene Wunden behandeln, denn es ist wie das Licht ein Heilmittel. Es wird viel von der Bedeutung des Feuers gesprochen, aber man vergißt ganz, daß das Feuer der beste Reiniger ist. Lagerfeuer, Holz- und Öllampen sowie Kerzenfeuer reinigen den Raum und verhindern Ansteckung.

Man kann beobachten, daß auch wissende Menschen in Verbindung mit Elektrizität lebendiges Feuer besitzen, das die Flamme des Weltraums so leicht anzieht. Fragt den Arzt, welche Rolle eine brennende Kerze bei Desinfektion spielt. Er wird diese Frage wahrscheinlich sinnlos finden, weil es ihm nicht eingefallen ist, über das lebendige Feuer nachzudenken. Wozu brennen Öllampen in den Tempeln Tag und Nacht, wenn nicht zur Reinigung? Weshalb war es ein alter Brauch, einen Kranken mit Feuer zu umgeben? So ist das Feuer Arzt und Beschützer zugleich. Das lebendige Feuer im Ofen hält auch vom Arbeitenden Krankheiten fern. Lebendi-

ges Feuer ist daher zum Heizen günstiger als eine andere künstliche Wärmequelle. Das Freudenfeuer, als Symbol der Reinigung, ist wahrlich ein medizinischer Begriff. So lehrt die LEBENDIGE ETHIK.

### **Wohnraum, Küche und Schlafzimmer**

Wohnräume sollten zweckmäßig eingerichtet sein. Man soll sie nicht mit alten bzw. antiken Möbeln ausstatten. Ist das aber unvermeidlich, so muß besonders gelüftet werden. Alte Sachen haben nur dann einen Wert, wenn ihnen gute Emanationen ihrer früheren Besitzer anhaften. Nicht ohne Grund wird angeraten, sich der alten Sachen zu entledigen, weil diese meist nicht mit positiver psychischer Energie und sonstigen guten Gedanken-Emanationen aufgeladen sind.

Im alten Indien war es Sitte, jedem neuen Herrscher ein neues Schloß zu bauen und mit neuem Inventar einzurichten. In alten Schlössern spukt es nicht nur, sondern darin ist auch der gedankliche Unrat infolge Hofintrigen und Palastrevolutionen vergangener Jahrhunderte aufgespeichert, der sich sehr unheilvoll auswirken kann. Man soll daher alte Schlösser für Wohnzwecke meiden. Unpassend ist es auch, in Wohnräumen Leoparden- und Löwenfelle, Krokodil- oder Schlangenhäute sowie ausgestopfte Tiere und Jagdtrophäen aufzubewahren oder nekromantische Gegenstände.

Wer die Bedeutung des Magnetismus im tierischen Organismus erkannt hat, wird verstehen, wie lebenskräftig die organischen Fluida sind und wie unnatürlich die Mischung von menschlichen und tierischen Fluida verschiedener Art ist. Wichtig zu wissen ist auch, daß gerade die Wesen der niedrigsten Ebenen der Feinstofflichen Welt durch Nekromantie (Totenbeschwörung) und Mediumismus angezogen werden. In der Küche sollte man keine schädlichen Brennstoffe verwenden. Die Verwendung von Gas ist ungünstig, leider aber heute sehr gebräuchlich.

Auch sollte man sich nicht zu lange bei Kochherden aufhalten, da bekanntlich die Gerüche und Ausdünstungen von Nahrungsmitteln, besonders von

Fleisch, gewisse unerwünschte Gäste aus dem feinstofflichen Bereich anziehen. Deshalb ist die Anlage von Wohnküchen nicht zweckmäßig und es sollten Wohnräume von Küchen getrennt sein. Küchen sollten nicht zum Wohnen benutzt werden. Mit besonderer Sorgfalt muß man auf reine Luft im Schlafzimmer achten. Man bedenke, daß infolge Austretens des Astralkörpers der physische Körper schutzlos zurückbleibt, und ist die Luft schlecht oder gar verpestet, können sich ungebundene Gäste leicht einschleichen. Hier sind Pfefferminz- und Eukalyptusöl das beste Reinigungsmittel, das auch dem Astralkörper nützlich ist, denn dieser verläßt den physischen Körper viel öfter als man allgemein annimmt, allerdings aus verschiedenen Gründen.

Wie es Krankheiten gibt, die im fortgeschrittenen Stadium unheilbar sind, so gibt es auch Menschen, bei denen das Sperrnetz der Aura total zerstört ist und die deshalb den Angriffen böser Kobolde und Wesenheiten schutzlos ausgeliefert sind. In solchen Fällen wird man jenen Unholden durch Verwendung besagter Duftstoffe nur für kurze Zeit begegnen können. Zwingende Pflicht eines jeden ist es, für seinen Astralkörper die besten Umstände zu schaffen.

Man muß aus diesem Grund auch darauf achten, daß im Haus weder schmutziges Wasser vorhanden ist, noch Schmutzwäsche länger verwahrt wird. Aquarien und Vogelkäfige sind unerwünschte Brutstätten, ganz zu schweigen von der Haltung weißer Mäuse oder anderen possierlichen Nagetieren. Die LEBENDIGE ETHIK lehnt auch räumliche Engigkeit, d.h. enges Beisammenwohnen auf kleinstem Raum sowie Gemeinschaftswohnen ab. Zwar wird empfohlen, Zusammenarbeit im Alltag zu bekunden, doch vor räumlicher Engigkeit und kollektiven Lebenssitten wird gewarnt, da die Entwicklung einer geistigen Gemeinschaft dadurch nur erschwert wird und eine Vermassung bzw. Nivellierung der Intelligenz sowie Verschlechterung der menschlichen Sitten unvermeidlich sind. Auf diese Weise entsteht selbst unter geistigen Freunden anstelle von Einigkeit oft nur boshafte Uneinigkeit.

Eine bewußte und freundliche Zusammenarbeit ist