Mitteilungen
der

ROSENKREUZER - GEMEINSCHAFT

Deutsche Zentralstelle
Seeheim a.d.Bergstraße

Nr. 3/4 März/April 1950

Lange hab ich mich gesträubt,
endlich gab ich nach;
wenn der alte Mensch zerstäubt,
wird der neue wach.

Und solang du das nicht hast,
dieses: Stirb und werde,
bist du nur ein trüber Gast
auf der dunklen Erde.

Goethe, Selige Sehnsucht

Von Herzen wünschen wir allen unseren Freunden
ein gesegnetes Osterfest

Österliche Gedanken

Wir sehnen uns nach einer Auferstehung: hinaus aus der Enge, dem Dunkel und der Kälte, hinaus aus der Furcht und Betrübnis, der Unrast und dem Lärm. Wohin? "In uns ist alles", sagt Hölderlins Hyperion. U n s e r D e n k e n muß österlich werden. Dazu seien Goethes Verse uns behilflich.

Dem Ostermorgen geht die Passion vorauf. Es ist, als stünden wir mittendrin in ihr und trauten uns nicht zu, die Prüfungen zu bestehen. Wir denken klein von unserer Kraft, von unserem Nächsten, von Gott. Wir errechnen die Quadrate und Oppositionen in unserem Horoskop; wir wiederholen die modernisierten Schlagworte vom Untergang des Abendlandes oder gar der Welt; wir vertrösten Gott auf die Zeit, wann wir für Herzenserhebungen die nötige Sammlung finden werden. Darum kann der neue Mensch in uns sich nicht rühren und regen, weil der alte wie eine starre Kruste aus Beton ihn umklammert hält. Sehr leise, doch immerfort weist unseres Herzens Stimme den Ausweg: selbstlos dienend dem ewigen Ganzen sich einordnen.

Die keimenden Körnlein, die schwellenden Knospen, die Blüten in Wald und Au wirken uns das Wunder vor: aus dem Erdenstoff wird Blattgrün, Blütenduft, neuer Same. Wären wir mit unserer Einstellung ihnen als ihresgleichen zugesellt, so bildeten sich an unserem Platz hohe, öde Erdhaufen - wir würden Materie aufeinanderschichten, möglichst viel Materie; aber die anorganischen Stoffe in organische umzuformen,

dazu hätten wir "keine Zeit".

Das Samenkorn opfert sich um des Keimes willen. Die Blüte opfert sich, auf daß die Frucht erscheine. Die Wasser opfern sich, um alles, was dürstet, zu erquicken. Die Sonne opfert sich, damit Frühling werde für jedes Hälmlein, jeden Käfer und selbst den verstocktesten Menschen. Und wir?

Hast du unter mehreren Kleidern eines, an dem du "hängst"? Gib es einem Armen. Heute.

Hegst du einen Groll, Neid oder Haß? Bitte Gott, daß er dir helfe, Ordnung zu schaffen, koste es, was es wolle. Bitte ihn aufrichtig. Heute.

Hast du dich jemals aus glühendem Herzen nach der Wahrheit gesehnt? Prüfe dich, ob du träge bist, deinen schlechten Gewohnheiten versklavt, deiner Eitelkeit ergeben. Sende den Ruf deines Herzens nach Licht und Befreiung ins All. Heute.

Drückt dich eine heimliche Schuld, eine furchtbare Erinnerung, die du nicht zu tilgen weißt? Leidest du die Verzweiflung eines geliebten Menschen mit? Entsetzest du dich vor dem Übermaß der Verbohrtheit und Bosheit auf Erden? Wende dich an "die himmlischen Mächte", von denen der Dichter erschauernd spricht; und wenn du die Knie nicht beugen, die Hände nicht falten, die Zunge nicht bewegen kannst: tritt hinaus in die Nacht, blick zum gestirnten Himmel auf, atme die milde Fülle dieses Glanzes, die Erhabenheit dieses unhörbaren rhythmischen Ganges ein, und überlaß es vertrauensvoll dem ungeschriebenen Gesetz, auch das menschliche Wirrsal zu schlichten. Vielleicht steigt dir dabei aus deinen Kinderjahren, da du in der Grimmschen Märchensammlung lasest, die "Nixe im Teich" wieder auf. Dann mag dir zumute werden, als wäre das, was in den uralten Märchen erzählt wird, die lautere tröstliche Wahrheit. Vergönne dir die Augenblicke unter dem Nachthimmel. Heute.

Der Geist der allumfassenden Liebe, der seit Golgatha uns Erdenbewohnern in göttlicher Selbsthingabe so leibhaft nahe ist, daß wir in jedem Korn sein Fleisch und in jeder Frucht sein Blut genießen, ja so nahe, daß eine jede Empfindung unseres Herzens von ihm selbst als seine eigene mitgelitten wird, dieser Geist wird dir Antwort geben. Er tönt uns seine Empfindungen wie eine ewige Symphonie der Schönheit zu und wartet in unsäglicher Spannung auf unser Horchen, unser Widerhallen, unser Mitsingen. Wenn bei einem von uns die "Betonmauer" zerstäubt - lautlos, ein Nichts - ist seine Erlösung ein Schrittlein nähergerückt.

Glaubst du nicht, er wolle dir in der Vorbereitung deines Ostermorgens treulich beistehen? Wage es zu denken! Erkühne dich, es für möglich zu halten, daß weiter nichts als ein ungeheuerliches Gewölk von Irrtümern uns den Anblick der SONNE verwehrt. Fühlst du dein Herz vor Freude erzittern? Sieh, das ist der erste Strahl der Freiheit. Er verkündet: Es will Ostern werden.

As

Der Centurio

Und immer wieder, immerzu, mit Schmach
und Scham, die an die Seele greift,
kehrt jener Tag zurück, so lang,
so endlos lang vom Anbruch bis zur Nacht.
Und wieder seh Sein Antlitz ich, als ob ihm Lohe
aus einem großen inn'ren Schauen gübe Licht -
Wahrheit voll Leben, der sich auch Pilatus beugte.
Und ich, der ich dabeizustehn,
die Dornen und die Geißlung anzusehen hatte,
ich fühlte seltsam sicher und gewiß,

daß der Befehl ein höheres Gesetz
als das von Rom mißachtet hatte. Er
bedrückte mich; denn als ich dann
zum Hügel ging mit Ihm hinaus,
konnt' eine wilde Unrast ich nicht stillen, ich,
der doch vom Knaben an zum Töten ward erzogen.

Derweil ich neben Ihm einherschritt,
war ich jung, obwohl ich oft, so oft
mit meinen Augen hatte Menschen sterben sehen;
doch als ich sah, wie auf dem Kreuz Er hing,
brach meine Welt zusammen unterm Himmel
voll Donnergrollen, und ich wurde alt,
alt war ich unter dem Gewicht
des Unrechts, das es fertigbrachte,
zum Tode zu verdammen einen Menschen, der doch nur
zu segnen und die mühbeladne Menge
zu heilen suchte - um die Liebe
zur Menschheit, die Er lehrte, vorzuleben.
"Fürwahr, dies war doch Gottes Sohn",
so schrie ich auf und wußte gleich,
daß Er auch dann noch meine Not erhörte -
so klar war der Gedanke, daß ich selbst,
nicht Er, gestorben war - und mein Gebet
ist das des Schächers: "Herr, gedenke mein!"

von einem Freund

(Aus Jahrg. 6, Nr.1 der Zeitschrift "Living Fellowship" ("Lebendige Gemeinschaft"), herausgegeben vom Greater New York Rosicrucian Fellowship Center. Aus dem Englischen übertragen. Titel des Originals: "The Centurian".

Das Mysterium Magnum des Rosenkreuzes

Max Heindel

Hin und wieder erhalten wir Briefe von Schülern, die ihr Bedauern zum Ausdruck bringen, daß sie beim Studium der Rosenkreuzer-Philosophie nur auf sich selbst angewiesen sind, da Mann, Frau, Kinder oder andere Verwandte sich gegen die Lehren abneigend oder gegnerisch verhalten, trotz aller Bemühungen der erwähnten Schüler, diese Freunde zu ihrem Nutz und Frommen dafür zu interessieren und dadurch einen Partner bei ihren Studien zu erwerben oder wenigstens die Freiheit zu gewinnen, ungestört ihrer Neigung folgen zu können. Diese Unstimmigkeiten bringen je nach den verschiedenen Temperamenten ein gewisses Maß von Disharmonie, und wir werden von den Schülern [illegible], um Rat gebeten, wie sie diese Widerstände am besten überwinden und ihre Anverwandten umstimmen können. Wir haben ihnen durch persönliche Briefe geraten, und es war uns vergönnt, in manchen Familien, wenn unsere Ratschläge befolgt wurden, die Verhältnisse zum Guten zu wenden. Aber wir wissen: Jene, die oft am schmerzlichsten leiden, verschweigen es meistens, und darum haben wir uns entschlossen, dieses Thema einmal näher zu betrachten.

Es wird mit Recht und sogar mit vollem Recht gesagt, daß "wenig Wissen ein gefährlich Ding sei", und dies trifft für die Rosenkreuzerlehren mit derselben Stärke zu wie für jeden anderen Gegenstand des Wissens. Darum soll unser erstes Beginnen sein, festzustellen, o b d u a u c h g e n ü g e n d K e n n t n i s s e b e s i t z e s t, um dich zu den "Geretteten" zu zählen.

Laß mich nun die Frage stellen: "Welches ist die Rosenkreuzerlehre, von der du so gerne die anderen überzeugt sehen möchtest, der aber sie

sich so sehr widersetzen? Ist es das Zwillingsgesetz von 'Ursache und Wirkung' und der 'Wiedergeburt'? Diese Lehren sind ausgezeichnet zur Erklärung einer ganzen Anzahl von Lebensproblemen und sind von großem Troste, wenn der grimme Schnitter erscheint und diesen oder jenen Lieben und Teuren aus unserer Mitte herausreißt. Aber daneben müßte man man bedenken, daß es viele Menschen gibt, die für dergleichen Erklärungen nicht das geringste Verständnis haben. Zu ihnen in ihrem ganzen Zustande paßt die Anwendung dieser Erklärung ebensowenig wie zum Taubstummen das Telefonieren. Es ist wahr, daß wir uns mit größerem Vorteil betätigen können, wenn wir uns dieses Gesetzes und seines Zweckes bewußt sind; es soll uns ein Trost sein, daß in der Tat diese Gesetze zum Wohle aller wirken, ob sie es wissen oder nicht, und darum ist dieses Wissen n i c h t d a s W i c h t i g s t e. Wenn die besagten Leute diese Lehre nicht annehmen, erleiden sie keinen großen Verlust und mögen der Gefahr entrinnen, die der Besitz von "wenig Wissen" in sich birgt.

In Indien, wo diese Tatsachen bekannt sind und von Millionen geglaubt werden, machen die Menschen wenig Anstrengungen, um materiell fortzuschreiten; denn sie wissen, daß sie unendlich viel Zeit haben, und was sie nicht in diesem Leben vollenden, bleibt eben für das nächste oder ein späteres aufbewahrt. Viele abendländische Menschen, welche die Lehre von der Wiederverkörperung annahmen, haben damit aufgehört, nützliche Mitglieder ihrer Umwelt zu sein; sie geben sich einem Leben des Müßigganges hin und laden dadurch Schmach auf die sogenannten höheren Lehren. Wenn deine Freunde von diesen Lehren nichts wissen wollen, so laß sie unbehelligt. Bekehrungsversuche zu machen, ist durchaus nicht der wichtigste Punkt der Rosenkreuzerlehren. Der Hüter am Eingange wird uns nicht auf unsere Kenntnisse hin prüfen, und er wird manche zulassen, die von diesen Dingen nichts wußten, und die Türe vor manchen verschließen, die ihr Leben dem Studium, dem Verbreiten und Lehren dieser Gesetze widmeten.

Wenn nun die Lehren von der 'Ursächlichkeit' und der "Wiedergebu rt" in dieser Hinsicht unwesentlich sind, wie verhält es sich mit der Lehre von der zusammengesetzten Wesensbeschaffenheit des Menschen? Es ist gewiß wichtig zu wissen, daß wir nicht allein aus diesem sichtbaren Körper bestehen, sondern auch einen Lebensleib haben, der jenen mit Kräften versorgt, und einen Begierdenkörper, der diese Kräfte verbraucht, und einen Verstand oder Intellekt, der unsere Bemühungen in vernünftige Bahnen leitet, und daß wir Urgeister sind, als Egos eingehüllt in einen dreifachen Schleier. Ist es nicht wichtig zu wissen, daß der physische Körper das stoffliche Gegenstück des Göttlichen Geistes ist, daß der Lebensleib das Gegenstück des Lebensgeistes und der Begierden-oder Empfindungsleib der Schatten des menschlichen Geistes ist, während der Intellekt das Bindeglied zwischen dem dreifachen Geiste und dem dreifachen Körper bildet?

Nein, es ist nicht so wichtig, diese Dinge zu wissen. Richtig angewandt, bedeutet dieses Wissen einen Vorteil, aber ebenso kann es ein bestimmter Nachteil sein in jenen Fällen, wenn man nur "wenig Wissen" darüber besitzt. Es gibt viele, die beständig über das "höhere Selbst" meditieren, derweil sie gänzlich der vielen "niederen Selbste" vergessen, die in Elend vor ihrer Türe seufzen. Es gibt viele, die Tag und Nacht von der Zeit träumen, wann sie ihre Seelenflüge als "Unsichtbare Helfer" machen werden, um die Leiden der Kranken und Kummervollen zu lindern, und dennoch keine zwanzig Pfennige für eine Straßenbahnfahrt ausgeben und keine Stunde Zeit erübrigen, um einer armen, freudlosen Seele in einem Krankenhause eine Blume und ein freundliches Wort zu bringen. Darum sage ich abermals, daß der Hüter des Einganges viel eher

geneigt sein wird, jenen einzulassen, der tat, was er konnte, als den, der viel träumte, aber nichts tat, um seinen leidenden Menschenbrüdern zu helfen.

Würde es dir gelingen, andere Menschen für das Studium der Rosenkreuzerlehren über das Leben nach dem Tode zu interessieren, so fändest du es wichtig, daß sie auch von der silbernen Schnur wüßten, die für eine Zeit von annähernd drei und einhalb Tagen unverletzt bleibt, nachdem der Geist den Körper bereits verlassen hat, und von der Notwendigkeit, den scheidenden Geist ungestört zu lassen, während das Panorama des vergangenen Lebens in den Begierdenkörper eingeätzt wird, um als seines Lebens Schiedsrichter in der unsichtbaren Welt zu dienen; du würdest wünschen, daß sie alles über das Leben im Fegfeuer wüßten, wie die bösen Taten des Lebens dort schmerzliche Rückwirkungen haben und durch diese das Gewissen schaffen, um in einem künftigen Leben der Wiederholung solcher Taten vorzubeugen, die Leiden verursachen; du würdest wünschen, daß sie wüßten, wie die guten Taten des Lebens in Tugenden umgesetzt werden, nutzbringend in einem späteren Leben, wie es in unserer Philosophie dargelegt ist.

Ohne Zweifel warst du überrascht bei unserer Behauptung, daß das Wissen von den großen Zwillingsgesetzen unwesentlich sei. Vielleicht kommt dir die folgende Feststellung unerhört vor: daß es unwichtig sei, ob andere von der uns bekannten Zusammensetzung des Menschen wissen oder nicht; und gewiß würdest du erschüttert sein, wenn man behauptete, daß die Kenntnis der Rosenkreuzerlehren über den Tod und das Hinübergehen des Geistes in die unsichtbaren Welten ebenfalls - immer in Hinsicht auf den oben erwähnten Zweck gesprochen - verhältnismäßig unwichtig sei. Es ist wirklich belanglos, ob deine Anverwandten diese Lehren verstehn und an sie glauben oder nicht. Was dein eigenes Hinscheiden betrifft, so wird ein ernstes Ersuchen, deinen Körper für die entsprechende Zeit ruhig und ungestört zu lassen, wahrscheinlich buchstäblich befolgt werden; denn im allgemeinen haben Leute über dergleichen "letzte Wünsche" eine fast abergläubische Anschauung; und wenn einer deiner Freunde stirbt, so bist ja du mit diesem Wissen zugegen und kannst das Nötige veranlassen. Darum sei unbesorgt, wenn die Deinigen sich weigern, diesen Teil der Rosenkreuzerlehren anzunehmen.

Nun wird der Schüler vielleicht sagen: "Wenn das Wissen dieser vorhin erwähnten Dinge, die von so großem praktischem Werte zu sein scheinen, für den Fortschritt unwesentlich ist, dann geht daraus hervor, daß es sich ebenso verhält mit dem Studium über Perioden, Weltkreisläufe, Weltkörper u.s.w. Schließlich kann man das von allen Dingen sagen, die in der "Weltanschauung" gelehrt werden, und von der Rosenkreuzerlehre, die wir aufgenommen und der wir Glauben geschenkt haben, bleibt nichts übrig!"

B l e i b t n i c h t s ü b r i g ? Doch, in der Tat, a l l e s b l e i b t ü b r i g ; denn die erwähnten Dinge sind nur die S c h a l e , die du d u r c h b r e c h e n mußt, um das Fleisch in der Nuß, den Kern, zu gewinnen! Du hast vielleicht schon mehrere Male die "Weltanschauung" gelesen. Ja, es mag sein, daß du sie studiert hast und auf dein Wissen über das Weltmysterium stolz bist - aber hast du jemals das Geheimnis gelesen, das in jeder Zeile verborgen liegt? Es ist die große und wichtigste Lehre, es ist d i e L e h r e , die bei deinen Freunden Anklang finden wird, wenn du sie nur zu finden verstehst und ihnen darreichst: Die "Weltanschauung" predigt auf jeder Seite d a s E v a n g e l i u m v o m D i e n e n .

Es geschah für uns, daß die Gottheit das Universum erstehen ließ; die großen schöpferischen Hierarchien waren alle u n s e r e D i e n e r, und einige von ihnen sind es heute noch. Die leuchtenden Stern-Engel, deren feurige Körper wir durch den Raum kreisen sehen, haben ganze Zeitalter hindurch mit uns gearbeitet, und zur rechten Zeit kam C h r i s t u s , um uns den geistigen Ansporn zu bringen, dessen wir gerade bedurften. Es ist äußerst bezeichnend, daß in dem Evangelium vom jüngsten Gericht Christus nicht sagt: "Gut getan, du großer g e l e h r t e r P h i l o s o p h, der du die Bibel kennst, die Kabbala, die 'Weltanschauung' und all die andre geheimsinnige Literatur, die das ineinandergreifende Wirken der Natur offenbart" - sondern er sagt: "Ei du frommer und getreuer K n e c h t (Diener) ... gehe ein zu deines Herrn Freude! ... Denn ich bin hungrig gewesen, und du hast mich gespeist. Ich bin durstig gewesen, und du hast mich getränkt." Nicht ein einziges Wort spricht er vom Wissen; d e r g a n z e N a c h d r u c k w i r d a u f T r e u e u n d D i e n s t g e l e g t .

Es besteht ein tiefer okkulter Grund hierfür: D i e n e n e r b a u t d e n S e e l e n k ö r p e r , das "Goldene Hochzeitskleid", ohne das kein Mensch das Königreich des Himmels betreten kann, das in der okkulten Sprache als das "Neue Galiläa" bezeichnet wird. Es ist belanglos, ob wir selber von diesem Vorgang, der unser Tun begleitet, etwas verspüren oder nicht. Wenn in einem Menschen und um ihn herum der strahlende Seelenkörper sich zu gestalten beginnt, so wird sein Licht ihn in den Mysterien unterweisen ohne die Hilfe von Büchern, und jemand, der auf diese Weise von Gott unterrichtet worden ist, weiß mehr, als alle Bücher der Welt enthalten können. Die Zeit wird dann kommen, da der innere Blick sich öffnen wird, und der Weg zum Tempel wird sichtbar werden. Willst du deine Freunde belehren - ganz gleich, wie skeptisch sie gesinnt sein mögen, sie werden dir Glauben schenken, wenn du das Evangelium vom Dienen predigst.

Aber du mußt d u r c h d i e T a t p r e d i g e n . Du selber mußt ein Diener der Menschen werden, willst du, daß man dir Glauben schenke. Wünschest du, daß sie dir folgen, mußt du mit gutem Beispiel vorangehen; im anderen Falle tun sie recht, wenn sie deine Aufrichtigkeit bezweifeln. Vergiß nicht: "Du bist wie die Stadt, die auf dem Berge liegt", und wenn du Anspruch auf Anerkennung erhebst, haben sie das Recht, dich nach deinen Taten zu beurteilen, denn diese sind deine Früchte. Darum: Sprich wenig und diene viel.

Viele sind, die nach Tische gern über harmonisches und friedliches Leben sprechen, unbeschadet dessen, daß der blutrote Braten, der noch auf dem Tische steht, und die Zigarre im Munde dem widersprechen.

Andere gibt es, die aus ihrem Magen einen Gott machen und lieber Speiserezepte lesen möchten als die Bibel; sie sind stets bereit, mit ihren Freunden Kostproben zu machen und über ihre letzte Ernährungsgrille zu diskutieren. Ich kenne einen Mann, der einer esoterischen Gruppe vorstand; seine Frau war Gegnerin des Okkultismus und der fleischlosen Kost. Er zwang sie, ihm die Gemüsegerichte mundgerecht zuzubereiten, und erklärte ihr, wenn sie jemals wagen würde, Fleisch in s e i n e Küche zu bringen oder damit s e i n e Teller zu besudeln, so würde er sie mitsamt den Tellern auf die Straße werfen, und fügte hinzu, wenn sie für sich einen Braten benötigte, könnte sie zusehen, wo sie diesen in einem Restaurant erhielte. Darf man sich wundern, daß sie die Religion ihres Mannes an ihm selber beurteilte und nichts davon wissen wollte?

Gewiß war sein Verhalten tadelnswert und zeugte nicht dafür, daß er

"seines Bruder Hüter" war. Wenngleich dieses Beispiel ein extremer Fall ist, macht es die in ihm liegende Lehre sehr deutlich. Es gereicht Mohammed zum unvergänglichen Ruhme, daß sein Weib sein erster Jünger wurde; das besagt mehr als tausend Worte über seine Freundlichkeit und Rücksichtnahme im Hause. Er gab ein Beispiel, dessen Nachahmung allen zu empfehlen ist, die ihre Freunde für das höhere Leben gewinnen möchten; denn ob alle Religionssysteme sich auch im Äußeren voneinander unterscheiden, der innerste Kern aller ist: d i e L i e b e .

Die Gemeinschaft der Essäer

Martin Prassel

Während von den beiden politisch tätigen Sekten der Pharisäer und Sadduzäer des öfteren in den alten Schriften die Rede ist, erfahren wir dort über die Essäer fast nichts. Im allgemeinen wird die Gemeinschaft der Essäer oder Essener als eine Sekte oder ein Orden der hebräischen oder mosaischen Religion angesehen. Dieser Irrtum rührt daher, daß es nur wenige Quellen gibt, so die Schriften des Josephos oder des Phylos. Um ein richtiges Bild von dieser Gemeinschaft zu erhalten, müssen wir bis in die graue Vorzeit zurückgehen, den Ausgangspunkt ihrer Gründung zu finden.

Als der Mensch die Materie zu beherrschen begann, als er aus Ton und Stein sich Werkzeuge und Gebrauchsgegenstände machte, entfiel ihm nach und nach das Wissen von seinem göttlichen Ursprung. Höhere Wesen aber sorgten dafür, daß nicht alle Menschen vollständig ihre Herkunft vergaßen. So hören wir, daß es zu jeder Zeit geistliche Schulen gab, die immer jenen offenstanden, die ihren Mitmenschen geistig vorausgeeilt waren.

Eine dieser geistlichen Schulen, auch Mysterienschulen genannt, bestand in Ägypten zur Zeit Amenhoteps IV. Sie unterhielt in allen damals bekannten Ländern Filialen, deren Schüler sich in ihrer Lebensweise und in ihrem geistigen Ausdruck an die Religion des betr. Landes anlehnten. So hatte die Zweigstelle dieser Mysterienschule in Israel ihre Zentrale in dem Kloster Engadi nahe am Toten Meer; ihre Mitglieder nannten sich die Gemeinschaft der Essener oder Essäer.

Da die Landesreligion immer dem allgemeinen Entwicklungsstand des Volkes angepaßt ist, die Mysterienschulen aber ihren Mitgliedern als fortgeschrittenen Menschen auch eine fortschrittliche Lehre geben müssen, bestand natürlich immer zwischen den Vertretern beider Richtungen eine gewisse Spannung. So hatten auch die Essener unter dem Mißtrauen und den Verfolgungen durch die Priester der jüdischen Religion sowohl als auch durch die römischen Landvogte zu leiden.

Wie jede Mysterienschule hatte die Gemeinschaft der Essener verschiedene Grade, zu denen jeder Zutritt hatte, der die entsprechenden Prüfungen ablegen konnte. Unter sich in der Gemeinschaft insgesamt und auch innerhalb der einzelnen Grade erkannten sie einander durch geheime Schlüsselworte und -zeichen. Zu den oberen Graden wurden nur männliche Mitglieder zugelassen. Diese Einschränkung erfolgte nicht, um die Frau auszuschalten, die ja in jenen Zeiten noch für ein zweitklassiges Wesen gehalten wurde, sondern kam daher, daß aus den Gegebenheiten der damaligen Zeit heraus die Arbeit in den Mysterienschulen mehr männlicher Art war. Die Mitglieder höherer Grade, die unverheiratet waren, wohnten gewöhnlich in den Klöstern selbst, die verheirateten dagegen in kleinen Häuschen ; für die niederen Grade waren besondere Häuser erbaut worden, ebenso für die weiblichen Mitglieder. Ferner besaßen die Essener Hospitäler, Sanatorien, Schulen sowie Unterkünfte für die Bedürftigen, die zumal in Zeiten von Seuchen und Hungersnöten immer voll besetzt waren.

Wurde jemand nach einer gewissen Probezeit als Mitglied aufgenommen, so gab er seine ganze Habe dem Kloster, weil es ja von ihm erhalten wurde. Die Mitglieder betätigten sich beruflich auf folgenden Gebieten: Heilkunde, Hausbau (theoretisch und praktisch), Landkultur, Weberei, Naturwissenschaft, Geometrie, Astrologie, Astronomie und Alchemie. Keiner aber übte einen zerstörenden Beruf aus, wie es auch keine Waffenschmiede unter ihnen gab. Während die offiziellen Ärzte jener Zeit viel schwarze Magie anwandten, Schreckwirkung durch lautes Anschreien der Kranken einbezogen und scharf durchgreifende Medizin gaben, sprachen die essäischen Aeskulapschüler mit leiser Stimme zu ihren Patienten und heilten sehr oft durch Handauflegen.

Verträge oder Eide kannte man unter ihnen nicht. Ihr Wort galt zu jeder Zeit, und das genügte.

Selbstverständlich war eine natürliche Lebensweise die Voraussetzung zu all diesem. Die Speisen wurden nach wissenschaftlichen Rezepten zubereitet, scharfe Kräuter und Schleckereienwaren verpönt. Auch übermäßiges Trinken konnte man nie bei ihnen bemerken. Die Essener hatten keine Dienstboten, sondern Brüder und Schwestern wechselten beim Bedienen ab, so daß auch nicht der leiseste Zweifel an der völligen Gleichberechtigung jedes einzelnen bestehen konnte. Und wie sie keine Klasseneinteilung unter sich zuließen, so schützten und ehrten sie das Leben in allen seinen Formen. Weder Mensch noch Tier kannte Furcht vor der Essenern. -

Es braucht nicht näher erläutert zu werden, daß nur unter solchen Menschen der Körper vorbereitet und später auch erhalten werden konnte, der den hohen Sonnenschwingungen eines Christusgeistes standzuhalten vermochte. Joseph und Maria, die Eltern des Jesus von Nazareth, und er selber wuchsen in dieser Umgebung auf. Rein bis in den letzten Winkel ihrer Herzen, rein im Fleische und Geiste, konnten sie als "Architekten" (nach der Bibel war Joseph ein Zimmermann) die Konstruktur eines geeigneten Trägers herstellen. Wäre der physische Körper des Jesus von Nazareth nicht aus so reinen Partikeln zusammengefügt worden und wären die Eingeweihten der Essener nicht zur Hand gewesen, um diesen Körper nach seiner Übernahme vom Sonnengeist des Christus zu behüten und immer wieder zu erhalten, so wäre er durch die sehr hohen Schwingungen des Christusgeistes sehr bald in seine Bestandteile aufgelöst worden. -

Wir sehen, die Lebensweise der Essener ist durch zwei Jahrtausende hindurch die gleiche geblieben, wie sie heute noch für alle maßgeblich gelten sollte, die den Spuren des Heilands folgen wollen. Die Essener bildetenkeine Sekte, wie auch heute die Gemeinschaft der Rosenkreuzer keine Sekte ist. Wie viele frühere Angehörige der Gemeinschaft der Essener mögen heute als Mitglieder der Gemeinschaft der Rosenkreuzer "wieder"leben. . .

Wissenschaft von heute

Bevor das "Palomar Mountain"-Teleskop erfunden wurde, konnte der Mensch weniger als ein Prozent des gesamten Universums beobachten. Aber nun können wir hoffen, daß das schwache menschliche Tasten ein wenig weiter in die Ehrfurcht einflößenden Tiefen des Raumes hineinreichen wird. In dieser größer gewordenen Ferne, so armselig sie auch im Vergleich zu der Weite des Ganzen sein mag, erwarten die Astronomen noch mehr Millionen Galaxien (Milchstraßensysteme) zu sehen, als schon bisher beobachtet worden sind, und sie hoffen, viele Heheimnisse lösen und viele widerspruchsvolle Theorien zerstreuen zu können, die den Ursprung, die Natur und das mögliche Ende des Universums betreffen.

Weit entfernte Galaxien gleichen, wenn sie über ungeheuren Raum hinweg -der an der Entfernung gemessen wird, die das Licht in einem Jahr zurücklegt- beobachtet werden, dünnen Rauchschwaden, die im leeren Raume schweben. Eine Galaxie ist eine Gruppe von 40 Milliarden oder mehr Sonnen, die unserer Sonne gleichen. Diejenige Galaxie, zu der unsere Sonne gehört, nennen wir Milchstraße. Die okkulte Wissenschaft lehrt, daß jede von den Milliarden Sonnen einer Galaxie das Zentrum eines Sonnensystems ist, der Körper eines Sonnen-Gottes, genau wie der EINE ist, in dem wir leben, weben und sind.

Daß ein Sonnensystem vielleicht ein lebender, pulsierender, wachsender Organismus sein könnte, ist eine Wahrheit, die vielen Menschen Schwierigkeiten bereitet. Doch für den vorgeschrittenen Okkultisten ist ein lebendes Universum nicht eine einleuchtende Theorie, noch eine mystische Phantasie; es ist eine zu beobachtende Tatsache. Er sieht und kann unmittelbar dem göttlichen Leben helfen, da es durch unser Sonnensystem flutet, und er wird immer mehr den EINEN erkennen, der dessen Quelle ist. Ein Sonnensystem mit Sonne und Planeten ist buchstäblich ein lebendiger Körper eines Sonnen-Gottes, eine Form, vermittels der ER Erfahrung sammelt und eine Arbeit von kosmischem Ausmaß leistet. Jedes Partikelchen von Materie in solch einem Sonnensystem ist tatsächlich aus der Substanz GOTTES selbst zusammengesetzt. ER hat willentlich sein Leben, sein Licht und seine Macht darin eingekerkert, damit sie das werden kann, was ER selbst durch Äonen von entwicklungsmäßigem Bemühen geworden ist.

Tatsächlich dehnt sich das gesamte Universum immer mehr aus, wie viele Astronomen annehmen; aber es zieht sich auch periodenweise zusammen. Ebenso wie die Sonnen wie Menschen geboren werden, ihr Leben leben, alt werden und sterben, um nach einer Zeitspanne der Ruhe wieder geboren zu werden, so trifft dies auch für die Galaxien zu, und zwar in einer Weise, die der Entwicklung der menschlichen Rassen gleicht. Aber das Universum als Ganzes scheint ohne vorstellbaren Anfang und ohne vorstellbares Ende zu sein. Weit davon entfernt, "zu verschwinden, wie ein Rauchwölkchen verschwindet", werden die vibratorische Kraft und das vibratorische Leben des Ganzen dauernd größer. Formen kommen und gehen, das Leben ist ewig, immer im Werden begriffen.

Den Astronomen macht es Kopfzerbrechen, daß die Sonnen sich so stark in Natur, Größe und in ihrem Schicksal unterscheiden, und sie teilen daher die Sonnen in vier Gruppen ein. Tatsächlich stellen die vier Typen vier von den sieben Stadien dar, durch die alle Sonnen wahrscheinlich hindurchgehen und von denen drei für das menschliche Auge unsichtbar sind. Während des ersten Stadiums bildet die "Sonne" eine ungeheure Gaswolke, die unsichtbar, aber warm ist. In ihrem nächsten Stadium wird sie eine glühende Masse, die beobachtet werden kann und astronomisch als Super-Riese klassifiziert wird. Ihr drittes Stadium ist das eines Riesen; in dem nächsten Stadium wird sie kleiner, um das zu werden, was wir eine Durchschnitts-Sonne nennen, eine solche, wie unsere eigene Sonne in ihrem jetzigen vierten Stadium ist. Die Leuchtkraft nimmt bis zur Unsichtbarkeit zu im Laufe der sechsten und siebten Periode. Nach den sieben Inkarnationen ruhen ein Sonnen-Gott und die zahlreichen geringeren Wesen, die sein Leben ausmachen, "sieben Ewigkeiten" lang. ER nimmt dann eine neue und noch bedeutendere Arbeit auf - und wird mit der Zeit das beseelende Leben einer ganzen Galaxie? Wer kann das sagen?

(Entnommen aus dem Monatsheft der Rosicrucian Fellowship, "The Rosicrucian Magazine", Ausgabe vom Mai 1949. Übersetzt aus dem Englischen: Lambrecht)

Ausschalten der Krankheiten durch biologisch richtige Ernährung nach Are Waerland

"Wir haben es nicht mit Krankheiten zu tun, sondern mit Lebensführungsfehlern. Schafft die Lebensführungsfehler ab, und die Krankheiten werden verschwinden.
Wir haben es nicht mit verschiedenen Krankheiten, sondern mit einer einzigen, konstitutionellen Erkrankung zu tun, deren Ursache teils in einer Vergiftung des Körpers durch allerlei Genußmittel und unzweckmäßige Nahrung liegt, teils durch einen Mangel an wesentlichen Faktoren in der Ernährung und in der Lebensführung bedingt ist." So spricht Are Waerland in einer seiner vielen Schriften über Fragen der Kost, der Lebensführung und der Lebensanschauung. (Die Schriften vermittelt der Wegweiserverlag Zürich 51. Auskunft durch die Waerlandgruppe des VHV Basel, Frau Strübin-Herr, Basel 8, Postfach.)

Waerland hat durch sein Kostsystem das Leben vieler Menschen gerettet und umgewandelt. "Seine Kost ist rein lacto-vegetabilisch", so schreibt Ebba Waerland in der Flugschrift: Die große schwedische Gesundheitsbewegung (Wegweiserverlag Zürich), der die folgenden Ausführungen entnommen sind. Fleisch, Fisch, Eier, Gewürze und Kochsalz sowie alle raffinierten, durch künstliche Zubereitung entvitaminisierten und entvitalisierten Lebensmittel wie weißes Mehl und weißer Zucker sind daraus verbannt. Alle Genußmittel wie Kaffee, Tee, Kakao, alle Süßigkeiten, Torten und süßen Backwerke und natürlich alle Rauschgetränke sind verboten. Die Waerlandkost ist so zusammengesetzt, daß die Zellen des Körpers gerade die lebendigen Stoffe und die Mineralien, die sie zu ihrem Aufbau nötig haben, erhalten. Denn unsere Zellen werden Tag für Tag und Stunde für Stunde aufgebraucht und müssen mit vollwertigen Stoffen wieder aufgebaut werden, um nicht zuerkranken. Eine Anhäufung von Schlacken, wie sie uns unsere gesalzene zivilisierte Kost zuführt, ruft früher oder später Krankheiten hervor.
Eine hauptsächlich ungekochte Kost, die auf lebendigen, mineralreichen Substanzen, Milchprodukten und Kartoffeln aufgebaut ist, mit Zusatz von Getreide in Form von Vollkornbrot und einem derben Brei aus nicht vorher dampfpräparierten Getreidekörnern und Weizenkleie bildet eine aufbauende vitalisierende Nahrung, die dem Körper Energie und Gesundheit zuführt und die Übersäurung des Organismus verhindert. Da die Kartoffeln und die Milch basisch wirken, bilden sie einen sehr wichtigen Bestandteil der Kost. Denn eine Übersäurung des Organismus untergräbt unsere Gesundheit.

Der Mensch wurde nicht geschaffen, um Tiere zu morden... auch nicht, um Kadaver zu essen. Die Schwingungen der Zellen seines Körpers werden gehemmt und gestört durch Anhäufungen von Leichengiften. Die Harmonie des Zellenstaates wird getrübt durch die Aufnahme artfremder Kost. Aus lebendiger Substanz müssen die lebenden Zellen erneuert werden. .. Allzu lange haben wir falsche Wertsetzungen und Anschauungen gehabt und es nicht als Sünde gerechnet, unseren Körper durch Gift aller Art zu verunreinigen und zu verderben. ..Wir haben jetzt die Folgen davon zu tragen.

.. Eine große Zahl der Waerlandisten sind vordem kranke, ja von den Ärzten zum Tode verurteilt gewesene Menschen, die durch die Kostveränderung wieder gesund wurden. Schlicht und ernst sprechen diese Menschen von dem Wunder, das mit ihnen geschehen ist.. Ihre Krankheitsgeschichte .. berichtet immer vom stillen Kampf eines Einsamen, der in den meisten Fällen ganz auf sich angewiesen, oft unter Verhöhnung und Unverständnis seitens der Umgebung nur durch seine neue Überzeugung und dank seiner Ausdauer das Wunder der Genesung erreicht hat.
..Die Waerlandisten, die Erde und Garten besitzen, bebauen diese vielfach nach biodynamischen Prinzipien und haben sehr schöne Resultate erzielt.

Eingehend spricht Waerland über das Gesetz der biologisch richtigen, die Gesundheit aufbauenden Ernährung und führt u.a. aus: Speisen, die Stärke enthalten, und Speisen, die Säure enthalten, sollten niemals kombiniert werden. Die Mahlzeiten sollten so zusammengesetzt sein, daß sie mit den drei verschiedenen Aussonderungsperioden und physiologischen Prozessen des Menschenkörpers während eines Tages übereinstimmen. Die Mahlzeiten sollten sich gegenseitig ergänzen, so daß sie eine physiologische Einheit bilden.

Daraus folgt, daß r o h e s O b s t zur ersten Periode des Tages, zum Morgen, gehört. Rohes Obst soll mit keiner anderen Nahrung zusammen gegessen werden als mit saurer Milch oder Käse. Das Frühstück soll demnach aus saurer Milch oder Yoghurt , mit Milchzucker gesüßt, und aus frischem Obst bestehen. Außer zum Frühstück soll rohes Obst nur z w i s c h e n den Mahlzeiten genossen werden.

Es ist gut, gleich beim Aufstehen und auch zwischen den Mahlzeiten reichlich zu trinken (Kräuter- und Blättertees); bei den Mahlzeiten soll nichts getrunken werden. Die süße Milch zum Zerealienmahl (Getreidekost) und die saure Milch zum Rohkostmahl wird nicht als Getränk, sondern als Nahrung angesehen.

Rohes Obst reinigt den ganzen Körper, saure Milch wirkt bakterientötend im Darm und zeugt außerdem eine neue Flora von gesunden Bakterien, die zur richtigen Verdauung der Rohkost notwendig sind.

Das M i t t a g e s s e n sollte ein Zerealien- o d e r ein Rohkostmahl sein. In warmen Ländern paßt das Rohkostmahl besser mitten im Tage. Das beste Zerealienmahl ist "Kruska", kombiniert mit s ü ß e r Milch und eingemachtem oder getrocknetem Obst. Dazu kann Vollkornbrot, Butter und Käse gegessen werden. Dieser Mahlzeit sollen keine anderen Nahrungsmittel zugefügt werden. Sie ist sehr vitalisierend und stimuliert die Bewegung des Darmes. (Es ist für die Gesundheit notwendig, so viele Darmentleerungen wie Mahlzeiten zu haben.)

"Kruska", eine Portion: Zwei Eßlöffel Kernrosinen oder etwas getrocknetes Obst über Nacht einweichen; 2 Eßlöffel ganze oder etwas gestoßene Gerstenkörner und 2 Eßlöffel Weizenkleie oder ganze Weizenkörner werden mit 3 - 4 Zehntelliter Wasser 10 Minuten gekocht; etwas geriebene Zitronen- oder Orangenschale zusetzen. Der Brei muß nachher in einer Kochkiste wenigstens 3-4 Stunden nachkochen.

Das Rohkostmahl: Kartoffeln sind die wichtigsten Bestandteile dieses Mahles. Sie sollen gebacken oder in viel Wasser ohne Salz in der Schale gekocht werden und müssen mit der Schale gegessen werden. Das Wasser, in dem sie gekocht wurden, ist ungeheuer wertvoll; man sollte es zwischen den Mahlzeiten trinken: es heilt rheumatische Leiden und wirkt heilend auf alle Schleimhäute des Körpers. (Auch Leinsamen, roh oder gekocht, haben eine wunderbare Wirkung; man kann sie roh auf die saure Milch streuen oder aufgeweicht mit den Getränken zu sich nehmen. Nur bei Magengeschwüren müssen sie gekocht verzehrt werden.) Wenigstens 200 gr Kartoffeln sollte man täglich essen. Sie verhindern eine Übersäurung des Organismus. Rohe Zwiebeln sind sehr wichtig -- sie sind das Radium der Pflanzenwelt und desinfizieren den Körper. Sie müssen immer g a n z serviert und dürfen erst im letzten Augenblick vor dem Essen gehackt werden, da der Sauerstoff der Luft ihre Heilwirkung beeinträchtigt. Wenigstens eine mittelgroße Zwiebel sollte man täglich essen.

Gemüse aller Art wird am besten roh gegessen, ohne jede Zubereitung, nur gut gespült und gereinigt! Spinat kann roh gegessen aber auch gekocht werden (5-10 Minuten), das Wasser ist wegen der schädlichen Oxalensäure nicht zu verwenden. Kresse aller Art, Salat und Kohl aller Art sind sehr nützlich; Wurzelgemüse aller Art kann roh gegessen werden, am besten fein geschabt. Alles Blattgemüse, Gurken, Tomaten sind zu empfehlen. Gewürzkräuter (jeweils nur geringe Mengen nehmen): Petersilie,

Schnittlauch, Kerbel, Dill, Majoran, Thymian, Basilikum, Liebstöckel, Boretsch, Pimpernell, Knoblauch und Zwiebel.

Zur Rohkostmahlzeit dürfen keine Getränke außer B u t t e r m i l c h oder saurer Milch verabreicht werden (unter keinen Umständen süße Milch). In bescheidenen Mengen kann Vollkornbrot, Butter und Käse dazu gegessen werden. Als Dessert wäre gekochtes Obst oder Saftcreme zu servieren. Zu dem Eingemachten kann man weißen Zucker gebrauchen, sonst aber nimmt man nur Rohzucker oder Milchzukker, da der weiße Zucker dem Organismus Vitamine entzieht.

Sehr wichtig ist, daß jede Mahlzeit gut gekaut wird. Die Säfte langsam trinken! Milch und Sauermilch sind keine Getränke, sondern Nahrungsmittel, dies sei nochmals betont. Und: die gute Laune ist beim Essen ebenso wichtig wie die Speise selbst.

Frische Luft, kalte Abwaschungen, Bewegung, Schlafen bei offenen Fenstern fördern die Genesung. Es sollten keine Medikamente genommen werden; wer von ihnen abhängig ist, möge versuchen, sie allmählich wegzulassen.

Sauna und Massage

Walter Preisker

Da allerorts in Deutschland und im Ausland durch behördliche und private Initiative S a u n a b ä d e r entstehen, erscheint es angebracht, einige Erklärungen hierüber zu bringen. Aus Raummangel müssen sich diese auf wenige Erläuterungen beschränken; wer mehr darüber erfahren will, sei auf das kürzlich erschienene Buch: "Die Sauna" von Dr.med.Hermann Karsten, dem Präsidenten des Deutschen Saunabundes, verwiesen. Dr.med. Karsten hat darin seine in Jahrzehnten erworbenen wissenschaftlichen, technischen und praktischen Erfahrungen veröffentlicht. Auch der Deutsche Saunabund gibt Blätter zur Pflege des Saunagedankens und wissenschaftliche Forschungen heraus. In Lehrkursen werden vorgebildete Kräfte unterrichtetund erwerben nach Prüfung das Diplom als Saunameister oder Saunameisterin.

Unzweckmäßigkeiten in Planung und Bau von Betrieben sollen durch Fachausschüsse vermieden, sie sollen mitwirken, daß nach erprobten Plänen fachgemäße, medizinisch einwandfreie Saunabäder entstehen. Der Bund tritt für eine saubere, nach medizinischen Gesichtspunkten ausgerichtete, hygienische Badekultur ein; auch wird angestrebt, das gesamte Saunawesen unter die Aufsicht der Gesundheitsbehörden zu stellen. Auch sollen nur einwandfreie Fachkräfte die Erlaubnis zum Betrieb von Saunabädern erhalten. Dadurch würde alle Profitmacherei und Verwässerung des Saunagedankens unterbunden. + werden

Was ist die S a u n a ?

Sie ist ein reines Trocken-Heiß-Luftbad mit kurzen, kleinen Dampfstößen (der sogenannten Löyly, einem Aufguß auf die glühenden Ofensteine des Saunaofens, ca. 1/4 Liter Flüssigkeitsmenge Birkeneinweichwasser) und Temperaturen von durchschnittlich 70 - 90 Grad und einem relativen Feuchtigkeitsgehalt von höchstens 25 - 35 %. Durchweg ist in einer vorschriftsmäßigen Sauna der Feuchtigkeitsgehalt nur 15 %. Dieses Trocken-Schwitzbad erfüllt die gestellten gesundheitlichen gesundheitlichen Anforderungen. Im Gegensatz zum nassen Heiß-Dampfbad (der sogenannten Banja) wird das Saunabad besser als das Dampfbad vertragen und ist von tieferer Heilwirkung.

Durch den starken Schweißausbruch tritt Ausscheidung von Schlacken und Selbstgiften ein. Es ist aber unrichtig zu glauben, es sei nur dann von Nutzen, wenn möglichst viel Schweiß verlorengeht. Zum Gesamtvorgang eines Saunabades gehört Luftbad, Schwitzen, Abkühlung,

Bewegung und Inhalieren; letzteres geschieht durch Einatmen des Birkenduftes, der durch den Löylyaufguß, auch mittels Selbstschlagen mit Birkenruten, entwickelt wird.

Im Mittelpunkt der Saunaanlage ist der Saunabaderaum, ein Schwitzraum, in dem sich der Saunaofen aus Granit, Backsteinen oder dgl. befindet. Im Raum sind stufenförmig übereinander angebrachte Holzbänke resp. Pritschen. Der Schwitzraum und der Windgang zu diesem haben Holzverkleidung, Fenster und eine besondere Lüftungsanlage. - Nach Betreten des Raumes erfolgt kurzes Luftbad, danach Abwaschung und Reinigung im Duschraum; Achselhöhlen und Leistengegend sind besonders abzuwaschen. Nach Eintauchen der Füße in heißes Wasser betritt man den Schwitzraum. Zunächst bleibt man ca. 5 Minuten auf der untersten Stufe sitzen oder liegen, um allmählich in zunehmender Hitze höherzusteigen. Der Schwitzraum darf nur mit Sitzhandtuch, der Duschraum mit Trockentuch betreten werden. Die Füße sollen stets warm sein, um die Durchblutung nicht zu stauen. Die Teilnehmer (pro Saunagang nicht mehr als 12 Personen)dürfen nicht gänzlich naß den Schwitzraum betreten, da sonst erhöhte Feuchtigkeitsgrade entstehen. Die Badenden begleiten sodann das charakteristische Reiben und Schlagen mit Birkenruten (Selbstmassage) durch fröhliches Singen. Dadurch wird gleichzeitig seelische und körperliche Verkrampfung beseitigt.

Nach ein- bis zweimalig erfolgtem Löylystoß (der einen stark entwickelten Hautreiz bewirkt) verlassen die Teilnehmer den Schwitzraum, um sich zu brausen und ein kurzes Luftbad zu nehmen. Danach erfolgt der zweite Saunagang , der denselben Ablauf wie der erste hat. Mit abschließendem Überguß im Duschraum oder Durchgang im Wasserbecken ist der Saunagang beendet. Frisch, wohl und frei nimmt der Badende zum Abschluß einen heißen Trank von Hagebuttentee oder Apfelschalentee zur Vitamin-C-Zufuhr. Besonders Kranke begeben sich danach zur Bestrahlung, Massage oder zum Inhalationsraum. Gesunde, die keine Massage u.s.w. nehmen, können sich im Liegeraum der Ruhe hingeben, müssen aber darauf achten, daß nicht durch langes Verweilen Unterkühlung eintritt.

In der Heilsauna wird, zum Gegensatz zur Volkssauna, durch einen praktischen Arzt die Aufsicht geführt, dadurch ist Kontrolle bei verschiedenen schweren Erkrankungen gegeben.

Abschließend kann gesagt werden, daß die Sauna ein umfassendes, nachhaltig wirksames Mittel zur Stärkung der Gesundheit, Verjüngung und Erhaltung der Lebenskraft ist und der Erholung des gesunden Körpergefühls sowie der Leistungssteigerung dient. Die Sauna stellt ein außerordentliches Heilmittel für steifgewordene Glieder, Muskeln und Gelenke dar. Die trockene Heißluftsauna erfrischt, lockert und erfaßt den Menschen in der Ganzheit, zeitigt günstige Wirkungen auf das Seelenleben. Besonders wirksam ist sie bei Rheuma, Erkältungskrankheiten, Stoffwechselstauungen, Kreislaufstörungen, Nervenleiden, Ischias, Hexenschuß u.s.w.

W i e o f t kann die Sauna benutzt werden? Im allgemeinen ein- bis zweimal wöchentlich, doch ist öfteres Baden ohne Nachteile für Gesunde und Kranke.

Wer darf n i c h t Saunabaden? Infektionskranke, schwer Kreislaufkranke, Krebs-, Tuberkulose-, Geschlechtskranke, Personen mit abnormer Magersucht, schwer Nierenkranke, Thrombose[illegible]kranke. - Hautkranke und Krätzekranke können nach besonderer Vereinbarung allein Saunabaden.

Es wäre natürlich weit gefehlt, das Saunabaden als das allein seligmachende Heilmittel anzusehen. Übertreibung und einseitiger Kult ist

auf allen Heilgebieten zu verwerfen. In der Heilbehandlung gibt es kein Allheilmittel, keine alleingültige Methode oder Therapie.

Nach dem Saunabad kann G a n z m a s s a g e erfolgen. Diese bearbeitet die Muskeln und Bindegewebszwischenräume tief und ausgiebig. Eine solche fachmännische Massage des durch die Sauna aufgeweichten und durchbluteten Körpers kann Wunder wirken. Sie macht den Körper elastisch, gelenkig und widerstandsfähig. So wie im allgemeinen der Arzt die Einzelheiten beim Kranken bestimmt, ist hier der ausgebildete Masseur die zuständige Persönlichkeit, den Badenden individuell zu bearbeiten.

Was ist kurz gesagt unter M a s s a g e zu verstehen?

Die Einwirkung auf Organe des Körpers durch bestimmte Handgriffe. Diese sind: Streichen, Kneten oder Walken, Reiben, Klopfen oder Hacken, Erschüttern u.s.w. Sie stellt einen wichtigen Zweig der "medico-mechanischen" Behandlung dar. Die Beherrschung der Technik allein genügt aber nicht; es gehören zu einer wirksamen Massage auch die nötigen Kenntnisse über die Wirkung derselben und ihre Anwendungsweise.

Was muß von einem guten Masseur erwartet werden?

Daß er seine Technik beherrscht, Kenntnisse vom Bau und von der Verrichtung des Körpers besitzt und individuell sich dem Einzelfall anpaßt. Er muß sich in den Menschen geistig einfühlen können, um ihn körperlich und seelisch zu bearbeiten. Man kann getrost behaupten - was auch von medizinischer Seite bestätigt wird - daß bei einem guten Masseur eine magnetisch positive Kraftübertragung von Mensch zu Mensch erfolgt, ein besonderer Vorgang durch Übertragung von Kräften während der Behandlung. Der Masseur widmet sich diesen Kräften in tiefster Hingabe. Er ist kein gewöhnlicher Handwerker, sondern einer, dessen heilende Hände dem Kranken helfen und dienen. Nicht allein durch seine Hände, sondern auch durch seine Haltung als Mensch muß er wirken können, da ihm das Höchste, was der Mensch besitzt, zur Behandlung anvertraut wird. Er wird bemüht sein, nicht eigene Sorgen und Seelenlast dem Patienten aufzubürden, sondern dessen Sorg und Leid mittragen zu helfen. Es ist unzweckmäßig, während der Behandlung den Masseur durch Gespräche von seiner Arbeit abzulenken, die Konzentration erfordert; eine Aussprache soll vorher geschehen. Was hier vom Masseur gesagt ist, gilt in vollem Umfange auch für die Masseuse.

Es ist zum Wohle des Patienten nötig, daß zwischen Arzt und Masseur ein Vertrauensverhältnis besteht; beide dienen dem gemeinsamen Ziele, dem Kranken zur Gesundung zu verhelfen.

Die gesetzliche Untermauerung des Berufsstandes der Masseure und anderer med.Hilfsberufe ist endlich erfolgt. Daher dürfen Massagebehandlungen nur noch durch staatlich geprüfte Kräfte ausgeführt werden. So ist auch Gewähr gegeben, daß in der schweren Notzeit unseres Volkes die Massagebehandlungen mehr in die Leistungen der Krankenkassen eingeschaltet werden.

Die Richtigkeit der Astrologie

Elman Bacher

Millionen von Worten, gedruckt wie gesprochen, sind aufgewandt worden zum Beweis dafür, ob die Astrologie "richtig" und "wissenschaftlich" ist oder nicht. Die Gruppe der Astrologie-Gegner (bestehend aus Nicht-Studenten, Ungebildeten, exoterisch Religiösen und denjenigen, die geistiger Kühnheit ermangeln) hält Reden mit Beweisen, die letzten Endes nur als herabsetzende Betrachtungen über die persönlichen Fähigkeiten derjenigen dienen, die "Horoskope ausdeuten". Sie argumentieren dahingehend: Wäre die Astrologie wissenschaftlich genau, so würde dies durch die vollkommene Übereinstimmung aller Astrologen in allen behandelten

Punkten erwiesen sein. Jede derartige Beweisführung ist unecht und eine Zeitverschwendung, da sie den wahren Kern des Gesamtthemas überhaupt nicht berührt.

(Eine kurze Unterbrechung, alle diese Gegner zu befragen, ob: alle Christen in Bezug auf die Bedeutung der Botschaft ihres Lehrers übereinstimmen; alle Musiker in Bezug auf die "korrekte" Wiedergabe einer Brahms-Symphonie; alle Ärzte in Bezug auf die "richtige" Behandlung der Kinderlähmung; alle Eltern in Bezug auf den "vollkommenen" Weg, Kinder großzuziehen.)

Jeder, der etwas mit Astrologie zu tun hat, besitzt unterschiedliche Fähigkeiten in der Ausdeutung eines Horoskops gegenüber anderen Astrologen. Jeder unterscheidet sich von seinen Kollegen in der "Annäherung", in der Geschicklichkeit, die Symbolik zu begreifen, in der Genauigkeit der mathematischen Berechnung, in der Fähigkeit, das dynamische Wesen des Horoskops zu erspüren, in dem geistigen Vermögen, die dargebotenen psychologischen Probleme und die Möglichkeiten ihrer Lösung zu verstehen. Das ist die "menschliche Variante".

Die Astrologie ist eine e x a k t e W i s s e n s c h a f t, weil: jeder Faktor in einem richtig berechneten Horoskop eine symbolische Darstellung einer genauen und unteilbaren Wirkung einer besonderen Ursache ist. Es stellt das kosmische und unveränderliche Gesetz von Ursache und Wirkung dar, das an den Bedingungen und Erfahrungen eines menschlichen Wesens bei seinem evolutionären Fortschritt während vieler Inkarnationen arbeitet.

In einem genau berechneten Horoskop gibt es nichts aus Zufall, Unfall, Erblichkeit oder aus Laune eines blinden Schicksals. Jede Planetenstellung [illegible] und jeder Aspekt ist ein Faktor des Seelen-Leibes des Betreffenden, eine Phase seines Bewußtseins, ein Meilenstein auf seinem geistigen Pfad.

In dem Maße, wie ein Astrologe seine Deutung mit dem Gesetz: "Wie du säst, so wirst du ernten", in Einklang bringt, wird er in der Lage sein, das Bild in seiner Gesamtheit korrekt darzustellen, wird er vergangene Ursachen gegenwärtiger Bedingungen herausfinden und mögliche Lösungen vorhandener Schwierigkeiten bestimmen können.

(Entnommen aus: "The Rosicrucian Magazine", Mai 1947.
Übersetzt aus dem Englischen: hv.)

Frage und Antwort

"Zeigt nicht mein Horoskop an, daß ich meinem Schicksal nicht entrinnen und gewissen Versuchungen nicht widerstehen kann?"

Diese Auffassung widerspricht dem W esen und dem Sinn der Astrologie. Wir haben ein bestimmtes Schicksal nicht deshalb, weil wir in einem bestimmten Augenblick geboren sind, sondern: wir haben unseren ersten Atemzug unter gerade diesen Konstellationen getan, um uns die zu unserer Höherentwicklung notwendigen Bedingungen und Erfahrungen zu sichern. Die Bestimmer unseres Schicksals sind wir selber gewesen, bevor uns beim Abstieg in die Materie der "Vergessenstrunk" gereicht wurde. Unsere jetzigen Neigungen gehen auf Gewohnheiten früherer Leben zurück. Jede Konstellation legt uns unausweichlich eine bestimmte, für uns besonders heilsame Aufgabe vor; dieselbe Art der Aufgabe wird sich zunehmend schwierig und schmerzlich wiederholen, bis wir sie in Harmonie mit dem All gelöst haben. Wir können also wählen, entweder: aus Einsicht freiwillig den Egoismus und Materialismus und insbesondere unsere Gewohnheitssünde ablegen und in der All-Liebe die Schuld aus den Jahren (und Leben) unseres Irrtums tilgen oder: den nächst härteren Schlag erwarten, der uns zur Besinnung bringen soll. Wer aus ganzem Herzen den Weg der dienenden Liebe geht, weicht dem sog. "schlechten Aspekten" gleichsam nach o b e n aus; sie führen ihn zur Reife und erweisen

sich - deutlich oft erst nach Jahren - im letzten Grunde als Segnungen. Vergegenwärtigen wir uns, daß auch vor dem irdischen Gericht der Schuldige bei guter Führung Strafaufschub (Bewährungsfrist) und Begnadigung erhoffen darf. Und Gottes Wesen ist nicht das des Richters, sondern des liebendsten Vaters, der seine Kinder zu ihrem Heil erzieht, das seine ewige Freude ist. Wir können uns vor ihm niemals wegen einer Missetat mit dem Hinweis entschuldigen, daß wir "schlechte Aspekte" gehabt haben. Ginge dies an, dürften wir kühnlich verallgemeinern: Habe ich mir etwas Böses erst angewöhnt, darf niemand mehr es mir als Sünde anrechnen! Max Heindel weist auf die Wichtigkeit der Merkurstellung als des Symbols für den Intellekt hin; die Wahrheit erkennen heißt frei werden. Und er betont, daß der reine Wille zum Guten alle Aspekte in "Hilfen" umwandelt. Durch den entschiedenen Willen zum Gehorsam und den sühnenden Dienst dort, wo wir stehen, schaffen wir - auch ohne alles Wissen astrologischer Art! - für unser nächstes Leben harmonische Aspekte an Stelle der Dissonanzen des jetzigen Geburtsbildes; alle Schicksale ausnahmslos sind Gelegenheiten, unser "Goldenes Hochzeitskleid" zu weben.

Mitteilungen der Zentralstelle

1. Da von amerikanischen Freunden größere Summen gespendet worden sind, steht der Neudruck des Buches: Max Heindel, "Die Weltanschauung der Rosenkreuzer", unmittelbar bevor. Jene Freunde, die sich bereit erklärt haben, Beträge auf Anteilscheine zu zeichnen, bitten wir nun, die betr. Summe so bald wie möglich auf das Konto der Rosenkreuzergemeinschaft, Nr. 12 533 bei der Stadt- und Kreissparkasse Darmstadt, Hügelstraße (oder auf unser Postscheckkonto, Frankfurt a.M. Nr. 709 71) einzuzahlen und uns mitzuteilen, ob die Anteilscheine auf Lieferung der Bücher angerechnet werden sollen oder der Betrag in bar zurückgezahlt werden soll. Für letzteren Fall vermerken wir, daß die Rückzahlung voraussichtlich erst nach vorheriger Kündigung nach zwei Jahren erfolgen kann.
2. Die vorliegende Übersetzung des oben genannten Buches mußte an so vielen Stellen korrigiert werden, daß wir eine vollständig neue Reinschrift für den Drucker schaffen müssen. Um für diese Arbeit Zeit zu gewinnen, haben wir diesmal unsere Mitteilungen in Form einer Doppelnummer herausgebracht. Wir bitten unsere Freunde, für die nächsten Wochen den Briefwechsel mit der Zentralstelle auf die Fälle ernsthafter geistiger, seelischer oder gesundheitlicher Not einzuschränken. Wer am Briefkopf unser Zeichen angibt und einen beschrifteten Umschlag (mit Angabe der Postleitzahl) beifügt, erleichtert uns die Beantwortung.
3. Die Zentralstelle bereitet in diesem Jahre zum Karfreitag keine Zusammenkunft auswärtiger Freunde vor. Wir bitten unsere Freunde und vor allem die Ortsgruppen, dem Mysterium von Golgatha an diesem Tage eine besondere Stunde der Meditation zu widmen.
4. Sobald die Lektionen für den astrologischen Kursus versandfertig vorliegen, werden wir an dieser Stelle unsere Freunde verständigen.
5. Wir stellen k e i n e H o r o s k o p e , abgesehen von schweren Krankheitsfällen!
6. Die für Freunde in der Ostzone uns übersandten Bücher haben wir weitergeleitet und danken den Spendern herzlichst.
7. An unsere O r t s g r u p p e n : Schickt uns die vollständige Anschriftenliste eurer Teilnehmer (bzw. den Nachtrag) und helft uns in dem Bemühen, die ausgefüllte Registrierkarte aller Freunde zur Hand zu haben als Unterlage für den Lektionenversand. - Macht bitte einen Briefmarkensammler oder - händler ausfindig, der wertvolle Sätze z.B. aus Thüringen gegen Lebensmittel übernimmt.
8. Wir betonen noch einmal den Sinn und Zweck unserer Heilungsabteilung und verweisen auf unsere Februarnummer, Seite 9. -

Korrektur: Seite 13, Zeile 2[illegible] des Birkenduftes, der durch den Löylyaufguß entwickelt wird. Selbstschlagen mit Birkenruten erhöht die Bewegung und Atmung.

Rosenkreuzergemeinschaft, deutsche Zentralstelle
(16) Seeheim a.d. Bergstraße