

## Hinweise zur Meditation

(§§ 84 - 86 aus "Briefe über Okkulte Meditation")

Wenn man im Herzzentrum meditiert, so stelle man sich dieses als eine geschlossene goldene Lotusblume vor. Wenn das Hl. Wort angestimmt wird, so stelle man sich vor, wie der Lotus sich langsam öffnet, bis das Zentrum oder der innere Wirbel als strahlender Strudel elektrischen Lichtes erscheint, der mehr ins Blaue als ins Goldene hineinspielt. Darin läßt man das Bild des Meisters in ätherischer, emotioneller und mentaler Materie erstehen. Das bedingt, daß das Bewußtsein sich immer mehr nach innen konzentriert.

Wenn das Bild voll entfaltet ist, läßt man das Wort wiederum leise ertönen, wobei man unter Anspannung des Willens sich noch weiter nach innen zurückzieht und die Verbindung mit dem zwölfblättrigen Kopffzentrum aufnimmt, dem Zentrum kausalen Bewußtseins. Tut dies alles sehr langsam und allmählich, in vollkommener Ruhe und tiefstem Frieden. Die beiden zwölfblättrigen Zentren (Herz- und Kopffzentrum) stehen in direkter Beziehung zur okkulten Meditation, und wenn die Kundalini in Tätigkeit tritt, wird ihre Bedeutung später klar werden. Diese bildliche Vorstellung führt zur Synthese, zu kausaler Entwicklung und Ausdehnung, und sie führt den Menschen am Ende in die Gegenwart des Meisters.

Wenn die Meditation im **Herzen** und nach okkulten Gesetzen stattfindet unter korrekter Anstimmung des Wortes, dann kommt die Kraft durch die emotionellen Zentren von **intuitionellen Ebenen** her. Wenn sie im *Kopf* erfolgt, dann kommt sie durch die mentalen Zentren von der abstrakten Gedankenebene und später von der *atmischen Ebene*. Die eine verleiht **geistige Intuition**, die andere *kausales Bewußtsein*.

Der fortgeschrittene Mensch ist derjenige, der die beiden Hauptzentren - Kopf und Herz - in ein synthetisches Werkzeug vereint und dessen Kehlzentrum im gleichen Takt vibriert. Dann werden Wille und Liebe in

harmonischem Dienst verschmolzen, und die niedere physische Tätigkeit verwandelt sich in Idealismus und Altruismus. Wenn ein Mensch dieses Stadium erreicht, so ist er reif für die Erweckung des inneren Feuers.

**Anmerkung des Tibeters:**

Da der *Abendländer* mehr im Kopf polarisiert ist als der *Orientele*, wird bei ihm zunächst das *Herzzentrum* zu erwecken sein.

Beim *Orientalen* ist es umgekehrt. Bei ihm ist eher das *Kopfzentrum* zu erwecken.

Dies muß in beiden Fällen berücksichtigt werden.