

Bücher der „Weißen Fahne“ 23

Der Pfad zur Höhe

Anleitung zur Charakterbildung

nach den Lehren von Trine, Marden, Sheldon
und anderen Neugeistklassikern

Zusammengestellt von

Rudolf Janssen

Motto: Nur der Mensch ist ein Charakter, der
weiß, was er will, der sich weder von
Leidenschaften noch von Stimmungen
leiten läßt, sondern nach festen Grund-
sätzen handelt. **Treu.**



Johannes Baum Verlag, Pfullingen in Württemberg

Erster Teil.

I. Charakterbildung durch Gedankenkräfte.

Wie es in der Welt nichts größeres gibt als den Menschen, so gibt es nichts wahrhaft Großes im Menschen als den Charakter.

Der Charakter sollte einem jeden das wichtigste Ziel sein, einfach deshalb, weil ideale Schönheit des Charakters oder auch nur eine Annäherung daran, einen größeren Einfluß auf ein glückliches Leben ausübt, als alles andere. Wenn du dir einen vollendeten Charakter wünschst, so begehre ihn, fordere ihn, strebe nach ihm mit aller Hartnäckigkeit, und du wirst nicht nur deinen Geist vorbereiten, ihn zu bekommen, sondern auch die Kraft deines Geistes vermehren, mit der er ihn anzieht.

Jeder Mensch hat in sich selbst alles, was er braucht, und hat die Zeit, die er braucht, um eine völlige Neuschaffung seines denkenden Wesens, seines Charakters, ja tatsächlich seines Leibes und Lebens zustande zu bringen.

Wenn wir die Macht in den Händen haben, unser Wesen zu schaffen oder zu verderben, was für Toren sind wir da, wenn wir nicht versuchen, Schönheit und Einklang, Glück und Erfolg zu schaffen.

Wir müssen wissen, was wir wollen und wie wir's zu machen haben und dann an die Arbeit gehen, ohne zu ermatten oder nachzulassen.

Man kann den Charakter ändern, wenn man sich gewöhnt, seine Gedanken unter bewußter Leitung zu halten.

Die stärkste Kraft der Charakterbildung liegt in dem Erwachen zum wahren Selbst, in der Erkenntnis, daß der Mensch ein geistig Wesen ist.

Das Ich, die Willenskraft, oder richtiger das, was wir das wahre Selbst nennen, ist der Herr des Geistes und kann auch den Gedanken beherrschen.

Es gibt zwei Willen in der Welt, die wir den göttlichen und den menschlichen Willen nennen wollen.

Der menschliche ist der Wille des niedrigen Ichs, der seinen Vorteil sucht ohne Rücksicht auf das große Ganze. Der göttliche Wille ist der Wille des höheren göttlichen Selbst im Menschen, er irrt niemals und führt niemals ins Unglück.

Wer sein Selbst zu behaupten wagt, der kann ruhig erwarten, wie das Schicksal all seine Wünsche erfüllt.

Das Schicksal bezwingst du durch Gedanken.

Ein guter oder böser Gedanke — eine Tat — bald eine Gewohnheit — das ist das Gesetz des Lebens. Was du in der Welt deiner Gedanken lebst, das wird früher oder später in deinem Leben Wirklichkeit.

Die Kraft, die allen Handlungen zu Grunde liegt, ist der Gedanke. Jeder Tat, die du tust, geht ein Gedanke voraus. Die Gedanken, die jetzt bei dir vorherrschen, bestimmen die Taten, die später bei dir vorherrschen

werden. Wenn die Taten öfter wiederholt werden, bildet sich eine Gewohnheit. All deine Gewohnheiten zusammen genommen, bilden deinen Charakter.

Der Gedanke ist immer der Erzeuger der Tat.

Nun haben wir es aber durchaus in unserer Gewalt, zu bestimmen, was für Gedanken wir uns hingeben wollen.

Im Bereich unseres Geistes sollen wir die unbegrenzte Herrschaft üben.

Wenn der Gedanke wirklich der Erzeuger unserer Handlungen, unserer Gewohnheiten, unseres Charakters und damit unseres Lebens ist, dann ist vor allem nötig, daß wir genau wissen, wie wir unsere Gedanken beherrschen können.

Nach dem Gesetz des reflektorischen Nervensystems fällt uns eine bestimmte Bewegung beim zweiten Mal leichter als beim ersten Mal, beim dritten Mal wieder leichter als beim zweiten Mal und so fort, bis die Bewegung uns schließlich keine bewußte Anstrengung mehr kostet.

Ebenso wie nun der Körper in seinen Leitungsbahnen eine Kraft trägt, die jene Bewegung immer mehr erleichtert; ganz ebenso verhält es sich im Geist mit den Gedanken.

Es kann also jeder diese Kraft in sich steigern, mit der er seine Gedanken beherrschen und selbständig zu bestimmen mag, welchen er nachhängen und welchen nicht.

Wir können also vollkommen Herrschaft über die Gestalt und Beschaffenheit unserer Gedanken erlangen.

Ich sagte: Sein Charakter ist die Summe seiner Gewohnheiten. Seine Gewohnheiten sind durch seine bewußten Taten so geworden, wie sie sind, aber jeder bewußten Tat geht, wie wir gesehen haben, ein Gedanke voraus. So haben wir eine Kette, an einem Ende den Gedanken, am andern den Charakter, das Leben, das Schicksal.

Auf diesem Wege kann man jedes Ziel erreichen, das man sich vorsetzt. Nur zwei Schritte sind nötig! Erstens sich bei Zeiten ein Ziel zu setzen, und zweitens ihm beständig nachzustreben, was auch kommen, und wie der Weg auch sein mag.

Bedenke immer, daß nur der Charakter groß und fest ist, der immer bereit ist, das gegenwärtige Vergnügen dem zukünftigen Wohl zu opfern.

Das Leben ist nicht da, um in ihm vergängliche Vergnügungen zu genießen, sondern dazu, alles zu enthalten, was in uns angelegt ist, den edelsten Charakter zu erwerben, der uns möglich ist und der Menschheit den größten Dienst zu leisten, den wir leisten können.

Gedanken sind Kräfte, und jeder wirkt auf seine Weise, ob wir uns dessen bewußt sind oder nicht. Das große Gesetz der Anziehungskraft des Geistes: Gleiches bringt Gleiches hervor und zieht Gleiches an, wirkt sich in jedem Menschenleben aus, denn es ist eines der größten Gesetze des Alls. Wir müssen genau wissen, was wir erreichen wollen, dann dieses Ziel fest und unerschütterlich im Sinne behalten, unseren Glauben, das heißt, unsere schöpferischen Gedankenkräfte niemals von Zweifel und Furcht lähmen lassen und so jeden Tag tun, was unsere Hand zu tun findet, niemals klagen, sondern statt dessen die Zeit dazu verwenden, unsere Gedankenkräfte wie in einen Brennspiegel auf das Ziel zu sammeln, das wir uns im Geist aufgestellt

haben — solches Verhalten führt früher oder später die volle Verwirklichung dessen herbei, wofür wir arbeiten.

Die Übung bringt uns immer größere Kräfte.

Wir sind ins Leben gesetzt, damit das göttliche Selbst in uns durch die Erfahrungen des Lebens zur Verwirklichung gelangt.

Alles Leben geht von innen nach außen.

Alle Lebensquellen entspringen im Innern.

Darum sollen wir auch für dieses Innere viel mehr Zeit übrig haben.

Nichts bringt uns so reichen Gewinn, als wenn wir jeden Tag unseres Lebens hier eine kurze Zeit in die Stille gehen.

Geh' in dein Kämmerlein und schließe die Tür zu.

Wir brauchen das, um die Knoten in unserm Geist und in unserem Leben zu entwirren; wir brauchen es, um höhere und reinere Ziele für unser Leben zu finden; wir brauchen es, um die Dinge genau im Geist zu erblicken, auf die wir unsere Gedankenkräfte gesammelt hinlenken wollen. Wir brauchen es, um unsere bewußte Verbindung mit dem Unendlichen beständig zu erneuern und aufrecht zu erhalten. Wir brauchen es, damit der Lärm und das Getriebe unseres Alltagslebens uns nicht immer wieder die Wahrheit vergessen läßt, daß der Geist unendlichen Lebens und der unendlichen Macht hinter allem steht und in allem und durch alles wirkt, daß dieser Geist, das Leben des Alls, zugleich das Leben unseres Lebens und die Quelle unserer Kraft ist, und daß wir abgetrennt von ihm kein Leben und keine Kraft finden.

In dem Maße, als wir uns der einströmenden Flut dieses innerweltlichen Lebens öffnen, machen wir uns zu einem Kanal, durch den unendliche Intelligenz und Macht wirken kann.

Das gibt uns die innere Leitung, die wir Intuition nennen.

Wenn du einmal im Zweifel darüber bist, welchen Weg du einschlagen sollst, dann mache es so; sobald du alle äußeren Möglichkeiten, dich zu belehren, erschöpft hast, sieh tief mit deinem inneren Auge, und höre mit deinem inneren Ohr und störe diese einfache, natürliche und klare Tätigkeit durch keine Fragen und Zweifel.

Dieses anschauende Erfassen der Wahrheit muß aber sofort in die Tat umgesetzt werden, denn zögern ist hier gleichbedeutend mit Verdunkelung des Erfassten. Wenn du das Höchste, Vollkommenste erlangen willst, das nicht bloß diese Welt, sondern jegliche mögliche andere bieten kann, dann tue zuerst den Gedanken ab, als ob dein Leben von dem Leben Gottes getrennt sei, und halte fest an dem Gedanken deiner Einheit mit ihm.

Nichts ist so fest und sicher als Gott, er wird keinen verlassen, der sich ihm völlig hingibt. Das Geheimnis des Lebens besteht darin, daß man in dieser Erkenntnis lebt, was man auch tue, was man auch sei bei Tag und Nacht, im Wachen und im Schlafen.

Das Geheimnis der höchsten Kraft liegt darin, daß wir die äußeren Mittel mit der Kraft verbinden, die von Innen herauskommt; der ist groß, der das, was er hat, von Natur ist und nicht an jemand anders erinnert.

Laß Gottes Hauch einen neuen Frühling in deiner Seele schaffen, ihre tief verborgenen Keime zum Leben bringen, laß den himmlischen Sommer

herein: dann hast du einen so klaren Beweis von Gott und deinem Innern, als das Universum draußen ihn dir bietet.

Es gibt nur eine Kraftquelle im All. Was du also auch bist: erkenne, daß das Geheimnis der Kraft in nichts anderm besteht als darin, in solcher Verbindung mit der unendlichen Kraft zu wirken, daß sie ununterbrochen durch dich wirken und sich offenbaren kann.

Wer sich genügend Zeit nimmt, in die Stille zu gehen und dort seine Ziele in Gedanken zu gestalten, die bewußte Verbindung mit dem Unendlichen herzustellen und lebendig zu erhalten, der ist auch am besten für das Leben ausgerüstet. Er kann alles, was ihm begegnet, mit Weisheit und Kraft aufnehmen und verarbeiten.

Es gibt einen ganz einfachen Weg, auf dem wir ganz leicht zur Verwirklichung gelangen können, von der wir sprechen.

Wo du auch bist und was du auch tust, wenn du auf der Straße oder durch die Felder gehst, wenn du irgend eine Arbeit treibst, wenn du im Einschlafen oder im Aufwachen begriffen bist, wenn du irgend ein Unternehmen beginnst, wenn du im Zweifel über die Richtung bist, die du einschlagen sollst, kurz immer und überall halte den Gedanken fest: Es ist der Vater, der in mir wirkt; der Vater wirkt und ich wirke auch.

Der Geist des unendlichen Lebens und der unendlichen Macht, der hinter allem steht, in allem und durch alles wirkt, das Leben und die Lebenskraft von allem — Gott — der wirkt in mir, und ich wirke das, wozu er mich führt und stärkt.

Ich will in allen Dingen das Höchste leisten, was mir möglich ist.

Ich will das Übel, das meinen Weg kreuzt, bessern, indem ich dem, der es tut, das Gute zeige und ihm helfe eine Macht des Guten zu werden. Ich will mich der göttlichen Macht völlig öffnen und offen halten, damit ich ein reines Gefäß werde, durch das sie wirken kann.

Ich will selber denken, die Meinung der anderen ruhig anhören, aber stark genug sein, nach meiner eigenen Überzeugung zu handeln.

Ich will nicht andere richten, sondern meine ganze Kraft daran wenden, daß ich selber besser werde.

Ich will alle Dinge lieben und nichts fürchten als das Böse, das ich tun könnte.

Ich will immer trachten für andere das zu tun, was ich möchte, daß sie mir tun.

Ich will ehrlich, gerecht und gütig sein.

Ich bin gewiß, daß weder Tod noch Leben, weder Hohes noch Tiefes uns scheiden kann von der Liebe Gottes!

II. Die Stunde der Stille.

Niemand kann in einer Sache erfolgreich sein, der nicht zuerst darüber nachgedacht hat und dann an die Sache gegangen ist, sein Ziel im Auge, mit blassem Gesicht, fest geschlossenen Lippen und geballten Fäusten und mit den Worten: „Ich bin entschlossen und weiß, was ich zu tun habe.“

Lerne, mit dir selber Zwiesprache zu halten. Es gibt gar keinen angenehmeren Gesellschafter, als jenen treuen Freund, der in dir wohnt, der dich nie verläßt.

Geh' in die Stille, sammle deinen Geist, richte alle Gedanken auf einen Punkt, atme die Kraft und Stärke ein, die jedermann in unbegrenztem Maße zugänglich ist, und von der nichts uns trennen kann, wenn wir sie nicht selbst zurückstoßen.

Stunden der Muße sind keine nutzlos verschwendete Zeiten. In ihnen lernst du erst selber denken. Wenn du dich nicht länger durch die Gedanken anderer beeinflussen lassen willst, so entricke dich deren Bannkreise.

Für die Stunde des Schweigens setze man sich eine bestimmte Stunde fest, die uns durch nichts geraubt oder gestört werden darf.

Das Unterbewußte steht stark unter dem Einfluß des regelmäßigen Wechsels, und schon deshalb, aber auch weil es so viel leichter durchzuführen ist, sollte man möglichste Regelmäßigkeit walten lassen. Diese Stunde muß dann der Betrachtung der wichtigsten Fragen und Aufgaben des Lebens gewidmet sein: Gesundheit, häusliche Verhältnisse, Vermögen, Sittlichkeit, Selbstvervollkommnung, Liebe.

Es ist die wichtigste Stunde für uns, denn wir dürfen in ihr ein Heraufkommen unseres verborgenen Selbst erwarten, das uns Offenbarungen, Warnungen und Ratschläge gibt. Sie muß als die Zeit betrachtet werden, in der unser schaffendes Selbst sich auf die verborgenen Kräfte einstellt, von denen wir überall umgeben sind.

Wenn wir diese Richtung einschlagen und verfolgen, werden wir immer zu ausgezeichneten Ergebnissen kommen — ob wir nun im Schweigen daisitzen oder ob wir aufstehen und mit unserem höheren Selbst, der Gottheit in unserem Innern, uns in Verbindung setzen. Manchmal ist es das Richtige, ruhig ohne Anspannung, ohne Tätigkeit, mit zusammengebißenen Zähnen zu warten, manchmal ist es besser, die eigene Kraft möglichst stark durch kräftige Bejahung lebendig zu machen. Aber der wahre Lohn einer solchen Stunde ist nicht gewonnen, wenn man die Offenbarung nicht beherzigt, die man in ihr erhielt. Es ist nicht immer so, daß uns alles in einem Augenblick klar wird, aber wir dürfen sicher sein, daß es noch geschieht; manchmal erblicken wir noch die rechte Richtung plötzlich wie vom Blitz erleuchtet und in einem Augenblick, in dem wir es gar nicht erwarteten. Ich sage nicht, daß man nun der Eingebung dieser stillen Stunde immer blind und unüberlegt folgen müsse, aber wenn man sonst keine Anweisung hat, muß sie doch der oberste Leitgedanke sein. Die besondere Verbindung, in die wir in einer Stunde der Stille eintreten, die raschen Entschlüsse, die wir in ihr fassen, und die Erfrischung an Geist und Körper, die sie uns gewährt, müssen bis zum äußersten ausgenutzt werden, denn nur dadurch machen wir diese „Stille“ zu einer Macht fürs Gute, auf die wir uns ununterbrochen verlassen können. Dadurch werden wir Ungewißheit in Überzeugung verwandeln, Verzweiflung in Vertrauen, Schwanken in Festigkeit, Krankheit in Gesundheit, Nichterfolg in Erfolg, Armut in Reichtum, Elend in Wonne. Ehre das Schweigen und es wird dich hoch über alles Widerwärtige hinausheben.

Der Weg zur Kraft führt immer durch die Stille der eigenen Seele hindurch.

Man muß in engster Verbindung mit dem Mittelpunkt seiner eigenen Selbstheit stehen. Man muß von Zeit zu Zeit dorthin gehen, wo das Geräusch der unsichtbaren Räder und Stangen unseres inneren Lebens den Lärm des äußeren Lebens übertönt; sonst lernt man die gewaltigen Kräfte in Gottes Weltall nicht kennen, die ja auch für gewöhnlich ganz unbekannt bleiben. Der Mensch wird dadurch selbst zu einer Maschine von ungeheurer Kraft, daß er sich in der Stille auf die Tätigkeit jener unsichtbaren Kräfte einstellt. Er muß in die allernächsten Beziehungen zu ihnen kommen, und dies kann er bloß, wenn er in die Stille geht, gehorsam dem Gesetz, das ihn dann in der Stille zum Teil jener Kräfte selbst macht. Menschen von großer, innerer Kraft weilen oft an dem geheimen Ort des Höchsten. Der Ewige spricht im Sturmwind, im Erdbeben und im Gewitter nicht so eindrucksvoll zu uns, als in dem stillen, sanften Säuseln, wenn wir sein Kommen in vertrauensvoller Stille erwarten.

Die Quellen des Charakters und der Lebensführung fließen im eigenen Innern. Wer einen Geist hat zu denken, der denke. Sei stille und erkenne die Wahrheit.

Mensch, wenn du irre gehst,
So frage dein Gewissen;
Du wirst ohn' all'n Verzug
Die Straß' erkennen müssen.

III. Charaktereigenschaften: Weisheit, innere Erleuchtung und Friede.

Gott ist der Geist unendlicher Weisheit, und in dem Maße, als wir uns ihm öffnen, öffnet sich die höchste Weisheit für uns und durch uns.

Um diese höchste Weisheit zu erlangen, müssen wir unbedingt darauf vertrauen, daß Gott uns zu ihr führen wird, aber nicht durch einen Menschen.

Die Wahrheit ist in uns, nie stammt sie her von außen, sei dein Glaube wie er will. Es ist ein inneres Zentrum in uns allen, wo Wahrheit wohnt in Fülle.

Wenn wir auf diese Stimme der Intuition hören, so wird sie immer klarer und deutlicher reden, bis sie allmählich ein absolut sicherer und irrtumloser Führer wird. Es ist ein Unglück, daß wir auf diese Stimme in unserer Seele nicht hören, und ihr nicht folgen.

Man darf die Vernunft nicht beiseite setzen, aber sie muß fortwährend durch diese höhere Wahrnehmung erleuchtet werden, und in dem Maße, als dies geschieht, wird sie zum Vermittler des Lichtes und der Pracht. Wenn jemand ganz und gar Persönlichkeit wird, so betritt er das Gebiet aller Erkenntnis und Weisheit. Persönlichkeit wird man aber, wenn man keine Kraft anerkennt außer jener unendlichen Macht, die hinter allen steht. Wenn einer dies erkennt, und sich dem Geist dieser unendlichen Weisheit öffnet, so kommt er auf den Weg dieser wahren Erziehung, und bisher verschlossene Geheimnisse offenbaren sich ihm, das muß in der Tat die Grundlage aller wahren Erziehung sein, dieses Entwickeln von innen heraus, das Entwickeln dessen, was die unendliche Macht in unser Inneres gelegt hat.

Alles, was zu erkennen für uns wertvoll ist, wird uns offenbar werden, wenn wir uns selbst der Stimme dieses unendlichen Geistes öffnen.

Wir treten in die Stille unsres Innern selbst ein, wir öffnen die Fenster und schauen hinaus, und so sammeln wir die Tatsachen, wie wir wollen. Das ist wahre Weisheit, Wahrheit ist Erkenntnis Gottes. Weisheit kommt aus Intuition und ist etwas viel Höheres als Wissen.

Die große Grundwahrheit im menschlichen Leben, in deinem wie in meinem, ist die: wir müssen zu einer bewußten lebendigen Erkenntnis unserer Einheit mit diesem unendlichen Leben gelangen und uns diesem göttlichen Einströmen völlig öffnen.

Wir können uns gegen dieses göttliche Einströmen und gegen diese höchsten Kräfte und Mächte durch Unwissenheit abschließen, wie es die meisten machen, und so können wir es erschweren oder sogar verhindern, daß sie sich durch uns kundtun.

Die Menschheit hat noch nicht erkannt, daß das wahre Selbst mit dem Leben Gottes eins ist. Infolge seiner Unwissenheit hat sich so mancher diesem göttlichen Einströmen noch nicht geöffnet und sich noch nicht zu einem gemacht, durch den die unendlichen Kräfte sich kundtun können.

In dem Maße, als wir der Erkenntnis unseres wahren Selbst und der Verwirklichung der Einheit unseres Lebens selbst mit dem unendlichen Leben näherkommen, in dem Maße, als wir uns diesem göttlichen Einströmen öffnen, wächst auch die Klarheit, mit der diese Stimme der Intuition, die Stimme der Seele, die Stimme Gottes zu uns spricht, und je mehr wir sie verstehen, auf sie lauschen, und ihr gehorchen, desto deutlicher spricht sie, bis allmählich die Zeit kommt, in der ihre Leitung unfehlbar, absolut unfehlbar wird.

Gott ist der Geist unendlichen Friedens, und in dem Augenblick, in dem wir in Harmonie mit ihm kommen, strömt eine Flut von Frieden in uns ein; denn Friede ist Harmonie.

Friede gibt es in der äußeren Welt nicht, er liegt nur in unserer eigenen Seele.

Mit Gott eins sein, heißt Frieden haben.

Es gibt Menschen, die in so bewußter Einheit mit dem unendlichen Leben, dem Geiste unendlichen Friedens stehn, daß ihr Leben geradezu von Freude überströmt.

Wer zur Erkenntnis seines wahren Selbst gelangt ist, der hat die Kraft in sich und strahlt sie aus, wo er geht.

Er hat sein Zentrum gefunden.

Wer sein Zentrum im Unendlichen gefunden hat, hat sozusagen eine Verbindung zwischen sich und der großen Kraftquelle des Universums hergestellt und zieht fortwährend von überall Kräfte an sich. Denn mit diesem Zentrum dieser Erkenntnis seiner selbst und seiner Kräfte werden alle Gedanken, die von ihm ausgehen, zu Kräften, und nach dem Gesetz, daß Gleiches vom Gleichen angezogen wird, zieht er fortwährend von allen Seiten die Hilfe derer an, deren Gedanken ebenfalls zu Kräften werden, und so steht er in Verbindung mit der ganzen Gedankenwelt des Universums.

Je inniger wir bei unserm Wirken mit der höchsten Macht vereint sind, desto weniger brauchen wir uns um den Erfolg zu kümmern. In der Erkenntnis dieser Wahrheit leben, das bringt Frieden, einen Frieden, der die ganze Gegenwart erfüllt, und der uns die Versicherung gibt, daß wir stark sein werden, solange wir leben.

IV. Charaktereigenschaften: Gesundheit und Glück.

Es ist wunderbar, welche Macht unser Geist besitzt, deshalb soll der Geist immer Herr sein.

Nichts hilft so sehr zu Gesundheit und zum Glück als ein heiterer Sinn.

Das tödlichste Werkzeug des Gedankens, mit dem er das menschliche Leben bedroht, ist die Furcht. Die Furcht verschlechtert den Charakter, vernichtet das Streben, verursacht Krankheit, zerstört das Glück in uns und in andern und verhindert uns an der Erlangung von tausend Gütern.

Die Macht der Furcht über uns ist in dem Augenblick gebrochen, in dem wir den furchterweckenden Gegenstand im richtigen Licht sehen.

Die Erlösung des Menschen von den geistigen und körperlichen Einwirkungen der Furcht liegt darin, daß er die Herrschaft über seine Verstandeskkräfte völlig ausübt. Sobald er einsieht, daß nichts ihm schaden kann, wenn er sein göttliches Verbot ausspricht, dann fürchtet er sich nicht mehr. Das Unterbewußte nimmt oft die leisesten Winke von ganz vorübergehenden Vorgängen oder halbfertigen Vorstellungen auf. Oft können wir die Einflüsse garnicht auf ihre Veranlassung zurückführen, aber manchmal liegt die Einwirkung des Unterbewußten unmittelbar zu Tage, oder wir sehen den Umweg deutlich, den es gemacht hat. Gedankenbahnen bilden sich rasch, und einmal gebildet leiten sie mit Leichtigkeit unbewußte Willenströme, die Gesundheit und Glück oder Krankheit und Elend mit sich führen.

Unsere ganze Sicherheit liegt darin, uns von dem Beherrscht-werden durch Gewohnheiten frei zu erhalten, auch wenn es durchaus nützliche sind. Wir müssen unsere Gewohnheiten durchbrechen und unsere gewöhnlichen Wege absichtlich verlassen, so bequem wir auf ihnen gegangen sind. Von Zeit zu Zeit muß eine Änderung eintreten, die große Willenskraftanstrengungen kostet, damit unser Wille nicht träge wird und geistige oder körperliche Kräfte Schaden dadurch erleiden.

Wer seine Zeit verschwendet, hat niemals Zeit. Tätigkeit entwickelt die Kraft, aber Untätigkeit macht schwach: Der Fluch Gottes liegt auf den Trägen und seiner ganzen trägen Sippe.

Gehöre zu denen, die immer Gedanken des Erfolgs, der Gesundheit, des Friedens, der Freude, der Aufrichtung und Hilfe ausstrahlen und überall Sonnenschein um sich verbreiten.

Es gibt keinen kürzeren Weg zur Gesundheit, als den Gebrauch der eigenen felsenfesten Überzeugung und Entschließung. Der Mensch braucht vielleicht Ermutigung, Leitung, manchmal sogar einen Befehl, aber wenn er mit allen Mitteln in der rechten Richtung in Bewegung gesetzt wird, dann wird er auch gewinnen.

Von Gesundheit träumen macht nicht gesund, man muß gerade aus vorwärts gehen und sie sich nehmen.

Jeder Mensch von gesundem Verstand kann sich durch gehörige Ausbildung, Sorgfalt, Aufmerksamkeit und Arbeit zu allem machen.

Daran zu denken, daß man eine bestimmte Menge Lebenskraft mit der Luft einatmet, daß diese den Körper durchdringt, das Sonnengeflecht in Tätigkeit setzt und so für die Krankheit des Körpers Erleichterung gewährt, das ist als Selbstbeeinflussung gewiß von Wert, aber nicht von großem. Die unbewußte Tätigkeit selbst, die dabei vorgeht, die bewirkt den günstigen Einfluß.

Wer die Tiefatmung übt mit der denkenden Einsicht in ihre wohltätigen Wirkungen, der hat den richtigen Erfolg davon.

Es ist bekannt und richtig, daß eine bestimmte Menge von Bewegung für die Gesundheit unerläßlich ist. Ohne Zweifel ist der Mensch von der Natur für ein Leben körperlicher Tätigkeit bestimmt und eingerichtet, und wenn wir über Gesundheit sprechen, dürfen wir das nie aus dem Auge verlieren. Aber es ist von größter Wichtigkeit, einzusehen, was man heute allmählich begreift, daß die Wirksamkeit solcher Bewegung des Körpers bedingt ist durch die Art und den Grad der darauf gerichteten Gedankenenergie. Im Hinblick auf diese Erkenntnis sei der Leser auf die Übungen im Buche „Wege zur Höhe“,*) hingewiesen, die, wenn sie richtig ausgeführt, die ganze Summe der körperlichen Bewegung enthalten, die zur Gesundheit des Körpers und Frische des Geistes nötig sind. Was sie zum persönlichen Magnetismus beitragen, davon will ich nur soviel sagen: „Wenn man sie in Verbindung mit den hier vorgetragenen Vorschriften für seelische Ausbildung ausführt, so entwickelt sie eine geradezu zauberwirkende Kraft.

Die Hauptsache ist, daß der Geist völlig wach und der Gedanke auf jede Einzelheit der Muskeltätigkeit gerichtet wird.

Die meiste wirklich gute Arbeit wird getan unter dem Zwange des Müssens. Der Mensch steht auf der Höhe seiner Kraft, wenn er in eifrigster Einübung einer Tätigkeit begriffen ist. Das Müssen tut viel für den Menschen durch den Ansporn, den es ihm gibt. Alles, was dazu dient, die Aufmerksamkeit absichtlich zu spannen, übt den Willen; und Wollen mit aller Kraft, das allein bringt den Erfolg.

Den allerhöchsten Erfolg gewinnen freilich die Menschen, die freiwillig den Zwang eines hohen und unerschütterlichen Vorsatzes auf sich nehmen.

In jedem lebt ein Bild des, das er werden soll, solange er das nicht ist, ist nicht sein Friede voll.

Das Ziel eines jeden Menschen sollte sein, die höchste harmonischste Entwicklung seiner Kräfte zu einem vollständigen, festen Ganzen.

Kein Mensch ist zu wahrer Größe gelangt, der nicht gewissermaßen gefühlt hat, daß sein Leben der Menschheit gehört und daß das, was Gott ihm gibt, er ihm für die ganze Menschheit gibt.

*) Von Sheldon Leavitt. M. 3.50.

V. Frohsinn. Die Macht froher Gedanken. Das Wichtigste für die Charakterbildung.

Optimismus ist der Glaube, der zur Erfüllung hinführt, ohne Hoffnung können wir nichts tun.

Die Menschen, bei denen ich den größten Erfolg ihrer Tätigkeit in meinem Leben beobachtet habe, waren immer froh und hoffnungsvoll. Sie gingen an ihre Arbeit mit einem Lächeln auf ihrem Gesicht, nahmen jede Veränderung und jeden Zufall dieses irdischen Lebens hin als Männer und trugen das Schwere wie das Leichte mit dem gleichen frohen Mut. Der frohe Mensch hat eine schöpferische Kraft, die dem Schwarzseher fehlt. Für die Erhaltung oder Wiederherstellung der Gesundheit ist Frohsinn eines der wichtigsten Mittel.

So oft jemand sich beklagt oder krittelt, läßt er sich herbei, die Macht des Gegners über ihn anzuerkennen und macht sich das Leben selber unbehaglich und widerwärtig. Das Mittel, wodurch man diese Feinde seines Glückes los wird, besteht darin, daß man ihr Dasein verneint und sie aus seinem Geist verbannt, da sie ja doch nur Einbildungen sind. Harmonie, Gesundheit, Schönheit, Erfolg, das ist Wirklichkeit, das Gegenteil besteht nur in der Abwesenheit des Wirklichen, hat also kein eigenes Sein.

Ich bemühe mich mit aller Kraft, mich durch nichts niederdrücken zu lassen und alles, was mir begegnet, von der besten Seite zu nehmen.

Nichts hilft so viel zur Gesundheit und zum Glück als ein heiterer Sinn.

Wenn der Geist im Gleichgewicht und heiter ist, so gehen alle Tätigkeiten wie von selbst.

Der Erde köstlichster Gewinn ist frohes Herz und reiner Sinn.

Wer kann den Wert sonnigen Herzens abschätzen, das, wohin es kommt, Glück und Freude um sich verbreitet. Wir beneiden die Menschen, die überall Frohsinn um sich verbreiten.

Welche Schätze liegen in solcher Natur.

Und dieser reiche Segen ist gar nicht schwer zu erlangen. Denn der Sonnenschein auf dem Gesicht ist doch nur der Widerschein seines warmen gütigen Herzens.

Nicht auf dem Gesicht, sondern in dem Herzen muß die Sonne aufgehen: das frohe Lächeln, das ein Gesicht verschönert, ist nur ein Strahl der Sonne, die im Herzen scheint.

Diese unschätzbare Gabe erlangen wir, wenn wir warmherzigen Anteil an jedem Menschen nehmen, der uns begegnet. Herzlosigkeit ist das schlimmste aller Übel, denn es zeugt von einem verdorbenen Charakter und ist unheilbar. Die besten Freuden im Leben kommen nicht von außen, sondern aus dem Bewußtsein unseres Wertes, und dessen, was wir für andere sind.

Laß dir gesagt sein, daß Freundlichkeit gegen jedermann die erste Lebensregel ist, die uns manchen Kummer sparen kann, und du sollst gegen die, welche dir nicht gefallen, verbindlich sein, ohne falsch und unwahr zu werden. Die wahre Höflichkeit ist die angeborene Freundlichkeit eines wohlwollenden Herzens.

Nur die Entwicklung unserer eigenen besten Eigenschaften befähigt uns, an anderen das, was an ihnen gut und edel ist, zu verstehen und hervorzu- ziehen.

Das Schwerste für den Menschen ist Selbsterkenntnis.

Ob du dich selbst erkennst? Du tust es sicher, sobald du mehr Ge- brechen an dir als an anderen erkennst.

Der Gebildete und Charakterfeste sucht zuerst alle Schuld bei sich, der Ungebildete und Charakterlose beim andern.

Der Weg zur Vollkommenheit und zu jedem Fortschritt ist fortwährende Selbstkritik.

Die Menschen wären weniger selbstbewußt, wenn sie mehr ihres Selbst bewußt wären.

Wenn du den festen Vorsatz faßt, daß du niemals wieder unfreundlich über jemand urteilen willst, und wenn du garnichts Gutes oder nicht die beste Seite an ihm siehst, lieber garnicht sehen und garnicht reden willst, so wird das eine ganz wunderbare Veränderung in deinem Leben bringen.

Wenn du mit Absicht an jedem Erlebnis immer nur die gute Seite siehst, so wirst du bald finden, daß die Welt dir wenig Sorgen mehr bringt und daß sogar dieses Wenige noch zu deinem Besten dient.

Sorge nicht um das, was die Zukunft dir bringen mag, sondern strebe, innerlich fest und klar zu werden, denn nicht wie dein Schicksal sich ge- staltet, sondern wie du dich mit ihm abfindest, bringt dein Lebensglück.

Ein Mensch im besten Sinne des Wortes zu werden, das sei dein Streben, deine schönste Pflicht.



II. Teil.

Wege zur Höhe.

Die Weisheit ist unser Führer zu allem, was wir an Wahrheit für unser Leben gebrauchen, es kommt nur darauf an, daß wir unser Denken richtig anwenden und mit seinen Maßstäben alles prüfen, was uns entgegentritt.

I. Aufwärts.

Wer nicht aufwärts strebt, mit dem geht es bergab, wer nicht fliegen will, der muß kriechen.

Wer zufrieden ist mit dem, was er erreicht hat, für den gibt es kein Emporsteigen mehr.

Nur der gewinnt im Leben, der nicht mit dem zufrieden ist, was er leistet, der entschlossen ist, es jeden Tag besser zu machen, der danach ringt, ein Ideal zu verwirklichen und das Mögliche zur Wirklichkeit zu machen.

Wer sich selbst nicht fest in die Hand nimmt, und sich zwingt, das zu tun, was das beste für ihn ist, nicht das, was ihm das angenehmste ist— der ist nicht viel wert.

Jeder Mensch muß sich selbst in eine strenge Schule nehmen.

Die bloße Tatsache, daß du den unwiderstehlichen Drang und das hinreißende Streben verspürst, etwas zu tun, das die Billigung deines Gewissens und damit deines besseren Selbst findet, ist der Beweis dafür, daß du es tun kannst und daß du es ohne Zögern tun sollst.

Niemand kann etwas Großes leisten, wenn ihn nicht ein hohes Streben erfüllt, das ihn alle Mühseligkeiten vergessen läßt, wenn ihn nicht eine Begeisterung durchherrscht, die ihm alles leicht macht und alle Wege ebnet.

Wähle dir nur solche Menschen zu Freunden, die einen beständigen Antrieb für dein Streben bilden, die die Begierde in dir wecken, etwas Rechtes zu leisten und zu werden.

Strebe empor, aber die Liebe gebe deinem Streben die Richtung.

II. Persönlichkeit.

Das geheimnisvolle, unbeschreibliche Etwas, das wir mit dem Namen Persönlichkeit bezeichnen, ist sehr oft viel stärker als irgend eine Eigenschaft oder Fähigkeit des Betreffenden.

Sehr viel von dem Zauber der Persönlichkeit beruht auf dem Takt.

Man muß wissen, was man zu tun hat, und man muß das Rechte zur rechten Zeit tun.

Die Eigenschaft, andern zu gefallen, ist eines der größten Hilfsmittel zum Vorwärtsskommen.

Pflege die Kunst, dich angenehm zu machen.

Zu einem selbstlosen Menschen fühlen sich die andern immer hingezogen.

Wer den Zauber persönlicher Anziehungskraft besitzt, dem kann man sich gar nicht feindlich gegenüberstellen.

Ein großer Teil dessen, was wir leisten, ist eigentlich das Werk anderer Menschen, die uns zu dieser Leistung erst befähigten, indem von ihnen Zuversicht und Ermutigung auf uns überstrahlt und uns geistig stärkt und labt.

Es ist wunderbar, wieviel du im Umgang mit andern von ihnen lernen kannst, wenn du nur verstehst, sie mit richtigen Augen anzusehen. Aber du kannst nur dann vieles aus ihnen herausholen, wenn du ihnen viel von dir selbst gibst.

Wer entschlossen ist, stetig fortzuschreiten, der muß jede Erfahrung als ein Erfahrungsmittel ansehen, als eine Art Werkzeug, das ihm jedesmal eine vollkommenere Form verleiht.

III. Tägliche Selbstvervollkommnung.

Die Vorstellung, wir hätten keine Zeit, uns zu unterrichten, verschwindet sofort, sobald der Wille zur Bildung stark ist, daß wir uns streng prüfen, wie wir unsere Zeit verwenden.

Zur Selbstvervollkommnung ist eins vor allem unerläßlich: Das starke Verlangen danach. Ist dies vorhanden, dann braucht nur noch das Ich überwunden zu werden, das bloß Unterhaltung und Bequemlichkeit haben will. Das Geheimnis jeder Kraft liegt in der Übung.

Deshalb liegt das Mittel zur Selbstvervollkommnung und Weiterbildung vollständig in deiner Hand.

Dazu gehören auch folgende Übungen:

Als Übung in der Selbstbeherrschung und als unmittelbare Förderung der Gesundheit steht das Tiefatmen an vorderster Stelle, hiermit verbinde man das Anhalten des Atmens.

Wer die Tiefatmung übt, mit der denkenden Einsicht in ihre wohltätige Wirkung, der hat den richtigen Erfolg davon.

Der Mensch ist von der Natur für ein Leben körperlicher Tätigkeit bestimmt, und bei der geistigen und körperlichen Vervollkommnung ist es von größter Wichtigkeit, einzusehen, daß die Wirksamkeit solcher Bewegungen des Körpers bedingt ist durch die Art und den Grad der darauf gerichteten Gedankenenergie.

Folgende Übungen enthalten die ganze Summe der körperlichen Bewegung.

Die Hauptsache ist, daß der Geist völlig wach und der Gedanke auf jede Einzelheit der Muskeltätigkeit gesammelt gerichtet wird.

Allgemeine Übungen.

1. Sitzend.

Richte den Blick fest auf einen etwa 1 bis 3 Meter entfernten Punkt in Augenhöhe. Blicke 3 bis 4 Minuten unverrückt auf ihn hin und blinze dabei so selten als möglich.

2. Sitzend.

Spanne die Muskeln der einzelnen Körperteile und Körperflächen, im Gesicht und im Nacken, an der Brust, an den Armen und schreite damit über den ganzen Körper fort. Die Spannung muß so allmählich als möglich anschwellen bis zum höchsten Grad, auf den dann so viel Energie verwandt werden muß, als dir möglich ist; und ebenso muß die Entspannung vor sich gehen. Mache diese Übungen jeden Morgen am ganzen Körper und denke dabei beständig an die Stärkung deiner Körper- und Geisteskräfte.

Augenübung.

1. Stehend. Halte Kopf und Gesicht ganz still, drehe die Augen soweit wie möglich aufwärts nach rechts, nach links, abwärts nach rechts, abwärts nach links, aufwärts nach links, abwärts nach rechts.

2. Dreh die Augen soweit als möglich nach rechts, dann wälze sie herum nach links, gehe dabei möglichst stetig und gleichmäßig und möglichst hoch oben herum und sieh beim Fortschreiten alles scharf an, bis du an den äußersten Punkt links kommst; dann mache dieselbe Bewegung umgekehrt.

3. Richte die Augen soweit als möglich nach oben und stelle den Blick fest ein. Dann wende die Augen langsam und fest in gerader Richtung nach oben, bis du den Blick auf dem niederst möglichen Punkt einstellst, und sieh dabei alles, was du erblickst, scharf an. Ebenso umgekehrt.

4. Sitzend. Nimm einen Handspiegel, öffne die Augen soweit du kannst, ohne die Augenbrauen hinaufzuziehen. Dann bringe das obere Lid herunter bis zum oberen Rand der Hornhaut, das heißt des farbigen Teiles des Auges, dann bis zum oberen Rand des Augapfels. In dieser Stellung erhebe das untere Lid langsam, bis die Augen geschlossen sind. Diese Übung ist schwierig, aber ihre Bemeisterung gibt dir eine unzweifelhafte Vermehrung deiner Kraft.

Du mußt immer bedenken, daß du mit all diesen Übungen deinen Willen stärkst, und die Herrschaft über deinen Körper, persönlichen Magnetismus, Gesundheit und Fülle des Lebens erwirbst. Lege diesen Gedanken in jede Übung.

Armübung.

1. Stehend. Strecke beide Arme seitwärts in Schulterhöhe. Entspanne alle Muskeln so sehr du kannst, aber laß die Arme ausgestreckt, nur die Hände hängend. Dann beginne ganz allmählich die Muskeln zusammenzuziehen und die Fäuste zu ballen, und während du dies tust, halte die Arme nach einwärts gegen die Brust zusammen. Die Spannung muß allmählich zunehmen, während die Fäuste nach Einwärts gedreht werden, bis sie auf dem Höhepunkt der Anstrengung die Brust erreichen.

Du mußt aber alle Kraft, die dir zu Gebote steht, aufwenden und die Zusammenziehung muß ganz allmählich geschehen, außerdem muß der Gedanke gesammelt auf die Bewegung gerichtet sein.

2. Strecke die Arme senkrecht aufwärts und mache sinngemäß dieselben Bewegungen.

3. Strecke den rechten Arm seitwärts in Schulterhöhe, dann schwinde ihn in einer ebenen Linie bis zur anderen Schulter, aber die Bewegung muß so langsam anfangen, daß sie zuerst kaum sichtbar ist, und die Schnelligkeit muß zunehmen, bis der halbe Weg zurückgelegt ist, dann muß die Bewegung, ohne anzuhalten, wieder langsamer werden und beim Aufhören kaum mehr bemerkbar sein, dasselbe mit dem linken Arm.

4. Strecke erst den rechten, dann den linken Arm und versuche folgendes: Setze ein volles Glas Wasser auf die Handfläche und spanne und entspanne die Muskeln, ohne den Arm zu regen und ohne das Wasser zu verschütten.

Beinübung.

1. Übe dich, erst auf einem, dann auf dem andern Bein zu stehen, bis du es solange kannst als du willst.

2. Während du auf einem Bein stehst, fasse das andere mit der Hand am Fuß und hebe es nach vorn so hoch als den Rumpf. Übe dies erst mit dem einen, dann mit dem andern Bein.

3. Mache dasselbe nach rückwärts.

4. Stehe auf einem Bein, bücke dich nach vorwärts, berühre den Boden mit beiden Händen und gehe wieder in die aufrechte Stellung zurück.

5. Stehe auf einem Bein, halte das andere am Fuß, bis in die Rumpfhöhe rückwärts bücke dich nach vorn, und berühre den Boden mit der freien Hand; dann zurück in die aufrechte Stellung.

Zusammenstellung verschiedener Übungen:

Montag:

Tiefatmen, Atemanhalten	5 Minuten
Allgemeine Übung 1	5 "
Augenübung 1	3 "
Beinübung	4 "

Dienstag:

Tiefatmen	5 Minuten
Allgemeine Übung 2	6 "
Augenübung 3	4 "

Mittwoch:

Tiefatmen	5 Minuten
Allgemeine Übung 1	3 "
Augenübung 3 und 4	3 "
Beinübung 2 und 3	4 "

Donnerstag:

Tiefatmen	3 Minuten
Armübung 1 bis 4	6 "
Beinübung 1 bis 5	6 "

Freitag:

Tiefatmen	4 Minuten
Allgemeine Übung 1 und 2	6 "
Augenübung 3 und 4	5 "

Sonabend:

Tiefatmen	4 Minuten
Armübung 3 und 4	5 "

Siehe im Übrigen auch die Übungen in den Büchern: Wege zum Erfolg, Gedächtnis, Meisterschaft, u. a. d. Lehrgängen zum Persönlichen Magnetismus, sowie Schriften ähnlichen Inhalts.

Ferner sei auch hier noch einmal auf eine der wichtigsten täglichen Übungen zur Selbstvervollkommnung hingewiesen. D. i. die Stunde der Stille, der Sammlung oder der Konzentration. Wir haben sie nötig, um alle physischen und geistigen Kräfte zusammenzufassen, um den inneren Anforderungen nachkommen zu können.

Vgl. hierzu auch das in den Büchern von Trine, Marden, Mulford und andern Gesagte und das, was ich im ersten Teil geschrieben habe.

„In deiner Brust sind deines Schicksals Sterne!“

IV. Wegweiser.

Strebe rastlos nach Vollendung. Redliches Streben, treue, unverdrossene, ausharrende Arbeit und frisches fröhliches Gottvertrauen führen sicher zu einem guten Ziel.

Doch wenn der Mensch hier, unter seines Gleichen ein geachtetes, vollkommenes Leben führen will, sei er auch auf folgende Regeln aufmerksam gemacht:

Du mußt dich so in der Gewalt haben und soviel Selbstvertrauen und Haltung besitzen, um öffentlich reden zu können.

Die geistige Kraft wird nur dadurch entwickelt, daß man versucht, sich auszusprechen.

Wer nach dem Besitz wirklicher Selbsterziehung strebt, der muß sich soweit bringen, daß er auf eigenen Füßen denken kann! Nur wer auf eigenen Füßen steht, nur der stellt seinen Mann im Kampf des Lebens. Jeder körperliche und geistig gesunde Mensch ist imstande, unabhängig und selbstständig zu sein. Das Ziel jedes edlen Ehrgeizes ist, selber stark zu werden; es gewährt dem Menschen eine wunderbare Stärkung, wenn er überzeugt ist, daß er eine Aufgabe in der Welt hat, die nur ihm allein obliegt und die kein anderer ihm abnehmen kann. Das Schwerste für den Menschen ist Selbsterkenntnis. Die meisten unserer Fehler legen wir erst dann ab, wenn wir sie an anderen entdeckt haben.

Der Gebildete und Charakterstarke sucht zuerst alle Schuld bei sich, der Ungebildete und Charakterlose bei andern.

Achte auf dich selbst während deines ganzen Lebens, bei jedem Gedanken und bei jeder Tat.

Im Wahlkampf des Lebens gewinnt der Takt stets den ersten Platz. Wer Takt besitzt, muß unter anderen folgende Eigenschaften haben:

Er muß ein mitfühlendes Verständnis für das menschliche Herz haben und für die Regungen von Furcht und Schwäche, Hoffnung und Sehnsucht, die es durchschweben.

Er muß fähig sein, sich in die Lage anderer Menschen hinein zu denken und sich die Dinge so vorzustellen, wie sie jenen erscheinen. Er muß großmütig genug sein, alle Äußerungen zu unterdrücken, die unnötig verletzen könnten. Er muß das im Augenblick Nützliche sofort erfassen und bereit sein, die dazu nötigen Zugeständnisse zu machen. Er muß begreifen, daß es Millionen verschiedener Ansichten gibt und daß die seinige nur eine der vielen ist. Er muß soviel aufrichtige Herzensgüte besitzen, daß selbst ein Gegner oder Feind sich seinem guten Willen gegenüber verpflichtet fühlen muß. Er muß frei sein von jeder Empfindlichkeit, stets in guter Stimmung und unbedingt zuverlässig.

Wenn man die gesellschaftliche Unterhaltung als ein Erziehungsmittel ansieht, so ist sie ein vortreffliches Werkzeug, um eine angeborene Kraft zu entwickeln und zu stärken.

Wenige Dinge haben einen so günstigen Einfluß auf die Entwicklung des Verstandes und des Charakters als das verständige Bestreben, alles was man sagen will, gut, klar und anziehend zu sagen.

Niemand weiß, was er eigentlich in sich trägt, solange er sich nicht ernstlich Mühe gibt, es für andere auszudrücken.

Noch manchen wichtigen Wegweiser könnte ich dir für deinen Lebensweg aufstellen, doch der Weg zur Vollkommenheit führt durch immerwährende Selbsterkenntnis. Wir wissen, daß unser Äußeres von den Gedanken unseres Geistes aufgebaut wird. Wie unser innerer Glaube, so unsere äußere Gestalt. Folgendes Glaubensbekenntnis möge dir auf manchem Wege die Richtung anzeigen:

Wir wollen in allen unseren Angelegenheiten unser Bestes leisten und soviel als möglich auch anderen helfen, daß sie das gleiche tun können.

Wir wollen dem Unrecht, das uns in unserem Leben begegnet, dadurch steuern, daß wir den Täter auf einen besseren Weg weisen und ihm so helfen, selbst das Gute auf Erden zu vermehren.

Wir wollen selbständig denken, fremde Meinungen ruhig anhören, aber Mann's genug sein, immer nach unserer eigenen Überzeugung zu handeln.

Wir wollen unsere Pflichten tun nach bestem Wissen und Gewissen, unbekümmert um anderer Leute Urteil, unbekümmert auch um scheinbaren Verlust oder Gewinn, um vorübergehende Ehre oder Schande.

Wir wollen immer ein freundlich bescheidenes Wesen bewahren und darin unsere Stärke finden.

Wir wollen nicht über andere aburteilen, denn das ist ebenso töricht als unrecht, wir wollen lieber an unserer eigenen Vervollkommenung arbeiten. Wir wollen willig das Gute erkennen, das in jedem Menschen und in allen Dingen verborgen liegt, und wollen geduldig warten, bis es sich zu seiner Zeit entfaltet.

Wir wollen immer eingedenk sein, daß Arbeit und Beschäftigung mit etwas Bestimmtem des Lebens Glück ist.

Wir wollen immer auch darüber klar sein, daß Gedanken Kräfte sind, daß Gleiches von Gleichem hervorgebracht wird und angezogen wird. Wir wollen immer eine solche Haltung des Geistes einnehmen, durch die das Glück angezogen wird, und wollen an allen Menschen und Dingen nur das Gute ins Auge fassen, es an uns heranziehen und so der Schöpfer unseres eigenen Glückes werden.

Wir wollen nie vergessen, daß die höchste Lebensweisheit darin besteht, daß wir unserer wesentlichen und wirklichen Einheit mit dem Göttlichen ununterbrochen bewußt bleiben, daß wir zu dem Höchsten und Besten, was das Leben für uns in Bereitschaft hat, nur dann den Zugang finden, wenn wir uns für die göttliche Macht so offen halten, daß sie in uns wirken kann und wir zugleich die Leitung bilden, durch die der Strom der Kraft sich auf andere überträgt.

Wir wollen wahrheitsliebend, furchtlos, gerecht, froh und gütig sein. So werden wir in dem großen Spiel des Lebens, das wir heute noch nicht ganz übersehen, unsere Rolle mit Auszeichnung spielen und brauchen uns vor nichts zu fürchten, weder vor dem Leben noch vor dem Tode. Denn auch der Tod ist Leben, oder besser, er ist der rasche Übergang zu einer anderen Lebensform. Wir ziehen das alte Gewand aus, und ein neues an, wir gehen nicht etwa aus dem Hellen ins Dunkle, sondern von Licht zu Licht, so wie wir hier gelebt haben.

Wir nehmen das Leben da, wo wir es hier verlassen, in neuer Gestalt wieder auf. So ist der Tod nichts, was wir zu fürchten hätten, sondern lächelnd können wir ihn willkommen heißen, wenn er auf seine Art und zu seiner Zeit an uns herantritt.

V. Der Wert der Freundschaft.

Freundschaft — das Seltenste und Wertvollste was es gibt, tröstlich im Unglück und heilsam im Glück.

Es gibt kaum etwas Schöneres auf dieser Erde, als das Bewußtsein, treue, anhängliche und hilfreiche Freunde zu haben, deren Liebe nicht von Glücks- oder Unglücksfällen abhängt, ja, die uns im Unglück noch treuer und lieber sind als im Glück.

Das ergreifendste Schauspiel der Freundschaft ist aber das, wenn einer auch dem noch seine Freundschaft bewahrt, der seine Selbstachtung und Selbstbeherrschung verloren hat.

Der Glaube eines Freundes an uns ist ein beständiger Stachel, der uns treibt, unser Bestes zu tun, auch wenn andere uns falsch verstehen oder verleumden.

Die Stimme der Freundschaft in der Not zu vernehmen, ist das göttlichste, was dem Herzen widerfahren kann.

In der Freundschaft muß man ganz rückhaltlos sein. Überlege dir's solange du willst, ehe du den Freund erwirbst; nachher aber darf es kein Mißtrauen mehr geben. Wohl braucht es Zeit, bis eine Freundschaft erwächst, aber einmal geschlossen, gehört ihr mein ganzes Herz. Der Zweck

der Freundschaft besteht darin, daß ich jemand habe, den ich mehr liebe als mich selbst und für dessen Rettung ich mit Freuden mein Leben hingeben wollte.

Dauernde Freundschaft beruht mehr auf gegenseitiger Achtung und Übereinstimmung, als auf Leidenschaft und Liebe.

Wer an Freundschaft glaubt, muß notwendig auch an Tugend, wie an ein Vermögen der Göttlichkeit im Menschen glauben.

Willst du Freunde haben, so mußt du die Eigenschaften an dir entwickeln, die du an andern bewunderst, denn die Freundschaft beruht in letzter Linie darauf, daß man an dem Freunde etwas bewundert.

Ein froher Sinn, das Bedürfnis, Glück und Freude um sich zu verbreiten, der Trieb, allen zu helfen, mit denen man in Berührung kommt, das sind die besten Mittel, sich Freunde zu schaffen.

Wenn du einen Freund hast, der sich als solcher erprobt hat, so bleibe ihm zeitlebens dankbar dafür.

Die Fähigkeit zur Freundschaft ist ein Prüfstein des Charakters.

Und findest du einen treuen Freund, sei's wo und wer und was er sei, sei stolz darauf, und halt ihn hoch und sag es laut und sag es frei.

Und ob er eines Königs Sohn, und ob er eines Bauern Knecht, sei stolz darauf und freue dich und lieb ihn treu und lieb ihn recht. Ein Kleinod ist ein treues Herz und wenn man dir's entgegenträgt, sei stolz darauf und frag nicht lang, in wessen Mannes Brust es schlägt.

VI. Auf der Höhe.

Das Ziel, das wir unseren Schritten gesetzt haben, ist da. Wir stehen auf der Höhe. Auf der höchsten Höhe über dem Leben. Es liegt jetzt in unserer Macht, unser Schicksal so zu gestalten, wie wir es wünschen. Laß dir die gezeigten Lebensregeln zu Fleisch und Blut werden, mache sie dir zu Gewohnheiten, zu Wegweisern, die dir bei allen Schritten deines ferneren Lebensweges die rechte Richtung zeigen. Laß es deine tiefste innerste Überzeugung werden, daß es dir durch Macht dieser Gedanken möglich ist, jedes Lebensziel, jeden Erfolg, zu erreichen, so er im Bereiche der Möglichkeit steht und den Mitmenschen nicht zum Schaden wird.

Setze dir schon früh im Leben ein Ziel, ein Ideal, dem du entgegengstrebst, das Leben korrigiert unsere Ideale später wie Schüleraufgaben und füllt die durchgestrichenen Stellen, welche sich zuletzt durch unsere Erfahrungen als die rechte Logik bestätigen. Die Welt, die ein jeder in sich trägt, ist das wichtigste, und es liegt in unserer eigenen Macht, sie groß und rein und schön zu gestalten. Weder Art noch Zeit noch äußere Umstände können ihr etwas anhaben.

Halt! Steh still! mein Freund. Durchrase nicht vergebens das Dasein mehr.

Besinne dich, für wen?

Sei einer von den Wachen dieses Lebens, die voll im Leben frei darüber stehn.