

Девятая

Штайнер, Рудольф
Питание и сознание

Через мистическую пищу человек в чрезвычайно высоком смысле соединяется с Землей. В то время, как козловая пища делает его съедобным, так сказать, принадлежать Земле, как травянистой пище своего развития, мистическая пища превращается человека в то, что он не будет подпитан чем-то другим, чтобы превратить пребывание на Земле в продолжительное, в такое, к которому он полностью приспособлен. И решение превратить молочную пищу как бы означает: я хочу пребывать на Земле, суметь выжить на этой земле, но не существовать исключительно для Земли. Воля и мистическая пища означают мне так: я живу на земле, существую, что я отделился от всех небес и отделился всего сном и возможностью раствориться был в условиях земного бытия.

Растительная пища такова, что она возбуждает в организме те силы, которые устанавливают некую связь между человеком и всей планетарной системой. То, что человек должен предложить, когда он перерабатывает растительную пищу в своем собственном организме, пробуждает силы, которые содержатся во всей солнечной системе, так что человек в своей физической оболочке участвует в силах всей солнечной системы, следовательно, он делается тем чужим, не отбрасывается от них.

Никотин и астральное тело 210 953
Кофе и логика мышления 49.00
Чай и шарлатанство
Мед и старость
Лунная и солнечная пища
Шоколад и финишерство

издательство
«Духовное познание»
в Калуге

ПИТАНИЕ ЧЕЛОВЕКА

4

питание и сознание

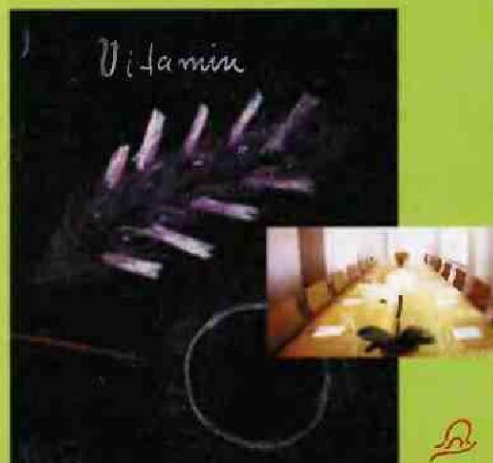
штайнер



Девятая

Рудольф Штайнер

ПИТАНИЕ И СОЗНАНИЕ



ПИТАНИЕ ЧЕЛОВЕКА

4

RUDOLF STEINER

ERNÄHRUNG UND BEWUßTSEIN

Verlag Freies Geistesleben
Stuttgart

РУДОЛЬФ ШТАЙНЕР

ПИТАНИЕ И СОЗНАНИЕ

«Духовное познание»
Калуга

В данном томе собраны доклады основателя антропософии Рудольфа Штайнера, продолжающие тему уже изданного тома «Природные основы питания», и посвященные взаимосвязи вопросов питания и развития сознания. Уже один перечень трудов автора (см. примеч.), из которых выбраны доклады, составившие данный том, показывает, что сознательный подход человека к собственному питанию является одним из основополагающих условий здорового телесного и душевно-духовного развития, как человека, так и человечества и мира в целом.

Существенным отличием данного (2) тома от первого («Природные основы питания») является следующее обстоятельство. В первом собраны доклады о питании, сделанные Р. Штайнером по просьбе строителей первого Гетеанума, то есть рабочих, мастеров, инженеров, участвовавших в строительстве здания, но непричастных к антропософскому движению. Во втором («Питание и сознание») собраны доклады, сделанные для участников антропософского движения и поначалу не являвшиеся общедоступными, так как в них автор обращался к слушателям, которые уже были знакомы с основными трудами и положениями духовной науки, поэтому они быстро улавливали взаимосвязи и могли поспевать за докладчиком. Это позволило Р. Штайнеру, не останавливаясь на основных положениях и терминологии, при минимуме времени дать слушателям колоссальный объем ценнейшей информации. Но для того, чтобы стать общедоступным, содержание докладов должно было соответственным образом прокомментировано (эту простую работу выполнил немецкий исследователь г-н Курт Вильманн). Этим и объясняется тот факт, что послесловие и комментарии составляют без малого четверть объема данного издания.

Перевод: Н.В. Малова

Макет: Т.Ф. Кузнецова

Редактор: Н.Ф. Белова

Ответственный редактор:
Н.П. Банзельюк

ISBN 3-7725-0077-3

© 1981 Verlag Freies Geistesleben & Urachhaus GmbH,
Stuttgart

ISBN 5-88000-085-0

© 2003 «Духовное познание» Калуга

Содержание

Вопросы питания в сети духовной науки	7
<i>Мюнхен, 8 января 1909 г.</i>	
Развитие форм питания	29
<i>Берлин, 4 ноября 1905 г.</i>	
Питание и оккультное развитие	44
<i>Гаага, 20 марта 1913 г.</i>	
Внутреннее переживание пищевых продуктов и возбуждающих средств	63
<i>Гаага, 21 марта 1913 г.</i>	
Питание, исцеление, духовное развитие	90
<i>Дорнах, 9 ноября 1923 г.</i>	
Одухотворение субстанции	118
<i>Дорнах, 10 ноября 1923 г.</i>	
Воздействие алкоголя на человека	140
<i>Дорнах, 8 января 1923 г.</i>	
Воздействие никотина. Растительная пища и животные продукты питания	164
<i>Дорнах, 13 января 1923 г.</i>	
Послесловие	189
Примечания	231

Вопросы питания в свете духоведения

С этой трибуны было прочитано много докладов о самых разнообразных интересах и предметах духовной жизни. И сегодня, вероятно, будет позволено обратиться к более прозаической с точки зрения духоведения теме. Более прозаической темой, чем кое-какие из тех, о которых мы слышали здесь, без сомнения, являются вопросы питания. Однако мы увидим, что именно в наше время духовная наука может сказать кое-что и по поводу таких непосредственных, внедряющихся в повседневность вопросов. Ведь, с одной стороны, этому духоведению делают упрек те, кто знакомится с ним, так сказать, извне, что оно де слишком уходит в духовное, что оно, так сказать, теряет твердую почву под ногами. Возможно, однако, услышать, с другой стороны, противоположное, тоже, конечно, от тех, кто знакомится с духовной наукой или антропософией по брошюре или прослушав отдельный доклад. Этот другой упрек можно было бы выразить так: антропософы слишком много говорят, они слишком заботятся о том, что им нужно есть, что им нужно пить. Возможно, это в определенном смысле идеалисты; этот упрек могут выдвинуть именно такие люди, которые, как они полагают, смотрят

на прозу жизни с определенной возвышенной точки зрения. Которые исходят именно из той точки зрения, что они говорят: ах, что человек ест и пьет, это же совсем не главное, не имеющее значения. Важно не то, что человек ест и пьет, а то, что он силой своего духа поднимается над материей. Даже очень доброжелательные идеалисты могли бы выдвинуть этот упрек антропософии.

Итак, в то время, когда об этих вопросах действительно говорится с других точек зрения, будет, вероятно, небезынтересно узнать и точку зрения духоведения. Одному немецкому философу приписывается высказывание: человек есть то, что он ест. И видные мыслители согласились с этим высказыванием Фейербаха¹, что поступки человека в принципе являются лишь результатом переработанных им продуктов питания, того, что он как материю вводит в себя, что он перерабатывает в себе посредством питания и пищеварения. И кому-нибудь могло бы даже придти в голову сказать, что он считает, что человек есть то, что он ест, если так много говорится о еде. А теперь мы сможем кое-что сказать с этой точки зрения.

Мы должны совершенно точно договориться, в каком смысле рассматривается сегодняшний доклад, из каких убеждений он произносится. И мы не поняли бы друг друга, если бы не договорились об этом с самого начала. Сегодняшний доклад не должен оказывать агитационного воздействия в каком-либо направлении, он не дол-

жен иметь в себе ничего реформаторского. Ученый в области духоведения должен говорить о том, что истинно, как соотносятся вещи, как они предстают перед нами. И та точка зрения, с которой говорит ученый в области духоведения, не должна быть агитационной. Он доверяет тому, что человек, который узнал истину, поступит правильно, исходя из этого знания. Поэтому этот доклад не агитационный ни в том, ни в другом направлении, и больше всего не понял бы его тот, кто заключил бы, что здесь выступали за или против какого-либо метода питания. Здесь лишь говорится, как обстоят дела. Чем менее вы получаете впечатление, что речь идет о «за» или «против», тем больше мы поймем друг друга. После этой предпосылки мы можем поставить вопрос с точки зрения духоведения: не оправдано ли в определенном смысле высказывание: «Человек есть то, что он ест»? Мы должны все время иметь в виду, что тело человека есть инструмент духа, и во всем, что мы обсуждаем с точки зрения различных действий, которые должно совершать тело, мы можем привлечь аналогию, что человеку необходимо тело, как физический инструмент; и как инструмент ничего не стоит, если он неправильно настроен, так и это тело не годится для нашего организма, если оно неправильно настроено. Инструмент никуда не годится, если он не функционирует, как следует. Человек становится несвободным в своих намерениях; и таким образом мы, как ученые в области духоведения, относимся к организму. Мы должны спросить

себя: не можем ли мы сделать его непригодным для выполнения интенций, намерений и импульсов нашей жизни, и не становимся ли мы несвободными и зависимыми от нашего тела из-за неадекватного питания? Может ли существовать возможность сформировать это тело так, чтобы оно всегда было надлежащим инструментом для импульсов нашей духовной жизни, и не станем ли мы именно на обходном пути, благодаря тому, что мы питаем его правильно, именно благодаря этому свободными и независимыми от своего тела? Что мы должны есть, чтобы не быть тем, что мы едим? Так мы видим это с другой точки зрения. Вы ведь все знаете, и мне нужно только упомянуть общеизвестный факт, что, с чисто материалистической точки зрения, человек постоянно расходует то, что синтезирует его организм, и должен снова возмещать это при помощи питания, и что человек должен следить за тем, чтобы снова возмещать это. Что легче сказать, нежели: следовательно, нужно исследовать те вещества, которые необходимы человеческому организму, из каких веществ состоит животный организм, и затем нужно следить, чтобы организм создавался из этих веществ. Однако этот взгляд всегда остается чрезвычайно материалистичным. Мы должны спросить себя, что, собственно, является задачей продуктов питания людей, и в каком смысле они, собственно говоря, используются внутри человеческого организма? Можно сказать, что человеческий организм состоит - и я действительно подчеркиваю, то, что я скажу о человеке, для

духоведения относится только к человеку, оно не может так приблизить человека к животному² - итак, можно сказать, что этот организм построен из белков, жира, углеводов и минеральных веществ. Следовательно, можно спросить, как лучше всего питаться человеку, чтобы он получал требуемое количество из продуктов питания?

Теперь следует обратить внимание на то, что духовная наука должна твердо стоять на почве, которая показывает нам, как любой материальный процесс, все то, что происходит в чувственно-физическом мире, является лишь внешним процессом, и процессы питания тоже - они не могут быть только физическими, но как физические могут быть лишь выражением духовных. И что человек есть целое, и состав физического тела таков, как если бы оно состояло лишь из химических веществ. Всегда обращали внимание на то, как можно от чисто физического мира подняться к духовному. И мы здесь часто слышали, что физическое тело есть нечто, что построено из эфира или жизненного тела. Оно есть скульптор, и мы не должны рассматривать физическое тело, как если бы в нем происходили только химические процессы. Мы пойдем по ложному пути, если спросим себя только на материалистический манер: что происходит с химическими веществами, если смотреть только на химические процессы? Мы должны вспомнить, что за эфирным телом есть еще астральное тело; астральное тело есть выражение инстинктивных ощущений, в определенном отношении есть выраже-

ние душевного, и если мы рассматриваем человека с точки зрения духовной науки, то, как его эфирное тело, так и его физическое тело полностью пронизаны этим астральным телом. Мы не должны говорить об этом односторонне, мы должны смотреть за физическим телом на астральное тело. Сюда же прибавляется Я человека, четвертый член человеческой сущности. Только тогда перед нами весь человек, когда мы рассматриваем его как четырехчленную сущность³. И только тогда мы можем говорить об объеме вопроса питания, если мы можем дать себе ответ на то, как они действуют под влиянием того или другого питания.

Вы все знаете, что человек сначала употребляет питательные вещества из растительного и животного мира и с их помощью строит свое собственное тело. Следует особо подчеркнуть для тех, кто в узком смысле повернулся в направлении ухода за внутренней жизнью: я не говорю здесь ни для эзотериков, ни для антропософов, которые хотят сами себя воспитывать, чтобы подняться на ступень духовного видения; то, что здесь следует сказать, относится к любому человеку. Человек берет свои питательные вещества из животного царства, растительного царства, минерального царства. Теперь мы должны ясно понять, что растение представляет собой противоположность человеку; животное находится посередине. Внешнее физическое выражение эта противоположность находит в процессе дыхания. Мы ведь все знаем, что дыхание как физическое вы-

ражение происходит благодаря тому, что человек вдыхает кислород, перерабатывает его в себе, соединяет с углеродом и выделяет углекислоту. Растение всасывает углерод, чтобы обеспечить построение организма. Растение тоже определенным образом дышит, но у растения процесс дыхания имеет совершенно другое значение⁴. Следовательно, мы можем сказать: в духовном отношении растение и человек делают противоположное... а именно, мы можем сделать это наглядным для себя, если мы поймем влияние света на растение. Вы все знаете, какое влияние оказывает на жизненные процессы растения отсутствие света. То, что для нас, людей, проявляется как мир, то, что делает возможным, чтобы мы нашими глазами видели мир как большое табло, состоящее из блеска, света и цвета, это свет. Свет одновременно является тем, что в определенном смысле возжигает жизненный процесс растения. Это свет вызывает, что мы в нашем окружении имеем табло, полное света. Это физический свет, но тот, кто полагает, что это лишь нечто физическое, заблуждается. Как за всем физическим скрывается духовное, так за светом, который течет к нам, скрывается духовный свет. Каждый раз, когда человек радуется блеску физического света, он может сказать себе: точно также, когда я вижу идущего мне навстречу человека, мне открывается: в этом человеке живет духовное, так я могу представить себе: в этом свете живет духовный свет. И духовный свет, который живет в солнечном свете, того же рода и сущности, что и

невидимый свет, который живет в человеческом астральном теле. Кусок чего-то, что пронизывает все космическое пространство, живет в астральном теле. Только физически оно невидимо, и уже это показывает нам, что в определенном отношении оно представляет собой противоположность физическому свету. Это дополнение физического света.

В нас живет невидимый свет, и этот невидимый свет имеет внутри нас задачу. Невидимый свет, можем сказать мы, относится к физическому свету, как отрицательный магнетизм к положительному, он ведет себя противоположным образом. И мы поймем это, когда уясним, каковы отношения между физическим телом, эфирным телом и астральным телом, которое, с другой стороны, проникнуто Я. Здесь часто говорили: эфирное тело на протяжении всей жизни является борцом против распада физического тела. В человеке, как и в животном, добавляется астральное тело, внутренний свет. Внутренний свет имеет задачу, противоположную задаче внешнего света. Если внешний свет светит на растение, тогда оно строит свой живой организм. Тогда оно строит белки, соки, углеводы и т.д. Задача внутреннего света состоит в том, чтобы снова подвергать расщеплению: это - часть задачи астрального тела. Потому что происходит постоянный процесс растворения и разрушения белковых продуктов и других, которые мы употребляем, это, так сказать, применение продуктов, которые мы употребляем, которое противодействует

тому, что построил внешний свет. Без этой деятельности внутреннего растворения человек не смог бы быть существом Я, потому что благодаря этому он является существом, которое может иметь внутренние переживания. В то время, как эфирное тело заботится о том, чтобы сохранялось физическое тело, астральное тело заботится о том, чтобы эти продукты снова распадались, снова разлагались.

Без этого процесса разложения в физическом теле, внутри физического мира, человеческое астральное тело, которое внедрило в себя Я, не могло бы изжить себя. Следовательно, мы имеем обратный процесс между человеком и растением: выдыхание углекислоты, всасывание угольной кислоты, выдыхание кислорода, вдыхание кислорода и т.д. Итак, эта противоположность, которая существует между растением и человеком, является полной противоположностью только между человеком и растением. Животное определенным образом одушевлено не таким Я, как человек, а групповым Я, так что животные одного вида имеют общее групповое Я и управляются извне; это существенная разница между человеком и животным, что весь распад животных управляется внешним миром, а у человека этим дирижирует его внутреннее Я. У человека, однако, его Я может приобретать все большее господство над тем, что происходит в нем. Рассмотрим, как это Я будет все больше превращаться в центр его телесных процессов? Теперь спросим себя, что же делает организм, что делает

астральное тело при его распаде с веществами, которые человек принял в себя? И не является ли при питании важным нечто совсем другое? В то время, как происходит распад тела, пронизанного Я, оно совершает деятельность, и благодаря этой деятельности внутри что-то производится; а именно через разложение, совершаемое астральным телом, возникает внутренняя деятельность сознания. Деятельности вызываются тем, что происходит распад. Во-первых, вызывается внутренняя теплота, во-вторых, то, что проявляется менее заметно, чем внутреннее тепло, физическое выражение внутреннего света. Как внутреннее тепло, которое пронизывает кровь, представляет собой результат распада белковых продуктов, нервная система в своей внутренней деятельности есть результат распада. Следовательно, не сам нерв как таковой, а нервная деятельность, то, что происходит в нерве, вызывает в человеке возможность представления, мышления, что мы можем назвать физическим выражением невидимого света, это вызывается процессом распада, тем, что продукты разлагаются. Внутреннее тепло существенным образом также обусловлено распадом белковых продуктов. Внутренний свет вызывается тем, что происходит во внутреннем организме, жиром, углеводами, крахмалом, глюкозой и т.д. в процессе производства теплоты, в процессе движения, который разжигается во внутреннем организме, так что в этом лежит выражение деятельности, исходящей из астрального тела. Человек питается правильно не тогда, когда

да он употребляет надлежащее количество пищевых продуктов, а когда эти процессы происходят по возможности правильно. Ведь на этом основана внутренняя жизнь. Человек есть существо, охваченное движением и живостью, и в этом лежит внутренняя жизнь. Если это производится не правильно, то оно не может оказывать правильного обратного действия, и человек заболевает.

Правильный вид внутренней подвижности - это то, что должно дать нам основу для правильного ответа на вопрос питания. Теперь мы обращаем внимание на то, что все те внутренние процессы, которые должен совершать человек, должны продолжать процессы растения в противоположном направлении. Там, где растение прекращает, должен начинать человек. Когда я начну говорить об особом случае, вы сразу же увидите, о чем речь. Когда человек употребляет растительную пищу, эта растительная пища требует слишком многого от человека. Природа растительной пищи такова, что она не может быть жирной. От человеческого организма, который обладает способностью образовывать свои жиры, требуется образовать жир из того, что не жирно. Следовательно, когда человек употребляет растительную пищу, то он должен сам развернуть внутреннюю деятельность, он должен приложить внутренние усилия, использовать то, что ему необходимо для высвобождения жиров; но он освобождается от этого, если он употребляет готовый жир из животного царства. Следовательно,

для человека хорошо, когда он может отложить по возможности больше жира, чтобы ему не приходилось слишком напрягаться! - говорят материалисты. Говоря с той же точки зрения, мы должны, однако, рассматривать собственное развитие внутренней жизни именно в развитии внутренней деятельности. Если человек вынуждается вызывать силы, которые дают ему возможность самому приготавливать жир, тогда от внутренней подвижности зависит, что Я и астральное тело становятся хозяевами в физическом и эфирном теле. Когда мы даем ему готовый жир, следствием этого является то, что мы освобождаем его от того, чтобы самому производить жир. Если же мы даем ему возможность развить свою деятельность, мы делаем его свободным и хозяином своего тела. В противном случае человек, как духовное существо, остается при этом зрителем. Все то, что происходит в человеке, где он остается зрителем, это тяжесть в человеке, она приводит к тому, что он стеснен в стремлении изжить свое астральное тело. Так астральное тело в своей внутренней подвижности натолкнется на внутреннюю стену, если мы лишим его возможности самому производить свой жир. Вопрос состоит в том, какие виды внутренней деятельности разжигаются теми или иными веществами. Мы хотим попытаться осветить с этой точки зрения связь растительных и животных веществ с питанием человека. Мы хотим получить объяснение того, как животная пища и как растительная пища ведут себя в человеческом организме.

То, что мы употребляем как животный белок, это не то же самое, что мы употребляем как растительный белок. Животное до определенной границы осуществляет совершенно похожие процессы, что и человеческий организм, потому что животный организм пронизан астральным телом. Человеческий организм только продолжает их немного дальше, за определенную границу и еще немного дальше, чем животный организм. Астральное тело есть то, что и у животного тоже осуществляет распад из его синтеза. Если мы рассмотрим животных вокруг нас и рассмотрим их в духовном отношении, то мы увидим, сравнивая человека с животным, что в нем распространено то, что в человеке имеется как свойство. Какие бы большие различия вы ни находили в человеческой организации в самых различных расах, вы все равно скажете себе, что человек есть существо, которое живет только в *одном* виде. Человек проявляется как духовное обобщение того, что он видит распространенным в животных формах. Если вы дадите качествам животных дополнить друг друга, то вы получите экстракт того, что с соответствующими изменениями имеется у человека. Каждое отдельное животное имеет в себе односторонне нечто из сил, которые гармонизированы в человеке, и на этом построен весь его организм; все, вплоть до самых внутренних структур его веществ, организовано так, что в животном царстве мы находим широкий спектр человеческих качеств. Если человек должен искать физическое выражение для свойств

своего астрального тела, тогда он вынужден так напрягать свое астральное тело, чтобы оно собрало все свои силы. Он должен стать господином процессов в самом себе. Он должен так заставить действовать свое астральное тело, чтобы был продолжен процесс растения. С тем, что мы употребляем из животного царства, употребляется не только физический жир и мясо животного, но также и то, что совершило там внутри их астральное тело. Если при употреблении растительной пищи мы должны вызывать девственные силы астрального тела, мы вызываем нашу полную внутреннюю деятельность; если мы употребляем животную пищу, мы освобождаемся от части этой деятельности. А теперь мы можем рассмотреть связи обоих способов питания совершенно в духовном смысле.

Если человек хочет все больше становиться хозяином того, что происходит в его теле, то важно, чтобы человек действовал во внешнем мире с соответствующей силой, чтобы он внешне развивал определенные качества, чтобы он развивал силу, мужество, даже, скажем, элемент агрессивности. Однако случается, что человек чувствует себя еще недостаточно сильным, не может потребовать всего от своего астрального тела, поэтому он принимает поддержку в виде животной пищи. И так можно сказать, тем, что делает его внутренне свободнее и свободнее, человек обязан тем веществам, которые дает ему растение. А тем, что дает ему качества, благодаря которым он становится существом, которое внешне в физическом

мире раскрывает определенные качества, в которых не придают никакого значения тому, чтобы они все образовывались из девственного астрального тела, этим он обязан поддержке, оказываемой животной пищей. То, что человек должен становиться все более и более свободным существом, и что ему необходимы качества, которые он оснащает теми импульсами, которые он находит тут и там в животном царстве, побудило его к тому, чтобы брать пищу из животного царства. Спросите, как обстояло дело у воинственных народов, которые стремились развить те качества, которые позволяли изживание физического, и, как правило, вы найдете, что они питались животной пищей. Само собой разумеется, существуют исключения. Напротив, вы найдете, что у тех народов, которые развивали преимущественно усвоение характеров, развили некоторый вид созерцательного бытия, растительная пища была либо преобладающей, либо исключительной. Эти две стороны нельзя не учитывать. Только если хотят пропагандировать что-то, не исходя из знания, а как агитатор, тогда можно считать ту или иную пищу за всеисцеляющее средство. К смешанному питанию прибегли не случайно, а потому, что некоторым образом должны были прийти к этому результату. Однако мы должны сказать себе: если для некоторых людей чисто для здоровья правильным является вегетарианское питание, то для другого человека будет означать подрыв его здоровья, если бы от него потребовали употреблять вегетарианскую пищу. Я гово-

рю с учетом общей природы человека; с ней нужно обращаться совершенно индивидуально, если она должна правильным способом найти путь относительно растительного и животного питания. В наше время, когда мясной пищи употребляется слишком много, это, конечно, действует соответствующим образом. Если человек освобождает себя от слишком большой части своей внутренней деятельности, тогда в нем будут развиваться те виды деятельности, которые обычно являются внешними. Душа будет отчуждаться, он станет более доступным для внешнего мира, он будет связан с внешним миром. Если же человек берет свою пищу из растительного царства, он становится внутренне более самостоятельным, он становится независимым, он становится хозяином всего своего существа. Чем больше он, так сказать, склоняется к растительной пище, чем больше он в состоянии допускать преобладание растительной пищи, тем больше он будет в состоянии предоставлять преобладание своим внутренним силам, развивать стремление к широкому кругозору. Человек, употребляющий преимущественно животную пищу, тесно соединяет себя с узко очерченными кругами бытия, он жестко настраивается на односторонность.

Конечно, сегодняшняя задача человека в том, чтобы заботиться о том, и о другом, чтобы не стать непрактичным. Можно также настолько не иметь предрассудков, чтобы не уметь оценить что-нибудь вообще. Однако так уж обстоит дело: все то, что ограничивает человека, что организует

его, чтобы он стал узкоспециализированным, это он получает от животного питания. Однако тем, что может поднять его из его самого тесного круга бытия, он обязан растительному питанию. То, что люди становятся все более догматичными, что они могут видеть лишь то, во что они выросли с рождения, сильно связано с преобладанием животного питания. Напротив, люди увидели бы, если бы больше учитывали то, что приходит из растительного мира, что им легче преодолевать узкую предрасположенность. Человек, который хочет избавиться от работы по образованию жира, очевидно, уже заметил, что эта работа, от которой его освободили, возводит некую стену для его астрального тела. И если человек даже не ясновидящий и просто может правильно оценивать вещи, то по человеческим глазам заметно, готовит ли он себе свой жир сам или нет. В этом взгляде глаз можно проследить, когда астральное тело вынуждено вызывать собственное образование жира.

Итак, мы видим, как создаются два противоположных состояния характера благодаря тому, что человек берет свою пищу либо из одного, либо из другого царства. Мы видим, что мы действительно вращаем нашим организмом в мир и должны снова вырастать из него, правильно питаясь. Придет время, когда люди будут гораздо больше ценить растительную пищу, чем сейчас. Тогда они действительно смогут сказать: я должен сначала исследовать... возможно, с определенной точки зрения могло бы быть правильно и

другое, о чем сегодня я полагаю, что это глупость. И тогда человек поймет, что он расширяет весь свой физический и духовный горизонт тем, что при помощи растительного питания он противодействует тяжести внутри себя. И именно в определенных науках возросло бы число точек зрения, если бы победу одержало растительное питание.

Здесь следует привести еще несколько примеров, которые покажут нам, что человек есть то, что он ест и пьет.

Рассмотрим алкоголь!⁵ Алкоголь - ведь это нечто, что производится из растительного царства. Было бы слишком долго, если бы мне пришлось объяснять, какие основы духовной науки показывают, что алкоголь внешне делает из растения физически уже то, что в человеке должно происходить физически именно потому, что центр человека находится в его Я. И это факт, который можно узнать при помощи духовной науки: если человек употребляет алкоголь, алкоголь освобождает его именно от той деятельности, которая обычно прорастает из его Я. Тот, кто употребляет много алкоголя, тому нужно меньше еды, и телу нужно меньше питательных веществ, которые в противном случае вызвали бы процесс сгорания. Алкоголь пробуждает те силы, которые обычно должно вызвать внутреннее проникновение Я. Таким образом вы объективируете для себя деятельность Я, когда вводите в тело алкоголь; поэтому алкоголь - именно тот продукт, который подражает деятельности Я, имитирует ее, и вы

сможете понять, почему люди прибегают к алкоголю. Однако в той же мере, в которой человек создает себе такого внутреннего заместителя, он делает себя зависимым, превращает себя в раба. Человек, если он вообще годится для этого, привел бы в действие лучшие силы своего Я, если бы вообще воздерживался от алкоголя. А так за этой стеной делается то, что, собственно, Я должно было делать и делало бы, если бы эта стена не была создана.

Некоторые пищевые продукты оказывают совершенно особенное действие на организм, например, кофе. Кофе - это нечто, что имеет важное действие. Действие кофе выражается в том, что он распространяется на астральное тело. Кофеин вызывает то, что из-за отдаленного воздействия кофе наша нервная система как бы сама выполняет определенные виды деятельности, для которых нам пришлось бы поднимать себя своими внутренними силами. Только никто не должен говорить, что в любых обстоятельствах хорошо, если человек хочет все делать из своего астрального тела. Человек - это существо, которое зависит не только от себя, он помещен в жизнь.

Кофе, в свою очередь, является таким продуктом из растительного царства, который внешне сам вывел уже собственно процесс растения на одну ступень выше, и следствием этого является, что кофе может освободить человека от определенной деятельности. И тогда тренированный взгляд обнаруживает, что все то, что в нервной

деятельности протекает последовательно и в логической взаимосвязи, получает поддержку от кофе, так что человек может при помощи кофе освободиться от логических взаимосвязей, от привязанности к одной мысли - конечно, с ослаблением собственной внутренней силы человека. (Например, в беседе за кофе мысли так долго вертятся вокруг одного предмета, пока он весь не будет разобран до тонкостей. И это не просто шутка, это лежит в действии кофе.)

Совершенно другим образом действует чай, он действует в противоположном направлении; а именно при небольшом увеличении употребления мысли расходятся друг от друга и делаются светлыми. Сильнодействующее в чае, говорим мы, это то, что он позволяет блеснуть остроумным мыслям, ослепительным мыслям, которые, однако, по отдельности имеют некую легкую силу. Поэтому употреблением кофе поможет себе тот, кому необходимо расположить мысли точно одна за другой, например, литераторам, которые проводят в кофейне целый день. Это хорошая сторона дела. У чая — противоположное; в беседе за чашкой кофе он (кофе) действует в плохом смысле логично; чай больше разрывает мысли. Чай поэтому не напрасно является любимым напитком дипломатов.

Кое для кого было бы, очевидно, интересно, привести в качестве последнего примера следующий, который играет большую роль в жизни: употребление молока. Молоко имеет совершенно дру-

гую природу, нежели мясо или другие животные продукты. Молоко есть нечто, что слабее всего выражает животный процесс, тот процесс, который выражается астральным телом. Молоко — лишь наполовину животный продукт, оно не позволило астральной силе участвовать в человеческой и животной природе, и таким образом молоко является одним из превосходнейших продуктов. Оно пригодно для тех людей, которые хотят совершенно отказаться от употребления мяса, но у которых нет сил совершать все из внутреннего астрального тела. Уже из чисто внешнего факта вы можете увидеть, что молоко содержит все, что нужно человеку для своего организма; оно представляет собой, хотя это и имеет ограниченное значение, то, что менее всего зависит от индивидуальных качеств человека. Да, не только слабый организм может получить поддержку употреблением молока, но и сильный. Если человек решается на некоторое время жить только молоком и употребляет молоко, тогда в нем вызывается не только обычная сила, у него прибавляются силы, так что человек получает приток сил. Тогда развивается избыток сил, и тогда образуются те силы, которые могут развиваться действительно как целительные. Потому что силу, которую человек хочет иметь, нужно сначала приобрести; и тогда у вас есть выход, каким образом определенные силы могут быть развиты в человеке. И действительно, те, кто хочет из суровой правды жизни развить определенные

психические целительные силы, они могут тренироваться в том, чтобы приобрести такие силы. Конечно, необходимо запомнить: одно и то же не всякому подходит.⁶ Это индивидуальная вещь, один может, другой нет. У человека есть возможность построить свой организм мудро, он может способствовать тому, чтобы раскрыть свободные, самостоятельные внутренние силы, и таким образом, мы приходим, благодаря духовной науке, к упоминавшемуся вначале высказыванию Фейербаха: «Человек есть то, что он ест!»

Человек может питаться так, что он подрывает свою невидимую внутреннюю самостоятельность и из-за этого становится выражением того, что он ест. Но он должен есть так, - и духовная наука может быть ему руководством в этом, - чтобы он все менее и менее был рабом своего питания; потому что из-за неправильного способа питания мы легко можем стать тем, что мы едим.

Но человек может благодаря тому, что он пропитается познаниями духовной жизни, стремиться к тому, чтобы стать свободным и независимым, так чтобы то, что он ест, не мешало ему быть и становиться тем, чем человек может стать.

Развитие форм питания

Сегодня, в связи с последним докладом⁷, должны последовать несколько афористичных замечаний о развитии различных рас. Но прежде следует обратить внимание на некоторые вещи, причины которых указываются лишь в некоторых книгах.

Так называемые законы питания в различных культурах кажутся вначале очень произвольными. Однако они не таковы, они рождены из знания и мудрости. Мы должны, однако строго учитывать, что наше современное человечество совершенно не в состоянии следовать этим вещам в том виде, в каком мы хотим их сегодня обсудить. Однако позднее они дадут нам некоторые основы для определенных законов социальной жизни. Следовательно, никто не должен думать, что кто-то может сразу же стать адептом благодаря тому, что он перейдет к вегетарианству и так далее.

У восточных народов существует в целительстве определенное направление, в котором соответствующие врачи придают самое большое значение питанию своего собственного физического тела. Там, где еще существует древняя спиритуальная жизнь, существуют люди, которые стали целителями древним способом, тем, что они пи-

тались исключительно молоком. Они ясно представляют себе, что, поскольку они исключают все остальное, они приобретают физически исцеляющие силы, в особенности для исцеления так называемых душевных заболеваний⁸. У них существуют свои особенные обряды. Они совершенно точно знают, если они употребляют только молоко, они развивают определенные силы.

Мы хотим уяснить себе, на какой интуиции это основывается. Эту глубокую интуицию мы можем понять следующим образом. Мы знаем об определенном процессе в человеческом развитии. В середине лемурийского периода⁹ первоначальное человеческое раскололось на восходящее человеческое и животное. С этим было связано, что силы, которые были у Земли, когда она была еще соединена с Луной, тоже раскололись, и одна часть их вместе с Луной отделилась от Земли¹⁰.

Подумаем о времени, когда Земля была еще соединена с Луной. Тогда человек стоял на совсем другой ступени развития. У него уже тогда была теплая кровь, однако он не был еще разделен на два пола. С выхождением Луны можно наблюдать разделение на два пола, так что, когда вы сегодня смотрите вверх на Луну, вы можете сказать: то, что ты вышла из Земли, вызвало разделение силы размножения человека на две части. Однако на Земле было еще время, когда человек был непосредственно связан с животным, был погружен в животное и питался также животным. Этот вид питания будет трудно понять

тому, у кого нет ясновидческих сил. Однако мы можем составить себе представление об этом, если мы рассмотрим регулярный способ питания млекопитающих, которые кормят своих детенышей своим собственным молоком. С разделением силы размножения возник также и этот способ питания. Раньше люди могли получать питательное вещество из непосредственного окружения, так, как сегодня легкие получают воздух. Тогда человек при помощи сосательных нитей был связан со всей окружающей его природой, подобно тому, как человеческий эмбрион получает питание в теле матери. Такова была старая форма питания на Земле. Остаток этого представляет собой сегодняшнее вскармливание млекопитающих, и молоко, это пища, которую человек употреблял в долемурийский период. Оно - древняя пища богов, первая форма пищи на земле. Тогда природа Земли была такова, что эту пищу можно было высасывать повсюду. Так, молоко является продуктом из первой формы питания человека. Когда человек в физическом был еще ближе к Божественному, тогда он мог высасывать молоко из окружения. Окультисты знают, как люди взаимосвязаны с природой.

Употребление молока является древней преобразованной формой питания. Первой пищей для человека всегда было молоко. В изречении «молоко благочестия» оно названо так намеренно.

Мы спрашиваем, что первоначально вызвало то, что молоко можно было высасывать, как это

было тогда, из окружающей среды? Силы Луны в Земле делали это возможным; они были как общая кровь всей Земли. Однако когда Луна выделилась, лунные силы могли сконцентрироваться только в определенных органах живых существ.

Оккультист называет молоко лунной пищей. Сыновья Луны - это те, кто питается молоком. Луна дала созреть молоку. Подтвердилось то, что восточные целители, которые питаются только молоком, снова принимают первоначальные силы, которые были на Земле, когда молоко еще текло на Земле потоками. Они говорят себе: это те силы, которым человек обязан своим бытием. Эти поднимающие силы должны также принести здоровье, следовательно, мы усваиваем себе силы содействовать здоровью, если мы употребляем только молоко, и исключаем все остальное.

Перенесемся в долемурийское время. Итак, тогда господствовало состояние, когда молоко внешне высасывалось из окружения. Потом наступило состояние, когда молоко стало общей пищей людей, а затем состояние, когда употреблялось материнское молоко. До того времени, когда молоко всасывалось всеми из природы, существовало время, когда с Землей было соединено еще Солнце. Тогда существовала солнечная пища. Точно так же, как молоко осталось от Луны, остались также продукты, которые созрели благодаря Солнцу. Все, что напитано светом Солнца, цветы и плоды растений, относится к Солнцу. Раньше они склонялись к центру Земли, соеди-

ненной с Солнцем. Своими соцветиями они находились в Солнце. Когда Земля отделилась от Солнца¹¹, растения сохранили свой старый характер: они снова повернули свои цветки к Солнцу. Человек - это перевернутое растение. То, что у растения растет над Землей, относится к Солнцу так же, как молоко к Луне, то есть, является солнечной пищей. Постепенно вместо только молочной пищи пришел некий вид растительной пищи, а именно из верхних частей растения. Это был второй вид человеческого питания.

Таким образом, когда лемурийская эпоха подошла к концу, друг против друга стояли два рода: один род, собственно сыновья Луны, которые выращивали животных и питались тем, что давали животные, молоком животных; и второй род, который питался растениями, тем, что давала земля.

Этот факт был представлен в истории Каина и Авеля. Абель - пастух, Каин - земледelec; Абель [представляет] лунный, а Каин - солнечный род. Эта аллегория представляет собой нечто совершенно грандиозное. Тайное учение намекает на это несколько скрытым образом. То божественное существо, которое дало людям возможность быть лунными существами, питаться преобразованной лунной пищей, иудейский народ называл Иегова. Он был питающей силой природы: она притекает к Авелю, он получает ее от своих стад. И это было отречение от Иеговы, когда перешли к солнечной пище. Поэтому Иегова не хотел жертвы Каина, потому что это была жертва солнечной пищи.

Если мы вернемся в древнейшие времена, тогда не найдем вообще никакого другого питания, кроме молока, той пищи, которую человек получает от живых животных. Эта первоначальная пища, как и сейчас в первые недели, и восточный целитель относит высказывание «Если не станете как дети, не войдете в царство небесное», к этому способу питания. Все эти вещи имеют свое значение.

Теперь от лемурийских времен мы перейдем к атлантической эпохе,¹² к народам, которые жили на месте сегодняшнего Атлантического океана. У атлантов появляется то, чего не было раньше: они начинают питаться тем, что не отнято у жизни, они питаются мертвым. Они принимают в себя то, что отдало жизнь. Это очень важный переход в развитии человечества. Благодаря тому, что теперь люди питаются мертвым, стал возможен переход к эгоизму. Это питание мертвым означает правильную взаимосвязь со стремлением к собственному Я. Человек становится самостоятельным благодаря тому, что он употребляет в пищу мертвое. Человек принимает мертвое в его различных формах: сначала в возникающих народах-охотниках, которые убивают животных. Затем появляются народы, которые употребляют не только то, что созрело под солнцем, но и то, что созрело под землей. Это так же мертво, как и мертвое животное. Все, что живет в самой низкой натуре животного, что пропитано кровью, отвернулось от сил Луны. Силы Луны находятся еще в молоке, которое связано с

жизненным процессом. Человек употребляет отмирающие части, когда он ест мертвое. Точно так же мертво все, что у растения растет под землей, что не согрето и не прокалено жизненным принципом Солнца. Следовательно, корень соответствует тому, что у животного является телом, пропитанным кровью.

Позднее добавилась еще пища, которой раньше совсем не было. Человек добавил минеральное к своей пище, то, что он взял от Земли, соль и так далее. Так человек в своем питании прошел через три царства. Это примерно тот же путь, который проделало развитие атлантов относительно питания: сначала возникли народы-охотники, затем - землепашцы, род Каина, а затем развилось искусство горняка, которое поднимает на поверхность то, что находится под землей.

Все эти вещи представляют собой отвернувшееся от собственно жизненной или производительной силы. То, что мертво в животном, отвернулось от жизни. То, что у растения находится в земле, то отвернулось от жизни. Вся соль - это мертвое минерального царства, то, что остается как остаток.

Теперь мы переходим к пятой человеческой расе.¹³ Продолжают существовать употребляющие молоко, наряду с употребляющими плоды; но прибавляется и нечто новое. То, что преимущественно проявляется в пятой коренной расе, это то, что начинают добывать минеральное, то есть нечто, получаемое при помощи химического процесса. Намек на это виден в Гenezисе. Что это, что по-

лучается в результате химического процесса? Человек поднимается в развитии, начинает применять химию для переработки растений, для переработки плодов. В результате возникает вино. В Атлантиде его не было. Поэтому в Библии говорится, что Ной, прародитель новой расы, возникшей после Потопа, сначала хмелеет от вина. При помощи минерально-химического процесса производится нечто из растительного царства. Вино играет затем определенную роль во всей пятой корневой расе. Все инициаты начала пятой корневой расы приняли свои традиции еще из времен атлантической расы, когда вина не было: индийские, персидские и египетские инициаты не нуждались в вине. То, что играло роль в священных действиях, была только вода.

С пятой корневой расой, следовательно, возникло вино, для получения которого необходима минеральная обработка растения. Три первых подрасы были повторениями прежних. Четвертая подраса и создала то новое, что появилось с пятой корневой расой. Она придала вину характер определенной святости. Поэтому возникают культовые действия, в которых определенную роль играет вино (культ Диониса).¹⁴ Появляется даже бог вина.

Постепенно это распространилось в человечестве. Сначала культура вина появляется у персов. Однако там вино еще нечто вполне светское. Лишь постепенно оно находит доступ в культовое, в культ Диониса. Четвертая подраса¹⁵ — это та, через которую войдет христианство и так-

же та, которая за семь столетий сообщает о своей миссии через празднества Диониса. Они первыми вводят вино в культ. Этот факт чудесным образом представил евангелист, который больше всех знал о христианстве: Иоанн. Он в самом начале обсуждает превращение воды в вино, потому что изначально христианство пришло в четвертую подрасу пятой корневой расы. Требуется учение, которое освящает то, что должно спуститься до физического плана. Вино отсекает человека от всего спиритуального. Тот, кто пьет вино, не может прийти к спиритуальному. Он не может ничего знать об Атма, Буддхе, Манасе,¹⁶ о том, что остается, что перевоплощается. Это должно было быть. Весь ход развития человечества нисходящий и восходящий. Человеку нужно было однажды опуститься до самой низкой точки. И для того, чтобы он совершенно опустился до физического плана, для этого возникает культ Диониса. Человеческое тело нужно было препарировать для материализма через культуру Диониса, поэтому должна была появиться религия, которая превращает воду в вино. Раньше господствовал строгий запрет на вино для жрецов, они могли познавать Атма, Буддхи, Манаса. Нужна была религия, которая вела в самый низ, на физический план, иначе люди не совсем опустились бы. Эта религия, которая вела их вниз, должна была иметь внешнее откровение, такое откровение, в котором нет ничего об Атме, Буддхи, Манасе и реинкарнации, в которой есть только указание на общее. Следующим является то, что вино снова превратится в воду.

Если бы ранее вода не была превращена в вино, тогда человек не принял бы всего, что находится в земной долине. В начале Евангелия от Иоанна находят представление (в описании превращения воды в вино на свадьбе в Канне) того, как Христос рассчитывал на то, что там было. Однако он рассчитывает и на будущее тем, что он со своей стороны вводит причастие. Это причастие является самым большим символом того, что началось как культурное течение с этой четвертой подрасы. Следовательно, если он был настоящим «сыном человеческим», опустившимся до самой нижней точки, чтобы с наибольшей силой снова возвыситься, то он должен был придерживаться того, что было там, и показать людям, как физическое содержание расы взаимосвязано с его собственной миссией. Если человечество должно было снова подняться вверх, то оно должно было иметь символ, который снова приведет его от мертвого к живому: хлеб и вино. Хлеб в оккультном смысле - это то, что возникает, когда растение уже умертвили. Вино же возникает благодаря тому, что растение убивают, обрабатывая его минеральным. Когда пекут растительное, делают то же самое, как если бы когда убивали животное. Когда мы берем из растительного царства вино, мы в определенном смысле делаем то же самое, как если бы мы брали из животного кровь. Хлеб и вино являются здесь символами четвертой расы. То, что должно развиваться в будущем, это дальнейший подъем от растительной к минеральной пище. Хлеб и вино

должны быть снова принесены в жертву, от них пужно отказаться. В этом отношении Христос появляется в четвертой расе, он указывает на хлеб и на вино: «Это тело мое - это кровь моя». Тем самым он хочет создать переход от животной пищи к растительной пище, переход к чему-то более высокому.

Тогда существовало два класса людей: во-первых, те, которые питались мясом и кровью; это дохристианские люди, на которых Христос вовсе не рассчитывал. Во-вторых, те, кто убивает только растения, забирает у растения кровь: кто пьет вино и ест хлеб. На этих он еще рассчитывает; они провозвестники человечества будущего.

Значение тайной вечери состоит в том, чтобы перейти от питания мертвой животной пищей к питанию мертвой растительной пищей. Когда закончится наша пятая подраса, в шестой подрасе, там будут понимать смысл тайной вечери. Там не будут больше есть животного. До тех пор будет возможно, что появится и третья форма питания, чисто минеральная. Тогда человек сможет сам создавать себе пищу. Сейчас он употребляет то, что создали для него боги. Позднее он поднимется на такую ступень развития, что сможет сам в химической¹⁷ лаборатории готовить то, что ему нужно из питательных веществ.

Итак, Вы видите, что все возникает из глубокой интуиции. Если мы видим на древнем Востоке различные предписания о том, что должно употребляться в пищу, то это, собственно, не заповеди, а рассказы: ты не должен требовать, что-

бы вещества действовали по-другому, нежели они действуют.¹⁸

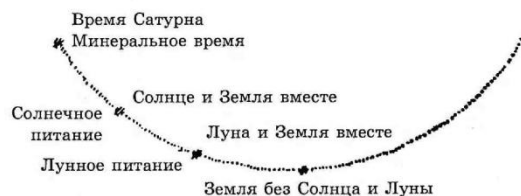
То, что Христос затем умерщвляет, что действительно жертвуется, после того, как он принял причастие, это физическое тело. Оно умирает. Оно умрет у всего рода человеческого. Примерно в середине шестой корневой расы, в последней трети, больше не будет физического тела. Тогда весь человек снова будет эфирным. Он перейдет в более тонкую материальность. Однако это не наступит, если человек не приблизит это сам. Для этого он должен сначала перейти к пище, которую он сам готовит в лаборатории. Так, чтобы человек в той же мере, в которой он больше не берет свою пищу у природы, но у собственной мудрости, у внутреннего божества, шел к собственному обожествлению.

Когда человек начнет питать себя сам, будет заложена основа чего-то высокого, а именно того, что он сможет сам продолжать свой род. Постепенно создаст он жизнь для себя из минерального мира.

Это большой ход в человеческом развитии. То, что знает сегодня ученый-естествоиспытатель, это лишь небольшой отрезок из большого цикла.

С Сатурном¹⁹ мы входим в минеральное время. В атлантическое время из-за употребления мертвого подготавливается то, что приводит к появлению эгоизма. Вплоть до пятой подрасы, прасемитов,²⁰ очень медленно формируется человеческое Я. В шестой подрасе пятой корневой

расы это Я снова поднимется до более высокой ступени развития. Это значит, что мы стоим перед новым этапом нашего развития. Теперешний начался в то время, когда прасемиты заложили основу для теперешней корневой расы (см. рисунок на стр. 41).



Культуре прасемитов мы обязаны всем тем, что было до сих пор. Но сейчас начинается новый период с акцентом на славянских культурах,²¹ который направлен в будущее. Восходящая культура привносит в мир новый акцент вместе с определенным разрывом с прошлым. Это проявляется как скрытая спиритуальность в русских крестьянах. Это составляет вторую часть будущего периода. В настоящее время определенная культура находится в состоянии разложения, и готовится новое. Оно готовится на Западе и будет изживаться на Востоке. Но старое должно стимулировать новое. Повсюду, где мы в наше время имеем новые начала, там все в зародыше, грубо, неуклюже. Старое же, напротив, чеканно, но имеет характер распада. Из семитской ветви родились носители старой культуры,

которые являются носителями того, что вносится в круговорот развития (см. рис. на стр. 42).



Все они имеют в себе что-то семитское. Пример: Лассаль, Маркс.²² Это сейчас входит в круговорот. Но продолжение этого невозможно. Нужно сделать прыжок, как с одного берега на другой, к будущей спиритуальности культуры Востока. Это совершенно новое начало.

Будущее сначала неуклюже и, конечно, заражено старым. Геккель - это человек, который плывет посередине потока и подхватывается обоими вихрями. Первая часть в «Загадке мира»

Геккеля²³ - это позитивная элементарная теософия; вторая часть негативная, все уничтожающая; это вихрь.

Можно наблюдать противоположности и в социализме Востока и Запада. Социализм на Западе - это социализм производства, социализм Востока - это социализм потребления. Тот, кто социально регулирует то, что производится, рассчитывает на алчность, эгоизм. Тот, кто регулирует потребление, смотрит на то, что другие хотят иметь от него; он смотрит на своих ближних, рассчитывает на братство. Социализм производства - Маркс, Лассаль - смотрит на рабочего только в той мере, в какой он является производителем. На Востоке на передний план выдвигается потребление, например, у Кропоткина, Бакунина, Герцена.²⁴ Вы можете видеть, как вещи сталкиваются друг с другом, если обратитесь к личности Кропоткина. Он сразу же понял принцип взаимопомощи у животных. Социализм Запада полностью построен на борьбе. Так течения дальнейшего развития переплетаются друг с другом.

Питание и оккультное развитие

Мне нужно будет поговорить с вами, мои дорогие друзья, о теме, которая в настоящее время может быть важной для многих, может быть важной для всех тех, кто каким-нибудь образом стремится не только сделать духовную науку теорией, но принять ее в свое сердце и душу, так, чтобы она стала действительным содержанием их жизни, чтобы она стала чем-то, что вливается во все их человеческое бытие, бытие современных людей.

Не только для эзотерика, но и для каждого, кто хочет принять в свои душевные силы антропософские мысли, будет важно узнать кое-что об изменениях, которые претерпевает вся человеческая сущность благодаря тому, что человек либо выполняет такие упражнения, как описано в моей работе «Как достигнуть познаний высших миров?» или как они кратко обобщены во второй части моего «Тайноведения», либо просто благодаря тому, что человек всем сердцем и душой превращает антропософские мысли в свои собственные. Антропософия, которой занимаются эзотерическим или экзотерическим образом, но занимаются серьезно, просто вызывает определенные изменения в общей организации человека. Благодаря антропософии человек становится дру-

гим, - это можно смело утверждать, - он преобразует всю свою человеческую структуру. Как физическое тело, так и эфирное и астральное, как и собственная самость человека преобразуются определенным образом благодаря тому, что человек действительно принимает внутрь себя антропософию. И те изменения, которые эти оболочки человека претерпевают под влиянием эзотерики или антропософии, которой серьезно занимаются экзотерическим образом, следует обсудить по порядку.

Особенно трудно говорить об изменениях физического тела, по простой причине, потому что эти изменения физического тела человека в начале антропософской или эзотерической жизни хотя и важны, значительны, но некоторым образом их часто приходится называть неясными, незначительными. С физическим телом происходят важные, значительные изменения, но они все же незаметны внешне, для какого-нибудь внешнего знания. Они не могут быть заметными по простой причине, потому что физическое - это то, над чем человек менее всего властен, потому что сразу же появились бы опасности, если бы эзотерические упражнения или антропософские занятия были организованы так, что физическое тело претерпело бы изменения, выходящие за пределы того, с чем человек в состоянии справиться. Изменения физического тела удерживаются внутри определенных границ, однако важно, чтобы человек узнал кое-что об этом, чтобы он мог себе это уяснить.

Если подытожить обобщающим словом изменения, которые претерпевает физическое тело человека, то следует сказать: это физическое тело человека становится подвижнее и внутренне более живым. Более подвижным, - что это значит? В обычной жизни человека мы имеем перед собой человеческое тело таким, что его отдельные органы состоят друг с другом в коммуникации, что его отдельные органы определенным образом связаны друг с другом. Действия отдельных органов переходят друг в друга. Благодаря тому, что на человека серьезно воздействует эзотерика или антропософия, отдельные органы становятся более самостоятельными, более независимыми. Все отдельные органы становятся более независимыми друг от друга. Общая жизнь организма определенным образом затихает, а собственная жизнь органов усиливается. Хотя степень затихания и усиления собственной жизни органов ужасно мала, следует все-таки сказать: благодаря влиянию эзотерики и антропософии вообще сердце, мозг, спинной мозг, все органы становятся более самостоятельными, более живыми и более независимыми друг от друга, внутренне более подвижными. Если бы я хотел говорить по-ученому, мне пришлось бы сказать: органы переходят из состояния стабильного равновесия в состояние лабильного равновесия. Этот факт нужно хорошо знать по той причине, что человек очень легко склонен к тому, чтобы, если он ощутит что-то от этого другого состояния равновесия своих органов, приписать это недомога-

нию или заболеванию. Он не привык так ощущать подвижность, независимость своих органов. Человек чувствует органы, ощущает их только тогда, когда они функционируют по-другому, нежели в нормальном состоянии. Теперь, когда человек ощущает, хотя сначала очень незначительно, превращение органов в независимые друг от друга, это можно посчитать за наступление недомогания, за приближение болезни. Итак, вы видите, что нужно быть осторожным, именно когда речь идет о физическом теле человека. Естественно, что одна и та же вещь может быть однажды заболеванием, в другой раз просто сопровождающим явлением внутренней антропософской жизни, то есть тем, что все равно находится в совершенно нормальном ходе развития человечества. В древние времена развития человечества отдельные органы были еще более зависимыми друг от друга, чем это есть сейчас, а в будущем они будут становиться все более независимыми. Так же, как каждому, кто выбирает антропософию, приходится определенным образом всегда предвосхищать в самых различных областях жизни более поздние ступени развития, которые приблизятся ко всему человечеству лишь в будущем, так ему следует, так сказать, примириться и с этой ступенью развития, что его органы становятся более независимыми друг от друга. Это может выражаться тихим, мягким образом в отдельных органах и системах органов.

Я хочу привести особый пример. Всем извест-

тен тот факт, что оседлый человек, то есть, если он не разъезжает много в связи со своей профессией, в определенной степени срастается со своей землей. Отправьтесь в деревню к крестьянам, там вы узнаете, что еще в большей мере, чем у нынешнего городского населения, которое часто выезжает за город, люди срослись со своей землей, со своим климатом, и что им бывает трудно акклиматизироваться, если из-за тех или иных обстоятельств они переезжают в другую местность или в другой климат; что тоска по земле, с которой они срослись, живет в душе в форме часто непреодолимой тоски. Это должно лишь указать нам на то, как необходимо человеку, - что мы можем обычно заметить, когда он приезжает в другую местность, - приспособить весь свой организм к этой местности, к этому климату. В нашей обычной жизни действительно происходит приспособление внутри всего человеческого организма. Все определенным образом затрагивается, все страдает, когда мы переезжаем из долины в горы, когда мы переезжаем в несколько удаленную местность. У эзотерика или у того, кто серьезно занимается антропософией, это становится заметным, что теперь страдает не весь организм, а что кровеносная система отделяется, и что циркуляция крови как бы отделяется от остального организма, и циркуляция крови испытывает большее влияние, когда человек переезжает из одной местности в другую. И тот, кто приобретет определенную чувствительность к этим вещам, тот может видеть, что действитель-

но по пульсации своей крови, по тому, как бьется его пульс, заметно, когда он просто, путешествуя, перемещается с одного места в другое. В то время, как у человека, который, так сказать, не пропитан эзотерикой или антропософской жизнью, необходимая акклиматизация еще сильно затрагивает нервную систему, у того, кто, так сказать, пронизывает себя эзотерикой или антропософией, нервная система очень мало затрагивается, она уходит на задний план, тесная связь между нервной и кровеносной системой отступает, размыкается в результате антропософской внутренней жизни, и кровеносная система определенным образом становится более чувствительной к влияниям климата и земли, зато нервная система становится менее зависимой от этого.

Если вы хотите получить этому доказательства, вы должны искать эти доказательства самым естественным образом, каким их можно найти: а именно, когда вы сами оказываетесь в похожем положении, когда вы сами оказываетесь в другом месте. Постарайтесь проследить за собой, тогда вы увидите, что вы найдете подтверждение этого известного оккультизму факта. Чрезвычайно важно обратить на это внимание, потому что этот факт постепенно превращается в совершенно определенную способность восприятия. Тот, кто в своем сердце стал антропософом, заметит по своей крови характер чужого города. Ему не потребуется много заниматься чем-нибудь другим: уже по своей крови он может заметить, насколько отличаются друг от дру-

га местности Земли. В сравнении с этим нервная система выделяется из всего организма по-другому. Тот, кто при указанных условиях наполняется антропософией, постепенно заметит, что он, например, ощущает различие четырех времен года, а именно различие лета и зимы, совершенно по-другому, чем другой обычный современный человек. Обычный современный человек чувствует на своем собственном физическом теле, в принципе, зачастую только разницу температур. Тот, кто сделал антропософию, как было указано, своим душевным содержанием, тот ощущает не только разницу температур, но, кроме этого, у него имеется еще особенное переживание в нервной системе, так что, например, для него становится легче формулировать определенные мысли, которые связаны с физическим мозгом, летом, чем зимой. Не то, чтобы зимой было невозможно формулировать те или иные мысли, но можно ясно понять, что летом это легче, чем зимой, что они, так сказать, легче текут летом, чем зимой. Можно также заметить, что зимой мысли легче становятся абстрактными, а летом легче образными, более наглядными. Это происходит оттого, что инструмент для физического плана, нервная система, тонким образом вибрирует вместе с изменением времен года, внутренне колеблется более независимо от всего организма, чем это имеет место обычно.

Однако основное изменение в физическом теле человека - это то, что человек вообще начинает, - что может принимать довольно риско-

ванные формы, - чувствовать свое физическое тело более сильно, чем прежде; оно некоторым образом становится более чувствительным к бытию души, оно менее терпимо. Чрезвычайно трудно полностью понять это, однако представьте себе стакан, в котором находится вода, и в ней растворена соль, так, что получилась мутная жидкость. Представьте себе, - для нормального состояния человека, - его эфирное тело, астральное тело и его самость как жидкость, а физическое тело растворено в них как соль. Теперь мы дадим жидкости в стакане слегка остыть. Тогда соль станет медленно отвердевать, станет более тяжелой благодаря тому, что она становится более самостоятельной. Так из общей структуры четырех членов человеческой сущности вытверживается физическое тело, оно сморщивается, хотя и в незначительной мере. Это следует понимать совершенно дословно. Оно некоторым образом сморщивается. Только не отдавайтесь этому представлению чересчур, т.е. не следует бояться, что из-за антропософского развития человек приобретет самые глубокие морщины. Это сморщивание представляет собой уплотнение в самом себе. Однако лишь благодаря этому оно показывает себя, собственно, как нечто, что тяжелее нести, чем прежде. Сюда добавляется, что другие члены теперь легче двигаются. Так человек ощущает то, что прежде, собственно, когда оно было совершенно здоровым, совсем не ощущал в себе, к чему совершенно спокойно обращался, как к своему Я, это позднее ощущается

как нечто, что носят на себе, как ставшее более тяжелым, что начинают ощущать в его целостности. И в особенности начинают чувствовать в своей жизни все те включения, которые, так сказать, ведут внутри этого физического тела определенное, с самого начала самостоятельное бытие. И здесь мы встречаемся с вопросом, который можно полностью понять только в этой взаимосвязи, - но, естественно, здесь не ведется агитация, а только представляется истина, - мы подходим к вопросу о мясной пище.

Здесь мы должны, поскольку мы имеем дело с физическим телом, заняться описанием сущности мясной и растительной пищи, пищи вообще. Все это должно составить эпизод при обсуждении влияний антропософской жизни на оболочки человека, что можно охарактеризовать так, что оно называется дополнением, регенерацией этого физического тела извне через то, что он принимает в себя в виде внешней субстанции. Отношение человека к его пищевым продуктам правильно понимают тогда, когда учитывают отношение человека к остальным природным царствам, сначала к растительному царству. Растительное царство, как царство жизни, возводит неорганические вещества, безжизненные вещества, до определенной организации. То, что происходит становление живого растения, предполагает, что безжизненные вещества определенным образом, - как в живой лаборатории, - перерабатываются до определенной ступени организации. Так что в растении мы имеем перед собой жи-

вое существо, которое приводит безжизненные продукты природы до определенной ступени организации. Человек, как физический организм, организован таким образом, что он в состоянии воспринимать организационный процесс там, до какого места довело его растение, и затем продолжать его с этой точки, так что возникает более высокий человеческий организм, если человек продолжает организацию того, что до определенной степени организовало растение. Вещи относятся друг к другу именно так, что, собственно говоря, имеется полная непрерывность, когда человек срывает и ест яблоко или лист дерева. Это абсолютная непрерывность. Если бы все обстояло так, что можно было бы делать самое естественное, тогда можно было бы сказать: самым естественным было бы то, что человек просто продолжает процесс организации там, где растение его остановило, то есть принимает органы растения так, как они предлагаются снаружи, и оттуда продолжает организацию в самом себе. Это дало бы прямую линию организации, которая нигде бы не прерывалась: от безжизненной субстанции до растения, до определенной точки организации, и с той точки до человеческого организма.

Теперь сразу возьмем самое грубое: человек ест животную пищу. В животном мы имеем перед собой живое существо, которое тоже продолжает процесс организации дальше, чем растение, ведет его до определенной точки выше организации растения. Так что мы можем сказать о жи-

вотном, что оно продолжает процесс развития растения. Предположим, что человек ест животную пищу. Тогда определенным образом происходит следующее: человеку теперь не требуется применять из внутренних сил те, что ему пришлось бы применить для переработки растения. Если бы ему пришлось начать организовывать пищевые продукты там, где прекратило растение, тогда ему пришлось бы употребить определенную сумму сил. А когда он ест животное, эти силы остаются неиспользованными, потому что животное уже довело процесс организации растения до некоторой более высокой точки, теперь человеку нужно начинать лишь здесь. Итак, мы можем сказать: человек продолжает организацию не там, где он мог бы продолжить ее, а он оставляет силы, находящиеся в нем, неиспользованными, и продолжает организацию позднее, он позволяет животному выполнить часть работы, которую ему пришлось бы проделать, если бы он ел растение. Однако благополучие нашего организма состоит не в том, чтобы он совершал как можно меньше, а в том, чтобы он действительно приводил в действие все свои силы. Когда человек употребляет животные продукты, он поступает с теми силами, которые развили бы органическую деятельность, если бы он ел только растения, нечто подобное тому, как если бы он отказался от своей левой руки, привязал бы ее, так что ею нельзя было бы пользоваться. Так человек, когда он ест животных, привязывает внутренние силы, которые он вызвал бы, если бы ел

только растения. Следовательно, он приговаривает определенную сумму сил в себе к бездействию. Все, что в человеческом организме приговаривается к бездействию, не используется, оно парализуется, отвердевает. Так что человек убивает или, по меньшей мере, парализует часть своего организма, когда ест животное. Эту часть организма, которую человек так отвердевает в себе, ее он несет с собой по жизни как чужеродное тело. Это чужеродное тело он в обычной жизни не чувствует. Однако когда организм становится внутренне подвижным и его системы органов становятся более независимыми друг от друга, как это происходит в антропософской жизни, тогда физическое тело, которое и так уже, как мы охарактеризовали, чувствует себя неудобно, начинает чувствовать себя еще более неудобно, ведь теперь в нем находится чужеродное тело.

Как было сказано, мы здесь не проводим агитацию, а только представляем истину. И мы познакомимся еще и с другими воздействиями животной пищи; в этот раз мы будем вынуждены подробно обсудить эту главу. Поэтому случается, что прогресс во внутренней антропософской жизни постепенно вызывает некое отвращение к животной пище. Не то, чтобы нужно было запретить антропософам животную пищу, но инстинктивная жизнь, прогрессирующая здоровым образом, постепенно защищается от животной пищи и не находит в ней удовольствия, и это намного лучше, чем когда человек становится вегетарианцем по какой-нибудь абстрактной причине.

Лучше всего, если антропософия приведет человека к тому, чтобы испытывать некое отвращение к мясной пище, и не так ценно для того, что можно назвать его высшим развитием, если человек отвыкает от мясной пищи другим образом. Так что можно сказать: животная пища вызывает в человеке нечто, что становится гнетом для физического тела человека, и этот гнет ощущается. Это оккультные обстоятельства с одной стороны.

Мы охарактеризуем их еще и с другой стороны. Я хотел бы, в качестве другого примера, упомянуть еще алкоголь. Отношение человека к алкоголю также подвержено изменению, если человек внутренне, живо и серьезно, проникается антропософией. Алкоголь представляет собой нечто совершенно особенное, так сказать, в царствах природы. Он показывает себя не только создателем тяжести в человеческом организме, он оказывается создателем оппозиционной силы, власти в человеческом организме. Ведь если мы рассмотрим растение, то оно приводит свою организацию до определенной точки, - за исключением виноградной грозди, которая доводит ее выше этой точки. То, что остальные растения берегут лишь для юного зародыша, всю ту движущую силу, которая берегается только для юного зародыша и не проливается в другое растение, у винограда это определенным образом выливается в мякоть плода, так что путем так называемого брожения, путем преобразования того, что вливается в виноградину, что

доведено в самой виноградине до высочайшего напряжения, производится нечто, что в действительности имеет силу внутри растения, которую оккультно можно сравнить с властью, которую Я человека имеет над кровью. Итак, что возникает при производстве вина, что всегда образуется при производстве алкоголя, это то, что в другом природном царстве, растительном, производится то, что должен производить в себе самом человек, когда он из своего Я воздействует на кровь.

Мы ведь знаем, что между Я и кровью существует глубокая связь. Ее можно охарактеризовать уже внешне тем, что если Я ощущает стыд, лицо человека покрывает краска стыда, он краснеет, если в Я ощущается страх, человек бледнеет. Это воздействие Я на кровь, которое имеется всегда, оно в оккультном смысле совершенно похоже на то действие, которое возникает, когда процесс растения обращается вспять, это когда то, что находится в мякоти плода винограда, или вообще все, что приходит из растительного царства, преобразуется в алкоголь. Как было сказано, обычно Я должно совершенно естественным образом производить в крови совершенно похожий процесс, - говоря оккультно, а не химически, - тому, какой производится химическим путем при производстве алкоголя. Следствием этого является, что с алкоголем мы вводим в организм нечто, что с другой стороны действует так, как Я действует на кровь. Это значит, что в алкоголе мы приняли в себя анти-Я, Я, которое является прямо-таки борцом против деяний нашего ду-

ховного Я. Алкоголь производит на кровь с другой стороны именно такое воздействие, какое производит на кровь подлинное Я человека. Так что мы, следовательно, развязываем внутреннюю борьбу, и в принципе обрекаем на бессилие все то, что исходит от Я, если мы противопоставляем ему соперника в виде алкоголя. Это оккультные обстоятельства. Тот, кто не пьет алкоголя, обеспечивает себе свободную возможность воздействовать из своего Я на кровь; тот, кто пьет алкоголь, тот поступает как некто, кто хочет снести стену, и бьет с одной стороны, а на другой стороне ставит людей, которые бьют навстречу ему. Именно так употребление алкоголя уменьшает воздействие Я на кровь.

Поэтому тот, кто делает антропософию элементом своей жизни, ощущает работу алкоголя в своей крови как прямую борьбу против своего Я, и поэтому просто естественно, что истинное духовное развитие лишь тогда может происходить легко, когда ему не создают этого противодействия. Именно на этом примере мы видим, как то, что обычно и так уже имеется, из-за измененного равновесия, возникающего в физическом теле, может стать для эзотерика или антропософа воспринимаемым.

И во многих других отношениях отдельные органы и системы органов человеческого организма становятся самостоятельными, и это обретение самостоятельности мы можем охарактеризовать также тем, что спинной и головной мозг становятся намного более независимыми друг от

друга. Мы еще будем говорить завтра о питании, об оккультной физиологии питания; сегодня я хочу больше остановиться на теме приобретения самостоятельности. Эта самостоятельность спинного мозга от головного может проявиться в том, что действительно, благодаря внутреннему пропизыванию души антропософией, человек постепенно становится способным ощущать в своем физическом теле, как будто этот физический организм приобретает все большую самостоятельность. Это может, в свою очередь, привести к очень неприятным ситуациям. Поэтому тем более необходимо, чтобы об этом знали. Например, может обнаружиться, что в то время, пока человек в основном владеет собой, как это обычно называют, тот, кто продвигается дальше, внезапно замечает по себе, как он говорит какие-то слова, не имея по-настоящему намерения сказать эти слова. Он выходит на улицу; внезапно он замечает, что он произнес слово, которое, возможно, является его любимым словом, которое он бы не произнес, если бы он не проделал бы это приобретение самостоятельности, которым называют приобретение самостоятельности спинного мозга от головного. То, что обычно подавляется, превращается в рефлексивные явления из-за приобретения спинным мозгом самостоятельности по отношению к головному. Однако в самом головном мозгу одна часть приобретает самостоятельность по отношению к другой части, а именно внутренние части мозга становятся более самостоятельными по отношению к внешним, окру-

жающим частям, в то время, как последние больше сотрудничают с внутренними частями в нормальной жизни. Это обнаруживается посредством того, что для эзотерика или истинного антропософа абстрактное мышление становится более тяжелым, более трудным, чем прежде, постепенно мозг начинает ему сопротивляться. Думать образно, так сказать, больше представлять себе имажинативно, это становится более легким для развивающегося антропософа, чем думать абстрактно.

Это нечто, что у некоторых особенно рьяных антропософов очень быстро становится заметным. Проявляется предпочтение к антропософским занятиям. Люди начинают более охотно читать и думать только в антропософском направлении, и не только по той причине, что они прилежные антропософы, а потому что им становится легче входить в эти более спиритуальные представления, которые, если рассматривать физический план, нагружают средние части головного мозга, в то время, как абстрактное мышление нагружает внешние части головного мозга. Именно этим и объясняется антипатия некоторых чересчур рьяных антропософов к абстрактному мышлению и абстрактной науке. Поэтому же некоторые антропософы с некоторой грустью замечают, как хорошо они прежде могли думать абстрактно, и как именно это абстрактное мышление начинает даваться труднее.

Так отдельные органы становятся в самих себе более живыми и самостоятельными, и даже от-

дельные части органов становятся более живыми и самостоятельными. Из этого вы можете увидеть, что, так сказать, в человеке, который продельывает это, должно наступить нечто новое. Раньше добрая природа без его помощи устанавливала нужную связь между его органами; теперь эти органы становятся более самостоятельными, их отношения друг с другом становятся более независимыми. Теперь он должен иметь больше внутренней силы, чтобы снова призвать органы к гармонии. Этот призыв органов и их частей к гармонии достигается тем, что при каждом правильном занятии антропософией постоянно подчеркивается то, что способствует повышению господства человека над своими, ставшими более самостоятельными, органами. Почему, собственно, внутри нашей литературы играет такую большую роль нечто, о чем некоторые люди просто говорят: ах, но это же ужасно трудно! - Мне приходилось уже много раз давать весьма своеобразный ответ, когда говорилось: ну, для начинающих книга «Теософия» ведь слишком трудна. - Мне приходилось говорить: она не должна быть легче. Если бы она была легче, то люди, хотя и восприняли бы внутрь себя некоторые антропософские истины, которые действуют, даже вплоть до приобретения самостоятельности отдельными частями головного мозга, однако книга имеет такую структуру мыслей, что и другая часть головного мозга тоже постоянно принуждается к упражнению, она не должна, так сказать, отставать. Это то своеобразное, которое при

таким движении, основывающемся на оккультном, вынуждает не только обращать внимание на то, что является правильным в абстрактном смысле, и просто любым образом провозглашать это; но необходимо также провозглашать это здоровым образом и обращать на это внимание честно, чтобы эти вещи провозглашались не ради популярности, чтобы они не могли нанести вреда. В антропософии важно не просто то, что соответствующие истины сообщаются в книгах и речах, а здесь важно, *как* они написаны и *как* о них сообщают. И тем лучше, если те, которые хотят стать носителями такого движения, ради популярности не останавливаются перед тем, чтобы осуществлять то или другое. Более чем во всякой другой области, здесь речь идет о том, чтобы исповедовать чистую и честную истину. И именно если занимаются такими вопросами, как изменение человеческой оболочки путем антропософской жизни, тогда лишь замечают, как необходимо правильно показывать миру антропософию.

Я хотел бы только заметить, что доклады, которые я буду читать, необходимо воспринимать как целое, и что поэтому какое — либо сомнение, что могло при первом докладе возникнуть в той или иной душе, будет устранено.

Внутреннее переживание пищевых продуктов и возбуждающих средств

Конечно, антропософу намного ближе воздействие эзотерики или антропософии на эфирную и астральную оболочку и самость, чем воздействия на физическую оболочку. Тем не менее, для последующих дней, когда мы должны рассмотреть более духовные члены человеческой природы с этой точки зрения, мы получим основу для этого, если рассмотрим, к чему может привести изменение физических оболочек. Однако здесь следует действительно заметить, что изменения, на которые я здесь укажу, не относятся к высшим ступеням, например, инициации, а что они относятся больше к начальной эзотерической жизни, и что они, поэтому, уже имеют определенную общую важность.

Очевидно, из сказанного вчера вы увидели, что под охарактеризованными воздействиями физическое тело человека становится определенным образом более живым, более подвижным в себе; что поэтому оно может стать, некоторым образом, менее уютным. Его начинают ощущать, в большей мере, чем его переживают при внешней, экзотерической, так называемой нормальной жизни человека. Нам нужно будет поговорить еще и при рассмотрении других оболочек об

отличии растительной пищи от животной; однако для формирования и организации физического тела различие между растительной и животной пищей чрезвычайно велико. Конечно, нужно всегда подчеркивать, что нашей задачей не может быть пропаганда в пользу одного или другого способа питания, наша задача - только сказать, что правильно, что истинно в этой области; то есть указать на факты, которые становятся достоянием опыта благодаря развитию души.

Фактом опыта становится, прежде всего то, что при животном питании наша физическая оболочка является более тяжелой, чем при растительном. Вчера мы подчеркнули, что физическое тело как бы съеживается, высвобождается из высших духовных членов в результате развития.

Если оно к тому же получает животную пищу, то эта животная пища, как было охарактеризовано вчера, проявляет себя еще и тем, что она переживается как сильное чужеродное существо, внедряющееся в человеческий организм, и что человек начинает ощущать ее, если позволительно употребить радикальное выражение, как кол, который человек воткнул себе в плоть.

В этом отношении при эзотерическом развитии переживают, так сказать, земную тяжесть животной пищи больше, чем переживают ее обычно, и прежде всего переживают тот факт, что животная пища разжигает инстинктивную, волевую жизнь. Волевая жизнь, протекающая больше бессознательно, больше в аффектах и стра-

стях, - ее возжигает животная пища. Поэтому это вполне верное внешнее наблюдение, когда говорят, что воинственные народности более склонны к животной пище, чем миролюбивые народности. Однако это не должно приводить к вере, будто растительная пища должна изгонять из человека всякое мужество и всю энергию. Мы увидим, как то, что человек в определенной степени утрачивает из инстинктов, агрессивных страстей и аффектов, - это можно будет обсудить только при рассмотрении астрального тела, - как все это заменяется изнутри душевным. Однако все эти вещи взаимосвязаны со всем положением человека и наших остальных природных царств относительно Космоса, и постепенно, если это еще не достигнуто при помощи высшего ясновидения, некоторого рода доказательство, некоторое подтверждение того, что констатирует оккультизм в отношении взаимосвязей человеческой жизни с Космосом, некоторого рода доказательство этого получают тогда, когда посредством этого сопереживания подвижных, ставших более живыми процессов физического тела, некоторым образом на собственном теле знакомятся с природой и своеобразием субстанций Земли, используемых в качестве пищевых продуктов.

Видите ли, интересно, например, сравнить три вида пищевых продуктов в отношении их космического значения: это молоко и все, что с ним взаимосвязано, это растительный мир и все, что с ним взаимосвязано, то есть приготавливается из него, и это животная пища. Молоко, растения, мясо

животных в качестве пищевых продуктов, их можно научиться определенным образом сравнивать, когда благодаря эзотерическому развитию станешь более восприимчивым к тому, что переживается в этих пищевых продуктах; тогда научишься легче обозревать те подтверждения, которые являются результатом разумного рассмотрения внешнего мира. Если бы вы исследовали мир оккультным образом, то вы нашли бы то, что является молочной субстанцией на Земле, но ни на какой другой планете нашей солнечной системы. То, что подобным образом производится внутри живых существ на других планетах нашей солнечной системы, предстало бы перед нами совсем по-другому, чем земное молоко. Молоко - это нечто специфически земное. И если бы мы хотели обобщить, что есть молоко, то нужно было бы сказать: живые существа каждой системы планет имеют собственное молоко.

Если исследовать растительную жизнь нашей Земли и оккультным образом сравнить ее с растительными организмами других планет, тогда пришлось бы сказать: хотя формы сущности растительной жизни на Земле и растительной сущности на других планетах нашей солнечной системы различны, однако внутренняя сущность растения на Земле не просто земная, но она имеет отношение ко всей солнечной системе; это значит, что растительная сущность нашей Земли родственна растительной сущности других планет нашей солнечной системы, так что в растениях мы как бы имеем внедряющееся нечто, что

можно найти и на других планетах нашей системы. Что касается животного мира, то уже из того, что было сказано о молоке, и, кроме того, очень легко может быть констатировано оккультным путем, следует, что животный мир Земли радикально отличается от всего того, что можно было бы найти как подобное на других планетах. Если теперь, так сказать, взять переживание молочной пищи, то молочная пища обнаруживает себя перед взглядом, перед переживанием оккультиста так, что она для человеческого тела, - мы хотим остановиться на человеке, - означает то, что, так сказать, приковывает его к Земле, к нашей планете, что соединяет человека с родом человеческим на Земле. То, что люди составляют целое также и в отношении физической системы оболочек, это поддерживается, в частности, тем, что живое готовит пищу для живого в животном смысле. И можно сказать: все то, что подается человеческому организму через молочную пищу, готовит его к тому, чтобы быть земным человеческим существом, соединяет его с условиями Земли, но оно не приковывает его, собственно, к Земле. Оно превращает его в гражданина Земли, но и не мешает ему быть гражданином всей солнечной системы.

С мясной пищей по-другому. Мясная пища, которая берется из царства, являющегося специфически земным, и которая берется не как молоко, из непосредственного жизненного процесса человеческого или животного живого существа, а берется у той части животной субстанции, ко-

торая уже приготовлена для животного, эта животная пища именно приковывает человека к Земле, так превращает его в земное создание, что нужно сказать: насколько человек пронизывает свой собственный организм действием мясной пищи, настолько он отнимает у себя силы, чтобы вообще освободиться от Земли. Через мясную пищу он в чрезвычайно важном смысле соединяется с планетой Земля. В то время, как молочная пища делает его способным, так сказать, принадлежать Земле, как транзитному пункту своего развития, мясная пища приговаривает человека к тому (если он не будет поднят чем-то другим), чтобы превратить пребывание на Земле в продолжительное, в такое, к которому он полностью приспосабливается. И решение принимать молочную пищу как бы означает: я хочу пребывать на Земле, суметь выполнить мою миссию на Земле, но не существовать исключительно для Земли. Воля к мясной пище означает: мне так нравится земное существование, что я отказываюсь от всех небес и охотнее всего совсем и полностью растворился бы в условиях земного бытия.

Растительная пища такова, что она возбуждает в организме те силы, которые устанавливают своего рода связь между человеком и всей планетарной системой. То, что человек должен совершить, когда он продолжает переработку растительной пищи в своем собственном организме, это пробуждает силы, которые содержатся во всей солнечной системе, так что человек в своей

физической оболочке участвует в силах всей солнечной системы, следовательно, не делается им чужим, не вырывается из них. Душа, которая развивается антропософским или эзотерическим образом, действительно может пережить на себе, что с растительной пищей она в определенном отношении принимает в себя не нечто земное и тяжелое, а нечто, присущее Солнцу, то есть центральному телу всей системы планет. Легкость организма, которую он получает через растительную пищу, поднимает его над земным тяготением, она делает возможным определенную внутреннюю, - хочется сказать, шаг за шагом формирующуюся, как бы для ощущения вкуса, - способность к переживанию в человеческом организме, как если бы он вместе с растениями действительно некоторым образом употреблял солнечный свет, который совершает в растениях так много работы.

Из того, что сказано, вы можете понять, что именно при оккультном, при эзотерическом развитии имеет огромное значение не приковывать себя, так сказать, к Земле, не оснащаться всем земным тяготением из-за употребления мяса, если от него возможно отказаться в соответствии с индивидуальными и наследственными обстоятельствами; собственно решение может быть принято только в соответствии с личными обстоятельствами отдельного человека. Итак, это будет означать действительное облегчение всего развития человеческой жизни, если человек сможет воздержаться от употребления мяса. Зато опре-

деленные затруднения начинаются, если человек хочет стать фанатичным вегетарианцем, избегая любого молока и любых молочных продуктов. Именно при развитии души к духовному это может создать определенные опасности, и именно потому, что избегая употребления молока и всего того, что с ним связано, человек легко приходит к определенной любви только к тому, что удаляет его от Земли, и легко утрачивает нить, которая соединяет его с тем, что происходит на Земле.

Поэтому необходимо учесть, что в определенном смысле хорошо, если именно имеющий антропософские стремления человек не превратится в фанатического спиритуального мечтателя из-за того, что в физической оболочке создаст себе трудности, которые могут увести эту физическую оболочку от всякого родства с земным человеческим. Для того чтобы мы не стали чудаками, слишком стремящимися к душевному развитию, чтобы мы не стали чуждыми человеческим чувствам, человеческим делам на Земле, хорошо, если мы, как путники на Земле, некоторым образом утяжелим себя употреблением молока и употреблением молочных продуктов. И для человека это может даже стать весьма систематической тренировкой, не жить, так сказать, всегда в спиритуальных мирах и из-за этого становиться чуждым Земле, а наряду с этим выполнять задачи на Земле, это может быть систематической тренировкой, не быть чисто вегетарианцем, а наряду с этим употреблять молоко и молочные продук-

ты. Благодаря этому он сделает свой организм, свою физическую оболочку родственной Земле, родственной человечеству, но не так прикует ее к Земле, не отяготит земным бытием, как это происходит из-за употребления мяса.

Итак, в любом смысле интересно увидеть, как эти вещи взаимосвязаны с космическими тайнами и как, благодаря знанию этих космических тайн, можно проследить действие питательных веществ в человеческом организме. Вы, как люди, которые интересуются оккультными истинами, мои дорогие друзья, должны, конечно, все больше и больше проникаться тем, что то, что выступает на нашей Земле, - а к нашему земному бытию принадлежит ведь, во-первых, наше физическое тело, - зависит не только от земных сил и условий, а зависит также от сил и условий внеземной сущности, космической сущности.

Однако это происходит совершенно по-разному. Так, например, мы должны, если мы обратимся к животному белку, какой, скажем, имеется в курином яйце, ясно понимать, что такой животный белок есть не просто то, что химик находит в своем анализе, а что он в своем строении есть результат действия космических сил, а именно на этот белок космические силы воздействуют в основном лишь после того, как они воздействовали на саму Землю и, в крайнем случае, еще на Луну, которая сопровождает Землю. Следовательно, космическое воздействие на животный белок является косвенным. Космические силы воздействуют на белок не непосредственно, а косвенно;

они воздействуют вначале на Землю, а Земля, в свою очередь, воздействует своими силами, которые она получает из Космоса, обратно на состав животного белка. В крайнем случае, здесь участвует Луна, но только так, что она вначале принимает силы от Космоса, а затем только воздействует этими силами, которые она излучает, обратно на животный белок. В мельчайшей клеточке животного, следовательно, и в белке, - кто способен оккультным взглядом видеть вещи насквозь, может это увидеть, - имеются не одни лишь существующие на Земле физические и химические силы, но и мельчайшая клетка, скажем, куриного яйца, построена из сил, которые Земля лишь получила из Космоса.

Следовательно, то, что мы называем белком, связано с Космосом косвенно, но это животное белковое вещество, какое имеется на Земле, никогда не возникло бы, если бы не было Земли. Непосредственно из Космоса оно не могло бы возникнуть, оно есть вполне продукт того, что Земля сначала должна принять из Космоса.

По-другому, например, опять-таки, обстоит с тем, что мы знаем как жировую субстанцию, что мы знаем как земную жировую субстанцию живых существ, которая также составляет часть пищи, а именно у тех людей, которые употребляют животную пищу. Следовательно, речь идет об этих животных жирах. То, что мы называем жировой субстанцией, все равно, употребляет ли ее человек извне или сам образует в собственном организме, построено совсем по другим кос-

мическим законам, нежели белковая субстанция. В то время как в последней участвуют те космические силы, которые исходят от сущностей иерархий формы, в построении жировой субстанции участвуют преимущественно те сущности, которые мы называем Духами движения. Видите ли, важно упомянуть эти вещи, потому что лишь благодаря этому получают понятие о том, как сложно, собственно то, что внешняя наука представляет себе таким бесконечно простым. Ни одно живое существо не смогло бы быть проникнуто, с одной стороны, белковым веществом, с другой - жировой субстанцией, если бы из Космоса, - пусть и косвенно, - не действовали Духи формы и Духи движения. Следовательно, мы можем проследить духовные движения, о которых мы знаем, что они исходят от сущностей различных иерархий, вплоть до глубин субстанции, которая составляет нашу физическую оболочку. Поэтому если душа проделала антропософское развитие, переживание в отношении того, что несут в собственной физической оболочке белок или жир, становится более дифференцированным, более подвижным. То, что у человека, живущего обычной жизнью, сливается в единое ощущение, то начинает раздваиваться, начинают различать деятельность в организме жиров и деятельность белковых субстанций. В то время как весь физический организм становится более подвижным, развивающаяся душа учится различать два вида ощущений в собственном теле. Ощущение, которое как бы пронизывает нас внутренне так, что

мы чувствуем: это собирает нас в единое целое, дает нам телосложение, - это значит, мы чувствуем в себе белковые субстанции. Если мы ощущаем: это делает нас равнодушными в отношении нашей внутренней замкнутости, это как бы поднимает нас над замкнутостью нашей формы, делает нас более флегматичными в отношении нашего внутреннего ощущения, - эти ощущения дифференцируются очень сильно при антропософском развитии, - то это последнее ощущение имеет свои корни в переживании жировой субстанции в физической оболочке. Следовательно, внутреннее переживание становится более сложным и в отношении физической оболочки.

Это особенно сильно воспринимается тогда, когда речь идет о переживании крахмальной субстанции или сахарной субстанции. Особенно характерен сахар. Прежде всего, сахар очень сильно отличается от других субстанций своим вкусом. Это очень легко заметить в обычной жизни: не только дети, а иногда и пожилые люди отдают предпочтение сахарной субстанции; однако обычно ощущение отличия сахара не идет дальше вкуса. Когда душа проходит развитие, тогда она переживает все то, что она воспринимает в сахарной субстанции, как нечто, что придает ей внутреннюю прочность, что поддерживает ее внутренне, что в определенной степени пронизывает ее некоторым естественным эгоизмом. И в этом отношении сахару можно даже воздать хвалу. Именно тот, кто проходит душевное развитие,

часто может заметить, что ему даже необходимо съесть немного сахара, потому что духовное развитие должно идти в том направлении, чтобы становиться все более бескорыстным и бескорыстным. Душа сама собой становится бескорыстнее благодаря настоящему антропософскому развитию. Для того чтобы человек, который в силу своей физической оболочки имеет земное измерение, не утратил, так сказать, связь своего Я с Землей, даже хорошо создать противовес в физическом, где эгоизм не имеет такого большого значения, как в моральном. Благодаря употреблению сахара создается, - хотелось бы сказать, - некий вид невинного эгоизма, который образует противовес к необходимой самоотверженности в морально-духовной области. Иначе слишком легко человек мог бы поддаться искушению, стать не только самоотверженным, но и мечтательным, фантастичным, и тогда утратилась бы способность здорового суждения о земных отношениях. Этому и способствует определенная добавка сахара к пище, чтобы дать человеку возможность, несмотря на восхождение к духовным мирам, оставаться обеими ногами на Земле, культивировать определенный здоровый взгляд на Землю.

Вы видите, что эти вещи сложны; однако все становится сложнее, когда хотят проникнуть в настоящие тайны жизни. Так иногда именно тот, кто развивается в своей душе антропософским образом, чувствует, что ему, чтобы не подвергаться чрезмерной самоотверженности, а именно утрате своей личности, иногда необходимо употреб-

ление сахара. И тогда он переживает употребление сахара так, что он говорит: итак, я прибавляю к себе нечто, что придает мне, хотя морально я и не опускаюсь, как бы произвольно, как в высшем инстинкте, определенную прочность, некоторый эгоизм. В целом можно сказать, что употребление сахара физически повышает личностный характер человека. Это можно утверждать, можно твердо сказать, что люди, - естественно, все это следует утверждать лишь в разумных пределах, - что люди, которые определенным образом почитают употребление сахара, легче могут запечатлеть уже в своем физическом теле свой личностный характер, чем те, кто этого не делает. Эти вещи могут даже привести к пониманию того, что можно наблюдать и внешне. В странах, где, согласно статистике, потребляется мало сахара, люди меньше оснащены личностным характером, чем в странах, где потребляется больше сахара. Пойдите в страны, где люди выступают более лично, где каждый, так сказать, чувствует себя в себе, и потом оттуда в те страны, где люди, хотелось бы сказать, имеют больше общий народный тип, являются менее личностными уже во внешней физической природе, вы увидите, что в первых странах потребляют много, а в последних мало сахара.

Если мы на основе этого переживания, так сказать, пищевых субстанций, хотим сделать еще больше очевидных выводов, то мы можем обратиться к так называемым возбуждающим средствам. Эти средства возбуждения, их особенно

сильно переживают и во внешней жизни, - кофе, в большей мере чай; однако то, что переживает в кофе и чае уже нормальный человек, тот, кто проделал антропософское развитие, переживает в более высокой степени. Как было сказано: все это - не агитация за или против кофе, а просто представление вещей такими, какие они есть, и я прошу воспринимать это только в этом смысле. Кофе уже в совершенно нормальной человеческой жизни действует на человеческую природу возбуждающе, точно так же чай; только это возбуждение, которое оказывается кофе и чаем на организм, ощущается душой, которая проделала антропософское развитие, более живо. О кофе, например, можно сказать, что он действует на человеческий организм так, что этот человеческий организм благодаря этому некоторым образом поднимает эфирное тело из физического, но так, что физическое тело ощущается как солидная основа эфирного тела. Это специфическое действие кофе. Итак, при употреблении кофе физическое тело и эфирное тело несколько дифференцируются, но так, что физическое тело именно в своих качествах формы под влиянием кофе ощущается как бы испускающим лучи внутрь эфирного тела, как некая солидная основа для того, что тогда переживается эфирным телом. Это действительно не должно быть агитацией за употребление кофе, потому что все это движется на физической основе, и человек превратил бы себя в совсем несамостоятельное существо, если бы он захотел привести себя в порядок посредством

употребления этих пищевых продуктов или возбуждающих средств; следует просто охарактеризовать влияние этих пищевых продуктов и возбуждающих средств. Однако, поскольку именно логичное, последовательное мышление очень зависит от структуры, от формы физического тела, так посредством своеобразного воздействия кофе, который как бы более резко оттеняет физическую структуру физического тела, физически способствует логической последовательности, - благодаря употреблению кофе человек, так сказать, поддерживается физически в способности к логической последовательности в мышлении. И можно сказать, даже если при этом возникают опасения относительно здоровья, что пить много кофе, именно людям, которые хотят подняться в более высокие регионы духовной жизни, вовсе не так уж дурно, что, может быть, даже очень хорошо иногда достигать логической последовательности мышления посредством кофе.

Хотелось бы сказать, это может показаться кому-то совершенно естественным, что тот, кто по своей профессии, например, должен писать, и никак не может логически связать одно предложение с другим, поэтому пытается как бы высосать логику из ручки, грызя ее, что он стимулирует себя употреблением кофе. Это покажется вполне понятным тому, кто умеет прозревать эти вещи вплоть до их оккультной основы. Если уж это зелье, раз уж мы являемся гражданами Земли, иногда является необходимым, конечно, в зависимости от личной индивидуальной ситуа-

ции каждого, то следует подчеркнуть, что употребление кофе, при всем его вреде, может во многом способствовать укреплению личности. Не то чтобы его следовало рекомендовать в качестве укрепляющего средства, но следует сказать, что кофе в состоянии повышать способность к концентрации, и если, например, занимающийся антропософией замечает за собой склонность слегка отклоняться своими мыслями в неправильное, то не следует рассматривать это как отрицательное, если он попытается немного укрепить себя при помощи кофе.

По-другому обстоит дело с чаем. Чай обнаруживает похожее действие, он способствует некоторой дифференциации физической природы и эфирной природы. Однако структура физического тела некоторым образом выключается. Эфирное тело больше вступает в свои вибрирующие права. Поэтому мысли из-за употребления чая разлетаются, они делаются некоторым образом менее пригодными для того, чтобы придерживаться фактов. Благодаря употреблению чая возбуждается фантазия, правда, иногда не очень симпатичным образом, так как не способствует стремлению к истине и учету реальных условий. Поэтому можно сказать, понятно, почему в кругах, где многое зависит от умения блистать мыслью, от бурлящей духовности, охотно ищут импульс в чае; и, с другой стороны, понятно, что когда употребление чая возрастает, оно вызывает в некоторой степени равнодушие по отношению к требованиям, которые человек может получать через

здоровую структуру его физического земного тела. Так что употреблением чая легко провоцируются мечтательные фантазии и в некотором роде беззаботная небрежность, при которой охотно не замечают требования внешней жизни. Поэтому это не очень одобряется, если идущая путем антропософского развития душа выказывает пристрастие к чаю, потому что пристрастие к чаю легче приводит к шарлатанству, чем пристрастие к кофе. Последний делает солидней, первый более шарлатанским, при всем при том, что это слишком резкое слово для данного случая. Это все вещи, которые, как сказано, можно пережить через подвижность, в которую приходит физическая оболочка, если человек идет путем антропософского развития.

Я хотел бы только добавить, что, - вы можете продолжить медитировать над этим или попытаться действительно пережить такие вещи, - что, если употребление кофе способствует чему-то вроде стабильности в физической оболочке, а употребление чая больше всего способствует шарлатанству, то, например, шоколад больше всего способствует филистерству. Шоколад можно ощутить как собственно мещанский (филистерский) напиток, если подняться до непосредственного переживания, когда физическая оболочка становится в себе более подвижной. Поэтому шоколад можно вполне рекомендовать именно для мещанских праздников, и тогда можно, - простите мне это добавление, - можно вполне понять, что на семейных праздниках, на днях рождения, име-

ниях, именно в определенных кругах, на определенных праздниках пьют именно шоколад. И тогда, когда мы рассматриваем эти вещи, то есть деликатесные продукты, нам это предстает еще более значительным образом, потому что то, что обычно переживается в отношении пищевых продуктов, уже бросает свои лучи в повседневную так называемую внешнюю нормальную жизнь, но не только так, что, так сказать, замечают только вещественное, из которого построено тело, которое постоянно обновляется, но что также замечают, как уже было упомянуто вчера, внутреннее расхождение, обособление органов. Это важно, это полно значения.

И тут нужно в особенности подчеркнуть, что для оккультного рассмотрения становится понятным переживание в отношении физической оболочки с физическим сердцем. Для оккультиста физическое сердце представляет собой чрезвычайно интересный, чрезвычайно важный орган; потому что это физическое человеческое сердце можно понять лишь тогда, когда обращают внимание на совершенно противоположное отношение, то же духовное отношение, в котором Солнце находится к Земле.²⁵ Уже тогда, когда старое Солнце после времени Сатурна было некоторого рода планетарным предшественником Земли, уже тогда начали, так сказать, подготавливаться те отношения, которые сегодня существуют между этими обоими небесными телами, между Солнцем и Землей. И при этом отношения между Солнцем и Землей неизбежно рассматриваются

так, что Земля, такая, как она сегодня есть, рассматривается совершенно и однозначно так, что она сначала сама питается от воздействий Солнца, что она принимает в себя эти воздействия и перерабатывает их. То, что Земля в своей твердой основной субстанции принимает от солнечных сил, что она принимает в своей воздушной и водяной оболочке, в меняющихся тепловых условиях, что она воспринимает в свете, обтекающем потоком Землю, что она сама воспринимает в том, что невозможно каким-либо образом воспринять физически, как участие Земли в гармонии сфер, то, что Земля воспринимает из жизненных сил, которые она получает непосредственно от Солнца, все это находится в связи с внутренними силами, которые воздействуют на человеческое сердце через кровообращение. В принципе, все эти силы воздействуют на кровообращение, а через него на сердце. Все, что говорит на этот счет внешняя теория, в корне неверно. Эта внешняя теория превращает сегодня сердце в насос, который прокачивает кровь через тело, так что в сердце нужно бы видеть орган, который регулирует кровообращение. Истинно же обратное: кровообращение - это то, что первоначально, а сердце в своих движениях дает отзвук того, что происходит в циркуляции крови. Кровь приводит в движение сердце, а не наоборот. Однако весь этот организм, который описан там и который концентрируется в сердечной области, он есть ничто иное, как человеческое микрокосмическое отображение тех макрокосмических воздействий,

которые Земля получает от Солнца. То, что имеет Земля от Солнца, отражается в том, что должна делать кровь с сердцем.

С мозгом, например, дело обстоит по-другому. Непосредственно мозг человека имеет очень мало общего с тем, что представляет собой воздействие Солнца на Землю. Я говорю - непосредственно. Опосредованно, как орган восприятия, - конечно, например, когда он воспринимает внешний свет, воспринимает цвета; но это именно восприятие. Однако непосредственно в своем строении, в своей внутренней подвижности, во всей своей внутренней жизни мозг имеет мало, почти ничего общего с солнечным воздействием на Земле; он скорее имеет дело с тем, что излучается на нашу Землю от того, что находится вне нашей солнечной системы; мозг имеет дело с космическими отношениями всего звездного неба, но не с более узкими отношениями нашей солнечной системы. То, что нам приходится обозначать как субстанция мозга, находится в более тесных отношениях с Луной, но только в той степени, в какой Луна не зависит от Солнца, в той мере, в какой она сохранила свою независимость от Солнца. Так что то, что происходит в нашем мозгу, соответствует воздействиям, которые находятся вне тех сил, которые в нашем сердце находят свое человеческое микрокосмическое отображение. Солнце живет в человеческом сердце; то, что имеется в Космосе вне Солнца, живет в человеческом мозге.

Так человек, что касается обоих органов, яв-

ляется микрокосмосом, благодаря тому, что своим сердцем он отдан солнечному воздействию, проявляющемуся на Земле, и как бы отражает его, а своим мозгом имеет внутреннюю жизнь, которая непосредственно связана с Космосом, существующим кроме Солнца. Это чрезвычайно интересная и полная значения взаимосвязь. Мозг взаимосвязан с тем, что Солнце вызывает на Земле, только через внешнее восприятие. Однако именно в антропософском развитии оно преодолевается. Антропософское развитие преодолевает внешний чувственный мир. Поэтому мозг освобождается для внутренней жизни, которая является настолько космической, что даже Солнце является чем-то слишком специальным, чтобы там, внутри, разыгрывалось что-нибудь от солнечного воздействия. Если человек медитирует, то в его мозгу происходят процессы, которые не имеют абсолютно ничего общего с солнечной системой, а соответствуют процессам вне нашей солнечной системы. Поэтому, действительно, существует определенное отношение между сердцем и мозгом, как между Солнцем и звездным небом, и в определенном отношении это проявляется в переживании души, развивающейся антропософским образом, тем, что, когда эта душа внутренне серьезно и отрешенно предается чисто антропософским мыслям, сердце образует действительно нечто вроде противоположного полюса, вступает в некоторую оппозицию к звездному мозгу, как хотелось бы сказать. Эта оппозиция выражается в том, что человек учится чувство-

вать, как сердце и мозг начинают идти разными путями, и как он, в то время, как прежде ему не требовалось обращать на них обоих внимание по отдельности, а все смешивалось, теперь он должен начать, если он развивается антропософским образом, обращать внимание на них обоих по отдельности.

Существует своеобразное понятие обо всем космическом положении человека, если мы так рассматриваем физическую оболочку и принимаем во внимание, как человек живет здесь на Земле. Здесь в нем, в его кровеносной системе и сердце живет все то, что Солнце должно делать с Землей. И если он только внутренне отдается тому, для чего ему на Земле в качестве инструмента нужен его физический мозг, тогда обнаруживает, что там внутри живут мировые процессы, которые происходят вне нашей солнечной системы. Нам придется уяснить себе, что человек имеет совершенно новое переживание в отношении сердца и мозга. Его ощущения действительно дифференцируются, так что он научается чувствовать все то, что представляют собой процессы мозга, хотелось бы сказать, в том спокойном течении, которое обнаруживает ночное небо с его звездами, и что он чувствует подвижность солнечной системы в своем сердце. Из этого вы одновременно видите путь, который при более высокой ступени инициации становится важным путем, потому что вы как бы видите ворота, которые открываются из человека в Космос. Человек, который может выходить из своего тела в

результате высшего развития, - как это известно из эзотерических сообщений, - оглядываясь на собственное тело, учится полностью познавать процессы своего физического тела, и такой человек действительно познает в циркуляции крови и сердечной деятельности отражение таинственных сил солнечной системы, а в процессах мозга, на которые он духовно смотрит извне, познает Космос в его тайнах.

Вещи, которые я только что высказал, взаимосвязаны с одним замечанием, которое я сделал однажды в Копенгагене, и которое вошло затем в мою книгу «Духовное водительство человека и человечества».²⁶ Из этого вы можете понять, что в определенном отношении даже структура мозга есть некоторого рода отражение позиции небесных тел, которое имеется при рождении человека для той точки на Земле, в которой рождается человек. Полезно иногда подойти к таким вещам с другой точки зрения; потому что из этого вы можете получить ощущение о широте оккультной науки и о мелочности некоторой критики, которая слышна, когда такое замечание делается с той или иной точки зрения. Конечно, можно объяснить такие важные факты, как этот, об отражении звездного мира в человеческом мозгу, с определенной точки зрения, и это может показаться произвольным. Если добавятся другие точки зрения, тогда все они поддерживают друг друга. И вы еще обнаружите некоторые, - мне хотелось бы сказать, - течения оккультной науки, которые сливаются, и из слияния для

нас все больше и больше будет получаться то, что мы будем ощущать как полное доказательство, также внешнее разумное доказательство для нас, говорить о которых иногда могло бы показаться смелым. Однако из этого вы поймете также и тонкость своей человеческой структуры. И если вы поразмыслите о том, что человек, благодаря тому, что он употребляет пищу, этим самым определенным образом совсем привязывает себя к Земле, только в некоторых субстанциях делает себя опять-таки свободным от Земли, а именно в случае растительной пищи, если мы, поразмыслите о том, что человек должен превратить себя в гражданина Земли именно посредством приема пищи, то вы поймете теперь трехкратное членение человека в отношении его физической оболочки. Через свой мозг он как бы принадлежит ко всему звездному небу, своим сердцем и всем тем, что сюда относится, он принадлежит к Солнцу, своей системой пищеварения и всем, что к ней относится, он — земное существо.²⁷

Это также можно пережить, если внешняя физическая оболочка человека становится более гибкой. Человек может тем, что входит в него только от Земли, очень сильно грешить против того, что отображается в нем через чистые силы Космоса. В пищеварении человека действуют чисто земные законы, которые действуют дальше, как солнечные законы в сердечной деятельности, и как космические законы вне солнечной системы в мозговой деятельности, и тем как он

питается человек может определенным образом очень сильно грешить против космической деятельности в своем мозгу и это может пережить душа, которая развивается антропософским образом, именно в моменты пробуждения. В течение сна наступает также то, что деятельность пищеварения распространяется вплоть до мозга, разбрызгивается в мозгу. Во время бодрствования силы мышления обрабатывают мозг; тогда пищеварительная деятельность мозга отступает. Когда мышление во время сна останавливается, тогда пищеварительная деятельность воздействует вплоть до сознания, и когда человек пробуждается и чувствует отголосок этого, тогда именно для развивающейся души переживание очень легко может быть правильным барометром для определения здорового и нездорового в его питании. О, человек чувствует это якобы перемещение из своего организма в мозг отупляющих, колющих ощущений, которые иногда могут выступать так, как если бы он съел что-то неподходящее, как - скажем, - маленькие центры отупления в мозгу. Все это тончайшим образом переживается именно душой, развивающейся антропософским образом. И относительно восприятия состояния здоровья в физическом теле, идущим от пищеварения, момент пробуждения имеет очень важное значение. Во все более и более тонких ощущениях, которые локализуются внутри головы, человек воспринимает, ведет ли он себя в своем пищеварении оппозиционно по отношению к космическим законам вне нашей солнеч-

ной системы или находится в созвучии с ними. Здесь вы действительно видите эту физическую оболочку во всем ее чудесном отношении ко всему Космосу и момент пробуждения, как барометр для человека, сопротивляющегося космическим отношениям посредством своего пищеварения, или человека, вводящего себя в созвучие с этими космическими отношениями.

Эти размышления постепенно подведут нас к изменениям, которые происходят благодаря эзотерическому или антропософскому развитию в человеческом эфирном или астральном теле.²⁸

Питание, исцеление, духовное развитие

Вы видели, что в докладах, которые я сделал в последнее время, преследуется цель, обобщить явления в мире так, чтобы в итоге получилось истинное всеохватывающее познание человека. К познанию человека стремится все, что мы рассмотрели. Познание человека станет возможным только тогда, когда оно сможет начать с низших форм мира явлений, со всем тем, что открывается человеку как материальный мир. И то, что начинается вместе с рассмотрением открывающегося как вещественный мир, то должно завершиться рассмотрением мира иерархий²⁹. От низших форм вещественного бытия до высших форм духовного бытия, до мира иерархий необходимо искать то, что может привести к действительному познанию человека. А теперь мы создадим некий набросок такого человеческого познания в докладах, которые я могу сейчас для вас сделать.

Мы должны ясно понимать, то, что сегодня стоит перед нами, как человек, является результатом того длинного космического развития, которое я всегда обобщал как развитие Сатурна, Солнца, Луны и Земли. Развитие Земли еще не завершено. Однако нам следует понять, чем, соб-

ственно, обязан человек развитию Земли в узком смысле, которое последовало за развитием Луны.

Видите ли, когда вы протягиваете руки и двигаете ими, когда вы простираете руки и двигаете ими, когда вы шевелите пальцами, когда вы выполняете какое-нибудь внешнее движение: все, что необходимо для этого в вашем организме, чтобы вы могли двигать руками и ногами, головой, шевелить губами и так далее, - силы для таких человеческих проявлений проходят ведь в самые внутренние части человеческого организма, - все это дано человеку благодаря развитию Земли в узком смысле. Если же вы заглядываете во все, что есть развитие обмена веществ, в пространство, которое ограничено внешней человеческой кожей, вы смотрите на то, что происходит в физически-телесном внутреннем человеке как развитие обмена веществ, тогда вы получаете картину того, чем человек обязан развитию Луны. И у вас есть картина того, чем человек обязан развитию старого Солнца, если вы смотрите на все то, что в человеке является ритмическим процессом. Процесс дыхания, процессы циркуляции крови являются ведь важными ритмическими процессами: всеми этими ритмическими процессами человек обязан развитию старого Солнца. А всем, что есть развитие нервов и чувств, опять-таки распространенное по всему телу сегодняшнего человека, этим человек обязан развитию старого Сатурна.³⁰

Однако при всем этом вы должны учитывать, что человек есть целое, и что развитие мира есть

целое. Если мы сегодня указываем на развитие старого Сатурна так, как я сделал это в своем «Тайноведении», то мы имеем в виду то развитие, которое до древних времен предшествовало развитию Солнца, Луны и Земли. Однако это, в принципе, только одно развитие Сатурна, которое привело к Земле. В то время как развивается Земля, тоже возникает развитие Сатурна. Это новое развитие Сатурна находится внутри развития Земли; оно, так сказать, новейшее развитие Сатурна. То, что дошло до развития Земли, это самое старое. То, которое находилось в старом Солнце как развитие Сатурна, - более молодое; то, что находилось в Луне, еще моложе; а Сатурн, который заполняет сегодня Землю, который в основном использует определенные организации тепла в Земле, это самое молодое развитие Сатурна. Однако мы с нашим человеком находимся внутри этого развития Сатурна.

Итак, мы находимся внутри космического развития. Однако мы находимся также внутри того, что пространственно окружает нас на Земле. Возьмем, к примеру, минеральное царство. Мы находимся с минеральным царством во взаимодействии. Мы употребляем минеральное через пищу. Мы воспринимаем его также через дыхание и так далее. Мы перерабатываем в нас минеральное.

Однако все развитие, все мировые процессы в человеке другие, не такие, как вне человека. Я уже отмечал: это чистая насмешка, если мы сегодня изучаем химические процессы в хими-

ческой лаборатории и потом думаем, что эти химические процессы, когда человек ест пищевые продукты, просто продолжают внутри человека. Человек - это не какое-то слияние химических воздействий; там, внутри человека, все изменяется.³¹ И со здоровой точки зрения это изменение обнаруживается следующим образом.

Предположите, что мы употребляем минеральное. Все, что мы употребляем из минерального, должно в человеке быть доведено до такой степени, чтобы действовало следующее. Вы знаете, что мы имеем собственную теплоту; в нашей теплоте крови у здорового человека приблизительно 37 градусов. В нашей теплоте крови мы имеем нечто, что в среднем превосходит внешнюю теплоту. Все, что мы употребляем минерального, должно так преобразоваться в нашем организме, так видоизмениться, чтобы то, что в нашей теплоте крови выходит за среднюю теплоту внешнего окружения, что выше, чем средняя теплота внешнего окружения, чтобы это охотно приняло минеральное. Если вы съедите крупинку поваренной соли, то эту поваренную соль должна всосать ваша собственная теплота, не та теплота, которая у вас общая с внешним миром, а ваша собственная теплота должна охотно принять ее. Все минеральное должно превратиться в тепловой эфир.³² И в тот момент, когда человек имеет в своем организме нечто, что мешает какому либо минералу превратиться в тепловой эфир, в этот момент он болен.

Теперь пойдем дальше, пойдем к раститель-

ному, которое употребляет человек. Человек употребляет растительное, он сам принадлежит к этому миру, развивая растительное и в себе. Человек содержит минеральное, которое, однако, склонно к тому, чтобы стать тепловым эфиром. Растительное постоянно имеет в человеке тенденцию к тому, чтобы стать воздушным, газообразным. Так что человек имеет в себе растительное, как воздушное царство. Все, что входит в человека от растений, или что он сам развивает как внутреннюю растительную организацию, должно стать воздушным, должно уметь приобрести в нем воздушную форму. Если оно не принимает воздушную форму, если организация человека такова, что она препятствует ему в том, чтобы все, что хочет быть в нем растительным, перешло в воздушную форму, он болен. Все животное, что употребляет человек, или что он сам образует в себе как животное, все это должно в человеке, по крайней мере, в какое-то время, принять жидкую, водянистую форму. Человек не должен иметь в себе ничего от животного, ничего из внутренне произведенного животного, ничего из употребленного животного, что не продлевает в нем процесс, когда оно становится в нем жидким. Если человек не в состоянии сделать жидким свое собственное животное или чужое животное, чтобы затем снова перевести его в твердое, тогда он болен. Только то, что рождает в человеке чисто человеческую форму, что у человека происходит из того, что он является прямоходящим существом, что он имеет в себе импульсы к говорению и

мышлению, только то, что делает его собственно человеком, что поднимает его над животным, только этому позволено входить в твердое земное, - а оно составляет максимум только 10% нашей общей организации, - это имеет право войти в твердое, в твердо сформированное, в форму. Если в человеческую твердую форму входит что-нибудь от животного или растительного, то человек болен.

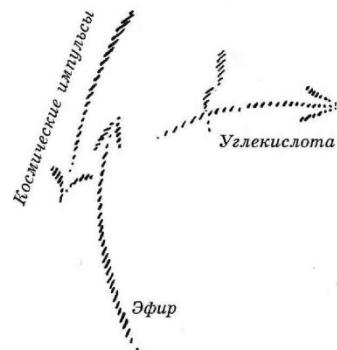
Все минеральное должно однажды стать в человеке тепловым эфиром. Все растительное должно пройти в человеке транзитную стадию воздушного. Все животное должно пройти в человеке транзитную стадию водянистого. Лишь все человеческое может всегда сохранять в нем земную твердую форму. Это одна из тайн человеческой организации.

А теперь мы сначала оставим то, - позже³³ это будет рассмотрено более подробно, - что имеет человек от Земли, возьмем то, что в человеке есть система обмена веществ, что он, конечно, преобразует во время земной организации, но заложено это из времен старой Луны в зародыше, следовательно, возьмем то, что происходит как обмен веществ в более узком смысле внутри человеческой кожи, причем мы должны, конечно, причислить сюда и выделения, тогда это, я хотел бы сказать, постоянно изменяется из-за употребления питательных веществ. Питательные вещества, которые вначале находятся вне человека, входят в человека и сначала вчлняются в эту систему обмена веществ.

Эта система обмена веществ перерабатывает то, что является окружением человека, в человеческое. Все минеральное начинает приближаться к тепловому эфиру, все растительное начинает приближаться к газо-воздушно-легкому, все, что является животным, начинает приближаться к водянистому, и, как организованное формообразование, превращает собственно человеческое в твердое. Все это, в тенденции, находится в обмене веществ. А обмен веществ в этом отношении есть нечто чрезвычайно интересное.

Если мы проследим за обменом веществ кверху вплоть до дыхания, то обнаружим, что человек сам из себя формирует углерод, который можно найти в человеке повсюду. К нему поступает кислород, он преобразуется в углекислоту, которую человек потом выдыхает.³⁴ Углекислота есть соединение углерода с кислородом. Кислород, который вводится с дыханием, вбирает в себя углерод; человек выдыхает углекислоту, соединение, в которое кислород вступил с углеродом. Однако прежде чем произойдет выдох, углерод, так сказать, еще становится благодетелем природы человека. Потому что углерод, соединяясь с кислородом, соединяя некоторым образом то, что вызывает циркуляцию крови, с тем, что затем дыхание делает с циркуляцией крови, этот углерод становится благодетелем человеческой организации, потому что, прежде чем покинуть человеческий организм, он распространяет во всем человеческом организме истечение эфира. Физическая наука просто говорит: углерод выды-

хается с углекислотой. Однако это только одна сторона всего процесса. Человек выдыхает углекислоту, но во всем его организме, благодаря выдыханию углерода, которым воспользовался кислород, остается эфир. Этот эфир проникает в эфирное тело человека. И этот эфир, который постоянно производится углеродом, это то, что делает человеческую организацию пригодной для того, чтобы открыться духовным влияниям, что воспринимает астрально-эфирные воздействия из Космоса. Тогда этим эфиром, который оставляет после себя углерод, притягиваются космические импульсы, те космические импульсы, которые, в



свою очередь, воздействуют на человека, формируя его, которые, например, так подготавливают нервную систему, что она может стать носителем мыслей. Этот эфир должен постоянно пронизывать наши органы чувств, например, наши

глаза, для того, чтобы глаза могли видеть, чтобы глаза могли воспринимать внешний свет. Следовательно, мы обязаны углероду тем, что в нас происходит приготовление эфира, которое может идти навстречу миру.³⁵

Все это приготавливается уже в системе обмена веществ. Однако система обмена веществ, как человеческая система, таким образом расположена в целом Космосе, что она не могла бы существовать сама по себе. Система обмена веществ не могла бы существовать сама по себе. Поэтому она в зародыше образовалась в человеке лишь в третью очередь. Первый зародыш нервно-чувственной системы образовался в период эпохи старого Сатурна, второй зародыш для ритмической системы во время эпохи старого Солнца, и лишь тогда, когда эти другие системы уже существовали, в человеке могла быть создана система обмена веществ, потому что система обмена веществ не могла бы существовать сама по себе. Система обмена веществ, если мы опустим вначале произвольные движения, в космической взаимосвязи предназначена для питания человека.³⁶ Однако это питание не может существовать само по себе. Это питание нужно человеку, но оно не может существовать само по себе. Потому что, если изучить отдельно систему обмена веществ человека, - в последующих докладах вы увидите, как это, в свою очередь, необходимо для всей человеческой организации, - обнаружится, что она постоянно пронизана всевозможными склонностями, чтобы сделать человека больным.

И происхождение внутренних болезней, которые, следовательно, возникают не вследствие внешних повреждений, мы должны всегда искать в системе обмена веществ. Поэтому, тот, кто хочет заняться действительно рациональным наблюдением болезни, должен исходить из системы обмена веществ, и он должен, собственно, спросить каждое отдельное явление в системе обмена веществ: каким путем ты появилось здесь? Если мы возьмем все явления, прием пищи в рот, переработка пищи, когда мы превращаем определенные вещества в нас в крахмал и в сахар, и так далее, если мы возьмем укутывание пищи во рту птialiном, если мы пойдем дальше, если мы возьмем пропитывание пищи в желудке пепсином, если мы пойдем дальше, и возьмем переработку продуктов обмена веществ в системе пищеварения, в их переходе в лимфатические сосуды, в их переходе в кровь, тогда мы должны искать каждый отдельный процесс, а это бесчисленные процессы, которые нужно принимать во внимание. Смешивание продуктов обмена веществ с секретом поджелудочной железы, которая еще присоединяется к этому, смешивание веществ с секретом желчного пузыря и так далее,³⁷ каждый отдельный процесс мы должны спросить: что тебе, собственно, нужно? И он ответит нам: если я один, то я тот процесс, который всегда делает человека больным. Ни один процесс обмена веществ не должен происходить в человеческой природе до конца, потому что каждый процесс обмена веществ, если он доходит до

конца, делает человека больным. Человеческая природа здорова только тогда, когда процессы обмена веществ останавливаются на определенной ступени.

Мы познакомимся с тем, что, вероятно, могло бы сначала показаться глупостью организации мира: что там, в человеке, начинается нечто, что, если бы оно не было задержано на полпути, сделало бы человека больным, мы познакомимся с этим как с самой высокой мудростью в последующих докладах.³⁸ Однако сейчас давайте пока рассматривать факты, давайте рассмотрим, что отдельные детали процессов обмена веществ, если мы изучаем их изнутри в соответствии с их сущностью, ответили бы: мы находимся на пути к тому, чтобы сделать весь организм больным. Каждый процесс обмена веществ, будучи продолженным, делает организм больным. Поэтому, если в человеке вообще должен быть обмен веществ, то должны быть другие процессы, которые должны быть прежде этого развиты в своих зародышах, и это те процессы, которые имеются в циркуляции; это процессы циркуляции. Процессы циркуляции содержат постоянно исцеляющие процессы. Так что человека действительно можно описать, сказав так: человек был рожден во время развития старой Луны как пациент, и ему был предпослан в его собственной природе, во время развития старого Солнца, врач. Во время развития старого Солнца человек родился в отношении собственной природы, как врач. В развитии мира была проявлена большая осторож-

ность, что врач возник прежде пациента, потому что во время развития старой Луны в самом человеке добавился пациент. И нужно, если хотят правильно описать человека, подняться от процессов обмена веществ к процессам циркуляции, конечно, ко всему тому, что лежит в основе процессов как импульсы. Одно вещество вызывает более быструю, другое - более медленную циркуляцию в самом широком смысле. В нас ведь имеются совсем мелкие процессы циркуляции. Возьмите какое-нибудь минеральное вещество, возьмите золото, возьмите медь, все это, если оно подается человеку тем или иным образом внутренне или через инъекцию или еще как-то, является побуждением для того, чтобы в циркуляции что-нибудь формировалось, изменялось, воздействовало оздоравливающим образом и так далее. И что нужно знать, чтобы заглянуть в собственно оздоровительные процессы человека, - это то, что каждое отдельное вещество мирового окружения вызывает в человеке в отношении изменений циркуляции. Так что мы можем сказать: циркуляция есть непрерывный процесс исцеления.

Вы можете, хотелось бы сказать, вычислить это, если хотите. Обдумайте то, что я сказал вам: в среднем человек делает 18 вдохов в минуту. Это дает, в чрезвычайно регулярном приспособлении к Космосу, в течение дня столько вдохов, сколько составляет ритм обращения Солнца за солнечный год. За 25 920 лет Солнце проходит через все мироздание. Человек среднего возрас-

та делает в день в среднем 25 920 вдохов. Удары пульса в четыре раза чаще. Другая циркуляция, циркуляция, более сконцентрированная внутри, испытывает на себе влияние обмена веществ. Циркуляция дыхания - это то, что соответствует внешнему сообщению человека с внешним миром, что является взаимодействием с внешним миром. Этот ритм дыхания должен постоянно укрощать ритм циркуляции, чтобы он оставался при своих четырех, иначе человек со своим ритмом циркуляции войдет в совершенно нерегулярный ритм, не в число 103680. Это нечто, чему в Космосе ничто не соответствует. Тогда человек совершенно вырывает себя из Космоса. Его обмен веществ вырывает его из Космоса, отчуждает его от Космоса, а ритм дыхания постоянно вовлекает его в Космос. В этом делении и в этом укрощении ритма циркуляции ритмом дыхания вы видите прапроцесс исцеления, который постоянно осуществляется в человеке. Однако при любом внутреннем исцелении нужно таким образом приходить на помощь процессу дыхания, который ведь определенным образом продолжается внутри всего Космоса, чтобы он повсюду в человеке укрощал процесс циркуляции, приводил его к общим соотношениям Космоса.

Так что мы можем сказать: мы переходим от питания к исцелению, в то время как человек, снизу вверх, всегда имеет, собственно говоря, тенденцию становиться больным, и в своем срединном организме, в организме циркуляции, должен постоянно развивать тенденцию оставаться здо-

ровым. И в то время, как в нашем срединном организме непрерывно возникают импульсы выздоровления, они оставляют кое-что именно после системы голова-нервно-чувственная система; и тогда мы приходим к третьей, к нервно-чувственной системе. Что за силы находим мы тогда в нервно-чувственной системе? Мы находим в нервно-чувственной системе те самые силы, которые, так сказать, оставляет в нас врач. Он воздействует, с одной стороны, оздоравливающим образом сверху вниз на процесс обмена веществ. Однако, воздействуя на процесс обмена веществ оздоравливающим образом, он делает что-то, что во всем Космосе может быть оценено единственным образом. И я не скажу вам ничего фантастического, я скажу вам нечто, что совершенно реально: этот процесс, то, что в нас постоянно происходят процессы оздоровления, по направлению книзу, вызывает удовлетворение высших иерархий.³⁹ Это радость высших иерархий от земного мира. Они смотрят вниз и постоянно чувствуют подъем болезни из того, что входит в человека от земного, что остается там от земных качеств вещества. Вы видите, как импульсы действующих из земного сил, которые содержатся в циркулирующем воздухе и еще далее, непрерывно действуют как процессы оздоровления. Это вызывает удовлетворение высших иерархий.

А теперь представьте себе, что вы можете изучать в том самом мировом теле, которое определенным образом поставлено как достойнейший духовный объект изучения на границе нашей

системы планет. Там в центре находится то, что хранит в себе силы, которые, если мы представим их себе сконцентрированными на Земле, являются силами, которые делают больными, а в окружении обнаруживаются циркулирующие силы оздоровления. И тот, кто обладает чувстви-



тельностью к таким вещам, тот увидит в кольцах Сатурна в таком ярком выражении, в каком их нельзя воспринимать в том, что окружает Землю, потому что мы находимся внутри того, что является кружащимся здоровьем. Это кольцо Сатурна является еще чем-то существенным образом иным, нежели то, что говорят о нем астрономы. Это кольцо Сатурна является кружащимся здоровьем, а внутренняя часть Сатурна есть то, что делает больным, если рассматривать в чистейшей концентрации.

И так на Сатурне, который поставлен на внешнем конце нашей системы планет, видно, как происходит тот же процесс, который мы постоянно носим в себе, благодаря внутреннему обмену ве-

ществ и благодаря нашему организму циркуляции. Однако мы видим также, если мы посмотрим на это, как наш духовный взгляд обращается на мир, а именно мир второй иерархии и первой иерархии; второй иерархии: Кириотетес, Динамис, Эксузиан, второй иерархии: Серафимы, Херувимы, Престолы. Если мы внимательно рассматриваем духовным взором Сатурн и его кольцо, то мы обращаемся к этим высшим иерархиям, которые, я сказал бы, с удовлетворением смотрят вниз на это болезнетворное и оздоравливающее.

И это удовлетворение, это сила во Вселенной. Это удовлетворение высших иерархий пронизывает тогда нашу нервно-чувственную систему и формирует в ней силы духовного развития человека. Это силы, которые определенным образом расцветают из исцеления, которое непрерывно происходит в человеке. Так что, в-третьих, мы имеем духовное развитие.

- | | |
|-------------------------------|--------------------------|
| 1. Обмен веществ | <i>питание</i> |
| 2. Циркуляция | <i>исцеление</i> |
| 3. Нервно-чувств. организация | <i>духовное развитие</i> |

И если мы сейчас будем описывать человека на протяжении развития через время Сатурна, Солнца и Луны, тогда нам придется сказать: человек есть вначале рожденный из Космоса дух, который развивает в себе целителя, который благодаря этому потом может принять космического пациента. И благодаря взаимодействию всего

этого создается потом то, чем на Земле является могущий произвольно двигаться человек.

Каждое отдельное звено познания человека, хотелось бы сказать, должно быть инспирировано тем, что лежит в основе того, что я здесь сказал. Предположите, что кто-то хочет создать систему исцеления, действительно рациональную систему исцеления. Что она должна будет содержать? Конечно, в основном процессы исцеления. Однако процессы исцеления, из чего они должны будут исходить? Они должны будут исходить из процессов обмена веществ, а другое сможет быть не более, чем предпосылкой, - нам еще придется об этом говорить,⁴⁰ - анатомическое, даже более тонкое анатомическое, это может быть исходной точкой только потому, что оно является твердым, сформированным. Это уже само делает себя человеческим. Однако рациональная система медицины должна сначала так изучить процессы обмена веществ, чтобы постоянно воспринимать в них тенденцию, как они движутся к болезнетворному. Так что сегодняшняя система медицины, можно создать, непременно должна начать с системы обмена веществ, то есть сначала с нормальных процессов обмена веществ, и уже оттуда можно почерпнуть познание возможности, как внутренние болезни могут возникать из обмена веществ в самом широком смысле. Тогда из этого, через интимное познание того, что делают ритмические процессы, должно получиться то, что является собственно терапией. Так что для сегодняшней системы медицины нужно на-

чать с изучения процессов обмена веществ, а оттуда нужно сделать переход ко всему тому, что может происходить в человеке в области ритмических процессов. И потом, хотелось бы сказать, будет достигнута вершина всего, когда будет показано, как здоровое развитие духовных задатков человека предполагает познание того, что приходит из целительных сил. Сегодня вы не сможете найти педагогики, то есть искусства здорового развития духовной природы человека, если вы не исходите из процессов исцеления; потому что процессы исцеления есть ничто иное, как примененное к срединной природе человека то, что должно использоваться уже в чистом мышлении при формировании духовных процессов в человеке.

Искусный педагог непременно должен духовным образом работать с силами, которые, уплотненные в психическое или уплотненные в эфирное, являются процессами исцеления. Если я делаю что-то с ребенком при помощи педагогического искусства, то это процесс, в основе которого лежит нечто духовное. Если я переведу этот процесс так, что то, что я выполняю там в духе, я буду выполнять теперь благодаря тому, что я использую что-то вещественное или какой-то процесс, то этот процесс или это вещество есть целительное средство. Можно было бы также сказать: медицина есть метаморфизация духовного обращения с человеком по направлению книзу, в вещественное. Если вы вспомните, как я обрисовал вещи в курсе для учителей,⁴¹ тогда вы уви-

дите, как я повсюду обращал внимание, как в том, что делает учитель, начинается некоторого рода общая человеческая терапия, как то или иное педагогическое мероприятие в более позднем возрасте может вызвать нездоровые отложения обмена веществ или всасывание нерегулярного обмена веществ. Поэтому то, что делает педагог, будучи продолжено вниз, дает терапию. А противоположность терапии, то, что стремится снизу вверх, это процессы обмена веществ.

Следовательно, вы также видите, как должна быть рождена сегодня система медицины из всего познания человека. И она это может. Некоторые это чувствуют. Однако что-то будет достигнуто лишь тогда, когда действительно будет сформирована такая система медицины. И это уже в настоящее время является самым необходимым. Если Вы сегодня посмотрите на медицинские справочники, то Вы увидите, что, как правило, начинают не с системы обмена веществ или, по крайней мере, в редчайших случаях, с обмена веществ. Однако из этого необходимо исходить, иначе мы не научимся понимать, в чем вообще состоит природа болезни.

Видите ли, все дело состоит в том, что процессы питания действительно могут переходить в процессы исцеления, процессы исцеления в духовные процессы, а духовные процессы могут переходить обратно в процессы исцеления; или, если духовные процессы непосредственно вызывают нарушения обмена веществ, то духовные процессы опять-таки переходят в стадию, где они

должны быть исцелены срединным организмом человека. Все эти вещи переходят в человеке друг в друга, и вся человеческая организация постоянно представляет собой чудесную метаморфозу. Возьмите, к примеру, процессы, которые лежат во всей этой чудесной циркуляции человеческой крови. Что же это за процессы?

Итак, рассмотрите вначале, совершенно обособленно от остального человеческого организма, кровь,⁴² как она течет по жилам, рассмотрите в человеческом облике, скажем, систему сосудов и то, что присоединяется как мышечная система, костная система и так далее, то есть то, что является твердым образованием, и то, что протекает там жидким. Остановимся на жидком состоянии, на крови, там есть и другие жидкости, но давайте остановимся на крови. В этой текущей жидкости, что за процессы происходят там внутри постоянно? Процессы происходят непрерывно. Те же самые процессы, которые происходят в жидкой крови, они могут в какую-нибудь сторону охватывать то, что есть лишь стенка или остов или какое-то твердое образование, нечто сформированное в человеке, тогда то, что относится к крови, находится в стенке сосуда или в мышце или где-нибудь в кости или в какой-нибудь оболочке. Чем оно становится там? Там оно становится импульсом воспалительных явлений. То, что мы находим как импульсы воспалительных явлений здесь или там, мы находим это постоянно в жидкой крови как нормальные процессы. То, что проявляется там как воспаления, это про-

цессы, вытесненные на неверные места, то есть на сформированные твердые места, это процессы, которые должны постоянно происходить в текущей крови. Абсолютно нормальный, здоровый процесс, будучи дислоцированным, помещенным в другое место, где его не должно быть, есть процесс, который делает больным. И определенные болезни нервной системы состоят именно в том, что нервной системе, которая во всей своей организации полярно противоположна кровеносной системе, приходится испытать пришествие процессов, которые в крови являются нормальными. Если эти процессы, которые в кровеносных путях являются нормальными процессами, проникают в нервные пути, тогда нервные пути, и это происходит при самом незначительном проникновении, охватываются воспалением, и мы получаем различные формы больной нервной системы.

Я сказал, что в нервах⁴³ происходят совсем другие процессы, нежели в крови, противоположные процессы. В крови происходят процессы, стремящиеся к фосфорному, процессы, которые, если они, как фосфорные, охватывают окружающую кровь или соседнее с кровью, ведут к воспалительному. Если процессы в нервных путях выходят в другие соседние органы или также в кровь, тогда возникают импульсы для всех опухолевых образований у человека. Если это переносится в кровь, так, что кровь тогда нездоровым образом снабжает другие органы, тогда возникают опухолевые образования. Так что мы мо-

жем сказать: каждое опухолевое образование есть метаморфизованный нервный процесс в неверном месте в человеческом организме.

Вы видите, что происходит в нерве, должно оставаться в нерве, что происходит в крови, должно оставаться в крови. Если то, что принадлежит крови, переходит в то, что по соседству, вспыхивают воспаления. Если то, что принадлежит нерву, переходит в то, что по соседству, возникают различные образования, которые можно обобщить лишь под тривиальным названием опухолевые образования. Однако именно между процессами в нервной системе и между процессами в системе крови должен иметь место правильный ритм.

У нас не только вообще ритм дыхания находится в контрасте с ритмом крови, но у нас в циркулирующей крови есть тонкие процессы, которые, если они выходят из крови, становятся воспалительными процессами. Эти тонкие процессы должны также находиться в определенной ритмической взаимосвязи с тем, что происходит в соседнем нерве, как дыхание должно находиться во взаимосвязи с циркуляцией крови. И в то мгновение, когда это нарушается между ритмом крови и ритмом нервов, это должно быть восстановлено.

Вы видите, здесь мы снова входим в область терапии, процессов исцеления. Все это показывает нам, как в человеке должно присутствовать все: должно быть самое больное, для того, чтобы на другой стороне могло быть здоровое; оно при-

шло на неверное место только через неправильный процесс. Потому что, если бы этого вовсе не было, человек не мог бы существовать. Человек не мог бы существовать, если бы он не мог получать воспаления, потому что силы, возбуждающие воспаление, постоянно должны быть в крови. Так задумано, если я часто говорил: из действительного *познания человека* должно возникнуть все, что человек приобретает через познания. Вы видите, в чем лежат причины, почему, собственно, педагогика, которая, я хотел бы сказать, ведется так поверхностно, абстрактно, довольно бессмысленна. Собственно, заниматься педагогией нужно было бы так, чтобы повсюду исходить из определенных патологических процессов в человеке и из возможности их исцеления.

Если известна болезнь мозга и возможность лечения болезни мозга, тогда, в грубом, - что, опять-таки, в своем роде, естественно, тонкое, однако потому что речь идет о физическом процессе, я говорю «в грубом», - в лечении мозга имеют именно то, что должно быть введено в педагогическое искусство. Поэтому, собственно, если бы организовать когда-нибудь настоящий педагогический семинар, то, с одной стороны, нужно было бы преподавать учителям патолого-терапевтическое: тогда они натренировали бы свое мышление вначале на более наглядном, более коренящемся в материи, для того, что они должны понять в собственно педагогике. И опять-таки ничего нет более полезного для терапии, а именно для терапии внутренних заболеваний, чем когда

известно, как действует то или другое в педагогической кунст-терапии. Потому что, если находят мостик к вещественному, тогда находят род и способ, как можно лечить и в педагогике, находят лечебные средства.

Если, например, находят правильные педагогические средства, чтобы средствами педагогики встретить определенные проявления лености у детей, которые вызваны нарушениями в системе пищеварения, тогда совершенно удивительным образом получают внутренние тенденции; если действительно живут внутри в педагогике, конечно, не когда учатся только внешне, и собственно, охотнее забывают то, что происходит в школе, как только уходят из школы, сидят вечером в кафе и забывают, что происходит в школе. От способа обращения, который испытывает ребенок, получают тенденцию, чтобы видеть все воздействие процессов в голове, всю взаимосвязь процессов головы и нижней части тела. Когда изучают минералогию, например, процессы, которые происходят в меди, когда медь образует в земном царстве то или это, тогда происходит почти так, что во всем, что выполняет медь, когда она становится той или иной медной рудой, что в этом превращении руд в медную руду или в другие руды кажется тогда, что говорят: здесь сила меди делает в земле то, что ты, как педагог, делаешь с детьми! Человек буквально видит отображение того, что он сам делает, в процессах меди. И чрезвычайно замечательно, будучи педагогом, создавать себе интуитивную, чувственную и инстин-

ктивную ясность о том, что ты делаешь, чтобы затем в восторге отправиться на природу и увидеть, как, собственно, природа действует педагогически в великом; как повсюду там, где из-за какого-нибудь процесса извести могло бы произойти что-то нехорошее, как там вводится процесс меди. Да, в этих процессах меди, в этих процессах формирования руд внутри остальных земных процессов, находится также непрерывное исцеление. И когда где-нибудь находят пиритовые руды или что-нибудь другое, можно с восторгом сказать себе: это именно так, как будто правильно обращаются с человеком. Ведь там духи природы воздействуют как целители сверху из иерархий, вплоть до тех элементарных духов, о которых я рассказывал, на то, что в жизни могло бы проявиться как мешающие, делающие болезненным процессы. Тогда это уже ничто иное, чем считывание. Потому что, если видно, что происходит там, снаружи, если обращаются к тому или иному веществу, как к целебному средству или перерабатывают его как целебное средство, тогда просто спрашивают себя: где появляется железо? Где появляется тот или иной металл в жилах? - Тогда изучают окрестности и всегда находят, если там или здесь появляется что-то металлическое в той или иной переработке природы: там, внутри, происходит процесс исцеления; просто возьми его, продолжи его внутрь, в человеческий организм, тогда ты создашь терапию, которую природа показала тебе вовне.

Да, любое хождение в мир есть в действитель-

ности настоящее изучение питающего, исцеляющего, духовного; потому что в природе постоянно что-то заболевает и постоянно исцеляется. Там, снаружи находятся они, великие космические процессы исцеления. Мы должны лишь применить их к человеку. Это чудесное взаимодействие макрокосмоса с микрокосмосом. И действительно, это глубокая истина, то, что я сказал некоторым из вас в той или иной форме:

Если ты хочешь познать себя,
Посмотри на мир, во все стороны.
А если ты хочешь познать мир,
То загляни в глубины самого себя.

Это вы можете применить ко всему: если ты хочешь исцелить человека, посмотри в мир, во все стороны, посмотри, как мир развивает исцеление во все стороны. Если ты хочешь познать тайны мира как процессы болезней и исцеления, то посмотри во все глубины человеческой природы. - Вы можете применять это ко всему, что является сущностью человека. Однако вы должны направить взгляд вовне, на великую природу, и видеть человека в живой взаимосвязи с этой великой природой.

Сегодня привыкли делать по-другому. Уходят прочь от природы, как можно дальше; делают что-то, что закрывает даже взгляд на природу, потому что то, что хотят исследовать, кладут под стекло на маленький столик; глаз смотрит не вовне, на природу, а смотрит сюда. Даже взгляд отделен от природы. Это называется мик-

роскоп. В некотором отношении его можно было бы с таким же успехом назвать нулескопом, потому что человек отгораживается от великой природы. И не осознают, когда вот это, внизу, увеличили, что в действительности для духовного познания имеют то же, что произошло бы, если бы процесс происходил в природе. Подумайте только, если вы увеличиваете там крошечную частичку человека, чтобы можно было ее наблюдать, то вы с этой крошечной частицей человека сделали то же, что произвели бы с человеком, если бы вы его растягивали и разрывали бы до такой степени! Тогда вы были бы гораздо ужаснее, чем Прокруст, если бы вы так растягивали и разрывали человека, чтобы он был увеличен, как увеличена вот эта крошечная частичка внизу, под трубой. Но полагаете ли вы, что тогда у вас был бы еще человек? Конечно, не может быть и речи о том, что у вас тогда был бы еще человек. Так же мало у вас истины там, под микроскопом. Увеличенная правда, - это больше не правда, это мнимая правда. Нельзя уходить от природы, да еще закрывать себе глаза. Конечно, все это может быть полезным и для других вещей, но для того, что действительно является познанием человека, это вначале представляет собой нечто, что уводит чрезвычайно далеко от этого истинного познания человека.

Истинное познание человека необходимо искать так, как мы обрисовали. Оно должно вести от процессов питания через процессы исцеления к процессам педагогики человека и мира в са-

мом широком смысле, мы можем сказать: от питания через исцеление к цивилизации и культуре. Ведь это все как нижняя основа физических процессов, которые сконцентрированы в человеке в питании; процессов исцеления, которые исходят из того, что всегда циркулирует, что в человеке сконцентрировано в ритмических процессах; и того, что приходит сверху, что сконцентрировано в человеке посредством нервно-чувственных процессов. Так, трехступенчато, строится мир.

Это я хотел дать вам сначала как некую основу. Далее мы будем основываться на этом. Мы посмотрим, как мы действительно сможем подняться от таких исходных точек в нечто, что, так сказать, представляет собой использование этого в практической жизни, и что можно развивать дальше, к тому, что является познанием иерархий.

Одухотворение субстанции

Из вышеизложенного вы, очевидно, смогли понять, что связи мирового окружения человека с самим этим человеком отличаются от того, как их часто представляют в соответствии с сегодняшними понятиями. Думают так: то, что живет в человеческом окружении, что принадлежит к минеральному, растительному, животному царству и затем принимается человеком, это определенным образом продолжает те процессы, те внешние вещественные процессы, которые исследуют физик, химик и так далее, в самом человеке. Однако об этом вовсе не может быть речи, нужно уяснить себе, что внутри человеческих процессов все происходит по-другому, нежели снаружи, что внутри них, что внутри этих человеческих процессов существует совершенно другой мир, нежели снаружи. До тех пор, пока это не будет обнаружено, будут снова и снова думать о том, как то или другое, что исследуют в реторте или каким-то другим образом, продолжается в человеческом организме, и будут рассматривать сам человеческий организм лишь как сложную совокупность процессов, происходящих в реторте.

Однако вспомните только то, что я уже рассказывал при вчерашнем рассмотрении: все ми-

неральное должно быть преобразовано в человеке до теплового эфира. Это значит: все, что проникает в человеческий организм из минерального, должно подвергнуться таким метаморфозам, таким преобразованиям, что оно по крайней мере в течение некоторого времени будет чистым теплом, и именно единым с тем теплом, которое человек развивает как собственное тепло за пределы тепла своего окружения. Вводим ли мы в свой организм соль или что-то другое, это должно каким-то образом принять форму теплового эфира, и причем принять ее прежде, чем оно будет использовано в самом человеческом организме для его построения, для его формирования.

Следовательно, если мы имеем какой-нибудь минерал вне человеческого организма и представим, что этот минерал просто поступает внутрь и образует какую-нибудь часть его кости, его зубов и так далее, то это чистейшая бессмыслица, потому что то, что снова проявляется здесь в формировании человека, должно сначала перейти в совершенно летучую форму теплового эфира и затем снова преобразоваться в то, в чем оно затем выступает в живом формировании в человеческом организме.

Однако с этим связано и еще нечто совершенно иное; с этим связано то, что, например нечто, что имеет твердую форму, что уже во рту превращается в водянистое, потом снова превращается вплоть до теплового эфира, что это постепенно в человеке, переходя вначале в водянистую форму,

утрачивает тяжесть, становясь чуждым Земле; и пока не поднимется в форму теплового эфира, оно полностью готово, чтобы воспринять в себя духовное, что приходит сверху, из мировых далей.

Следовательно, если вы хотите представить себе, как минеральное используется в человеке, тогда вы должны сказать себе следующее (рису-ет): это минеральное; это минеральное поступает в человека. В человеке оно через жидкое и так далее превращается в тепловой эфир; здесь - тепловой эфир. Этот тепловой эфир имеет максимальную склонность к тому, чтобы воспринимать те силы, которые излучаются из мировых далей. Итак, он воспринимает силы Космоса. И эти силы Космоса формируются как духовные силы, которые здесь одухотворяют превращенную в тепловой эфир земную материю. И лишь отсюда, при помощи земной субстанции, превращенной в тепловой эфир, в тело проникает то, что необходимо телу для его формирования.

Итак, представьте себе, - если мы обозначаем в прежнем смысле тепло как огонь, то мы можем сказать: то, что человек употребляет как минеральное, это в человеке поднимается до огненной природы. Огненная природа склонна воспринимать влияния высших иерархий, и лишь этот огонь течет затем снова во все внутренние регионы человека, и, заново отверждаясь, формирует там то, что в человеке представляет вещественную основу отдельных органов. Ничто из того, что употребляет человек, не остается таким, каким оно является; ничто не остается земным.

Все преобразуется, а именно, из минерального царства, настолько, что оно может воспринимать в себя духовно-космическое, и с помощью духовно-космического снова отверждается до земного.

Итак, если вы возьмете из кости какой-нибудь кусок фосфорнокислой извести, то это не будет той фосфорнокислой известью, которую вы найдете в природе, или которую вы, скажем, получаете в лаборатории, но это фосфорнокислая известь, которая возникла из того, что принято извне, при помощи сил, которые затем, когда принятое извне перешло в состояние теплового эфира, внедрились и вмешались в формирование человека.

Видите, поэтому человеку в течение жизни необходимы различные вещества, чтобы, в зависимости от того, как он соответственно возрасту организован, иметь возможность превращать неживое в тепло-эфирное. Ребенок вообще не смог бы преобразовывать неживое в тепло-эфирное, у него еще нет достаточного количества сил в организме. Он должен употреблять молоко, стоящее еще так близко к человеческой организации, чтобы привести его к тепло-эфирному и иметь возможность использовать свои силы для того, чтобы выполнять действительно широкое пластицирование, которое необходимо в детском возрасте в отношении формирования тела. Сначала смотрят внутрь, в человеческую природу, если знают, что все, что воспринимается извне, должно быть основательно переработано. Поэтому, если вы

возьмете внешнее вещество и захотите провести его в отношении его ценности для жизни человека, тогда вы при помощи обычной химии сначала вообще не сможете сделать это, потому что вам нужно знать, сколько сил человеческий организм должен затратить, чтобы довести внешнее минеральное вещество до летучести теплового эфира. Если он не может сделать это, тогда это внешнее минеральное вещество откладывается в нем, становится тяжелым земным веществом, прежде чем оно перешло в тепло, и пронизывает ткани человека, как неорганическое вещество, оставшееся чуждым человеческому организму.

Видите, такое, к примеру, может произойти, если человек не в состоянии довести то, что в минерализованном виде, - первоначально оно органическое, -но проявляется в нем в минерализованном виде, как сахар, вплоть до летучести теплового эфира. Тогда оно откладывается в организме до того состояния, до которого оно должно прийти, когда весь организм должен участвовать во всем том, что находится в нем, и возникает опасный сахарный диабет,⁴⁴ *diabetes melitus*. Следовательно, рассматривая вещество, нужно обращать внимание на то, насколько человеческий организм может быть способен доводить неживое, которое вещество либо уже образует, когда мы, например, едим поваренную соль, или которым оно становится, как в случае сахара, - до тепловой материи, где организм, который корнями укреплен на земле, находит свою связь с духовным Космосом.

Каждое такое отложение в человеке, которое затем остается не переработанным, как то, которое наступает при диабете, означает, что человек не находит в себе для имеющихся в нем веществ соединения с духовным Космосом. Это только, хотелось бы сказать, отдельное применение общего положения, что то, что извне подступает к человеку, должно быть внутри человека полностью проработано. И нужно, если хотят заботиться о здоровье человека, прежде всего заботиться о том, чтобы в человека не попадало ничто, что остается таким, каково оно есть, что не может быть переработано человеческим организмом, вплоть до мельчайшего атома. Это относится не только к веществам, это относится, например, также к силам.

Внешнее тепло, тепло, которое мы чувствуем, когда мы прикасаемся к вещам, внешнее тепло, которым обладает воздух, если оно воспринимается человеческим организмом, оно должно быть переработано так, чтобы действительно само тепло в человеке, если позволено так выразиться, было бы на другом уровне, нежели снаружи. Если я обозначу уровень тепла, которым обладает внешнее тепло, так (рисует), то оно должно, когда оно воспринимается нами, внутри нас быть преобразовано, так чтобы повсюду в то, внутри чего нас нет, то есть в воспринятое нами внешнее тепло вторгся организм. В каждое мельчайшее количество тепла должен вмешаться организм.

Теперь представьте, что я иду сквозь холод, и, поскольку холод слишком силен или поскольку

холод колыхнется в подвижном воздухе или в сквозняке, я не в состоянии преобразовывать тепло мира в свое собственное тепло так быстро, как это было бы необходимо. При этом я подвергаюсь опасности, что тепло мира разогреет меня, как кусок древесины или даже как камень, которые согреваются извне. Этого не должно быть. Я не должен подвергаться опасности, чтобы допустить перетекания внешнего тепла, как предмета, в меня. Я должен в каждый момент быть в состоянии тотчас же принимать тепло со своей кожи и превращать в свое собственное. Если я не в состоянии сделать это, наступает простуда.

Это внутренний процесс простуды. Простуда - это отравление внешним теплом, которым организм не овладел.

Вы видите, все то, что находится снаружи в мире, для человека является ядом, настоящим ядом, и становится чем-то пригодным для человека лишь благодаря тому, что человек при помощи своих собственных сил овладевает им. Потому что только от человека человеческим образом восходят тогда силы к высшим иерархиям, в то время, как снаружи они остаются у элементарных существ, у элементарных духов. У человека должно произойти это чудесное превращение, чтобы элементарные духи в человеческой организации смогли бы передать свою работу высшим иерархиям. Для минерального это может произойти только тогда, когда минеральное совершенно преобразуется в тепло-эфирное.

Рассмотрим растительный мир. Этот расти-

тельный мир в действительности имеет нечто в высшей степени завораживающее для человека, когда он начинает глазами духа рассматривать растительный покров Земли. Мы идем на луг или куда-нибудь в лес. Мы можем выкопать растение вместе с корнем. Если мы посмотрим на то, что выкопали, глазами духа, тогда мы имеем, собственно, чудесную волшебную взаимосвязь. Корень оказывается чем-то, о чем можно сказать: он полностью пленен земным. Ах, корень растения, чем более жестоким он предстает перед нами, он, собственно, нечто ужасно земное. Ведь корень растения всегда напоминает нам, в особенности, скажем, корень репы, сытого банкира. Да, это так, корень растения такой ужасно дородный, он так доволен собой. Он воспринял в себя соли Земли и чувствует себя так приятно в этом чувстве, что всосал в себя Землю. Среди всего земного, собственно говоря, нет ничего более довольного, чем такой корень репы, он является представителем корневого.

Посмотрим теперь на цветок. Мы же не сможем иначе, когда мы стоим перед ним со взором Духа, как воспринимать его, как нашу собственную душу, когда та питает самые нежные чувства. Только посмотрите на настоящий весенний цветок, в принципе он - дыхание желания, он - воплощение тайного страстного желания. И над миром цветов, который окружает нас, если мы имеем достаточно нежного душевного чувства, разливается нечто чудесное.

Мы видим весной фиалку или белоцветник

или ландыш, или какое-нибудь растение с желтыми цветочками, и нас трогает это так, как если бы все эти цветущие весной растения хотели сказать нам: ах, человек, как чисто и невинно ты можешь направлять свои желания к духовному. - Духовная природа желания, я сказал бы, окруженная благочестием природа желания исходит и брызжет из каждого весеннего цветка.

И когда затем приходят более поздние цветы, возьмем сразу же экстремальное, возьмем безвременник осенний, - да, можно ли рассматривать душевным чувством безвременник, не чувствуя, скажем, легкого чувства стыда? Разве он не напоминает нам о том, что наши желания могут стать нечистыми, что наши желания могут быть пронизаны самой разной нечистотой? Хочется сказать, что безвременники со всех сторон обращаются к нам, как если бы они хотели постоянно нашептывать нам: посмотри на твой мир желаний, о, человек, как легко ты можешь превратиться в грешника.

И таким образом, собственно, растительный мир является внешним природным зеркалом человеческой совести. Нельзя придумать ничего более поэтичного, чем представлять себе этот голос совести, выходящий внутри как бы из одной точки, разделенным на самые разнообразные формы цветов растений, которые во все времена года так обращаются к нашей душе, самым разнообразным образом обращаются к душе. Растительный мир - это широкое зеркало совести, если только мы умеем смотреть на растительный мир правильно.

Если мы будем иметь это в виду, тогда для нас станет особенно важно смотреть на цветок растения, сравнивать, как, собственно, цветок является стремлением к световым просторам Космоса, как цветок буквально растет вверх, чтобы передать желания Земли световым просторам Космоса, и как с другой стороны дородный корень приковывает растение к Земле, как корень есть то, что постоянно отрывает растение от его небесных желаний и хочет преобразовать его в земное дородство.

И мы учимся понимать, почему это так, когда мы в истории эволюции Земли сталкиваемся с тем, что то, что имеется в корне растения, всегда заложено в то время, когда Луна еще была около Земли.

В то время, когда Луна еще была около Земли, силы, закрепленные в Луне, действовали внутри тела Земли так сильно, что они позволяли растению превращаться почти в один лишь корень. Когда Луна была еще рядом с Землей, и Земля имела еще совсем другую субстанцию, тогда мощно вниз распространилось корневое. И это можно представить таким образом, сказав: вниз мощно распространилось корневое растительное, и вверх растения лишь выглядывали в Космос. (Рисует). Я хочу сказать, как тонкие волоски растения распространяли свои побеги по направлению к Космосу. Так что возникает чувство: в то время, когда Луна еще находится у Земли, эта Луна приковывает, эти силы Луны, которые находятся в самом теле Земли, приковывают рас-

тительное к земному. И то, что к тому же внедрилось в растительное, это продолжает оставаться в зародыше в корневом.

Однако с тех пор, когда Луна покинула Землю, тогда развилось желание в бывших ранее лишь маленькими, крошечными, побегах, которые выглядывали в направлении Космоса, тогда раскрылось стремление к просторам, к световым просторам Космоса, и возникло цветочное. Так что определенным образом выходение Луны для растительного царства было неким освобождением, истинным освобождением.

Однако при этом мы должны также учитывать, как все, что является земным, родилось в духовном. В эпоху старого Сатурна, - возьмите только описание, которое я дал в моем «Тайноведении»⁴⁵ - Земля была совершенно духовной, жила только в теплоэфирном элементе, была совершенно духовной. И лишь из духовного образовалось земное.

А теперь посмотрим на растение. Она несет в своем облике живое напоминание об эволюции. Оно несет в своем корневом становление земного, становление физически-вещественного. Если мы посмотрим на корень растения, то найдем далее: он говорит нам, что он стал возможен только благодаря тому, что из духовного развилось земное вещественное. И едва Земля освобождается от лунного, там растение снова стремится назад, к световым просторам.

И если человек ест растительное в качестве пищи, тогда растению дают возможность правиль-

но продолжить то, что уже началось снаружи, в природе, устремиться не только к световым просторам Космоса, но и к духовным просторам Космоса. Поэтому происходит, что мы, как я сказал вчера,⁴⁶ должны довести растительное до воздухоподобного, до газового, чтобы растительное могло последовать за своим стремлением к просторам света и Духа

Я иду на луг. Я вижу по цветку, по цветку растения, как он стремится к свету. Человек съедает растение. У него внутри совершенно другой мир, нежели снаружи, вокруг него. Он может внутри себя привести к осуществлению то, что выражает растение снаружи в цветке. Мы видим разлитый в природе мир стремлений растений. Мы едим растения. Мы движем это стремление по направлению к духовному миру. Мы должны для этого поднять растения в воздушное царство, чтобы они в более легком воздушном царстве имели возможность стремиться навстречу духовному.

Тогда растение проделывает удивительный процесс. Там происходит, когда человек ест растительное, следующее: если здесь у нас схематично представлено корневое (рисует), тогда то, что стремится через лист к цветку, тогда при этом превращении растительного в воздухоподобное мы должны прожить внутри совершенное переворачивание растения. Корень, который именно благодаря тому, что он живет в земле, прикован к земле, он стремится вверх, он стремится наиболее сильно вверх, к духовному, и оставляет поза-

ди себя стремление цветка. Это действительно так, как если бы вы представили себе растительное развивающимся вниз, и вы могли бы просунуть нижнее внутри, так что нижнее окажется сверху, а верхнее внизу. То, что развилось уже до цветка, это, так сказать, насладилось в материальном стремлении светом, довело материю вверх, до света. Из-за этого, в наказание, оно должно пострадать тем, что оно должно теперь оставаться внизу. Корень был рабом земного; однако, это вы видите уже из учения Гете о метаморфозе растений, он несет в себе одновременно всю природу растения. Он стремится вверх.

Да, если человек является упорным грешником, тогда он останется им. Корень растения, который, пока он прикован к земле, производит на кого-то впечатление сытого банкира, сразу же, когда человек съедает его, преобразуется и стремится вверх, в то время, как то, что привело материю в свет, цветок, должно оставаться внизу. Так что мы в том, что в растении является корневым, имеем нечто, что, когда его употребляют в пищу, собственно через собственную сущность стремится к голове человека, в то время, как то, что лежит по направлению к цветку, остается в нижних областях; это в общем обмене веществ не поднимается к образованию головы.

И так мы имеем удивительный, чудесный спектакль, что, когда человек ест растительное, - ему, конечно, не нужно есть все растение целиком, потому что каждая часть растения содержит все растение; как говорилось, вы смотрите

здесь на учение Гете о метаморфозе, - когда человек ест растение, оно превращается в нем в воздух, в воздух, который шагает сверху вниз в растительной форме, который сверху вниз определенным образом цветет.

Во времена, когда такие вещи знали благодаря древнему инстинктивному ясновидению, растения по их внешнему виду рассматривали на тот предмет, таковы ли они, чтобы они могли быть чем-то для головы человека, показали ли они сильно уже в корне, что они стремятся к духовному. Тогда то, что мы едим в них, в определенной степени достигнет головы человека при полном переваривании, и проникнет в голову, чтобы там стремиться к духовному Космосу и обрести с ним необходимую связь.

У растений, в которых сильная пронизанность астральным уже налицо, как, например, у бобовых, тогда даже плод останется в нижних сферах, не захочет подниматься до головы, но сделает из-за этого сон тяжелым, и тем самым сделает тяжелой голову, человек обнаружит это, когда проснется. Пифагорейцы хотели оставаться чистыми мыслителями, не прибегать к помощи пищеварения для головной функции; поэтому они запрещали бобы.

Видите, таким образом можно из того, что есть здесь в природе, предполагать отношение к человеческому и к тому, что происходит в человеке. Мы же вовсе не знаем, когда имеется духовная наука инициации, как материалистическая наука справляется с человеческим пищеварением,

- конечно, в пищеварении коров все обстоит по-другому, об этом мы еще будем говорить, - тем, что она полагает, что растительное просто усваивается. Однако оно не просто усваивается, оно полностью одухотворяется. Оно в самом себе формируется так, что самое нижнее становится самым верхним, а самое верхнее оборачивается нижним. Нельзя представить себе больший поворот. И человек сразу же заболевает, если он ест даже крошечное количество растения, у которого самое нижнее не превратилось в самый верх, а самое верхнее - в самый низ.

Из этого вы видите, что человек не несет в себе ничего, что не делает дух, потому что то, что человек употребляет вещественно, этому он должен сначала придать форму, так, чтобы дух мог оказать на это свое влияние.

И если мы обратимся к животному, тогда нам нужно понимать, что само животное вначале имеет пищеварение, и что животное сначала употребляет растительное. Посмотрите на травоядных. Животное употребляет растительное. Это, опять-таки, очень сложный процесс, потому что, когда животное употребляет растительное, животное не может противопоставить растительному человеческий образ. Поэтому в животном растительное не может обратиться снизу вверх и сверху вниз. У животного позвоночник параллелен поверхности Земли. Благодаря этому то, что там хочет произойти в пищеварении, приводится в животном совершенно в беспорядок. (Рисует). Там нижнее хочет наверх, и верхнее хочет

вниз, и это застаивается, застаивается само в себе, так что животное пищеварение существенно другое, чем человеческое пищеварение. В животном пищеварении застаивается то, что живет в растении. И следствием этого является, что у животного растительной сущности дается обещание: ты можешь удовлетворить свое стремление к мировым просторам, - но обещание не выполняется. Растение снова выбрасывается на землю.

А из-за того, что в организме животного растение отбрасывается назад к Земле, в растение тотчас же, вместо того, как у нас, у людей, когда происходит поворот, сверху проникают духи мира со своими силами, у животного проникают определенные элементарные духи. И эти элементарные духи, - это духи страха, носители страха. Так что для духовного рассмотрения есть возможность проследить удивительное: само животное поедает пищу, поедает ее с внутренним комфортом; и пока в то время, когда поток пищи идет в одну сторону, поток страха от элементарных духов страха идет в другую сторону. Постоянно в направлении пищеварения через пищеварительный канал животного течет удовольствие от принятия пищи, а в противоположном пищеварению направлении течет ужасный поток элементарных духов страха.

Это также то, что оставляют животные, когда они умирают. И в то время, как животные, которые, следовательно, не принадлежат тем порядкам, которые я уже описал другим образом, но также такие, которые, например, принадлежат к

четвероногим млекопитающим, когда эти животные умирают, умирает всегда, - можно, собственно, сказать, живет на их умирании, - существо, которое полностью составлено из боязливости. С животным умирает страх, это значит, страх оживает. У хищников дело обстоит так, что они поедают этот страх уже вместе с пищей. Хищник, который разрывает свою добычу, с удовольствием поедает мясо. И навстречу этому удовольствию от поедания мяса течет страх, ужас, который травоядное животное отдает лишь во время смерти, и который хищники источают уже во время жизни. Поэтому такие животные, как львы, тигры пронизаны в своем астральном теле страхом, который они сначала, при жизни, не чувствуют, но который эти животные после смерти, именно поскольку он движется навстречу удовольствию, изгоняют; так что плотоядные животные даже имеют последующую жизнь в групповой душе, последующую жизнь, которая представляет собой намного более ужасную Камалоку,⁴⁷ чем ее когда-либо могут пережить люди, просто потому, что у хищников природа такова, какова она есть.

Конечно, при этих вещах вы должны представлять себе, что это ведь переживается в другом сознании. Следовательно, если вы снова сразу же станете материалистичными и начнете думать, что приходится переживать хищнику, став на его место, и теперь подумаете: какой должна быть такая Камалока для меня? И тогда начнете оценивать хищника по тому, какой могла бы быть

такая Камалока для вас, тогда вы, конечно, материалистичны, собственно говоря, анималистичны; тогда вы ставите себя в животную природу. Конечно, нужно понимать эти вещи, если хотите понимать мир, но нельзя, так сказать, ставить себя в эти вещи, как материалист для всего мира помещает себя в неживую материю.

Видите ли, здесь начинается глава, о которой я говорю не иначе, как душевно, потому что антропософия никогда не должна выступать как агитатор, ни за одно, ни за другое, но просто представлять истинное положение дел. Какие человек делает выводы, это его дело, потому что антропософия не дает никаких предписаний, а высказывает истины. Поэтому я никогда не составляю для фанатиков определенных приказаний, которые следуют из того, что животное формирует из растительной пищи. Следовательно, с этой точки зрения я не буду в приказном тоне говорить о вегетарианстве, употреблении мяса и тому подобном, потому что эти вещи следует полностью отнести к сфере собственного размышления. Я упоминаю об этом, чтобы не возникло мнение, что антропософия означает выступать за тот или иной способ питания и тому подобное, в то время, как она в действительности лишь делает каждый вид питания понятным.

Что я хотел сейчас показать, это, что мы должны довести минеральное до теплового эфира, чтобы оно могло воспринимать духовное; тогда из минерального, после восприятия духовного, строится человек. Когда человек еще совсем юн,

говорил я, у него еще нет силы, чтобы довести совсем минеральное до эфирного. Оно для него предварительно обрабатывается, и ему приходится поглощать молоко, в котором уже произошло преобразование, благодаря чему то, что должно быть преобразовано в теплое эфирное, может быть преобразовано легче, так что у ребенка поглощенное молоко со своими силами быстро изливается к голове, и от головы может развивать формообразующие импульсы, которые необходимы для ребенка. Потому что вся организация ребенка исходит от головы.

Если человек хочет сохранить эти формообразующие силы в более позднем возрасте, то он будет поступать неправильно, если будет пытаться сделать это посредством употребления молока; потому что того, что у ребенка идет к голове и благодаря силам головы, имеющимся до смены зубов, в состоянии излучаться во все тело, позднее, у пожилого человека, уже нет. Тогда весь остальной организм должен излучать формирующие силы. И эти формирующие силы можно совершенно особым образом стимулировать в их импульсивности за счет того, что берут что-нибудь такое, что действует иначе, нежели голова.

Посмотрите, голова кругом закрыта. В этой голове есть детские импульсы для формирования тела. В остальном теле, здесь кости у нас внутри, формирующие импульсы находятся снаружи. (Рисует). Тогда то, что является формирующими импульсами, должно возбуждаться из-

вне. Когда мы вносим в голову молоко, тогда эти формирующие силы возбуждаются, пока мы дети. Когда мы уже не дети, их здесь больше нет. Что же нам нужно тогда делать, чтобы мы могли больше возбуждать эти формирующие силы извне?

Видите, было бы, очевидно, хорошо, если бы мы были в состоянии иметь то, что здесь делает голова, благодаря тому, что она закрыта черепной коробкой, что она делает совершенно внутри, если бы мы могли иметь это во внешней жизни; если бы где-нибудь извне делалось то, что голова здесь делает внутри. Силы, которые находятся здесь внутри, они хороши для употребления молока, когда молоко здесь находится внутри в своем эфирном преобразовании, тогда оно дает хорошую основу для этого развития сил головы. Нам нужно было бы иметь, например, что-то, как молоко, что, однако, производится не внутри человека, а вне.

Видите, в природе есть нечто, что является головой без черепной коробки, где извне действуют те же самые силы, которые действуют в голове внутри, где они нуждаются в молоке, где даже снова производят молоко; потому что ребенок должен сначала перевести молоко в состояние теплого эфира и затем снова произвести его.

Ну-с, голова, которая открыта со всех сторон, это *пчелиный улей*. То, чем занимаются пчелы, это, собственно, то же самое, только во внешнем мире, - мы даем им, самое большее, улей в качестве поддержки, - то, что делает голова внутри; только оно не закрыто, а вызывается извне. И

тогда внутри в пчелином улье мы имеем под уже внешним духовным влиянием то же самое, что мы имеем здесь, в голове, под духовным влиянием. Мы имеем тут мед, внутри в пчелином улье, и если мы берем мед и едим его, будучи пожилым человеком, тогда он дает нам для того, что сейчас должно давать формирующие силы больше извне, ту же силу и мощь, которую дает нам молоко для головы в детском возрасте.

Итак, пока мы дети, мы от головы стимулируем пластические силы употреблением молока; если в более позднем возрасте нам нужны еще пластицирующие силы, тогда мы должны есть мед, и нам не нужно есть его в больших количествах, потому что важно лишь получить его силы.

Итак, у внешней природы можно подсмотреть, как нужно подводить стимулирующие импульсы человеческой жизни, если полностью понимают эту внешнюю природу. И если бы хотелось придумать страну, где есть красивые дети и красивые старые люди, что это за страна должна бы быть? Это должна быть страна, где текут молоко и мед! Следовательно, вы видите, древнее инстинктивное видение вполне справедливо говорило о таких странах, о которых мечтали люди: это такие страны, «где текут молоко и мед».

Иногда простые слова содержат чрезвычайно глубокую мудрость, и, собственно, нет более прекрасных переживаний, как, сначала со всевозможными усилиями исследовать истину, а затем найти где-нибудь древнее святое изречение, которое пропитано глубокой мудростью, как то,

что говорит о стране, где текут молоко и мед. Потому что это действительно редкая страна: там только красивые дети и только красивые старики.

Вы видите, понимание человека предполагает понимание природы. Понимание природы дает основу для понимания человека. И там всегда самое нижнее вещественное ведет к самому высокому духовному: царства природы, минеральное, животное и растительное на одном, нижнем полюсе, иерархии - на другом, верхнем полюсе.

Влияние алкоголя на человека

Доктор Штайнер: Может быть, у кого-то есть вопрос?

(Вопрос относительно воздействия алкоголя, его вредных воздействий и так далее).

Вы имеете в виду, насколько алкоголь вообще вреден для здоровья?

Ну, не правда ли, с алкоголем дело обстоит так, что вы видите его первое действие совершенно очевидно, благодаря тому, что он воздействует именно на то самое в человеке, что мы сейчас как раз описывали: на его душевное состояние. Первое - это то, что человек под действием алкоголя приходит в некое духовное замешательство, которое действует так сильно, что изо всех вещей человек подвержен тогда страстям, которые обычно в нем слабы и могут легче подавляться разумом, так что когда он не пьет, кажется более разумным, нежели когда выпил. Алкоголь сначала действует разжигающим образом на кровь, и наступает повышенная циркуляция крови. Это первое; благодаря этому возбуждается жизнь страстей. Он, например, легче гневается, в то время, как обычно он может легче подавить гнев. Итак, вы видите, первое воздействие алкоголя - на его разум и душевную жизнь вообще.

Если алкоголь остается некоторое время в организме, он вызывает явление, которое вы очень хорошо знаете, и которое называют похмельем. Именно из-за возникновения похмелья вы видите, что алкоголь сначала действует так, что весь организм противится этому. Что означает это, что у человека похмелье? Это означает ничто иное, что вечером человек был пьян, - похмелье наступает, как правило, утром, после того, как человек был пьян вечером, - и его кровь находилась в особенно сильном движении, израсходовала много сил из-за того, что он быстро привел свое тело в движение, в то время, как иначе те же самые движения выполнялись бы намного медленнее.

Итак, заметьте очень точно этот факт. Предположите, что тело собирается совершить за двадцать четыре часа определенную деятельность. Если же теперь некто выпивает изрядное количество алкоголя, то эта деятельность будет совершена, возможно, уже за двенадцать или шесть часов. Из-за этого тело лишается внутренней деятельности. Поэтому у людей, которые привыкли время от времени понемногу выпивать, существует инстинктивное действие, что они после этого, прежде, чем наступит похмелье, плотно едят. Почему они делают это? Да, если они плотно поедят, то они либо вообще избегают похмелья, оно вообще не наступает, либо оно, по крайней мере, слабее, так что потом, на следующий день, они могут работать.

Что же происходит, когда кто-то заметно выпил и после этого, скажем, ел жареную колбасу?

Тогда он снова заставляет свое тело действовать и возмещает то, что израсходовано слишком быстрой деятельностью. Если же человек не делает этого, если он еще не довольно закоренелый пьяница, - закоренелые это делают, - если он не делает этого, и забывает поест жареной колбасы, тогда у него наступает похмелье, по той причине, что его тело больше не в состоянии внутренне осуществлять высшую деятельность. Если же деятельность осуществляется неправильно, тогда повсюду откладываются продукты отхода, а именно продукты мочевой кислоты. Они откладываются в голове, потому что ее труднее всего снабжать. И тогда человек, который ночью израсходовал свою телесную деятельность, свою внутреннюю телесную деятельность, употреблением алкоголя, на следующее утро расхаживает так, как будто его голова такова, каковы обычно его кишки: внутри скопились нечистоты. И тело тотчас же противится, потому что от него из-за употребления алкоголя потребовали слишком много деятельности.

Следовательно, человек, как я уже однажды рассказывал,⁴⁸ может, собственно говоря, вынести намного больше, - я имею в виду не в отношении алкоголя, а вообще, - намного больше, чем обычно предполагается. Потому что в течение длительного времени это может снова компенсироваться. И вы видите даже очень обманчивое, очень подозрительное средство против похмелья у некоторых людей. Когда они на следующее утро встают или возвращаются домой, с сильным по-

хмелем, - что они делают тогда? Ну, это вы уже тоже испытали: они продолжают пьянствовать на следующее утро; они превращают утренний бокал в специальное лечение, они продолжают пить.

А что это такое, когда они продолжают пить? Да, видите, у тела ночью отнята деятельность тем, что кровь была приведена в особенное волнение. Теперь эта деятельность утром отсутствует. Однако тело еще раз подбадривают продолжением выпивки, так что последние остатки деятельности, которые оно еще может иметь, тоже расходуются. Поскольку последние остатки еще удаляют самую основную грязь, похмелье до некоторой степени уходит из головы, но теперь находится в остальном теле по-настоящему. Только то, что по-настоящему находится теперь в остальном теле, люди чувствуют меньше. Так что продолжение выпивки утром ведет, собственно говоря, к тому, что похмелье неосознанно переходит в остальной организм. И только тогда, когда это происходит, тогда начинается настоящее несчастье для тела. Хуже всего тем пьяницам, которые прогоняют похмелье продолжением выпивки. Потому что тогда, если это повторяется, постепенно разрушается все тело.

Однако, именно поскольку человек может многое вынести, тело разрушить не легко. Поэтому первое, что происходит с настоящим пьяницей, это некий вид горячечного бреда, белая горячка. До разрушения еще не доходит. Если наступает *Delirium tremens*, как это называется

в медицине, тогда люди повсюду видят каких-то животных, мышей и так далее. У них появляется нечто вроде мании преследования. *Delirium tremens* связан с тем, что люди чувствуют, что их преследуют маленькие зверьки, главным образом, мыши. Существуют мышинные башни. Большинство из них получили свое название оттого, что в прежние времена в них был заперт кто-то, у кого была белая горячка, и которого там внутри преследовали мыши, которых он просто представлял себе, - возможно, там были мыши, - потому что тот, кто был внутри, видел вокруг себя повсюду тысячи и тысячи мышей, которых там не было.

Итак, вы видите, то, что действует в человеке, когда он разрушает себя алкоголем, можно очень тяжело вогнать в тело. Тело длительное время сопротивляется этой истории, которую устраивает алкоголь.

И самое интересное, что потом у людей пробуждается совесть. Скажем, они некоторое время пьянствовали, по утрам снова пили, и тогда вдруг пробуждается совесть, и они прекращают пить, они еще сохранили эту каплю энергии, и потому теперь прекращают. Что происходит тогда? Если у них раньше еще не было белой горячки, тогда она у них наступает. Это самый интересный факт, что иногда тот, кто длительное время пил, когда прекращает пить, именно тогда заболевает белой горячкой.

Это один из важнейших признаков того, что человека следует рассматривать так, что голова

действует иначе, - я приводил вам это в последних докладах в другой связи,⁴⁹ - чем остальное тело. Пока у человека от пьянства болит голова, дела у него еще идут сносно; тогда у него эта вещь еще не внутри остального тела. Если же она у него внутри и потом он отвыкает от алкоголя, тогда только остальное тело по-настоящему бунтует через голову, и тогда у него начинается белая горячка именно из-за отвыкания.

Так, можно сказать: в крови человека находится телесная противоположность важнейших душевных проявлений. Вы, вероятно, знаете, что некоторые люди страдают манией преследования оттого, что они видят разные образы, которых нет. В прежние времена, - и это было совершенно здоровое лечение, - им пускали кровь. Совсем не следует считать, что все люди были раньше такими суеверными, как предполагают сегодня. Пускать кровь - это нечто, что пришло не от суеверия. Им пускали кровь, а именно, им ставили где-нибудь пиявку, которая высасывала у них кровь. Тогда кровь становилась менее деятельной. Не у пьяниц, но в других случаях безумия кровь становилась менее активной. Тогда они чувствовали себя лучше.

Что чрезвычайно родственно всему тому, что составляет основы своеобразия душевных качеств человека, нервная система, я уже тоже объяснял вам, однако для воли человека это менее важно; это важно для разума, но для воли человека это гораздо менее важно, чем кровь.

Итак, мы видим, что алкоголь атакует глав-

ным образом кровь, из этого можно понять, что кровь, поскольку тело так сильно бунтует против того, что вытворяет алкоголь, очень защищена от этого. Кровь действительно чрезвычайно сильно защищена от нападения алкоголя. И здесь мы должны спросить себя: чем, собственно, кровь в человеке так чрезвычайно сильно защищена от нападения? Тогда мы должны еще спросить: где же возникает то, что собственно и является кровью?

Вспомните, я говорил вам: кровь состоит из красных кровяных телец, которые содержат железо, которые плавают в так называемой сывортке крови, и потом она состоит из белых кровяных телец. Я говорил вам, что важнейшими составными частями крови являются красные и белые кровяные тельца, - те кровяные тельца, которые взаимосвязаны с деятельностью селезенки, которые мы в наших исследованиях в Штутгарте назвали регуляторами, мы теперь не учтываем. Ведь в крови находится много кровяных телец; мы хотим теперь посмотреть только на красные и на белые кровяные тельца и хотим спросить себя: где же возникают эти кровяные тельца? Да, видите, эти кровяные тельца, они ведь возникают в совершенно особенном месте. Если вы представите себе здесь бедренную кость, от таза до колена, как-нибудь представите себе кость, кость руки, какую-нибудь полую кость, то вы в этой кости найдете повсюду внутри так называемый костный мозг. Здесь находится мозг, костный мозг. И видите, господа, в этом костном

мозге возникают красные и белые кровяные тельца и затем маршируют сначала в вены. Человеческое тело организовано так, что во внутренних полостях его костей образуется его кровь, - собственно говоря, самое важное в нем.

Если это так, тогда вы можете заключить: кровь в своем образовании действительно чрезвычайно сильно защищена от разрушения, потому что нужно употреблять алкоголь действительно очень долго и в очень больших количествах, если он должен еще и кости разрушить до такой степени, чтобы проникнуть в самую их глубину, в их мозг, и разрушить костный мозг, так, чтобы больше не вырабатывались красные и белые кровяные тельца. И лишь тогда для людей, употребляющих алкоголь, начинается действительно пагубная вещь, когда они зашли так далеко, что алкоголь оказал действие вплоть до костного мозга.

Теперь дело обстоит так, что хотя люди в отношении своего разума, в отношении своих душевных качеств во многом одинаковы, но в отношении крови люди очень различаются друг от друга, как мужчина и женщина. Это неосознанное различие, которое, однако, проявляется очень ясно. Ведь кровяные тельца, которые вырабатываются внутри костных полостей, оказывают на человека такое влияние, что красные кровяные тельца важнее у женщины, а белые кровяные тельца важнее у мужчины. Это очень важно: красные кровяные тельца важнее у женщины, белые важнее у мужчины.

Вот почему это так: у женщин, как вы знаете, каждые четыре недели происходит менструация, она состоит в выделении из человеческого тела того, что должно быть выделено из красных кровяных телец. У мужчин менструаций нет, и вы также знаете, что семя мужчины таково, что оно никак не свидетельствует о своем происхождении от красной крови. Оно происходит от белых кровяных телец. Они многократно изменяются, но, в конце концов, они становятся тем, что является самым важным в мужском семени. Итак, в том, что относится к размножению человека, мы должны дойти до защищенного костного мозга, если мы вообще хотим проверить, что может оказать физическое влияние на способность человека к размножению. Оказать физическое влияние на способность человека к размножению можно именно через костный мозг внутри костей.

Теперь, естественно, красные и белые кровяные тельца, когда они образовались внутри костей, поступают в кровь. Если женщина пьет алкоголь, то, конечно, особое влияние оказывается на красные кровяные тельца. Красные кровяные тельца содержат железо, они тяжеловаты, в них содержится тяжесть земли. Следовательно, если женщина пьянствует, то это приводит к тому, что в ней слишком много тяжести. Следствием этого является то, что, когда женщина пьет, ребенок, который должен сформироваться, становится слишком тяжелым, то есть не может правильно развить свои органы. Он не формируется из-

нутри, его внутренние органы не в порядке. И этим обходным путем, господа, осуществляется вредное влияние алкоголя на женщин.

У мужчины это обстоит так, что алкоголь оказывает влияние преимущественно на белые кровяные тельца. И если тогда под влиянием алкоголя или вообще под влиянием тела, которое отравлено алкоголем, происходит оплодотворение, тогда семя разрушается таким образом, что оно становится слишком непоседливым. Потому что оплодотворение происходит так, что материнским организмом выделяется это маленькое яйцо. Его можно увидеть в том состоянии, в каком оно находится, когда происходит оплодотворение, только при помощи микроскопа. Итак, выделяется яйцо, У мужчины выделяется некоторое количество таких семенных телец, у них у всех есть такая хвостовая нить. В семенной жидкости находится бесчисленное количество таких семенных телец. И эта хвостовая нить, которая у них есть, это жгутик. И благодаря этим жгутикам семенные тельца ужасно подвижны. Они выполняют сложнейшие движения и, конечно, одно должно первым добраться до женской яйцеклетки. То, которое доберется первым, принимается женской яйцеклеткой. Оно намного меньше, чем женская яйцеклетка; хотя женскую яйцеклетку можно увидеть только при помощи микроскопа, мужское семенное тельце еще намного меньше. Оно принимается. И в тот момент, когда яйцеклетка приняла его, вокруг яйцеклетки тотчас же образуется пленка, и все те, кто опоз-

дал, отталкиваются этой пленкой. Попасть внутрь может только одно. Потому что сразу же, когда одно оказалось внутри, вокруг яйцеклетки образуется пленка, и другим приходится удалиться.

Итак, вы видите, что это устроено чрезвычайно умно. Эти семенные тельца чрезвычайно подвижны по своей природе. Однако алкоголь делает их еще намного подвижнее. Так что оплодотворение происходит под влиянием мужского семенного существа, которое чрезвычайно подвижно. И следствием этого является то, что оплодотворение у человека оказывает особенное воздействие на его нервную систему и систему чувств, когда мужчина пьянствует. Так что, когда пьет женщина, под воздействием тяжести разрушаются внутренние органы, а когда пьет мужчина, разрушается нервная система ребенка. Разрушается вся деятельность, которая должна быть нормальной, когда ребенок растет.

Следовательно, можно сказать: через женщину, если она пьет, в человеке разрушается земное, а через мужчину, если он пьет, разрушается подвижное, воздушное, что вращается вокруг Земли, и что человек носит и в себе. Следовательно, так с двух разных сторон разрушается плод, когда пьют оба. Конечно, это уже не нормальное оплодотворение, то есть, оплодотворение вполне возможно, но в действительности нормальный рост плода невозможен. Потому что, с одной стороны, яйцеклетка хочет проявить свою тяжесть, а, с другой стороны, все внутри нее находится в беспоконном движении, и одно противоречит дру-

гому. Мужское противоречит женскому при таком оплодотворении, когда оба пьют. Так что тому, кто понимает всю взаимосвязь, ясно, что у запойных пьяниц в плод проникают действительно чрезвычайно повреждения. Однако люди не верят в это, потому что влияние пьянства мужчин и женщин еще относительно не так очевидно. Однако это только потому, что кровь так защищена, даже вырабатывается лишь в костном мозгу, следовательно, людям еще очень много нужно сделать, если они хотят оказать сильное влияние на потомство. А слабое влияние, в нем люди просто не признают себе.

Не правда ли, если ребенок рождается с водянкой головного мозга, как правило, не проверяют, не произошло ли оплодотворение как раз в ночь после того, как мать была на званом вечере и пила там красное вино, в то время, как, если бы это проверили, это выяснилось бы, потому что тогда тяжесть становится слишком сильной. Тогда ребенок рождается с водянкой головного мозга. Если же ребенок рождается с тиком лицевых мышц, тогда тоже не проверяют, не был ли мужчина сильно пьян в тот вечер. Вещи, которые, я бы сказал, проявляются в малом, просто не проверяются. И поэтому люди полагают, что влияния здесь нет. Оно есть всегда. Однако совершенно вредные влияния, они происходят у запойных пьяниц. И там также имеется нечто примечательное, весьма удивительное.

Видите ли, если, например, скажем, мужчина пьет, тогда может обнаружиться, что дети стано-

вятся слабыми где-нибудь в нервной системе и, скажем, имеют предрасположенность к туберкулезу легких. То, что наследуют дети, не обязательно должно быть связано с употреблением мужчиной алкоголя. У них, например, может не быть предрасположенности к помутнению рассудка, но зато к туберкулезу легких или несварению желудка и тому подобное. Следовательно, коварство состоит именно в этом: то, что творит алкоголь, просто переходит у человека на совершенно другие части тела.

В этих вещах действительно необходимо всегда учитывать, какое большое влияние вообще имеют небольшие количества веществ на человеческое развитие. И не только это, но нужно повсюду учитывать, как эти вещества доводятся до человека. Подумайте, например, о следующем: у нас в костях есть некоторое количество фосфорнокислой извести. В нашем мозгу тоже есть фосфор, и вы знаете из предыдущих докладов, что фосфор полезен, потому что без фосфора нельзя было бы использовать мозг для мышления. Итак, в нас есть фосфор.

Я даже говорил вам однажды: фосфор благоприятен тогда, когда он употребляется вместе с пищевыми продуктами в нужном количестве, чтобы он всюду переваривался с той же быстротой, которая присутствует вообще в человеке. Если человеку вводят в желудок большое количество фосфора, и он быстро поступает туда, тогда он не полезен, тогда он вреден.

Однако следует рассмотреть еще нечто дру-

гое. Вы знаете, что раньше делали фосфорные спички; сейчас они стали более редкими. Однако, если есть возможность понаблюдать, как, например я испытал это ребенком, тогда можно пережить следующее: от нашей квартиры мне приходилось каждый день целый час идти до школы, в тринадцать, четырнадцать, пятнадцать лет, и на половине пути была спичечная фабрика. Итак, там изготавливали спички, эти фосфорные спички. Да, господа, там это переживали, что некоторые из этих рабочих, - это было в семидесятые годы прошлого века, - всегда ходили с разъеденными челюстями, что у них разъедало челюсти, и от челюстей разрушалось их тело. Начиналось это с верхней и нижней челюсти, а именно с верхней челюсти, что кости разъедало.

Кто знает, какое вредное влияние фосфор может иметь на человека, тот найдет, что такая спичечная фабрика относится к самому убийственному, что только может быть. В тех вещах, которые относятся к человеческой цивилизации, всегда необходимо также смотреть на многочисленные повреждения, которые человек может испытать из-за этого. Всегда некоторое количество этих рабочих заходили в эту спичечную фабрику с завязанными челюстями. Так дело начиналось. И потом, не так ли, это распространялось. Итак, и в верхней челюсти, естественно, внутри уже был фосфор. Но что за фосфор?

Видите ли, фосфор, который с продуктами питания поступил сначала в желудок, затем изнутри проделал весь путь к челюстям, он не вреден,

если его не поступает слишком много. Напротив, спички производились таким образом: сначала формируются длинные стерженьки, и затем отрезной машиной их превращают в маленькие палочки. Потом их зажимают в рамки, снаружи остается маленький кусочек, и тогда их окунают сначала в серную ванну, а затем в фосфорную ванну. Это рабочий держал просто в руке. На рамку всегда попадали брызги. Теперь подумайте, как часто человек, который не всегда может умыться, во время работы просто как-нибудь проводит по лицу. Конечно, это чрезвычайно незначительные количества фосфора, но они поступают, теперь не изнутри, а снаружи внутрь. И это тайна человеческой природы: то, что часто может быть чрезвычайно полезным, когда человек принимает это изнутри, и оно сначала перерабатывается телом, то может стать самым сильным ядом, если оно подходит к телу извне. Видите, изнутри человеческий организм устроен так мудро, что он снова выделяет то, что представляет собой слишком много фосфора, с мочой или с фекалиями. Он позволяет только небольшому количеству, которое необходимо, поступать в кости. Он выкидывает то, что избыточно.

Однако, чтобы снова выделить то, что приходит извне, в этом человек не заинтересован. Конечно, можно ведь помочь. Можно было бы, например, оказать большое благодеяние уже тем, - но подумайте, как мало вообще в семидесятые годы вообще думали о гуманности! - можно было бы помочь уже тем, что устроили бы горячую

ванну, в которой каждый рабочий должен был бы мыться, когда он уходит. Благодаря этому уже, конечно, можно было бы достичь чрезвычайно многого. Однако такие вещи просто не делаются.

Ну-с, я хотел этим только показать вам, как устроено человеческое тело, а оно устроено так, что из-за совсем небольших повреждений извне, даже теми же самыми веществами, которые нужны ему для своего строительства, через совсем небольшие повреждения, может возникнуть то, что приводит к тому, что здоровье человека, вообще весь организм человека подрывается.

Человек может многое выдержать. Однако с определенного момента силы оставляют организм. И у алкоголика дело обстоит так, что организм дает осечку с того момента, когда алкоголь каким-то образом препятствует, чтобы жизненная деятельность, невидимая жизненная деятельность протекала правильно.

Если человек подвергается отравлению фосфором, тогда известно, что там просто подрывается внутренняя деятельность, которая обычно перерабатывает фосфор, она подрывается извне. С алкоголем, хотелось бы сказать, очень похоже. С алкоголем дело обстоит так: если человек пьет и пьет снова и снова, так что, как говорят, употребление алкоголя становится не острым, а хроническим, тогда дело заходит так далеко, что алкоголь действует в человеке, как алкоголь.

Как же действует алкоголь? Я хотел бы напомнить, что я однажды сказал вам: то количе-

ство алкоголя, которое нужно человеку, он производит себе сам. Я говорил вам: в веществах, которые находятся в кишках, всегда вырабатывается некоторое количество алкоголя, потому что человеку нужно это небольшое количество алкоголя. Для чего это ему нужно? Ну, вам нужно только вспомнить, если вы были когда-то в каком-нибудь анатомическом кабинете и видели препараты: они находятся в алкоголе, потому что иначе они сгнили бы. Алкоголь предохраняет то, что является живым телом, от гниения. Однако так действует алкоголь, который вырабатывается в самом человеке, также в человеческом организме: он предотвращает гниение определенных веществ, которые нужны человеку. Так что человеку, его внутренней организацией, собственно, прописано, сколько алкоголя нужно ему, потому что в нем просто есть определенные вещества, которые иначе стали бы гнить, но они должны быть в теле, и их нужно консервировать.

Теперь подумайте: человек пьет слишком много алкоголя. Тогда консервируется слишком много, тогда то, что, собственно, должно выходить, консервируется и сохраняется в теле! Если человек теперь то и дело подвергает свою кровь, которая циркулирует в теле, воздействию алкоголя, тогда он консервирует эту кровь внутри тела. И каковы последствия? Последствия в том, что эта кровь забивает каналы в костях, она недостаточно подается наружу через поры и так далее. Она слишком долго остается в теле. Из-за этого костный мозг в полости кости слишком мало по-

буждается к образованию новой крови, и поэтому становится слабым. То, что возникает у так называемых хронических алкоголиков, это то, что костный мозг со временем слабеет. И тогда у женщины он не вырабатывает нормальных красных кровяных телец, а у мужчины нормальных белых кровяных телец.

Видите, в таких случаях всегда приходится говорить: не правда ли, прекрасно, когда люди придумывают социальные реформы, скажем, например, запрет на алкоголь и так далее. Конечно, это очень хорошо. Однако я имею в виду следующее: видите, даже такой ученый человек, как профессор *Бенедикт*, о котором я однажды рассказывал,⁵⁰ что он собирал черепа преступников, и что тогда венгерские преступники сказали, что они не хотят, чтобы их черепа отослали в Вену, потому что они тогда не соберутся вместе с остальными костями в день Страшного суда, - этот человек с полным правом сказал: ну да, тут многие люди выступают против алкоголя, однако намного больше людей погибло из-за воды, а не из-за алкоголя! - Конечно, это вообще тоже правильно, потому что вода, если она загрязнена, выступает в гораздо больших количествах; так что, если рассмотреть это просто статистически, можно, конечно, сказать: от воды погибло намного больше людей, чем от алкоголя.

Однако здесь учитывается нечто другое. И здесь я хотел бы сказать: в случае алкоголя дело обстоит так, как в истории, которая содержится в «*Leberecht Hühnchen*»: не знаю, известна ли она

вам. Это история об одном бедняге, который может купить себе только одно яйцо; однако у него богатая фантазия относительно этого яйца, и он придумывает, если бы это яйцо было сейчас не у торговца, а было бы правильно высижено, тогда появилась бы курица. Значит, если я съем это яйцо, то я съем, собственно, целую курицу. В своей фантазии он представляет себе: я ведь настоящий богатый парень, который может съесть курицу! - Но его фантазия этим не удовлетворилась, он продолжал размышлять. Он сказал: да, но та курица, которую я сейчас ем, могла бы снести столько и столько яиц, из которых снова могли бы вылупиться куры, и всех этих кур я ем! И, наконец, он вычислил, сколько бы это было миллионов и миллионов кур. Тогда он сказал себе: разве это не пиршество?

Видите, эта история не шутка, как в этом рассказе, а серьезная вещь, если ее, так сказать, перевести на алкоголь. Конечно, если посмотреть статистику, скажем, за период с 1870 по 1880 год, и проверить, сколько человек погибли от воды на всей земле, и сколько от алкоголя, то погибшие от воды, конечно, перевесят. В то время люди умирали от тифа и так далее намного больше, чем сегодня; ведь тиф может во многом быть связан с загрязнением воды. Да, господа, здесь можно легко высчитать, что намного больше погибает от воды.

Однако следует думать по-другому. Нужно знать, что алкоголь постепенно проходит в костный мозг и постепенно разрушает кровь. Значит,

он разрушает потомство, разрушаются семьи потомков. Итак, если человек, скажем, имеет троих детей, то эти трое детей сначала немного разрушены; однако те, которые появятся от этих троих, будут разрушены сильнее. И так на долгое время разрушают людей алкоголем. И многое, что сегодня имеется в человечестве, как слабости, имеется потому, что предки слишком много пили. Это действительно так, нужно представлять себе: вот мужчина и женщина. Мужчина пьянствует; потомство становится из-за этого слабым в теле. Теперь подумайте, что это означает уже по истечении столетия или даже после нескольких столетий! Следовательно, мало толку, если просто взять время, скажем, с 1870 по 1880 и сказать: больше людей погибли от воды, чем от алкоголя. Здесь нужно смотреть за пределы периодов времени. А это то, что люди сейчас делают неохотно, самое большее - ради шутки, как автор «Leberecht Hühnchen», которому тоже, конечно, нужно рассматривать большие периоды времени, если он хочет представить себе, как он пирует.

Итак, такие мысли, выходящие за ближайшие пределы нужно иметь, если думать об этих вещах в социальном плане. И здесь, я должен сказать, мое мнение такое: алкоголь можно запретить, но видите ли, тогда появляются удивительные явления. Вы знаете, например, что сегодня люди во многих областях земли пришли к тому, чтобы ограничить или совсем запретить продажу алкоголя; однако я обращаю ваше внимание на то, какая беда наступила в последнее время:

а именно употребление кокаина, который также используется людьми для того, чтобы одурманивать себя. И по сравнению с тем, что наделает употребление кокаина, а именно в разрушении сил размножения человека, алкоголь еще золото! Тот или иной человек, который употребляет кокаин, даже не возложит за это ответственность на него. Однако уже по внешним симптомам вы можете видеть, насколько хуже употребление кокаина, чем алкоголя. Если у кого-то из-за алкоголя наступает белая горячка, то это выражается в некоей форме мании преследования. Он повсюду видит мышей, которые его преследуют. Если же кто-то употребляет кокаин, тогда у него повсюду из тела выползают змеи! Если такой человек, который употребляет кокаин, посмотрит на себя, тогда он увидит: сначала он одурманивает себя, - это приятно, это некое наслаждение, - однако, если он употребляет кокаин продолжительное время, тогда он выглядит так (рисует): повсюду из его тела выходят змеи, и он торопится снова употребить кокаин, чтобы на некоторое время змеи исчезли. Потому что страх, который он испытывает перед змеями, намного больше, чем тот, который он испытывает пред мышами в белой горячке.

И так, пожалуй, можно запрещать разные вещи, но люди выдумают другие разные вещи, что, как правило, не умнее, а еще хуже. И здесь я считаю, что разъяснение, как действует алкоголь, так, как мы, например, представили это сегодня, действительно может сделать больше, именно объясне-

ния, которые постепенно приведут человека к тому, чтобы самому отказаться от алкоголя. Они не ограничивают человеческую свободу, но одновременно они делают то, что человек говорит себе: это же ужасно! Это разрушает меня до костей! Тогда это действует, как чувство, в то время, как законы действуют только на разум. Правильные истины, правильные познания, это именно те, которые действуют, проникая в чувства. Поэтому я убежден: к действенной социальной реформе, - ведь в других областях ситуация похожа, почти такая же, как и здесь, - мы придем только тогда, когда позаботимся о настоящем просвещении в самых широких кругах.

Однако это настоящее просвещение возможно только тогда, когда есть то, чем можно просвещать. Видите ли, если вы сегодня организуете доклад о вреде алкоголя, то вы не услышите там ничего из того, что я говорил вам в последние дни, хотя это даже не особенно трудно, потому что факты людям известны. Они только не умеют надлежащим образом думать о фактах. Факты им уже известны. Зачастую они уходят с такого доклада, который прочитал заурядный ученый, и не могут ничего особенного с этим поделать. И если они особенно добродушны, они говорят: о, Господи, мы же не подготовлены, мы же не поняли эту историю. Это ученый господин все это знает. А мы, простые люди, не можем все понять! - Но причина в том, что он сам не понимает. Если мы имеем науку, которая действительно доходит до фундаментов, до основ, тогда

это уже можно довести до понимания даже простых людей.

Если наука сегодня так мало действенна, то это именно из-за того, что она возникала, исключив действительно человеческое. Люди всегда становятся сначала приват-доцентами, потом внештатными, потом штатными профессорами. Студенты тогда говорят: штатный профессор не знает ничего внештатного, а внештатный – ничего штатного. Студенты это чувствуют, господа. Так все идет по старой дорожке. И для социальных реформ наука, собственно говоря, ничего не делает, в то время, как она могла бы действовать самым активным образом. И поэтому тому, кто честно относится к социальной жизни, приходится постоянно возвращаться к этому: соломенные, бумажные законы намного менее важны, конечно, они тоже нужны, но они намного менее важны, чем энергичное просвещение. Необходимо просвещение. Только тогда мы действительно продвинемся вперед.

Именно на примере действия алкоголя, это можно сделать понятным повсюду. Не правда ли, люди приходят и спрашивают: что лучше, не пить или пить алкоголь? Что лучше, быть вегетарианцем или есть мясо? Я вообще никогда не говорю человеку, должен ли он отказаться от алкоголя или должен он его пить, должен ли он есть растения или должен есть мясо, но я говорю человеку: алкоголь действует так и так. Я просто представляю ему, как он действует; тогда он может решить, пить или нет. И я делаю так, в

конце концов, и в отношении употребления растительной и мясной пищи. Я говорю: так действует мясо, так действуют растения. И следствием этого является то, что человек может сам принять решение.

Это то, что прежде всего нужно иметь в науке: уважение перед человеческой свободой. Так, чтобы вовсе не было чувства, что вы хотите какому-то человеку что-нибудь приказать или запретить, но вы сообщаете ему факты. Когда он знает, как действует алкоголь, тогда он сам решит, что правильно. Таким образом мы продвинемся дальше всего. Тогда мы придем к тому, что свободные люди сами смогут задавать себе направление. И к этому мы должны стремиться. Только тогда мы придем к настоящим социальным реформам.

Воздействие никотина. Растительная пища и животные продукты питания

Вопрос: спрашивают, как действует на человека употребление растительной или мясной пищи, а также употребление никотина...

Давайте попробуем рассмотреть этот вопрос. Первым импульсом было поговорить немного о влиянии никотина, то есть яда, который вводится в человеческое тело посредством курения, вообще через табак. Видите ли, здесь нужно, во-первых, понимать, в чем проявляется действие этого никотина. Действие никотина проявляется прежде всего в деятельности сердца, так что посредством никотина вызывается большая, более сильная сердечная деятельность. Но это означает, так как сердце не само является насосом, а только показывает, что происходит в теле, - сердце бьется быстрее, когда кровь быстрее циркулирует, - что никотин, собственно говоря, воздействует на циркуляцию крови и делает циркуляцию крови более оживленной. Следовательно, нужно ясно представлять себе, что посредством введения никотина в человеческое тело циркуляция крови становится более оживленной. Этим вызывается более сильная сердечная деятельность.

Теперь нужно проследить все эти процессы в человеческом организме. Вы должны вполне понимать, все, что происходит в человеческом организме, собственно говоря, строго отрегулировано. Например, нельзя себе представить ничего более важного для человеческого организма, как его пульс, у довольно взрослого человека, и позднее в старости, в минуту получают в среднем около 72 ударов пульса.

Но зато у человека, - я уже говорил вам об этом, - около 18 вдохов и выдохов. Это за минуту. Если вы умножите 18 на 4, то получите 72. Это значит, в среднем удар крови проходит через тело в четыре раза быстрее, чем удар дыхания. Конечно, это лишь средняя величина, потому что у разных людей это различно. И на этом как раз основано отличие людей друг от друга, что у них это соотношение различное. Однако в среднем это примерно как 1 к 4, то есть циркуляция крови в четыре раза сильнее, чем ритм дыхания.

Если я введу никотин в человеческий организм, то я могу ввести его туда по двум причинам: во-первых, из страсти к табаку; во-вторых же, я могу ввести его также как лечебное средство. Все то, что с одной стороны яд, с другой стороны - лечебное средство. Можно сказать, все есть яд и целебное средство одновременно. Ведь естественно, если вы, например, выпьете сразу несколько ведер воды, то это яд, в то время, как в соответствующих количествах это продукт питания, и если ее вводить в удивительно малых количе-

ствах, она может быть даже лечебным средством. Вода - вообще сильное лечебное средство благодаря различным методам, которые при этом применяют. Итак, даже об обычных веществах можно сказать: то, что является ядом, может одновременно быть лечебным средством. И поэтому нужно знать воздействие, которое такое вещество, такая субстанция оказывает и на человеческий организм.

Итак, если я ввожу табак в человеческий организм, то он сначала возбуждает циркуляцию крови. Кровь становится более оживленной, циркулирует более оживленно. Однако теперь она не стимулирует в той же самой мере дыхание. Толчки дыхания остаются теми же. Однако теперь цикл крови не совпадает с дыханием. Когда человек вводит в свое тело никотин, у него должна была бы быть другая циркуляция крови, чем у него есть.

Скажем, например, человек настроен именно на средние показатели, - этого, правда, нет, но предположим, что это было бы: у него должны быть 18 вдохов и выдохов и 72 удара пульса. Теперь из-за того, что он употребляет никотин, у него, скажем, 76 ударов пульса. Из-за этого у него нет правильного соотношения между ударами пульса и дыханием. Следствием этого является то, что, в то время, когда с каждым ударом пульса определенное количество кислорода должно соединиться с кровью, кровь получает недостаточно кислорода. Следствие отравления никотином поэтому в том, что кровь хочет принять слиш-

ком большое количество кислорода, то есть, что кровь требует слишком много кислорода. Дыхание не дает такого количества кислорода. Поэтому происходит, что возникает совсем незначительное удушье. Конечно, удушье так мало, что оно, в частности, незаметно, потому что я уже говорил вам, человеческое тело может, вообще, много выдерживать. Однако то, что вызывает употребление никотина, пусть совсем небольшое, но всегда определенное удушье. Это совсем небольшое удушье вызывает при каждом дыхании чувство страха. Каждое удушье вызывает чувство страха. Если человек боится и носит этот страх с собой, то он справляется с ним скорее, чем с этим страшно маленьким страхом, который возникает и остается неосознанным. Это именно причины болезни, что нечто вроде страха или боязни, или ужаса остается незамеченным.

Итак, у того, кто постоянно курит, постоянно присутствует причина, что он всегда, причем он этого не замечает, полностью наполнен некоторым страхом. А вы знаете, что когда вы пугаетесь, ваше сердце сильно бьется. Это приведет вас к пониманию того, что у человека, который постоянно отравляет себя никотином, сердце постоянно бьется слишком быстро. Однако, раз оно работает слишком быстро, тогда оно также утолщается, точно так же, как мой бицепс, мои плечевые мышцы утолщаются, если я постоянно напрягаю их. При определенных обстоятельствах это не так страшно, если не происходит разрывов внутренней ткани. Однако если сердечная мыш-

ца, - это тоже мышца, - становится из-за своей деятельности слишком толстой, тогда она повсюду давит на другие органы. И следствием этого, как правило, является то, что тогда по причине сердца нарушается циркуляция крови. Циркуляция крови не может быть вызвана сердцем, но сердце может нарушить ее, если кровь попадает в утолщенное сердце.

Если сердце утолщается, следствием этого будет то, что заболевают почки, потому что согласованность опять-таки деятельности сердца и почек держит в порядке всю человеческую телесную организацию. Сердце и почки всегда должны быть согласованы. Конечно, в человеке все должно быть согласовано, но сердце и почки находятся в непосредственной связи. Сразу же становится заметно, если в сердце что-то не в порядке, почки тоже не приходят по-настоящему в порядок, и тогда не происходит нормального выделения. Тогда эта неправильность входит в выделение мочи, и следствием этого является то, что человек начинает жить слишком быстро, и поэтому ужасно быстро изнашивается. И так тот, кто вводит в тело слишком много никотина, медленно погибает от этого. Он медленно погибает, собственно говоря, от разных внутренних состояний страха, которые влияют на сердце.

Состояния страха можно очень легко оценить по их воздействию на душевную деятельность. У тех людей, которые вводят в свое тело слишком много никотина, можно заметить постепенное ослабление силы их мышления. Сила мыш-

ления уменьшается из-за того, что человек, если он чего-то боится, не может больше думать, как следует. Так что у таких людей обычно отравление никотином можно распознать по тому, что обнаруживают, что их мысли не совсем в порядке. Они обычно слишком быстро дают оценку. Они доводят эту слишком быструю оценку иногда до мыслей, свойственных мании преследования. Следовательно, можно сказать, что в действительности употребление никотина, если оно фигурирует в качестве удовольствия, подрывает здоровье человека.

Однако, господа, вы должны во всех этих вещах рассматривать другую сторону. Не правда ли, то, что люди курят, это появилось только с развитием человечества. Первоначально люди не курили. Употребление табака - это нечто, что появилось лишь с течением времени. Итак, вы должны рассматривать другую сторону.

Предположим, что у человека наступило то, что я раньше описал как недостаток. У него вместо 72 ударов пульса только 68. Итак, предположите, что человек, у которого недостаточно живое кровообращение, начинает теперь курить. Здесь нужно сначала ясно представлять себе, что речь в данном случае идет о стимулировании кровообращения, - но с 68 до 72, до правильного, когда дыхание и кровообращение согласованы друг с другом. Следовательно, если кто-то придет к врачу и врач замечает, что болезнь идет от слишком слабого кровообращения, то он даже может посоветовать курить.

Видите, я говорил вам: если кровообращение слишком быстрое по отношению к дыханию, тогда имеют место страшные состояния страха, которые, однако, не осознаются. Если же у человека слишком слабое кровообращение из-за чего-то другого, тогда это выражается в том, что он ходит повсюду и хочет чего-то, сам не зная, чего. Это такое же характерное болезненное явление, существование людей, которые ходят и хотят чего-то, но не знают, чего они хотят. Подумайте только, как много есть людей, которые ходят, но так и не знают, чего они хотят! Про таких говорят, не удовлетворены жизнью. Не правда ли, это такие люди, которые входят в какую-то профессию, но она им не подходит, и так далее. Это происходит от слишком слабой циркуляции крови. И если перед вами такой человек, тогда можно сказать: это даже хорошо - дать ему немного никотина, исцелить его никотином. И поскольку курение ему приятно, ему не требуется давать никотин в качестве лекарства, а ему можно даже посоветовать курить, если раньше он не был курильщиком.

Это действительно так, что в последнее время все возрастает число людей, которые, собственно, не знают, чего они хотят. И это тоже очень легко в наше время, что люди не знают, чего они хотят, потому что за последние три, четыре века большинство людей отвыкло каким-нибудь образом заниматься духовной жизнью. Они ходят в свои бюро, занимаются тем, что им, собственно, не очень нравится, но что приносит им деньги, и отсижи-

вают свои часы в бюро, пожалуй, вполне прилежно, но у них нет настоящего интереса, кроме того, что они ходят в театр, читают газеты. Вот так далеко это постепенно зашло. Чтение книг сегодня, например, уже редкость.

Все это, однако, происходит оттого, что люди не знают, чего они хотят. Им сначала нужно прописать то, чего они хотят. И когда люди читают газеты, ходят в театр, то это, правда, возбуждает чувства и разум, но не кровь. Это именно так: когда нужно сесть и читать какую-нибудь трудную книгу, то возбуждается кровь. Когда нужно прилагать усилия, чтобы понять что-то, возбуждается кровь. Однако сегодня люди больше не хотят этого. Они не хотят напрягаться, чтобы что-то понимать. Это нечто, что людям совершенно противно. Они не хотят ничего понимать! И из-за того, что они не хотят ничего понимать, их кровь становится густой. Густая кровь движется тогда медленнее, и следствием этого является, что ей постоянно требуется средство, чтобы заставить двигаться эту кровь, которая становится все более густой. Она начинает двигаться, когда вы берете в рот сигарету, сигарету с никотином; однако она не становится более жидкой, только циркуляция крови становится все тяжелее. И следствием может тогда стать, что люди в том возрасте, в котором этого не должно быть, приобретают разные старческие явления.

Из этого видно, что человеческое тело чрезвычайно тонко в своей деятельности. Не только, когда исследуют кровь, выясняют что-то, но вы-

ясняют также нечто, когда исследуют то, как человек ведет себя, медленно или быстро он думает.

Итак, вы видите, господа: тот, кто хочет что-то знать о действии никотина, тот должен точно знать все кровообращение и дыхание.

Теперь вспомните, как я недавно подробно рассказывал вам: сама кровь вырабатывается в костном мозгу, она появляется, собственно, оттуда. Ну-с, если кровь вырабатывается в костном мозгу, и человек приводит кровь в слишком интенсивное движение, тогда костному мозгу приходится также работать быстрее, чем он должен. Следствием этого является то, что кости не успевают в своей работе, и тогда внутри костей образуются те животные, те самые маленькие животные, которые нас, собственно, в жизни пожирают. Были такие врачи, например, *Мечников*, которые полагали, что вообще эти остеофаги⁵¹, как их называют, эти крошечные ребята, являются причиной смерти человека. Если бы не было остеофагов, говорил Мечников, тогда бы мы жили вечно. Он считал, что они по-настоящему пожирают нас. Ну-с, факт тот, что, чем старше мы становимся, тем больше там остеофагов. Итак, это правда, что наши кости постепенно пожираются остеофагами. Но, с другой стороны, это именно так, как если хорошо удобряют поле: тогда на нем растет больше, чем когда его удобряют плохо. И вносить что-то, например, никотин, в тело, означает, что кости делаются для нас плохими, для нас, но для остеофагов, для этих пожирате-

лей людей, пожирателей костей, они делаются хорошими. То, что для нас, людей, плохо, для этих маленьких животных самое хорошее, что можно сделать.

Вот так обстоят в мире дела. Если кто-то хочет думать, так сказать, с удобствами, он думает, что мир создан Господом Богом и здесь все должно быть хорошо. Но можно сказать: да, почему же Господь наряду с костями дал расти остеофагам? Если бы он не дал расти остеофагам, нас бы не пожирали в ходе жизни, тогда бы мы могли относиться к своим костям так плохо, что они разрушились бы от чего-нибудь другого; однако они могли бы сохраняться, во всяком случае, столетиями, если бы внутри них не было этих маленьких животных.

Однако это нисколько не поможет, если думать так удобно. Поможет только, если действительно рассмотреть факты, и если известно, что именно те тонкие силы, которые участвуют в возникновении костей, имеют своих врагов, что именно их творение здесь налицо, ведь это именно эти остеофаги, которых в нас миллионы. Чем старше вы становитесь, тем больше в вас остеофагов. В вас всегда находятся пожиратели людей, хотя они и маленькие. Большие пожиратели людей не самые умные, самые умные - это те, которых мы таким образом носим в себе, и которые действительно снова приобретают благоприятную почву, когда в тело вносят никотин.

Видите, из этого вы можете понять, что чрезвычайно важно основательно понимать всего че-

ловека, если вообще хотите понять, как какое-либо вещество действует в человеческом теле.

Ведь человек постоянно ест. Он ест животное и он ест растительное. Я уже говорил вам однажды: мне не приходит даже в голову как-нибудь агитировать за тот или иной способ питания, я только говорю, как он действует. И часто случалось, что ко мне приходили вегетарианцы и говорили, что они иногда чувствуют себя близкими к легкому обмороку, и так далее, и тогда я говорю им: да, это происходит именно оттого, что вы не едите мяса. - Не так ли, нужно рассматривать вещи объективно. Не нужно хотеть принуждать к чему-то. Однако «рассматривать объективно», - что это значит в отношении растительной пищи и мясной пищи? Видите, господа, рассмотрите растение. Растение приходит к тому, что оно развивает свой зародыш, который опускают в землю, до зеленых листьев и цветных лепестков. И теперь сравните что-то, что вы получаете от растения, - следовательно, либо, скажем, вы срываете непосредственно колосья или вы срываете траву, и готовите из этого тушеную капусту или подобное, подвергая это варке, - сравните это с мясом, с мясом мышц животных, это совершенно другое вещество, не так ли. Но в каком отношении находятся эти два вещества?

Вы ведь знаете, есть животные, которые являются просто хорошими существами-вегетарианцами. Есть ведь животные, которые не едят мяса. Скажем, к примеру, наши коровы, они мяса не едят. Лошади тоже не стремятся есть мясо; они

тоже едят только растения. Теперь вы должны ясно представлять себе: животное, оно не просто всегда вводит в себя пищу, оно постепенно выталкивает то, что есть в его теле, наружу. У птиц вы знаете, что есть нечто вроде линьки. Тогда птицы теряют свои перья и должны заменять их новыми. Вы знаете, что олени сбрасывают свои рога. И вы подрезаете ногти, они снова отрастают. Однако то, что так очевидно проявляется внешне, это постоянно здесь! Мы постоянно отторгаем кожу! Я уже рассказывал об этом однажды. И примерно за семь - восемь лет мы отторгли все тело и заменили новым. Но ведь и у животных это так.

Итак, рассмотрите корову или быка: да, если вы рассмотрите его через несколько лет, то мясо, которое в нем, совершенно другое. У быка это немного по-другому, чем у человека; замена происходит даже быстрее. Итак, здесь другое мясо. Из чего же возникло мясо? Это вы должны себя спросить. Это ведь возникло лишь из растительных веществ! Бык сам произвел мясо в своем теле из растительных веществ. Это самое важное, о чем нужно при этом подумать. Следовательно, тело животного способно делать мясо из растительного.

Итак, господа, вы можете варить капусту сколько угодно долго, но вы все еще не получите из нее мяса! Этого не бывает, чтобы вы получили в своей сковородке или в кастрюльке мясо! Точно так же никто не испек пирога, чтобы из него получилось мясо. Следовательно, этого нельзя сделать

внешним искусством. Однако, в принципе, в теле животного делается то, что внешне нельзя сделать. А именно, в теле животного просто производится мясо. Да, для этого сначала в теле должны быть силы. Среди наших технических сил таких сил нет, чтобы мы могли просто из растений делать мясо. Этого у нас нет. Итак, в нашем теле и в теле животного есть силы, которые могут делать из растительной субстанции, растительных веществ, мясные вещества.

Теперь рассмотрите растение. Вот это должно быть растение (рисует). Здесь оно еще на лугу или в поле. В нем действовали силы, они создали зеленые листья, ягоды и так далее. Теперь представьте себе, что корова съедает это растение. Когда корова или бык съедает это растение, тогда оно в них превращается в мясо. Это значит, у него есть силы, с помощью которых он может сделать из этого растения мясо, в себе.

Теперь представьте себе, этому быку пришлось бы в голову сказать как-то: это для меня слишком скучно, что я хожу и должен откусывать это растение. Это может сделать для меня другое животное. Я съем тогда это животное! Ну, прекрасно, бык начал бы есть мясо. Однако он ведь может сам производить мясо! В нем же есть для этого силы. Что же происходит, если он вместо растений ест непосредственно мясо? Он оставляет не использованными все силы, которые могут производить ему мясо! Если вы представите себе фабрику, которая должна что-то производить, а вы ничего не производите, но заставляете

всю фабрику действовать, - представьте себе, какие силы там пропадают! Теряются огромные силы. Но, господа, сила, которая теряется в организме животного, она не может просто потеряться. Бык, наконец, полностью заполнен этой силой; тогда она делает в нем нечто другое, вместо того, чтобы делать мясные вещества из растительных веществ. Эта сила, она остается у него, она ведь здесь. Она делает в нем нечто другое. И то, что она делает, это производит в нем разную грязь. Вместо того, чтобы производилось мясо, производятся вредные вещества. Следовательно, если бы бык начал внезапно становиться мясоедом, он начал бы наполняться всевозможными вредными веществами. А именно, он стал бы наполняться мочевой кислотой и солями мочевой кислоты.

Ну, а у таких солей мочевой кислоты есть свои особые привычки. Особые привычки солей мочевой кислоты состоят в том, что они питают слабость именно к нервной системе и к мозгу. И следствием этого, если бы бык стал есть прямо мясо, было бы то, что в нем стало бы выделяться огромное количество солей мочевой кислоты; они пошли бы в мозг, и бык сошел бы с ума. Если бы мы смогли проделать эксперимент, начать внезапно кормить стадо быков голубями, тогда мы получили бы стадо сумасшедших быков. Так обстоит дело. Несмотря на то, что голуби такие кроткие, быки сошли бы с ума.

Видите такая вещь, конечно, говорит против материализма, потому что если бы быки стали

есть только голубей, тогда быки должны были бы стать кроткими, как голуби, если бы действовало только материальное, - они не станут такими, конечно, напротив, они станут ужасно страстными и злыми. Теперь подумайте, это подтверждается уже тем, какими страстными становятся лошади, когда им дают немного мяса, они сразу же начинают становиться дикими, потому что они тоже не привыкли к мясной пище.

Итак, господа, это, конечно, переходит на человека. В истории очень интересно: одна часть населения Азии питается строго вегетарианской пищей. Это кроткие люди, которые ведут мало войн. Лишь в Передней Азии начали есть мясо, и там возник воинственный дух. И дело в том, что просто те азиатские народы, которые не едят мяса, используют силы, которые обычно остаются неиспользованными, неосознанными, для превращения растительных веществ в мясное вещество. И следствием этого является то, что они становятся кроткими, в то время, как народы, которые едят мясо, не остаются такими кроткими.

Нужно, однако, ясно понимать, что люди созрели до таких размышлений, какими занимаемся сейчас мы, лишь постепенно. Когда люди начинали есть мясо, это нельзя было так обдумать, как мы это сделали сейчас. Это все исходило из чувства и из инстинкта.

Видите, лев постоянно ест мясо; он не травоядное животное. У льва короткий кишечник. А те животные, которые относятся к травоядным, у

них очень длинный кишечник. Там кишечник очень длинный. Если человек просто родился в какой-то расе или в каком-то народе, и все его предки ели мясо, то кишечник стал короче, уже слишком коротким для чистого вегетарианства. И тогда человек должен сначала проделать все, что делает его способным, несмотря на это сохранять свое здоровье, если он ест одни растения.

Конечно, сегодня вполне возможно быть вегетарианцем. И это имеет в себе очень много положительного. А именно, человек имеет определенную пользу от употребления в пищу растений, а не мяса: человек не так быстро устает. Он не устает так быстро изнутри, потому что не выделяются такие соли мочевой кислоты и сами мочевые кислоты. Человек не так быстро устает и сохраняет более свободную голову, поэтому может легче думать, если вообще думает. Тому, кто не может думать, конечно, пользы от этого нет, если у него голова будет свободна от солей мочевой кислоты, потому что, не правда ли, необходимо, чтобы весь человеческий организм находился в гармонии. Итак, путем преодоления человек может стать растениеядным. Тогда он использует силы, которые у большинства людей, употребляющих сегодня мясо, просто не используются.

Видите, я хочу обратить ваше внимание на своеобразное явление. Это следующее. Если вы сегодня осмотритесь вокруг, вы увидите: существует болезнь, которая быстро подрывает здоровье человека, это так называемый диабет, сахар-

ный диабет. Сначала в моче находят сахар, и тогда у человека очень быстро разрушается тело из-за слишком большого образования сахара. Болезнь, собственно говоря, довольно фатальна. Сахар одновременно является тем, что делает человека внутренне сильным, если сахар вводится в организм правильно.

Это вы можете даже внешне доказать с помощью статистики. В России едят намного меньше сахара, чем в Англии, и это составляет все различие между русским народом и английским народом. Англичане уверены в себе и эгоистичны; русские - слабые. Хотя и не эгоистичные, но слабые. Это связано с тем, что в России едят мало сахара, а в Англии едят очень много сахара, например, в продуктах питания. Однако человеческому телу требуется определенное количество сахара, которое он может переработать. Так же, как кости поддерживают человека, так его постоянно поддерживает то количество сахара, которое циркулирует в теле. Если же в мочу поступает слишком много сахара, то в тело поступает слишком мало, и здоровье подрывается. Это сахарный диабет.

Дело обстоит так, что сегодня сахарный диабет чаще возникает у евреев, чем у не-евреев. Конечно, у других тоже бывает диабет, однако сегодня он наиболее часто встречается у евреев. Этот народ склонен к диабету. Еврей усваивает сахар несколько тяжело, но, с другой стороны, он ему нужен. Следовательно, еврейская диета должна бы быть направлена на то, чтобы облегчить

человеческому телу использовать сахар внутри, а не выводить его сразу же.

Если вы прочитаете Ветхий Завет, тогда вы найдете различные предписания относительно пищи, предписания, которые соблюдаются еще и сегодня в тех городских ресторанах, на которых написано «кошерные». Вы познакомитесь с такими ресторанами; там еврейскими буквами написано «кошерный». Следовательно, там готовят кошерную пищу. Это делается по старым предписаниям Моисея.⁵² И если вы проверите, что, собственно, лежит в основе, тогда вы найдете, что в основе этого лежит, что еврей должен есть по возможности так, чтобы он мог перерабатывать сахар, потому что этот народ с трудом перерабатывает сахар. Например, запрет на свиное мясо, - свиное мясо чрезвычайно затрудняет переработку сахара в человеке, - был рассчитан на то, чтобы предупредить диабет, сахарную болезнь. Необходимо прочитать Ветхий Завет и с медицинской точки зрения; тогда он становится страшно интересным. Чрезвычайно интересно проследить, как рассчитаны предписания кошерного приготовления того или иного. Даже так называемое Schachten, особый способ умерщвления птицы, вообще Schachten, рассчитано на то, чтобы в мясе оставалось еще так много крови, чтобы еврей ел ее, чтобы он смог правильно переработать сахар.

Теперь, вы, очевидно, знаете, что именно в последнее время евреи постепенно перестают соблюдать свои заветы относительно пищи, но они ведь

связаны со своей народностью, и это плохо называется на них, потому что это ведь заветы для народа. И из-за этого они легче приобретают сахарную болезнь, чем другие народы. Это история.

Итак, мы можем сказать, что мясная пища производит в человеке застой неизрасходованных сил, которые начинают действовать в человеческом теле неправильно и производить в нем нечистоты. Конечно, эти нечистоты можно удалить. Однако иногда это очень сложная история. Можно сказать: некоторые вещи, если правильно произнести их, они становятся совсем особенными. Мы знакомимся с людьми, они по-своему работают всю зиму, однако они всю зиму и едят по-своему, причем они едят с удовольствием, так, что каждый день у них небольшое расстройство желудка, которое они сдерживают при помощи необходимых крепких напитков, которые они употребляют. Однако как только подходит апрель или май, они созрели для Карлсбада или другого курорта. Значит, они накопили в своем организме, в своем теле, массу нечистот, и теперь речь идет, собственно говоря, о том, что им необходима очистка от навоза. Их нужно очистить от навоза. И тогда они едут в Карлсбад. А вы знаете, как действует карлсбадская вода; она вызывает весьма сильную диарею. Тогда соответствующим образом идет очистка от навоза. Итак, они очищаются, и тогда они могут, возвратившись, начинать снова. Однако, как правило, они не достигают ничего, кроме того, что каждый год им прихо-

дится ехать в Карлсбад. Но если однажды что-то помешает им поехать в Карлсбад, у них появится что-нибудь вроде диабета, сахарной болезни и тому подобного.

Не правда ли, если выражаться, как принято в обществе, тогда это выглядит терпимо, когда говорят: он едет в Карлсбад. Однако в действительности это значит, принимать кого-то, кто с помощью ведер навоза приводит свое тело в порядок. И это делают глотки карлсбадской воды и воздействие ванн. Итак, они вызывают то, что там производится основательная очистка от навоза. Поэтому некоторое время все может продолжаться снова.

Да, господа, таким образом, конечно, поднять здоровье народа нельзя. Наконец, дело обстоит, собственно говоря, так, что все эти вещи поставляют на рынок в соответствии с тем, как есть тот, кто может ездить в Карлсбад или на подобный курорт (на воды). Другому, который не ездит в Карлсбад, тоже нужно есть. Не приходится производить очистку от навоза тому, у кого нет денег, чтобы ехать в Карлсбад. Но ведь он не получает ничего другого в качестве пищи. Поэтому нужно начинать уже с медицины, чтобы ввести социальную жизнь в правильные рамки.

Ну, об этом можно говорить долго! То, о чем я забыл сегодня сказать вам, я скажу еще со временем.

С абсентом, я хочу добавить еще это, - дело обстоит так, что он действует, собственно говоря, очень похоже на алкоголь в вине, а именно, раз-

личие состоит лишь в том, что при употреблении алкоголя разрушается непосредственно материальное, - сон это снова слегка выравнивает, - в то время, как при употреблении абсента нарушается еще и сон. С абсентом дело обстоит так, что у человека наступает похмелье именно тогда, когда он спит, и это мешает спать. А человеку нужно спать, если он пьет алкоголь. Обычно нужно, - об этом свидетельствует уже поговорка, - после выпивки проспать. Следовательно, на употребление алкоголя благоприятным образом действует сон, он выравнивает. И поэтому абсент вреднее, чем обычный алкоголь. Абсент нарушает еще и сон.

Ну, вам нужно только один раз понаблюдать, как во сне, например, быстрее растут наши волосы. Тот, кто, например, бреется, тот знает, что, если он в какой-то день очень долго спал, ему нужно как можно быстрее побриться. Вы не замечали этого? (Замечали!) Когда душевной деятельности в теле нет, тогда это происходит очень быстро. Сон существует для того, чтобы возбуждались именно силы роста в физическом теле. Ну, а абсент, он действует еще и во сне. И у людей, пьющих абсент, дело обстоит так, что даже во сне не происходит выравнивания. Так что даже во сне у женщин, если они пьют абсент, разрушается кровь, красные кровяные тельца, а у мужчин разрушаются белые кровяные тельца.

Однако именно здесь добавляется еще кое-что другое. При употреблении абсента, из-за того, что он действует и во сне, чрезвычайно сильному вли-

янию подвергаются менструации. И тогда при употреблении абсента возникают нарушения, а еще больше - у потомства. И следствием этого является то, что выделение, которое должно происходить в любое время регулярно каждые четыре недели, происходит нерегулярно.

Итак, самое существенное, что можно сказать об абсенте, состоит в том, что он действует подобно обычному алкоголю в вине, пиве или шнапсе, но что он нарушает еще и сон.

ПОСЛЕСЛОВИЕ

К истории духовного развития человеческого питания

1.

Золотое правило индивидуального питания Рудольф Штайнер сформулировал в 1920 году перед врачами следующим образом: «Видите ли, я могу, например, счесть необходимой для себя диету. Она может оказаться очень хорошей для меня. Но здесь есть весьма значительная разница, приду ли я к этой диете посредством собственных проб, тем, что я сам остановлюсь на том или другом, или ее пропишет мне врач. Пожалуйста, не обижайтесь на меня, что я говорю так сухо. Не правда ли, с материалистической точки зрения безразлично, найдена хорошая диета инстинктивно мной самим, я разработал ее для себя, может быть, под руководством врача, при этом сам проявлял инициативу или ее просто прописал мне врач. В конечном счете, я бы сказал, это действие проявится в том, что диета, прописанная мне врачом, сначала поможет, но у нее, к сожалению, есть и вред, что в старости она приведет меня к оглуплению легче, чем это могло бы наступить своим ходом, что она приведет к старческому слабоумию, в то время, как актив-

ное сотрудничество при выборе диеты сохранит мне и в старости более легкую духовную подвижность».

Уже до этого, в 16-м докладе этого курса «Духовная наука и медицина» («Духовное познание», 2000 г.) было подробно указано на «взаимное влияние» во времени возрастов человека: «Человек таков, что он уже в юности развивает определенные силы, которые формируют его организм. Однако не все, что формируется в юности в организме, находит настоящее применение уже в молодости. Мы формируем организм в юности, чтобы сохранить кое-что, что проявится только в старости...» Таким образом, правильное диетическое воспитание ребенка приобретает глубокое значение для здоровья человека, вплоть до духовной подвижности в поздней старости: «Лучшее лечебное средство - это целесообразное воспитание».

Теперь к этому присоединяется еще одно морально-социальное качество сущности диетологии: «Эти вопросы диеты важны потому, что они имеют не только медицинское, но и социальное значение. Можно много дискутировать о том, имеют ли значение и оправданы ли разного рода диеты. Это можно делать. Однако при всем этом отмечается, что человек, всем тем, что ему так советуют, превращается в несоциальное существо. Там действительно социальное сталкивается с медицинским. Чем больше нам предписывается и вменяется в обязанность нечто специальное в отношении нашего питания, вообще в отноше-

нии внешнего мира, тем менее социальными существами мы становимся. Значение тайной вечери основано ведь не на том, что Христос дал что-то каждому апостолу в отдельности, но в том, что он всем дал одно и то же. Создать возможность, чтобы можно было быть вместе, как люди, в еде или питье, это имеет большое социальное значение. И все, что направлено на то, чтобы подорвать эту здоровую социальную природу человека, с этим нужно обращаться с некоторой осторожностью».

Мы видим в этом шаге свободной индивидуальности к социально-моральному смыслу ту духовную динамику, которая в состоянии ввести непосредственно в сферу индивидуального самовоспитания, дисциплины и самопреодоления: «Ведь если человек предоставлен сам себе, я имею в виду не только в отношении того, что он осознает, но и в отношении всего того, что действует в нем органически, тогда он получает, собственно, все возможные аппетиты и антиаппетиты. Для человека вовсе не так важно смотреть на эти аппетиты и антиаппетиты в том смысле, как это обычно происходит. Ведь если человек научился переносить то, что он, собственно, не переносит, если он, следовательно, преодолел антиаппетит в самом широком смысле, тогда он приобрел для себя больше, чем если вы будете держать от него подальше то, что ему антиаппетитно. В преодолении чего-то, что человек не переносит, в этом преодолении лежит как раз воссоздание либо разрушенного, либо даже... нового органа. - Если

пытаться постепенно приучать человека к тому, что ему самому кажется неподходящим, этим всегда укрепляют его организм».

Этим объясняется мотив, который побудил нас включить в этот ряд докладов о питании также и чрезвычайно важные доклады Рудольфа Штайнера о действии алкоголя, никотина, абсента и т.п. «Именно то, как это можно увидеть на примере алкоголя, поможет сделать это понятным и в отношении всего остального. И тогда приходят к тому, что я всегда говорю. Не правда ли, люди приходят и говорят: что лучше, не употреблять алкоголь или лучше все же употреблять алкоголь? Лучше быть вегетарианцем или есть мясо? Я вообще никогда не говорю человеку, должен ли он отказаться от употребления алкоголя или он должен употреблять алкоголь, должен ли он есть растительную пищу или должен есть мясо, но я говорю человеку: алкоголь действует так и так. Я просто показываю ему, как он действует, и тогда пусть он решает, пить или нет. И так я делаю, в конце концов, и в отношении растительной пищи и употребления мяса. Я говорю: так действует мясо, так действуют растения. И следствием этого является, что человек может сам решить. Это то, что в первую очередь нужно иметь в науке: уважение к человеческой свободе. Так, чтобы вовсе не возникало чувство, что кому-то что-то хотят приказывать или запретить, нет, ему просто говорят факты. Что он сделает с ними, когда он будет знать, например, как действует алкоголь, это его личное дело. Тогда он сам при-

дет к тому, что правильно. Так мы сможем продвинуться далее всего. Тогда мы придем к тому, что свободные люди могут сами задавать себе направление. И мы должны к этому стремиться. Только тогда мы придем к правильным социальным реформам.

В таким образом представленном основном элементе духовной ориентации в вопросах питания человека мы можем видеть три золотых правила свободы. Из их индивидуальной силы раскроется необходимое познание и понимание, а также и источник истинного братского сострадания как в отношении проблем питания человечества, так и в отношении истинных космо-теллурических основ плодородия Земли.

Одновременно здесь может быть найден подход к духовному обучению, которое через более углубленное самостоятельное изучение духоведения приведет к собственному продвижению по пути самовоспитания.

Благодаря этому через доклады по проблемам питания открывается, гораздо более широкая область знания о человеке и мире. Во всяком случае, задача человечества в области социальной гигиены (1918, GA 186 «In gaenderter Zeitlage»³), характеризуется Рудольфом Штайнером «как основное социальное требование нашего времени» в смысле глубоко духовных, скрытых (окультурных) задатков в человеческом организме: «Я должен рассказать вам о третьей способности, которая сегодня латентна и которая будет развиваться. Это та способность, которую я хо-

тел бы назвать гигиенически-оккультной способностью. Эта гигиенически-оккультная способность находится в пути и не заставит себя очень долго ждать. Эта способность созреет просто благодаря пониманию, что человеческая жизнь, протекая от рождения до смерти, протекает в соответствии с процессом, который совершенно идентичен процессу болезни. Процессы болезни ведь представляют собой только особые и радикальные изменения совершенно обычного, нормального жизненного процесса, который протекает между рождением и смертью, но мы носим в себе не только силы, делающие нас больными, но и силы, делающие нас здоровыми. И эти оздоравливающие силы, это знает каждый оккультист, совершенно точно такие же, как и те, которые используют тогда, когда приобретают оккультные способности, преобразуя эти силы в познание. Преобразование присущей человеческому организму целительной силы в познание дает как раз оккультные познания...»

«К гигиеническо-оккультным способностям особенно предрасположены люди стран центральной Европы. И дело обстоит так, что англоязычное население не может приобрести эти способности благодаря природному дару, но оно может приобрести их в ходе развития между рождением и смертью. Тогда они смогут стать приобретенными способностями. А у населения приблизительно восточнее Рейна и до Азии они будут иметься при рождении. Гигиенический оккультизм будет развиваться преимущественно в центральных странах...

Должно прийти время самого глубокого внутреннего доверия между людьми. Это показывает именно это удивительное будущее развитие людей... Эти способности проявляются, дифференцировано распределенные среди людей Земли, но в то же самое время так, что они переплетаются. И именно благодаря этим переплетениям будет обусловлен союз сообществ на всем земном шаре».

Так что не следует удивляться, если для современного человека западной страны в основном произведении Рудольфа Штайнера «Как достигнуть познаний высших миров?» («Духовное познание», 1993) условия тайного обучения охарактеризованы следующим образом:

«Первое условие: направляйте свое внимание на то, чтобы способствовать телесному и духовному здоровью. Насколько здоров человек, это сначала зависит, конечно, не от него. Стремиться развивать себя в этом направлении, это может каждый. Только здоровый человек может прийти к здоровому познанию. Ни один учитель тайноведения не отвергнет нездорового человека: однако каждый должен потребовать, чтобы у ученика была воля стать здоровым. - В этом человек должен приобрести максимально возможную самостоятельность. Хорошие советы других людей, которые, - зачастую непрошенные, - получает каждый, как правило, совершенно излишни. Каждый должен стремиться, чтобы самому следить за собой... Человек должен уметь в нужном случае ставить долг выше заботы о здоровье. Одна-

ко от чего только нельзя отказаться при некоторой доброй воле!... Для этой цели нужно только в той ситуации, в которой человек находится, делать для своего здоровья именно столько, сколько возможно. Любая работа может служить всему человечеству... Особенно для ученика тайноведения важно стремление к полному духовному здоровью... Он должен приобрести здоровый взгляд на все связи в жизни, он должен уверенно ориентироваться в жизни».

Так духовные максимы общего стремления человечества духовно пронизываются совершенно индивидуальными шагами на путях к высшему развитию познания. Так и данные ученикам «Эзотерической школы» индивидуальные указания в области питания являются такими, что их нельзя собрать в общем издании по гигиене питания и обобщить. Тайноведение Рудольфа Штайнера явственно обозначает («Westliche und ostliche Weltgegensatzlichkeiten»⁴) необходимое отличие по сравнению с методами древневосточных упражнений йоги и пути аскезы следующим образом: «Это было просто переживание древних аскетов, что при помощи снижения телесных функций можно было сознательно войти в духовные миры. Это, опять-таки, не путь для современности. Тот, кто снижает функции своего организма таким образом, тот делает себя неспособным для деятельности среди своих сограждан, он делает себя негодным по отношению к самому себе. Современная жизнь требует людей, которые не уходят из нее, которые сохра-

няют свое здоровье или, если они ослаблены, даже усиливают его, но не людей, которые уходят от жизни. Они не могут приобрести доверие, просто в соответствии с настроением нашего времени. Поэтому этот путь аскетизма, который в их времена вполне вел к познанию, не может быть сегодняшним путем». ... «Сегодняшний путь познаний должен быть совершенно другим!»¹

II.

В своей работе «Загадки философии»,⁶ («Духовное познание», 2003), в главе, посвященной Эрнсту Геккелю, Рудольф Штайнер представляет развитие познания от Гете к Геккелю, к его «Мировым загадкам», как борьбу за социальное мировоззрение. Тем самым ему одновременно удается успешно продолжить идею развития, подкрепленную естествознанием, благодаря которой дух можно рассмотреть как причинно-творчески действующий принцип высшего развития Космоса, Земли и человека. Оттуда, из глубины современного мировоззрения Рудольф Штайнер проник к обоснованию своей антропософии, благодаря которой открылась возможность также и историю человечества исследовать в свете высшего знания.

Его труды «Теософия», «Из летописи мира» и «Очерк тайноведения»⁷ представляют собой опубликованный основной план науки об эволюции, для которой уже в венский период, за 21 год до рубежа веков, в конфронтации с работой

Й.Г.Фихте «Наукоучение» был заложен краеугольный камень: «На это время приходится полная ясность о представлении времени. Это было понимание, что существует прогрессивная эволюция, интерферирующая с регрессивной эволюцией... Это познание есть условие для духовного видения....» И из этого видения посредством антропософии могут быть представлены также основные линии истории человечества, в космическом созвучии с эпохами эволюции мира, и тем самым также методы питания человечества, в соответствии с поступательным развитием природных царств и тех сил природных существ, которые составляют соответствующие основы для питания и его высшего развития.

Так, для данного тома (II) был выбран ряд докладов из «Основных элементов эзотерики» («Духовное познание», 2001), «Развитие различных форм питания», (1905); «Welche Bedeutung hat die okkulte Entwicklung des Menschen für seine Hüllen und sein Selbst?» (1913), «Der Mensch als Zusammenklang des schaffenden, bildenden und gestaltenden Weltenwortes» (1923). Приведенные работы - это лишь пример, чтобы показать более глубокий характер исследований вопроса о питании, возможных на основе антропософии. Однако в принципе результаты этих исследований уходят своими корнями уже в идею Гете о «пракамне», «прапастении», «празивотном» и представляют собой развитие всего того, что выступало на плане духовной борьбы в столкновениях дарвинистской, вейсманистской и других школ в

19 веке относительно «трансформации живых существ», «всесилии живых существ», «бессилии живых существ», о «скачкообразных изменениях форм жизни» (мутация) и т.д. Для преодоления теорий «борьбы за существование», от «естественного отбора» и границ естественнонаучного материализма (Дю Буа-Раймонд 1876) вплоть до нашего времени.

В работе «Из летописи мира», в главах «Наши атлантические предки», «Лемурийская раса», очерчен духовный образ человека в ходе развития истории в новом созвучии с эволюцией природы: «Причины для преобразования лежали отчасти в изменении условий обитания, образа жизни. Животные имели способность чрезвычайно быстро приспосабливаться к новым условиям. Пластичное тело сравнительно быстро изменяло органы, так что, через более или менее короткое время потомство определенного вида животных выглядело лишь немного похожим на своих предков. То же самое, даже в еще больших размерах, происходило с растениями. Самое большое влияние на преобразование людей и животных оказывал сам человек, либо инстинктивно помещая живые существа в такую среду, что они принимали определенные формы, либо вызывая эти изменения путем разведения. Преобразующее влияние человека на природу было тогда неизмеримо больше по сравнению с сегодняшними условиями... Ведь там этими преобразованиями управляли вожди, способом, который человеком не осознавался. Это осуществлялось в такой мере,

что люди, когда они разошлись, чтобы образовать различные атлантические расы, смогли взять с собой высокоразвитые знания о выведении животных и растений.

Культурная работа в Атлантиде была тогда, по существу, следствием этих принесенных знаний».

Такие интимные связи древних человеческих рас снова проявляются в более поздней истории современной эпохи в совершенно других областях культуры, преобразованными на высших уровнях бытия. «Чувство прекрасного у греков возникло на основе непосредственных сил, которые у атлантов изживают себя в великолепном выведении растений и форм животных. В фантазии Фидия жило нечто, что атлант использовал непосредственно для преобразования настоящих живых существ».

Здесь можно обратить взгляд на работу «Духовный облик Гете». Хотелось бы сказать так: бодрствующая душа исследователя Гете познала такое оплодотворение в новом времени, когда он, благодаря путешествию по Италии, смог в непосредственном рассмотрении великих произведений искусства Древней Греции понять творческую мысль «Образования и преобразования органической природы», написать «Метаморфоз растений», «Метаморфоз животных», обладать постоянно обновляющимся живым духовным познанием и таким образом, как назвал это Рудольф Штайнер, стать «Кеплером и Коперником органического мира!»⁸

Рудольф Штайнер обращается к этому эволюционному шагу не только в юности в своих работах, посвященных Гете, но и продолжает тему «Эволюция с точки зрения истинного»⁹ в 1923-1924 годах: «Initiations-Erkenntnis»¹⁰. Доклады по вопросам питания, исследующие тему вплоть до воздействия отдельных субстанций смешанной земной вещественности, как плоды жизни антропософии уходят корнями к истокам духовной борьбы всего нового времени вокруг идеи эволюции мира, Земли и человека, рассматриваемых на физическом, душевном и духовном уровнях.

III.

Кто хочет исследовать корни современных импульсов культуры и цивилизации, всегда будет вынужден обращать внимание на силы проникновения двух потоков человечества. То, что созревало в течение тысячелетий в послеплатонических культурах Индии, Персии, Египта, Греции для формирования сил мышления, мыслительной логики, и для развития сил фантазии посредством искусства (в архитектуре, скульптуре и живописи, искусстве актерской игры и поэзии), это подхватывается народами севера Европы и путем взаимного проникновения и оплодотворения естественными силами молодости и природой свободного Я этих народов, подведено к развитию «души сознательной» в современную эпоху.

Содержание древней мудрости Востока наполняется юными импульсами воли к жизни сил кельтско-германских народов: в это проникновение изливаются центральные события человечества, которые протекают сквозь мистику Голгофы и развитие раннего христианства. То, что через историю римлян проникает с Ближнего Востока на северо-запад, как мистерии Митры, то, что проникает на юг с распространением кельтской культуры в виде мистерий друидов, оба потока равным образом наполнены древним божественным учением мифологии: возвышенными воспоминаниями о божественном происхождении мира и человечества. Трагическая необходимость нисхождения в мир вещества, в мир смерти: ступени рождения Я из божественных сумерек, смерть богов - там - в гимне к Деметре и в плачах Деметры о Персефоне, в тайных мистериях Диониса, здесь - в божественном творении Одина, смерти Балдура и гибели богов.

По поводу постановки «Святой драмы Элевсина»¹² в Мюнхене Рудольф Штайнер сказал: «... Деметра, являющаяся повелительницей величайших чудес природы, является прототипом человеческих чувств, мышления и воли, чье истинное дитя - Персефона. Тем прототипом, который указывает на времена, в которые жизнь человеческого мозга еще не была отделена от общей телесной жизни, в которые, так сказать, питание и внешние вещества и мышление благодаря инструменту мозга были неразделимыми человеческими действиями. Тогда еще чувст-

ли, как живет мысль вовне, когда посевы всходят на полях, как надежда действительно простирается над полями и пронизывает чудесную деятельность природы подобно пению жаворонка. Тогда еще чувствовали, что вместе с материальной приходит духовная жизнь, окунается в человеческое тело, очищается, превращается в Дух, как праматерь, из которой элементарно рождается Персефона в самой человеческой сущности.

На те древние времена развития человечества, в которые человеческая природа действовала таким единым образом, что вся телесная жизнь одновременно была духовной, когда вся телесная работа была тесно связана с духовной работой мышления, указывает имя Деметры... И точно так же произойдет, что в том образе, который сейчас появится в воссозданной элевсинской мистерии, в Эросе, дано то, благодаря чему в постепенно развивающемся человечестве силы Деметры превратились в то, чем они сегодня являются».

«И силы Деметры втекают во всю современную культуру, которая обращается к именам Агамемнона, Менелая, Одиссея... Персефону, представительницу древних ясновидческих сил человеческой души, похищает Плутон, бог нижнего мира.... Да, мы можем сказать, что это похищение Персефоны свершалось с древнейших времен вплоть до наших дней. Древняя ясновидческая культура исчезла.... В то время, как они в древние времена действовали в человеческой душе таким образом, что эта душа могла ясновидческим образом смотреть в духовные миры,

эти силы сегодня действуют в подполье человеческой души, в глубинах души. Они участвуют в создании и формировании нашего Я, делают это Я все более и более сильным.

Если в древние времена они посвящались деятельности, придающей человеку ясновидческие силы, то сегодня они посвящаются изготовлению, консолидации нашего Я, они действительно опустились в нижний душевный мир человека, силы Персефоны объемлют то, что покоится в глубинах человеческой души. Они в определенном отношении похищены глубинами человеческой души. И так в течение исторического становления человечества это похищение Персефоны совершалось теми силами человеческой души, которые сидят глубоко в ее подполье и внешне, в природе, представлены Плутоном. Этот Плутон, в соответствии с греческим учением о богах, владеет тем, что находится внутри Земли. Однако греки сознавали, что те же самые силы, которые действуют в глубинах Земли, действуют и в глубинах человеческой души. Так же, как Персефона была похищена Плутоном, так в ходе становления человека древняя способность к ясновидению была похищена Плутоном в глубине собственной души. Персефона - дочь Деметры, и через это нас подводят к рассмотрению того, что в Деметре мы должны видеть еще более древнюю правительницу как внешних природных сил, так и сил человеческой души, что Деметра - это образ греческого учения о богах, который указывает нам на ясновидение древней Атлантиды, -

потому что там его действительно можно найти, - которое относится к древнейшей сокровищнице мудрости атлантического человечества».

«Когда человек обводил своим взором мир снаружи, вокруг бытия, и одновременно с чувственным видел духовное, он осознавал: я воспринимаю в себя вещества окружающего мира из растительного царства, которое было тогда еще совсем другим, я воспринимаю все, что растет снаружи, тем самым я воспринимаю и силы, которые действуют снаружи. - О, человек того времени был не так ограничен, чтобы думать, будто то, что он принимал в качестве питания, было только внешними веществами, только вещами, которые исследуют при помощи химии, но он знал, что он принимает внутреннюю конфигурацию сил, которые действуют там во всех веществах, и что в этих силах находилось то, что составляло его, что снова строило его тело. И такой человек говорил себе: там, снаружи, в природе, действуют силы, они входят в меня через пищу, через дыхание. Тем, чем они являются снаружи, управляет великая Деметра. - Однако великая Деметра посылает силы в человеческую душу. Там они распространяются, - пищеварением, которое было духовным, и преобразуются в способность ясновидения. В человеке, в человеческой организации, посредством сил, которыми Деметра, как плодоносящая богиня, действует в окружающем мире, порождается способность ясновидения, которая представлена Персефой... Однако вы уже увидели из этого, что человеческая организация,

вся телесная организация с тех древних времен изменилась. Наше сегодняшнее тело, организованное из мышц и костей, значительно плотнее, более консолидировано в себе, чем тело тех людей, которые еще могли рождать в себе Персефону, которые еще имели древнюю способность ясновидения. И как это тело, наша организация стала более плотной, поэтому она может, так сказать, удерживать ясновидческие силы в подземном царстве души.

Из-за уплотнения человеческого тела происходит закованность ясновидческих сил внутри человеческой природы. Это чувствовали еще в Древней Греции, что старое, - скажем символически, - мягкое человеческое тело становится в самом себе более плотным и вбирает в себя силы, которые действуют внутри Земли, в то время, как раньше над ним больше господствовали силы воздуха, которые и делали его благодаря этому более мягким.

И все более и более воздействует на человеческое тело то, что действует в подземной части Земли, чем управляет Плутон, так что мы можем сказать: внутри человека Плутон становился все более действенным, уплотнял человеческое тело и этим похищал Персефону».

«Подобным образом в древние времена действовали другие боги. Они действовали одновременно с силами природы и чудесами природы. Как же они действовали?

Ну-с, человек ел, дышал и он знал: это великая Деметра, которая дает воздуху и растению

силы, которые он воспринимает. Это Деметра, которая дает ему ясновидческое сознание, которая дает ему, однако еще и то, благодаря чему он знает, как ему нужно вести себя в мире. Тогда не существовало закона в более позднем смысле, не существовало внешне выраженных заповедей, но, благодаря тому, что человек был ясновидящим, благодаря ясновидению ему становилось понятно, что ему нужно делать, что правильно, что хорошо. Так, в древние времена, он видел в Деметре, которая давала ему его пищу, и мировую власть, власть природы, которая, в то время, как питательные вещества всасывались его организмом, преобразовывала его силы так, что они давали ему его мораль, его правила поведения.

И древний человек говорил себе: я смотрю вверх, на великую Деметру. Если я делаю то или другое в мире, то я делаю это благодаря тому, что в мой мозг посылаются силы, которые имеются снаружи в растительном мире... И так это было с другими богами. Тем что они питали человека, заставляли его дышать, возбуждали импульсы для ходьбы и стояния, они одновременно давали ему импульсы для морали и всего внешнего поведения... И когда Деметра, так сказать, отстранилась от того непосредственного морального законодательства древних времен, что тогда происходит?»

Космически-эфирное господство Зевса, Посейдона, Плутона и Деметры «в царстве высших богов», «похищение» Персефоны в «царство нижнего мира», плач Деметры и увядающе-стареющий образ,... из них всплывает, как из неизвест-

ных, более глубоких загадочных сфер, образ «Диониса старшего», его перевоплощение в «Диониса младшего», посвященном основателе послеатлантической культуры земледелия и питания, провозвестнике слова: «я - хлеб жизни», «я - лоза, вы гроздь» и: «вышел сеятель, чтобы сеять...»

В Дионисе Загреусе, сыне Зевса и Персефоны, дочери Деметры, в Дионисе младшем, сыне Зевса и Семелы, земной матери, раскрывается загадка истинных, «нижних богов»: в макрокосмическом аспекте к ним принадлежит и Плутон, однако как представитель физического тела, относится сначала к царству верхних богов.

«И сегодня мы говорили о физическом теле человека, как наиболее плотном члене человеческой сущности.... Физическое тело есть все то, что поднимает простую мысль или простой аффект до волевого импульса, который лежит в основе действия в физическом мире.... Физическое тело есть выражение волевого импульса, как астральное тело есть выражение простых мыслей, а эфирное - остающихся аффектов и привычек. Для того, чтобы воля могла действовать через человека здесь, в физическом мире, человек должен иметь физическое тело... Так, микрокосмически, мы имеем в себе душевные силы, которые преимущественным образом вызывают волевые импульсы, которые необходимы для человека, чтобы он вообще мог обращаться к Я, как к центральной власти своих душевных сил. Потому что без того, что у человека была бы воля, он никогда не пришел бы к сознанию Я... Что же

лежит там, раскинувшись, в макрокосмосе, как те самые силы, которые вызывают в нас волевой импульс, целый мир воли? Что лежит там, снаружи? Ответ звучит так: Плутон».

Плутон, как та центральная власть снаружи в макрокосмическом пространстве, тесно связанная с уплотнившимися планетами, был для грека макрокосмическим противоположением импульсов воли... «О силах физического тела можно сказать, что их перемещают в мировое пространство, и тогда ими дирижирует центральная власть Плутона; и подобным образом о силах эфирного тела, Посейдона, и астрального тела, Зевса. Если же мы рассмотрим само наше Я, тогда мы найдем, что это Я в нашей жизни находится в тесном контакте со всем тем, что происходит вокруг нас: мы поставлены с нашим Я в мир.... Подумайте только, насколько родственны мы в отношении наших Я - переживаний с тем, что нас окружает. Как по-другому чувствует себя наше Я, когда мы открываем глаза и погружаемся в усыпанное звездами небо или в вечернюю или утреннюю зарю, восходящее или заходящее Солнце.... Как тесно мы связаны с макрокосмосом вне нас. Мы, вместе с нашим Я, излиты в наше окружение. То, что втекает извне, золотой солнечный луч, величественный звездный мир, это, с одной стороны, объект снаружи, в макрокосмосе, а, с другой стороны, - это представление в человеческой душе, в микрокосмосе. В действительной жизни мы едва можем различить обе вещи. Это перетекает друг в друга...,

Поэтому мы находим образ божества как представителя сил Я, в мире внешнем, которое, можно сказать, имеет определенное интимное отношение к самой человеческой природе и ее проявлениям, во всех явлениях ведет себя в определенном отношении просто по-человечески, и это - Дионис... Так нам следует рассматривать Диониса, как макрокосмического представителя душевных сил, которые изживаются в нашем Я».

Древнегреческое учение о богах учит нас, как в ходе развития тот широкоохватывающий, макрокосмический единый образ «старого Диониса», разрывается на куски силами ревности Геры, то есть, силами индивидуализации, титанами.

«Это действительно то, чего хотела Гера: совершенно отделить людей друг от друга. Что спасло людей от этого обособления, - не смотря на то, что их Я приняло интеллектуальную форму, - так это то, что это Я все-таки стало таким, что теперь уже это более позднее сознание, которое не является больше ясновидческим, а лишь интеллектуальным, благодаря знанию, благодаря интеллектуальному познанию может сформировать себе образ мира, в котором вещи могут быть связаны друг с другом...

Деяние Геры было не единственным, что имело свое продолжение, но была явлена интеллектуальность Я, и человек может, хотя он не в состоянии своим ясновидческим сознанием жить внутри вещей, как это мог Дионис старший, по крайней мере, при помощи разума создать понятный образ мира, общий образ мира. Централь-

ной властью в этом образе мира для грека был Храм Афины, где пребывала божественная сущность... Отсюда эти тонкости в сказании о Дионисе, что во Храме Афины было собрано сердце растерзанного титанами по наущению Геры Диониса и Афина Паллада принесла его Зевсу...

Здесь нам сообщают, как развивалось древнее ясновидческое сознание, от старшего Диониса к младшему Дионису, к позднему сознанию, к сегодняшнему нашему Я-сознанию, поздней силе Диониса. Ведь сегодняшнее сознание Я, с его интеллектуальной культурой, со всем тем, что следует из нашего разума, вообще из нашего Я, это имеет свое макрокосмическое отражение во втором Дионисе, который возникает благодаря тому, что из спасенного сердца растерзанного Диониса образуется любовный напиток для Семелы, при помощи которого происходит соединение Семелы, то есть смертной женщины, с Зевсом, с силами астрального тела.... И из этого возникает затем человек нашей современности, который имеет свое макрокосмическое отображение в младшем Дионисе, сыне Зевса и Семелы.

И об этом Дионисе, что рассказывают нам о нем?.... В чудесной легенде рассказывает нам древнегреческое сознание о втором Дионисе, что он ушел из Европы далеко в Индию, повсюду учил людей науке, земледелию, разведению винограда и так далее, перебрался в Аравию, затем снова в Египет. Все то, что представляет собой культура, связано со странствиями младшего Диониса.... И когда младший Дионис нашел свою земную

смерть, его душа излилась в интеллектуальную культуру человечества.... Еще более глубоко, чем все то, что связано с высшим кругом греческих богов, с Зевсом, Посейдоном, Плутоном, Аполлоном, Марсом и так далее, более значительно, чем все это, греки ощущали то, что они скрывали в своих мистериях, соединяя это с образом Диониса.»

Этим затронута духовная сфера основных вопросов питания человека, здорового питания и духовного развития. Вопрос об антропософии выступает в человеке современности как духовная потребность, как голод и жажда в телесно-физическом бытии. Благодаря силам познания, которые дремлют в каждом человеке, в каждой человеческой душе, в мышлении может быть пробуждена воля к познанию, к стремлению, шаг за шагом, через изучение результатов исследований духовной науки выработать основные элементы антропософии и так сформировать собственные органы познания, чтобы их внутренний свет помог разгадать загадки бытия на практике, вплоть до повседневной жизнедеятельности Виты-Софии.

Вопрос о питании может привести по пути антропософского познания к истинному искусству познания и тем самым к действительному искусству питания. Потому что питательные субстанции, которым человек обязан живостью, здоровьем и сохранением своей телесной природы, имеют не только физически-вещественную природу, в той же мере, как и человек в своей сущности имеет не только вещественно-телесную, но

телесную, эфирную, душевную и духовную природу.

И в особенности для каждого, кто ищет достойного человека способа питания, который, в соответствии с его индивидуальностью стремится не к общепринятому, но индивидуальному пониманию сущности питания, сущность Я, тайна собственного Я, как сущности его душевно-духовной природы, является самой внутренней максимой для собственного здоровья, душевно-духовной свободы и развития. Благодаря этому способ питания становится ступенью самовоспитания. Через «моральную фантазию» в смысле «Философии свободы», ¹⁴ он становится социально-моральной ответственностью человечества.

С другой стороны, эта ответственность человечества может вырасти только из фундаментально новой ориентации искусства сельского хозяйства. Оно было представлено Рудольфом Штайнером в последний год жизни и деятельности (1924) и с тех пор плодотворно и целебно действует во всех частях Земли. («Geisteswissenschaftliche Grundlagen zum Gedeihen der Landwirtschaft», 7 - 16 июня 1924 года, GA 327). («Духовнонаучные основы успешного развития сельского хозяйства», «Духовное познание», 1997).

Основы ориентированного по-новому сельского хозяйства во всех областях: в лесничестве, в разведении трав, клевера и лугов, устройстве ландшафта (в смысле общей заботы о природе и гигиены природы), в полеводстве и садоводстве

вплоть до областей современного здорового, отвечающего требованиям жизни и духа разведению животных и растений.

Земля, как «мать-Земля», как «почва» и одновременно живой совокупный организм, является основой физически-телесного, а также душевно-духовного развития человечества. Эта Земля как «звезда среди звезд» превращается благодаря усилиям творчески созидających людей, благодаря подготовке пищи и плодородию, одновременно в место пребывания космического Я.

Изменения питания человечества в 20-м веке и в будущем

I

Тот, кто в начале столетия путешествовал по Европе, не только наблюдая за жизнью крупных и портовых городов, но и проникая в глубины ландшафтов по дорогам и рекам страны, тот в каждой хижине, в крестьянском или горняцком доме, у рыбаков или альпийских пастухов, под каждой крышей мог ознакомиться с многообразием природной и культурной жизни. Так, во всех странах Европы была высокая дифференциация образа жизни в культуре еды. В каждой трапезе отдельный человек переживал еще пульс, ритм времени дня и года.

Региональный характер сельского хозяйства и климата был запечатлен во всех работах и в личном образе жизни. Он сплетал языковые и исторические своеобразия народа в созвучие с элементами великой природы. Тропинки от двора ко двору, дороги от деревни к деревне, речные долины от города к городу еще не были пронизаны и вытеснены сетями скоростных железных дорог, системами автомобильных дорог и закованными в бетон речными берегами.

Подумайте только о том, как получали свои

названия «гостиницы», основанные монашескими орденами, рыцарями и ганзеатами: Орел, Лев, Бык, Овен, Лебедь, Звезда, Ангел, - по созвездиям на небе, чтобы образно запечатлеть во всем перемещении путешествующих торговцев и извозчиков космически упорядоченный ход Солнца, Луны и планет, а также жизнь крестьянина и природы.

Чередование нужды и изобилия побуждало к бережливости и стремлению к созданию запасов и уважению к малостям. Подумайте, какого расцвета жизни удавалось снова и снова достигать всем странам Европы со времен переселения народов, даже после периодов нашествий гуннов и монголов, Тридцатилетней войны.

Равновесие лесоводства, лугов и скотоводства, земледелия, садоводства и огородничества сохранилось во всей Европе, несмотря на региональную односторонность, климатические и исторические условия, не в последнюю очередь благодаря природному опыту, сформированному культурой кельтских, германских, славянских и романо-итальянских народов. Все это придало на протяжении веков постоянные черты скромного, здорового образа жизни и способу питания.

Импорт табака, кофе, алкоголя, выращивание картофеля, сахарной свеклы или кукурузы поначалу не могли потрясти систему питания, включавшую в себя молочную пищу, хлеб, фрукты, овощи, мед и естественные приправы. Несмотря на некоторую бедность и нищету в селах или роскошество в городах, несмотря на региональ-

ные неурожаи или тяжелые времена, наступавшие в результате природных катастроф, пожаров или войн, культура жизни процветала, оберегаемая старательными руками человека.

Колониальная торговля товарами, плодами и сокровищами разных континентов двигалась еще по путям античных культур, соединяя моря и сушу культурами побережья. Все устремления торговцев воспользоваться кораблями, караванами и повозками находились в руках лично-индивидуального жизненного опыта и «сопровождения».

Нет сомнения в том, что после начала нового времени, после «открытия Нового Света» в 15-ом веке, еще на протяжении нескольких столетий продолжал существовать импульс античных культур. Однако в духовном предопределении сил германских, англосаксонских народов лежало стремление направить свои разум и силы воли на внешний неорганический чувственный мир: измыслить материально-механическую, физико-химическую картину мира и использовать для развития техники, машинной индустрии и транспортной цивилизации.

Во все области естественных наук, в особенности в биологию и физиологию, проникли аксиомы неорганического исследования в ботанике, зоологии, антропологии. Математика, эксперимент, законы природы определяли прогресс, технической динамикой машин пронизаны жизненные взаимосвязи. Эволюция, как естествен-

ное развитие всей жизни, так встраивается в цепочки каузальности или произвол случая, что и генетика живого, душевного, духовного входит в абстрактные схемы молекулярного механизма.

Уже в начале добычи соли, угля и руд в Европе, а также в ходе строительства городов и судов для флотилий, произошло первое вмешательство в экономические устои лесных запасов. Дерево превратилось в техническое «сырье» для возникающего, уже не ремесленного, а все более индустриального, то есть не из жизни ремесленников, но из возникающей городской промышленности, машинного производства. Крупные области, поросшие лесами, например, Нижняя Саксония, пограничный административный округ (в сочетании с добычей соли, солеварением, судостроением, созданием угольных шахт и железных дорог) за последние столетия превратились из естественно-экологической структуры смешанных лесов в «быстрорастущие» монотонные сосновые, еловые и пихтовые «лесонасаждения», со всеми последствиями, которые лишь теперь проявляются в виде снежных бурь, снежных лавин, тотальных повреждений, вызываемых грибковыми заболеваниями и насекомыми.

Из-за происходящих в последнее время изменений в земледелии (картофель, сахарная свекла, кукуруза) быстро разрушилась структура древнего «трехполья» (озимые культуры, яровые культуры, пары) в ходе «землеустройства», общего дренирования, ликвидации систем рвов и живых изгородей. В конце концов, основным масшта-

бом для «освоения» крестьянских ландшафтов во всех странах Европы становится сеялка и уборочная машина огромных размеров. На востоке Германии сельское хозяйство становится жертвой механизированной, коммунальной колхозной системы. Новые формы высокопродуктивного содержания определяют цели животноводства. Смешанное содержание домашнего скота распадается на крупные фермы для массового выращивания скота молочного, мясного направления или птицы.

Одновременно с введением техник удобрения с использованием химических, неорганических удобрений во всех областях сельского хозяйства (одинаково для полеводства, садоводства и овощеводства) исчезают проверенные способы растениеводства, выработанные в течение долгого времени. Стандартные типы, ограниченные техническими размерами, числом и весом, определяют международный рынок.

Так же, как в результате развития молочной промышленности все молочные продукты были оторваны от непосредственного «источника производства» в крестьянских хозяйствах, так и в выращивании зерновых культур происходит дифференциация, односторонний рост монокультур: выращивание ячменя для пивоварения, выращивание пшеницы для производства хлеба (крупные мукомольные заводы), кукурузы для кормовой индустрии, для переработки крахмала и белка. Производство льняного, рапсового, подсолнечного и оливкового масла привели к получе-

нию новых жировых продуктов (маргарин), использование соломы и древесной целлюлозы - к производству бумаги и промышленному производству тканей. «Денатурализация» натуральных продуктов пронизывает все области человеческих потребностей: шерсть, кожа, льняное волокно, хлопок, шелк. Колоссальное освоение минерального сырья: угля, руд, кремния, мела, глины, солей, в особенности нефтяных и угольных месторождений, приводит к грандиозному росту надземного и подземного строительства, возникновению системы всемирного сообщения, через нее к системе мировой торговли, охватывающей весь земной шар. И в этот процесс преобразования проецируются, сначала постепенно, а затем со стремительным ускорением, технические силы: вакуума, электричества, магнетизма, ядерной энергии.

Постепенно основные понятия естествознания пронизывают области человеческой жизни. Экспериментальные анализы веществ, абстрагированные на атомарном-молекулярном уровне в системе химических элементов, синтезируют новые «искусственные» материалы и «качества материалов», выпадающие из высшей экосистемы природных царств, - так же, как сама машина действует не как природный продукт, а как продукт разума человека. Из недоступных чувственному восприятию энергетических областей (электромагнетизм, ядерная энергия) вводятся в употребление чувственно не воспринимаемые, и действующие только в физико-механическом силовом

вом поле материального мира «подъестественные» силы, что все больше подменяет собой телесно-физическую силу человека, человеческую волю.

II.

С учетом размеров творческого наследия Рудольфа Штайнера и разнообразия его тематики кажется особенно примечательным, что он в 1882 году, в возрасте двадцати одного года, посвящает свою первую публикацию теме: «Единственно возможная критика атомистических понятий» (раннее произведение, позднее, в 1890: «Атомистика и ее опровержение»). В 1924 году он писал в своей биографии¹⁵: «Для меня все менее важно становилось то, чтобы атомы в чисто механической и прочей деятельности были приняты внутри материального процесса. Мне было важно, чтобы мыслящее рассмотрение исходило из атомистических, мельчайших образов мира и искало переход к органическому, к духовному. Я видел необходимость исходить из целого».

Этот исходный посыл, - исходить из целого приводит к основательной, тщательной дисциплине проникновения мыслительного процесса и созерцания, т.е. процесса наблюдения, в научном эксперименте, так, как это уже разработал Гете в сочинении «Опыт как посредник между объектом и субъектом». В 1920 году в цикле докладов «Духовно-научные импульсы развития физики»¹⁶ перед физиками, химиками и математи-

ками Рудольф Штайнер сможет высказать высокий постулат для универсальной системы современного исследования природы: «Благо будет состоять только в том, что вначале найдется некоторое число людей, которые познакомятся с необходимыми методическими последствиями истинного понимания сущности физических явлений, и что эти люди займутся тем, чтобы делать оборудование для экспериментов, даже инструменты для экспериментов, таким образом, чтобы постепенно вникать в суть. Нам действительно требуется не просто преобразование нашего мировоззрения в понятиях, нам самим необходимы сегодня исследовательские институты в нашем смысле. Нам не удастся так быстро как это необходимо, достичь людей с позиций антропософии, если, с другой стороны, мы не сможем выбить привычные сегодня мыслительные конструкции из наезженной колеи тем, что мы просто при помощи опытов могли бы показать людям «, что мы говорим о вещах, правильно», как сегодня физик в состоянии показать человеку, при помощи того, что ему уже производят фабрики, показать воочию, что то, что он им говорит, правильно. Однако для этого действительно необходимо, чтобы мы сначала продвинулись к действительно физическому мышлению».

Совершенно неверным было бы предположение, что наступление технической эры в каком-нибудь смысле могло быть отвергнуто антропософией. Скорее именно только благодаря духовным исследованиям Рудольфа Штайнера стало

ясно¹⁷: «Механистические представления учили человека думать в ясных, четких контурах. Человек смог научиться думать в ясных, четких контурах только благодаря тому, что впал в односторонность, формируя себе механистические представления о мире. Односторонние механистические представления чрезвычайно бедны мировым содержанием. В принципе, они содержат в себе мертвое. Однако они являются чрезвычайным воспитательным средством. Это можно заметить и сегодня. Собственно говоря, думать четко сегодня могут только те люди, которые усвоили определенные естественнонаучные представления. Другие думают более или менее расплывчато. Теперь же этому воспитанию, которое человечество усвоило посредством четко контурованного мышления, надлежит обратиться к новым духовным откровениям и рассматривать духовные миры так же ясно, как привыкли рассматривать естественнонаучный мир. Этого требует современная интеллектуальная совесть, и без этого человечество не обойдется, без этого оно не сможет разрешить свои важнейшие вопросы, которые появятся в настоящее время и в ближайшем будущем. Четкое мышление, привычное к самым современным естественнонаучным представлениям, но обращенное теперь к духовному миру, который открывается заново. Это, в принципе, также конфигурация антропософски ориентированной духовной науки. Такой она хочет быть, потому что она рассчитывает на самые необходимые требования современности. Поэтому

она в состоянии спуститься с определенных духовных высот до понимания человека в повседневной жизни. На это следует всегда указывать, что в этом направлении духовная наука хочет быть новой помощью человеку в его трудах и достижениях!»

Тот же самый поворот видит духовно-научное воззрение в всем развитии: из космически обусловленного, а также космически ориентированного натурального хозяйства к современному индустриальному хозяйству. Этот поворот образует прямые основы для современного сознания человека, основы нового сознания для духовно свободных, творческих, социальных импульсов человеческой силы воли, духовных сил человека.

Каким образом этот поворот нового времени повлиял на образ питания человека? Обнаруживается ли в качестве цели праобраз экономики питания и культуры питания, определяемый человеком, а не машинами? Несомненно, сразу же возникает вопрос: несут ли еще в себе результаты исследований и рекомендации духовной науки, полученные в первой трети нашего столетия зародыши действенности для предстоящего нам развития? — Именно поэтому здесь представлены те доклады и те моменты из них, в которых проявляется широта расчленения способов питания человечества по отношению к природным царствам: субстанции минерального царства, растительного царства, животного царства и сам

человек в его трехчленной организации: нервно-чувственной, ритмической и системы обмена веществ.

Также для развития отдельного человека мы находим четкое изложение аспектов возрастных периодов, в особенности, как способ питания физически-телесно действует непосредственно в душевно-духовном существе человека. Тем самым становится ясным общий культурно-человеческий аспект здоровья и воспитания. Да, легко заметить, где в особенности можно найти значение индивидуальной свободы для питания человека. Этому противостоят те прямо-таки ужасные ситуации принуждения, которым было подвергнуто население целых континентов в результате катастроф двух мировых войн в течение многих лет. В годы первой мировой войны и трудные послевоенные годы Рудольф Штайнер давал бесконечное количество советов для восстановления поврежденной голодом конституции детей, больных и взрослых. Доклады, например, доклад о гриппе и детском параличе¹⁸, советы по применению мероприятий в области диетологии и терапии в отношении субстанций и сил, разнообразные инструкции на семинарах для коллегии учителей Свободной Вальдорфской школы, а также все доклады по вопросам медицины и здравоохранения того времени содержат основные аспекты для человековедения, соответствующего современным условиям, для всех областей современного культурного населения.

Разве не наблюдаем мы крупнейших противоречий в динамике всемирной экономики: с одной стороны, расцвет машинно-индустриального производства в том числе в области производства продуктов питания; механизм трансатлантического судоходства, воздушного сообщения, систем скоростных дорог по всем странам позволяет на всех континентах осуществлять циркуляцию товаров вплоть до центров потребления. Однако с этим связаны два революционных для питания человечества момента: торговля стала действительно мировой, все многообразие товаров со всех континентов одновременно поступает в продажу по всему миру. Этот приток застывает в огромных продуктовых складах как резерв, независимый от времени года, как запас. Необходимы все мыслимые техники консервирования, чтобы исключить быструю порчу в результате увядания, гниения, брожения и т.д. в условиях многократной смены климата. В особенности холодильное оборудование денатурирует продукты замораживанием (или продолжительным охлаждением). Наконец, химическим образом форсированные, гипертрофированные растительные и животные продукты, воздействие на которые началось уже при выращивании или в материнской утробе (манипуляции с качеством телячьего, говяжьего, свиного, птичьего мяса) поступают на бесчисленные оптовые рынки: избыток продукции, избыток предлагаемого товара, консервирование вплоть до рационализации планирования меню! Гостиничная и ресторанная

индустрия продолжает то, что начато в консервной, хлебопекарной, мукомольной, сахарной, соляной и пряниковой промышленности: человек стоит перед горой того, что предлагает ему экономика, как в сказочной стране, совершенно беспомощный, - если только не развивается действительно широкое сознание в отношении субстанций и качества, а также географическое расширение и внутреннее углубление познаний относительно сфер жизни планеты Земля. - Как может возникнуть та описанная выше индивидуализация «натурального хозяйства», как можно сохранить ее, чтобы при этом общие максимумы эксплуатации природы не открыли все шлюзы для уничтожения Творения? За короткое время будут исчерпаны резервы жизнеспособности Земли и плодородия, возраст которых составляет тысячелетия. Водная, ветряная, высокотемпературная эрозия, наводнения (вызванные уничтожением лесов в горах) угрожают центрам плодородия почвы.

С другой стороны, такой усиленно технизированной индустрии противостоят миллионные народы примитивных ранних форм культуры: «третий мир» «голодной планеты».

Сюда направлены основные импульсы духовного исследования для создания нового порядка в земельном праве, для индивидуализации всех областей сельскохозяйственного первоначального производства.

Лозунг «Назад, к природе», был бы ошибочен. Конечно, эффективность разделения труда как в

техническом производстве, так и в живой области производства пищевых продуктов, в определенной мере признается; конечно, силы машин различным образом вмешиваются во многих отраслях, от посева до уборки урожая; конечно, переработка первоначальных продуктов в промышленности, торговый транспорт и перевозки вмешиваются в потоки обеспечения потребностей человечества. Однако можно ли по-прежнему оправдывать использование неорганических, химических удобрений для почвы и растений для количественного увеличения производства, наблюдая при этом все большую их беззащитность перед вредителями?

III.

Когда Рудольф Штайнер открыл бывшие до тех пор неизвестными колоссальные взаимосвязи природных царств и динамически действующих в них сил, стало возможно, при помощи новых методов удобрения и ухода за почвой выдвинуть новые требования к качеству пищи человека. Опыты на поле биодинамического хозяйствования, движения «Деметра» с 1924 года во всех частях земного шара, оправдывают ожидание, которое могло возникнуть в начале века благодаря духовному исследованию антропософии. Земледелие, животноводство, садоводство и огородничество, лесное хозяйство и уход за ландшафтом нашли свое место в общем «росте природы». Да, только из него можно разработать со-

вершенно новые, отвечающие запросам действительности, основы производства питания. Индивидуальность самого сельского хозяйства создает из себя здоровые, то есть гармонично-стабильные практические основы для всей экономики. Одновременно, однако, «равноправно» учитываются различные потребности людей: вегетарианство, т.е. растительная пища, питание с использованием молочных продуктов и мясное питание различного вида могут быть равномерно сформированы из гармоничного согласования всех отраслей. Именно из эффективности ассоциативного согласования становится возможным экономическое планирование, вплоть до разумного и соответствующего требованиям действительности ценообразования.

Если же задуматься о том, какой разрыв сегодня наблюдается, например, между догматическим вегетарианством, сыроедением, ростом употребления мяса в широких слоях населения, наряду с резким повышением употребления алкоголя, табака и наркотиков, с одной стороны, - и ужасающим голодом, нехваткой самого необходимого для развития современного телесно-душевного самосознания во всех частях Земли, с другой стороны, то очевидно, что такая кричащая пропасть между безудержным растранижением пищевых продуктов и возбуждающих средств и голодом вызывает к созданию нового образа человека. Не из абстрактной идеи «борьбы за существование», а из рассмотрения трехчленности социального организма, из трехчлен-

ности существа человека, состоящего из тела, души и духа, одаренного разумом и моралью существа, может возникнуть новый образ человека!

Насколько сильно антропософия возвышает человека в центр рассмотрения не как продукт экономики, а как свободного творца всего хозяйствования, в соответствии со значением Я и Я-сознания, это придает самому хозяйствованию, также всем социальным образованиям в экономической, правовой и духовной сферах характер будущего социального творчества человечества, где в постоянном внутреннем взаимопроникновении будут господствовать свобода в духовной жизни, равенство в правовой жизни, братство в экономической жизни.

Давать и принимать питание - эти действия могут вырасти из свободного стремления познания, серьезное исследование становится основой для сил раскрытия любви и сострадания со всем земным творением и благоговением перед тем высшим космическим мировым порядком, из которого для человечества проистекают источники телесно-душевно-духовной жизни и сохранения существования.

ПРИМЕЧАНИЯ

Курта Т. Вильмана

Доклад, 8.1.1909

«Говоря с духовной точки зрения, мы должны именно в развитии внутренней деятельности усматривать собственно развитие внутренней жизни».

«Я говорю, имея в виду общую природу человека; однако с нею нужно обращаться сугубо индивидуально».

«Человек имеет возможность мудро выстроить свой организм, может содействовать тому, чтобы раскрыть свободные, самостоятельные, внутренние силы».

Этот доклад об индивидуальной диететике свободы, по сравнению с непосредственно предшествовавшим (доклад 9, том I), являет собой прекрасный пример, как многообразно и в то же время суверенно Рудольф Штайнер формирует новые результаты духовного исследования. Поэтому он должен открыть том II.

¹ Людвиг Фейербах (1804 - 1872), философ, один из основателей материалистического мировоззрения. Сравните: Штайнер, доклад от 17.12.1908, здесь - том I, доклад 1.

² В сельскохозяйственном курсе «Духовнонаучные основы успешного развития сельского хозяйства» (1924) Рудольф Штайнер изложил учение о питании и кормлении животных (сравните 2-й, 7-й и 8-й доклады, а также соответствующие высказывания, GA 327). На русском языке: «Духовное познание», 1997.

³ О четырехчленной сущности человека: смотрите основополагающее произведение Рудольфа Штайнера «Теософия. Введение в сверхчувственное познание мира и назначение человека» (GA 9).

⁴ Смотрите примечание 2: Сельскохозяйственный курс, конец 7-го доклада о растениях и животном.

⁵ Смотрите том II, 7-й доклад: Воздействие алкоголя на человека.

⁶ Гете: «Beherzigung»: «Eines schickt sich nicht für alle! / Sehe jeder, wie er's treibe, / Sehe jeder, wo er bleibe, / Und verstehe, dass er nicht falle!» GA 18.

Доклад, 4.11.1905 г.

Для нижеследующих записей содержания доклада в еще большей степени действительны те ограничения, к которым необходимо прибегать докладчику вообще по отношению к записям в соответствии с указанием: «По записи, не просмотренной докладчиком...» Однако тот, кто читает эти частные печатные экземпляры, может принимать их в самом полном смысле как то, что может сказать антропософия.

... Необходимо лишь указать, что в не просмотренных мною документах могут встретиться ошибки («Мой жизненный путь», 35-я и 36-я главы, GA 28). Содержание тома GA 93а: «Основы эзотерики», откуда взят доклад, обозначены как «Записки об эзотерическом курсе из 31 доклада». Выбранный здесь доклад является предпоследним в этом курсе. Однако он должен восприниматься в последовательности взаимосвязи тома I и II в этом месте, потому что его содержание имеет огромное значение для антропософского познания питания человека, определяемого Землей и Космосом.

⁷ Доклад, 3.11.1905, в: «Grundelemente der Esoterik» (GA 93 а). См. «Основные элементы эзотерики», «Духовное познание», Калуга, 2000.

⁸ Это текст в записи Матильды Шолль. А Мария Штайнер-фон Сиверс в этом месте записала, что древние целители «пробуждали в себе целебные способности, именно для психических болезней».

⁹ При помощи духовнонаучного исследования ясновидящее сознание может с пониманием проникнуть в события доисторического развития Земли и человечества. В антропософии эта духовная способность посвященных обозначается как «чтение летописи мира». Смотрите Р.

Штайнер: «Из летописи мира» (GA 11, Калуга, «Духовное познание», 1992) и «Очерк тайноведения» (GA 13). «Лемурийской эпохой» здесь называется третья коренная раса развития человечества. «Этот (лемурийский) континент лежал на юге Азии, но простирался примерно от Цейлона до Мадагаскара. Сегодняшняя южная Азия и части Африки относились к нему» (глава «Лемурийская раса», GA 11). За лемурийской последовала четвертая, атлантическая, за нею пятая, послеатлантическая корневая раса. Наше настоящее представляет пятую подрасу, т.е. культурную эпоху пятой корневой расы.

¹⁰ См. «Из летописи мира (Калуга, «Духовное познание», 1992), глава: Выхожение Луны.

¹¹ См. «Из летописи мира (Калуга, «Духовное познание», 1992), глава: Начало современной Земли. Выхожение Солнца.

¹² Смотрите там же, глава: Наши атлантические предки.

¹³ О пятой человеческой расе = коренной расе ср. там же главу: Послеатлантическое развитие Земли и человечества.

¹⁴ Сравните наше послесловие: Дионис старший, Дионис младший.

¹⁵ Четвертая послеатлантическая подраса - это греко-римская, третья - египетско-халдейско-вавилонская, вторая - праперсидская, первая - праиндийская культурная эпоха человечества.

¹⁶ Три высших духовных сущностных члена человека: Атма, Буддхи, Манас. См. «Теософия. Введение в сверхчувственное познание мира и назначение человека. «Духовное познание», Калуга, 1995).

¹⁷ Имеется в виду в смысле живо-спиритуальной, синтетической алхимии будущего, а не современной, неорганической-аналитической, материальной химии.

¹⁸ Смотрите R.Steiner: «Geisteswissenschaftliche Menschenkunde» (GA 107), доклад Wesen und Bedeutung der zehn Gebote.

¹⁹ «Сатурн»: имеется в виду так называемая полярная коренная раса, первая коренная раса эволюции Земли. Вторая называется гипербореяская коренная раса,

смотрите: «Из летописи мира» (Калуга, «Духовное познание», 1992), глава: Гиперборея и полярная эпохи.

²⁰ Смотрите там же. Глава: Наши атлантические предки.

²¹ Славянские народы, т.е. шестой подрасы североатлантической, пятой коренной расы.

²² Фердинанд Лассаль (1825 - 1864), немецкий публицист и рабочий вождь. Карл Маркс (1818 - 1883).

²³ Эрнст Геккель (1834 - 1919), обосновывает теорию происхождения человека от обезьяноподобных предков. Смотрите Р.Штайнер: «Haeckel, Die Weltrdtzel und die Theosophie», in: «Die Weltrdtzel und die Anthroposophie» (GA 54).

²⁴ Князь П.А.Кропоткин (1842 - 1921), М.А. Бакунин (1814 - 1876), А.И.Герцен (1812 - 1870): русские революционеры.

Доклад, 20.03.1913

«И те изменения, которые эти оболочки человека претерпевают под влиянием эзотерики или антропософии, которой серьезно занимаются экзотерическим образом, следует обсудить по порядку». (Стр. 1 в данном файле)

«В антропософии важно не просто то, что соответствующие истины сообщаются в книгах и речах, а здесь важно, как они написаны и как о них сообщают» (стр. 8, предпоследний абзац)

Доклад, 21.3.1913

«Это нечто, что в определенном отношении действительно постепенно душа, которая развивается антропософским или эзотерическим образом, может пережить на себе, что она с растительной пищей принимает в себя в определенном отношении не нечто земное тяжелое, а нечто, присущее Солнцу, то есть центральному телу всей системы планет».

«Растительная пища такова, что она возбуждает в

организме те силы, которые устанавливают некую связь между человеком и всей планетарной системой.

«Итак, в любом смысле интересно увидеть, как эти вещи взаимосвязаны с космическими тайнами и как, благодаря знанию этих космических тайн, можно проследить собственно действие питательных веществ в человеческом организме».

«Через свой мозг он как бы принадлежит ко всему звездному небу, своим сердцем и всем тем, что сюда относится, он принадлежит к Солнцу, своей системой пищеварения и всем, что к ней относится, в другом смысле, он - земное существо».

²⁵ Смотрите Р.Штайнер: «Das Hereinwirken geistiger Wesenheiten in den Menschen» (GA 102); См. «Воздействие духовных существ на человека», «Духовное познание», Калуга, 2000. «Die Geisteswissenschaft im Umriss» (GA 13); «Geisteswissenschaft und Medizin» (GA 312); См. «Духовная наука и медицина», «Духовное познание», Калуга, 2000. Lothar Vogel: «Der dreigliedrige Mensch», Kap. : Der Rhythmische Organismus. Der Kreislauf. Der ätherische Kreislauf.

²⁶ «Die geistige Führung des Menschen und der Menschheit» (GA 15).

²⁷ Смотрите R. Steiner: «Der Mensch im Lichte von Okkultismus. Theosophie und Philosophie» (GA 137), 7-й доклад.

²⁸ Смотрите доклады, следующие за данным, 22 - 29.3.1913, тот

Доклад, 9.11.1923

Доклады, вышедшие под названием «Эзотерические размышления» «Человек, как созвучие творящего, формирующего и созидającego слова мира» содержат в первой части: взаимосвязь мировых отношений, земных отношений и мира животных с человеком; во второй части: внутренняя взаимосвязь явления мира и сущности мира; в третьей части: «Растительный мир и элементарные духи

природы; в четвертой части: Тайны человеческой организации. К нему относится содержание следующих обих докладов от 9 и 10.11.1923.

Доклад от 11.11.1923 (Источники духовно-морального в человеке, человеческое понимание и любовь) ведет к вершине этого цикла и переходит в последующем цикле «Mysteriengestaltungen» (23.11 - 23.12.1923, GA 232) к событиям Рождественского собрания (основание Всеобщего Антропософского общества и учреждение Свободной Высшей школы в Гетеануме в Дорнахе).

²⁹ Смотрите доклад того же цикла (GA 230) от 11.11.1923.

³⁰ Смотрите: «Initiations-Erkenntnis» (GA 227), доклад 3-й.

³¹ Смотрите: «Das Miterleben des Jahreslaufes in vier kosmischen Imaginationen» (GA 229), 1-й доклад, 13.10.1923.

³² Смотрите: «Geisteswissenschaft und Medizin» (GA 312), «Geisteswissenschaftliche Impulse zur Entwicklung der Physik» (GA 321). Теплота на границе положительной и отрицательной материальности, доклады 6-й - 8-й и 10-й.

³³ Смотрите доклад от 10.11.1923 (GA 230).

³⁴ Смотрите: «Эфиризация крови», доклад, 1.10.1911; в: «Эзотерическое христианство и духовное водительство человечества» (GA 130).

³⁵ Здесь Рудольф Штайнер представляет то, что он впервые подробно развивает в Пенненмауре/Уэльсе о процессах космического питания с позиций духовной науки. Смотрите «Initiations-Erkenntnis», (GA 227), 5-й доклад.

³⁶ Это предложение составляет центральную основную колонну во взаимосвязи содержание нашего II тома, который рассматривает космически-земное питание.

³⁷ Сравните том I, 3-й доклад, 16.9.1922.

³⁸ Смотрите следующий доклад.

³⁹ Духовные, высшие иерархии, это «высшие, духовные существа», стоящие над людьми. Учение об иерархиях великого Посвященного Дионисия Ареопагита из школы апостола Павла, заново обосновано духовной наукой

Рудольфа Штайнера, антропософией. Христианские имена 1-й иерархии: Серафимы, Херувимы, Престолы названы «Духами силы»: Духи любви, гармонии, воли; 2-й иерархии: Кириотетес, Динамис, Эксузиан - «Духами света»: Духи мудрости, движения, формы, и 3-й иерархии «Духами души»: Прана́чала или Духи времени, Духи личности, - как Духи огня или Духи народов, - как Духи двойного света, сыновья жизни. Смотрите также: «Духовные иерархии и их отражение в физическом мире» (GA 110); «Духовные сущности в небесных телах и природных царствах» (GA 136); «Очерк тайноведения» (GA 13).

⁴⁰ Ссылка на работу «Всемирная история в антропософском освещении и как основа познания человеческого Духа» (GA 233), 7-й доклад: «Только через рассмотрение физического тела невозможно найти даже самое незначительное целительное средство».

⁴¹ Смотрите: «Здоровое развитие телесно-физического как основа свободного раскрытия душевно-духовного» (23.12.1921 - 7.1.1922; GA 303). «Духовное познание», 1995

⁴² Смотрите: «Оккультная физиология» (GA 128).

⁴³ «Grundlegendes für die Erweiterung der Heilkunst» (GA 27), Kap. VI.: Blut und Nerv; Kap. VII.: Das Wesen der Heilwirkungen.

«Это - минеральное; это минеральное поступает в человека. В человеке оно через жидкое и так далее превращается в тепловой эфир; здесь - тепловой эфир. Этот тепловой эфир имеет максимальную склонность к тому, чтобы воспринимать те силы, которые излучаются из мировых далей. Итак, он воспринимает силы Космоса. И эти силы Космоса формируются как духовные силы, которые здесь одухотворяют превращенную в тепловой эфир земную материю».

«Сначала смотрят внутрь, в человеческую природу, если знают, что все, что воспринимается извне, должно быть основательно переработано. Поэтому, если вы

возьмете внешнее вещество и захотите проверить его в отношении его ценности для жизни человека, тогда вы при помощи обычной химии сначала вообще не сможете сделать это, потому что вам нужно знать, сколько сил человеческий организм должен затратить, чтобы довести внешнее минеральное вещество до летучести теплового эфира. Если он не может сделать это, тогда это внешнее минеральное вещество откладывается в нем, становится тяжелым земным веществом, прежде чем оно переходит в тепло, и пронизывает ткани человека, как неорганическое вещество, оставшееся чуждым человеческому организму».

⁴⁴ Сравните примечание 43, глава VIII: Деятельность в человеческом организме. Diabetes melitus.

⁴⁵ «:Die Geheimwissenschaft im Umriß» (GA 13), Kap.: Die Welteinwirkung und der Mensch».

⁴⁶ Смотрите стр. 73

⁴⁷ «Камалока» = место страстей. См.: «Теософия. Введение в сверхчувственное познание мира и назначение человека» (GA 9), «Духовное познание», Калуга, 1995. Глава: Три мира, II Душа в душевном мире после смерти. Семь ступеней очищения души.

Доклады, 8 и 13.1.1923 г.

«Поэтому нужно начинать уже с медицины, чтобы привести социальную жизнь в определенное русло».

Оба доклада о воздействии алкоголя, никотина и абсента составляют определенное единство и показывают, как близко употребление пищи и тем более возбуждающих средств подводит к социально-медицинской области. В послесловии, помещенном выше, подробно рассматривались взаимосвязи гигиенического оккультизма, в особенности для населения Центральной Европы. В духовно-историческом смысле знаменательно, что Рудольф Штайнер заложил основы для этого духовного развития в своих значительных докладах для рабочих Гетеанума. В них науч-

но и с непосредственной сердечностью, свежестью и меткостью могли быть изложены самые сложные вопросы общего оздоровления народа для здорового человеческого разума трудящихся людей современности, и именно на основании того же Духа, который умеет овладевать самыми широкими областями философии, эволюции и космологии.

⁴⁸ Сравните том I, 3-й доклад (16.9.1922): Образование алкоголя в пищеварении; и здесь 2-й доклад (4.11.1905): Изготовители вина.

⁴⁹ В предыдущих докладах того же цикла (GA 348, 23.12.1922 - 5.1.1923).

⁵⁰ В докладе от 16.12.1922 этого цикла.

⁵¹ Остеокласты: огромные подвижные клетки, которые энзимами разрушают костную ткань.

⁵² Смотрите: «Geisteswissenschaftliche Menschenkunde» (GA 107), Vortrag vom 16/11/1908: Wesen und Bedeutung der Zehn Gebote.

Подробный обзор содержания

Вопросы питания в свете духовной науки
Мюнхен, 8 января 1909 г.

«Что нам нужно есть, чтобы не быть тем, что мы едим».

«Говоря с духовной точки зрения, мы должны именно в развитии внутренней деятельности видеть собственно развитие внутренней жизни».

Физический и духовный свет, внутренняя жизнь.

Надлежащий образ внутренней подвижности - это то, что должно давать нам основу для правильного ответа на вопрос о питании.

Индивидуальный подход к смешанному растительному и животному питанию.

Воздействие чрезмерного употребления мясной пищи. Воздействие никотина на астральное тело.

Молоко и психические целительные силы.

Развитие форм питания
Берлин, 4 ноября 1905 г.

Выхождение Луны и разделение полов. Древняя форма питания на Земле. Превращение в употребление молока: лунная пища. Долемурийская эпоха. Солнечная пища. Человек как перевернутое растение. Сыновья Луны, сыновья Солнца. Йегова как питающая природная сила. Авель - Каин. Лемурийцы-атланты.

Питание мертвым и эгоизм. Народы-охотники. Тело животного и корень растения. Солевая пища.

Питающиеся молоком, питающиеся плодами, изготовители вина. Инициация воды. Культура Диониса. Культура виноделия у персов. Евангелист Иоанн: превращение воды в вино... вина в воду. Символ причастия: хлеб и вино.

Будущее: восхождение к минеральной пище. Животная пища, растительная пища, минеральная пища. Восточные «заповеди»: «Ты не должен требовать, чтобы вещества действовали иначе, чем они действуют!»

Питание и оккультное развитие
Гаага, 20 марта 1913 г.

Формирование растения - растительная пища - животная пища.

Алкоголь. Виноград - мякоть плода - сила зародыша.

Наше собственное духовное Я и контр-Я. Противостояние алкоголя.

Внутреннее переживание пищевых продуктов и возбуждающих средств.
Гаага, 21 марта 1913 г.

Молоко как специфически земное. Растительная пища и силы космической связи человека со всей планетарной системой, солнечной системой, солнечным светом. Животная пища и земное тяготение.

Индивидуальные и наследуемые обстоятельства человека относительно способа питания.

Вегетарианство и молочная пища.

Связь с земным-человеческим родства с Землей. Животный белок (куриное яйцо) и косвенное космическое, особое влияние Луны.

Построение животной жировой субстанции. Построение субстанции крахмала и сахара.

Здоровый эгоизм и морально-духовная самоотверженность: здоровый взгляд на Землю. Характер личности человека. Возбуждающие средства: воздействие кофе и чая. Употребление чая и шарлатанство. Шоколад и филистерство.

Сердце и Солнце - мозг и звезды - система пищеварения и Земля.

Созвучие человека с Землей и окружением благодаря духовному развитию.

Питание, исцеление, духовное развитие

Дорнах, 9 ноября 1923 г.

Развитие нервно-чувственное, развитие дыхания-циркуляции крови, развитие обмена веществ, развитие движения.

Минеральное и теплота крови: тепловой эфир. Растительное и внутренний воздушный образ. Животное и внутренняя водянистая форма. Человеческое и внутренняя твердая форма.

Истечение эфира во всем человеческом организме посредством углерода. Космические формирующие импульсы

Болезнетворное в процессах обмена веществ. Птиалин, пепсин, трипсин, поджелудочная железа, лимфа, желчь, почки и т.д.

Исцеляющее процессов циркуляции. Изменения циркуляции посредством определенных веществ. Ритм дыхания как укрощение ритма циркуляции:

начальный процесс исцеления. Кольцо Сатурна как кружащееся здоровье.

Силы духовного развития человека. Традиционная система целительства. Целительство (медицина) и искусство воспитания (педагогика).

Процессы крови - нервные процессы, воспаления - образование опухолей.

Процессы образования руд. Трехступенчатый подъем мира.

Одухотворение субстанции

Дорнах, 10 ноября 1923 г.

Одухотворение превращенной в тепловой эфир материи Земли. Огненная природа в человеке. Фосфорнокислая известь в человеке.

Молоко.

Внутренняя проработка веществ и сил. Простуда как отравление.

Корень растения и соли Земли. Прошлое Луны. Цветочное и световые дали Космоса. Живые воспоминания об эволюции.

Растительная пища: стремление назад, в духовные дали Космоса.

Переворачивание. Пища из корнеплодов.

Бобовые.

Одухотворение растительно-вещественного.

Растительное в пищеварении животного. Сфера собственного переживания и способ питания. Молочная пища как пища ребенка, мед как пища старости.

Воздействие алкоголя на человека

Дорнах, 8 января 1923 г.

Алкоголь, циркуляция крови, жизнь страстей.

Жизнь разума и души. Отложение солей мочевой кислоты. Алкогольный психоз.

О фосфоре в человеке. Образование красных и белых кровяных телец в костном мозгу. Наследственные нарушения, вызываемые алкоголем. Употребление кокаина и разрушение сил размножения. Мания преследования. Просвещение и свобода человека. Социальная реформа. Наука и человечность. Уважение к свободе человека.

Воздействие никотина. Растительная пища и животные продукты питания.

Дорнах, 13 января 1923 г.

Воздействие никотина и сердечная деятельность. Ритм сердца и дыхания. Яд и целебное средство. Потребность в кислороде, удушье, чувство страха.

Связь между сердцем и почками. Выделение мочи. Сила мышления. Слишком быстрая оценка. Мысли, схожие с манией преследования. Слабость воли. Старческие явления. Остеофаги.

Способ питания и агитация. Обмен веществ у человека и животных (крупный рогатый скот, лошадь, олень, птицы).

Растительная субстанция, мясная субстанция. Соли мочевой кислоты и формирование мозга. Лошадь и кормление мясом. Население Азии. Вегетарианство. Употребление в пищу мяса. Усталость. Мыслительная деятельность. Диабет.

Об употреблении сахара в Англии, в России, у евреев. Свиное мясо: затруднение переработки сахара.

О кошерном забое скота. Старый Завет, Расовая заповедь и медицина. Карлсбадская вода. Здоровье народа и медицина. Социальная жизнь.

Абсент, нарушения сна, нарушения в крови.

выходит:

Рудольф Штайнер
«Загадки философии.
Исторический очерк»

(На немецком и русском языках)

Т. I. Развитие философской мысли
с греческих времен
до реакционных и радикальных
мировоззрений XIX века.

Мировоззрения греческих мыслителей -
Мыслительная жизнь от начала христианского
летоисчисления до Эригены - Мировоззрения
Средневековья - Мировоззрения раннего периода
развития мысли - Эпоха Канта и Гёте -
Классики миро- и жизневоззрения -
Реакционные мировоззрения - Радикальные
мировоззрения.
(Пер. 528 с., 2002 г.)

Т. II. Философия
в конце XIX - начале XX вв.
Краткое введение в антропософию.

Борьба за дух - Дарвинизм и мировоззрение -
Мир как иллюзия - Отголоски капитализма -
Мировоззрения научной фактичности -
Современные идеалистические мировоззрения -
Современный человек и его воззрение на мир -
Краткий очерк антропософии.
(Пер. 544 с. 2002 г.)

