

Inhalt

Vorbemerkung	7
JÖRGEN SMIT: DER MEDITATIVE ERKENNTNISWEG DER ANTHROPOSOPHIE	9
Einleitung	11
Erhellung und Verstärkung des selbständigen Denkens	13
Die innere Bildfähigkeit in der Erkenntnistätigkeit.	
Übungen auf dem Wege zur Imagination	24
«Leeres» Bewußtsein – die Erweckung der geistigen Wahrnehmungsorgane. Übungen auf dem Wege zur Inspiration	31
Wesensvereinigung. Übungen auf dem Wege zur Intuition	42
Grundsätzliche Fragen. Die Bedeutung des Studiums der Geisteswissenschaft für den meditativen Erkenntnisweg	49
GEORG KÜHLEWIND: DIE SCHULUNG DER AUFMERKSAMKEIT	53
Grundlagen	55
<i>Besinnung auf die Aufmerksamkeit 58 / Besinnung auf das Ich 60 / Besinnung auf den Übungsweg 65</i>	
Das Studium	68
Konzentrationsübungen	79
<i>Denkkonzentration 80 / Wahrnehmungs- und Vorstellungskonzen- tration 84 / Über den Sinn der Konzentrationsübungen 87</i>	
Meditation	90
<i>Das wortlose Verstehen 91 / Sinnen 93 / Der Innenraum der Zei- chen 95 / Symbolbild-Meditation 97 / Wahrnehmungsmeditation oder reine Wahrnehmung 99 / Die Auflösung der Bewußtseinsge- wohnheiten 104 / Der erkennende Wille – die dritte Stufe der Medi- tation III</i>	

RUDOLF TREICHLER: SEELISCHE ENTWICKLUNG UND GEISTIGE SCHULUNG	115
Seelische Entwicklung auf dem Weg zum Geist	117
<i>Menschliche Entwicklung und Rhythmus 117 / Seelische Entwicklung 120 / Das erste Jahrsiebt 121 / Das zweite Jahrsiebt 122 / Das dritte Jahrsiebt 124 / Empfinden und Urteilen 127 / Entwicklungsstörungen des Empfindungsleibes 128 / Das vierte Jahrsiebt: 21–28. Ich-Geburt 132 / Die Empfindungsseele 133 / Entwicklungsstörungen der Empfindungsseele 135 / Geistige Hilfen für das Jugendalter. 137 / Das fünfte Jahrsiebt: 28–35. Die Verstandes-Gemütsseele 142 / Entwicklungsstörungen der Verstandes-Gemütsseele 144 / Vom menschheitlichen Hintergrund 146 / Das sechste Jahrsiebt: 35–42. Die Bewußtseinsseele 149 / Die Krise der Lebensmitte 152 / Entwicklungsstörungen der Bewußtseinsseele 154 / Geistige Hilfen für das Erwachsenenalter 156 / Menschheitlicher Hintergrund 161 / Rückblick und Ausblick 162</i>	
Geistige Schulung und Seelenglieder	164
<i>Empfindungsseele und geistige Schulung 164 / Verstandes-Gemütsseele und geistige Schulung 167 / Bewußtseinsseele und geistige Schulung 171 / Verwandlung der Bewußtseinsseele 175 / Verwandlung der Verstandes-Gemütsseele 180 / Verwandlung der Empfindungsseele 183 / Lebenslauf und Schulungsweg 186</i>	
CHRISTOF LINDENAU: MENSCHENINTERESSE: VOM ÜBENDEN UMGANG MIT DER SOZIALEN FRAGE	195
Vom Gedankenexperiment zur Lebensbeobachtung	199
Sozialität und Antisozialität	204
Zum Verständnis der menschlichen Begegnung	208
Brüderlichkeit, Gleichheit, Freiheit: Keimkräfte der sozialen Dreigliederung	214
Ein neues Menschenbild als Grundlage der Sozialkunst	219
Statt einer Zusammenfassung	224
Anmerkungen	229
Literaturhinweise	239