

Inhalt

Rudolf Steiner: **Der Weg vom Sinnlichen zum Übersinnlichen** S. 5

Die Methode für die Erforschung des Übersinnlichen besteht in einer Umorientierung der Seelenverfassung S. 5 • Das Subjekt der Erkenntnis, der Mensch, wird zum Objekt S. 7 • Das *Denken* wird weiterentwickelt S. 9 • Dies geschieht vor allem in der *Meditation* S. 10 • Wie meditiert man? – Beschreibung anhand von Beispielen S. 11 • Das Denken wird körperfrei S. 13 • Das Erleben von «*Imaginationen*» S. 15 • Die Seelenstimmung wird eine andere S. 17 • Im leibfreien Schauen und Denken gibt es keine *Erinnerung* S. 19 • Abwechslung zwischen «außer sich» und ganz «vernünftig» sein S. 20 • Auf der nächsten Stufe werden *Imaginationen* wieder abgeschafft S. 22 • Durch das «*leere Bewusstsein*» wird das vorgeburtliche Leben erfahren S. 23 • Eine weitere Stufe besteht aus *Willensübungen* – mit Beispielen S. 26 • Das Aneignen von neuen *Gewohnheiten* S. 28 • Moralische und natürliche Ordnung werden eins S. 30 • Durch die intuitive Erkenntnis wird man eins mit anderen Wesen und man hat eine Vorerfahrung des nachtodlichen Lebens S. 31 • Der Sinn des Leitspruchs: «Mensch, erkenne dich selbst» S. 34

Über Rudolf Steiner S. 36