

Vorbemerkungen der Herausgeber . . . . .	9
------------------------------------------	---

*Zur Einführung:*

Carl Unger: Rudolf Steiner und das Wesen der Esoterik . .	13
-----------------------------------------------------------	----

## I

ERLÄUTERUNGEN DER GRUNDBEDINGUNGEN  
ZUM SELBSTÄNDIGEN ERLANGEN  
HÖHERER ERKENNTNISSE  
Notizen von vier Vorträgen

Erster Vortrag, Berlin, 8. Februar 1904 . . . . .	21
Zweiter Vortrag, Berlin, 15. Februar 1904 . . . . .	29
Dritter Vortrag, Berlin, 21. Februar 1904 . . . . .	38
Vierter Vortrag, Berlin, 14. März 1904 . . . . .	44

## II

MEDITATIONSTEXTE  
NACH NIEDERSCHRIFTEN RUDOLF STEINERS

Aufzeichnungen von zwei esoterischen Stunden	
Berlin, 4. Oktober 1905 . . . . .	57
Berlin, 24. Oktober 1905 . . . . .	58
Meditationssprüche, mit denen die esoterischen Stunden jeweils begonnen und geschlossen wurden . . . . .	
	63
Fünf individuell gegebene sogenannte Hauptübungen . . .	93

AUS DEN INHALTEN DER  
ESOTERISCHEN STUNDEN 1904 – 1909

Gedächtnisaufzeichnungen von Teilnehmern

*Zur Einführung:* Die Aufgabe der Geisteswissenschaft

Notizen von einer esoterischen Privatstunde

Berlin, 1903 oder 1904 . . . . . 107

1904

Berlin, 9. Juli . . . . . 111  
Berlin, 14. Juli . . . . . 114

1905

München, 10./11. November . . . 115  
Berlin, 13. Dezember . . . . . 118  
München, 15./16. Dezember . . . 120  
Berlin, 28. Dezember . . . . . 122

1906

Köln, 12. Februar . . . . . 124  
Hamburg, 3. März . . . . . 126  
Berlin, 13. April . . . . . 131  
Berlin, 18. April . . . . . A 136  
– . . . . . B 141  
– . . . . . C 143  
Berlin, 6. Mai . . . . . A 144  
– . . . . . B 149  
Berlin, 26. Juni . . . . . 157  
Berlin, 2. Oktober . . . . . A 158  
– . . . . . B 161  
Berlin, 22. Oktober . . . . . A 164  
– . . . . . B 166  
München, 29. Oktober . . . . . 167  
München, 1. November . . . . . 169  
München, 6. November . . . . . 171

Berlin, 14. November . . . A 173  
– . . . . . B 177  
– . . . . . C 180  
Hamburg, 18. November . . . 181

Köln, 1. Dezember . . . . . 182  
Berlin, 18. Dezember . . . A 186  
– . . . . . B 190  
– . . . . . C 192

1907

Stuttgart, 20. Januar . . . . . 193  
Berlin, 29. Januar . . . . . A 196  
– . . . . . B 205  
Hamburg, 11. Februar . . . A 207  
– . . . . . B 210  
München, 1. Juni . . . . . A 213  
– . . . . . B 222  
– . . . . . C 228  
– . . . . . D 228  
München, 6. Juni . . . . . A 230  
– . . . . . B 237  
Kassel, 20./27. Juni . . . . . 241  
Stuttgart, 15. September . . . 243  
Hannover, 25. September . . . 250  
Berlin, 9. Oktober . . . . . A 251

– . . . . .	B	254
Berlin, 18. Oktober . . .	A	255
– . . . . .	B	256
– . . . . .	C	257
Hamburg, 23. Oktober . .		260
Hamburg, 26. Oktober . .		263
Berlin, 1. November . . A		265
– . . . . .	B	268
– . . . . .	C	272
Basel, 23. November . . .		273
Berlin, 29. November . . A		275
– . . . . .	B	276
München, 5. Dezember . .		281

#### 1908

Berlin, 7. Januar . . . . A	290
– . . . . .	B 292
München, 16. Januar . . .	294
Berlin, 26. Januar . . . A	302
– . . . . .	B 304
Berlin, 12. Februar . . . .	308
– . . . . .	A 313
– . . . . .	B 315
– . . . . .	C 320
Berlin, 26. Februar . . . A	324
– . . . . .	B 329
– . . . . .	C 333
– . . . . .	D 338
Berlin, 14. März . . . . A	340
– . . . . .	B 344
– . . . . .	C 348
– . . . . .	D 356
München, 18. März . . . .	362
Berlin, 12. April . . . . A	364
– . . . . .	B 366
Berlin, 15. Mai . . . . A	372
– . . . . .	B 375
Hamburg, 22. Mai . . . . A	378

– . . . . .	B	382
Hamburg, 24. Mai . . . . A		385
– . . . . .	B	387
Hamburg, 31. Mai . . . . A		389
– . . . . .	B	393
Berlin, 5. Juni . . . . . A		394
– . . . . .	B	396
München, 14. Juni . . . . A		397
– . . . . .	B	403
München, 15. Juni . . . .		404
Kassel, 4. Juli . . . . .		406
Stuttgart, 5. August . . . A		407
– . . . . .	B	410
– . . . . .	C	412
– . . . . .	D	412
Stuttgart, 9. August . . . .		413
Stuttgart, 13. August . . .		415
Stuttgart, 16. August . . .		420
Leipzig, 2.–14. September		422
Berlin, 25. Oktober . . . .		424
München, 8. November . .		426
Berlin, 11. November . . A		431
– . . . . .	B	433
Berlin, 17. November . . A		435
– . . . . .	B	436
Hamburg, 6. Dezember . .		437
Berlin, 21. Dezember . . .		439
Berlin, 28. Dezember . . .		440

#### 1909

München, 7. Januar . . . A	441
– . . . . .	B 446
München, 11. Januar . . .	447
Kassel, 26. Februar . . . .	449
Berlin, 3. März . . . . . A	453
– . . . . .	B 456
München, 8. März . . . . A	458

- . . . . . B	463	Kassel, 4. Juli . . . . . A	497
Hamburg, 14. März . . . . . A	464	- . . . . . B	500
- . . . . . B	468	- . . . . . C	501
Berlin, 21. März . . . . . A	470	München, 27. August . . . . . A	502
- . . . . . B	473	- . . . . . B	506
Düsseldorf, 15. April . . . . . A	475	- . . . . . C	512
- . . . . . B	479	- . . . . . D	518
Düsseldorf, 19. April . . . . . A	480	- . . . . . E	519
- . . . . . B	484	- . . . . . F	522
Berlin, 5. Mai . . . . . A	486	München, 30. August . . . . . A	524
- . . . . . B	489	- . . . . . B	528
Berlin, 27. Mai . . . . . A	490	Berlin, 26. Oktober . . . . .	534
Kassel, 27. Juni . . . . . A	492	Berlin, 29. Oktober . . . . .	538
- . . . . . B	494	München, 5. Dezember . . . . .	542
- . . . . . C	495	München, 7. Dezember . . . . .	546
- . . . . . D	496	Berlin, 22. Dezember . . . . .	551

## ANHANG

### Über Ernährung

Notizen von einem internen Vortrag oder einer esoterischen Stunde, ohne Orts- und Datumangabe . . . . .	553
------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----

### Zu dieser Ausgabe

Zu den Textunterlagen . . . . .	565
Hinweise zu den Texten . . . . .	568
Namenregister . . . . .	607
Inhaltsangaben . . . . .	609