

## INHALT

Einleitende Bemerkungen . . . . .	7
Erste Meditation . . . . .	9
Der Meditierende versucht eine wahre Vorstellung von dem physischen Leibe zu gewinnen	
Zweite Meditation . . . . .	20
Der Meditierende versucht eine wahre Vorstellung von dem elementarischen oder ätherischen Leibe zu gewinnen	
Dritte Meditation . . . . .	29
Der Meditierende versucht sich Vorstellungen zu bilden über die helllichtige Erkenntnis der elementarischen Welt	
Vierte Meditation . . . . .	39
Der Meditierende versucht eine Vorstellung von dem «Hüter der Schwelle» zu bilden	
Fünfte Meditation . . . . .	48
Der Meditierende versucht eine Vorstellung des «astrali- schen Leibes» zu bilden	
Sechste Meditation . . . . .	55
Der Meditierende versucht eine Vorstellung des «Ich- Leibes» oder «Gedanken-Leibes» zu bilden	
Siebente Meditation . . . . .	66
Der Meditierende versucht Vorstellungen zu bilden über die Art des Erlebens in übersinnlichen Welten	
Achte Meditation . . . . .	78
Der Meditierende versucht eine Vorstellung zu bilden von dem Schauen der wiederholten Erdenleben des Menschen	

## Anhang

<i>Zu dieser Ausgabe</i> . . . . .	95
<i>Textgrundlagen</i> . . . . .	96
<i>Textkorrekturen</i> . . . . .	97
<i>Hinweise</i> . . . . .	99
<i>Literatur zum Thema aus dem Werk Rudolf Steiners</i> . .	100
<i>Bibliographischer Nachweis bisheriger Ausgaben</i> . . .	102
<i>Zum Werk Rudolf Steiners</i> . . . . .	103