

# Inhalt

## Schulungsweg damals und heute

Vorwort von Wolf-Ulrich Klünker

9

### I. Die Ballade

1. ZWEI LIEBCHEN (Eduard Mörike)	11
2. DAS KIND AM BRUNNEN (Friedrich Hebbel)	12
3. DER ZAUBERLEUCHTTURM (Eduard Mörike)	13
4. BEGEGNUNG (Conrad Ferdinand Meyer)	14
5. DER HANDSCHUH (Friedrich Schiller)	15
6. DER NÖCK (August Kopisch)	16

### II. Die heilkünstlerische Gebärde des Rezitierenden

1. DIE ALLEE (Christian Morgenstern)	19
2. UNSER LEBEN (Johann Gottfried Herder)	19
3. Im Atemholen sind zweierlei Gnaden (Johann Wolfgang von Goethe)	19
4. MONDSTIMMUNG (Christian Morgenstern)	20
5. UM MITTERNACHT (Eduard Mörike)	20
6. GEFUNDEN (Johann Wolfgang von Goethe)	21
7. Vor lauter Lauschen und Staunen (Rainer Maria Rilke)	21
8. Ich fürchte mich so (Rainer Maria Rilke)	22
9. NÄCHTLICHE REGUNG (Robert Hamerling)	22

10. DIAMANTEN (Robert Hamerling)	23
11. Sterne fallen auf die Erde (Maria Christiane Benning)	23
12. ADVENT (Rainer Maria Rilke)	24
13. Mir ist, als säß ich in der Ewigkeit (Paula Modersohn-Becker)	24
14. Mir ist lange nicht gewesen wie jetzt. (Friedrich Hölderlin, Hyperion)	24
15. DAS HEXENEINMALEINS (Johann Wolfgang von Goethe)	24
16. DAS HEXENELEMENT (Johann Wolfgang von Goethe)	25
17. BADELIED (Hoffmann von Fallersleben)	25
18. FISCH UND WIND (Christian Morgenstern)	25
19. Ich geh durch rote Äcker (Albert Steffen)	26
20. DER SÄEMANN (Christian Morgenstern)	26
21. Feuerrotes Fohlen (Albert Steffen)	27
22. DER ABEND (Christian Morgenstern)	27
23. NACHT AM FLUSSE (Christian Morgenstern)	28
24. Morgenluft! Morgenduft! (Christian Morgenstern)	28
25. LEBENSLAUF (Friedrich Hölderlin)	28
26. DER REISEBECHER (Conrad Ferdinand Meyer)	29
27. DAS SEELENCHEN (Conrad Ferdinand Meyer)	29
28. GESANG DER GEISTER ÜBER DEN WASSERN (Johann Wolfgang von Goethe)	29
29. GRENZEN DER MENSCHHEIT (Johann Wolfgang von Goethe)	30

### III. Die Bewegungskräfte von Denken, Fühlen und Wollen

1. Wäge dein Wollen klar (Rudolf Steiner, Sprachrichtungsübung)	33
2. Dreifach ist der Schritt der Zeit (Friedrich Schiller)	33
3. Dreifach ist des Raumes Maß (Friedrich Schiller)	33
4. Ich fühle in meinen Händen Kraft (Rudolf Steiner)	34
5. Ich lasse erstarren das Weltenwasser (Rudolf Steiner)	34
6. Du selbst (Rudolf Steiner)	34
7. Wenn der Mensch, warm in Liebe (Rudolf Steiner)	35
8. So wie die Sonne (Rudolf Steiner)	35
9. Es leuchtet die Sonnenhelle (Rudolf Steiner)	35
10. Des Lichtes webend Wesen (Rudolf Steiner)	36
11. Es senke sich aus Weltenweiten (Rudolf Steiner)	36
12. DIE EVOLUTIONSREIHE (Verfasser unbekannt)	36
13. Im ruhigen Ringen (Rudolf Steiner)	37
14. Sprechend lebt der Mensch (Rudolf Steiner)	37
15. So wollen dich die Kabiren (Rudolf Steiner)	37