

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7
Erster Teil – Das Bewusstsein	9
Einleitung	11
§ 1. Die Anfänge	11
§ 2. Die Entstehung der Monaden	17
I. – Die Bereitung des Feldes	19
§ 1. Die Bildung des Atoms	19
§ 2. Geist-Materie	21
§ 3. Die Unterebenen	22
§ 4. Die fünf Ebenen	25
II. – Das Bewusstsein	27
§ 1. Die Bedeutung des Wortes	27
§ 2. Die Monaden	34
III. – Die Besiedelung des Feldes	41
§ 1. Das Hervortreten der Monaden	41
§ 2. Das Weben	46
§ 3. Die sieben Ströme	49
§ 4. Die Leuchtenden (The Shining-Ones)	52
IV. – Das permanente Atom	55
§ 1. Die Angliederung der Atome	55
§ 2. Das Lebens-Gewebe	58
§ 3. Die Auswahl der permanenten Atome	59
§ 4. Die Aufgabe der permanenten Atome	60
§ 5. Die Einwirkung der Monade auf die permanenten Atome	66
V. – Die Gruppenseele	71
§ 1. Die Bedeutung des Ausdrucks	71
§ 2. Die Teilung der Gruppenseele	74
VI. – Die Einheit des Bewusstseins	81
§ 1. Das Bewusstsein eine Einheit	81
§ 2. Die Einheit des physischen Bewusstseins	83
§ 3. Was man unter physischem Bewusstsein zu verstehen hat	86

VII. – Der Mechanismus des Bewusstseins	91
§ 1. Die Entwicklung des Mechanismus	91
§ 2. Der Astral- oder Begierden-Körper	96
§ 3. Entsprechende Verhältnisse bei den Haupt-Rassen	98
VIII. – Die ersten Schritte des Menschen	101
§ 1. Die dritte Lebens-Woge	101
§ 2. Die menschliche Entwicklung	102
§ 3. Nicht zusammenpassende Seelen und Körper	106
§ 4. Das Aufdämmern des Bewusstseins auf der Astralebene	108
X. – Das Bewusstsein und das Selbstbewusstsein	113
§ 1. Das Bewusstsein	113
§ 2. Das Selbstbewusstsein	116
§ 3. Wirklich und Unwirklich	118
X. – Bewusstseinszustände im Menschen <sup>62)</sup>	121
§ 1. Das Unter-Bewusstsein	121
§ 2. Das Wach-Bewusstsein	123
§ 3. Das überphysische Bewusstsein	126
XI. – Die Monade bei der Arbeit	137
§ 1. Die Herstellung ihrer Werkzeuge	137
§ 2. Ein Mensch in der Entwicklung	142
§ 3. Die Hypophyse und die Zirbeldrüse	144
§ 4. Die Wege des Bewusstseins	146
XII. – Das Wesen des Gedächtnisses	149
§ 1. Das große Selbst und die kleinen Selbst	149
§ 2. Veränderungen in den Hüllen und im Bewusstsein	152
§ 3. Verschiedene Arten von Gedächtnissen	154
§ 4. Was ist Gedächtnis?	156
§ 5. Erinnern und Vergessen	158
§ 6. Aufmerksamkeit	162
§ 7. Das Eine Bewusstsein	164
Zweiter Teil – Wille, Verlangen und Gemütsbewegung	167
I. – Der Wille, zu leben	169
II. – Das Verlangen	173
§ 1. Die Natur des Verlangens	173
§ 2. Das Erwachen des Verlangens	175
§ 3. Das Verhältnis des Verlangens zum Denken	178

§ 4. Verlangen, Denken und Handeln	179
§ 5. Der bindende Charakter des Verlangens	180
§ 6. Das Zerreißen der Bande	182
III. – Das Verlangen (Fortsetzung)	185
§ 1. Das Vehikel des Verlangens	185
§ 2. Der Streit zwischen dem Verlangen und dem Denken	188
§ 3. Der Wert eines Ideals	191
§ 4. Die Reinigung des Verlangens	193
IV. – Die Gemütsbewegungen	197
§ 1. Die Geburt der Gemütsbewegungen	197
§ 2. Die Rolle der Gemütsbewegungen in der Familie	200
§ 3. Die Entstehung der Tugenden	204
§ 4. Recht und Unrecht	205
§ 5. Tugend und Glückseligkeit	206
§ 6. Die Verwandlung der Gemütsbewegungen in Tugenden und Laster	207
§ 7. Anwendung der Theorie auf die Lebenspraxis	209
§ 8. Der Nutzen der Gemütsbewegungen	210
V. – Die Gemütsbewegungen (Fortsetzung)	215
§ 1. Die Schulung der Gemütsbewegungen	215
§ 2. Die störende Wirkung der Gemütsbewegungen	218
§ 3. Methoden zur Beherrschung der Gemütsbewegungen	220
§ 4. Die Benutzung der Gemütsbewegungen	225
§ 5. Der Wert der Gemütsbewegungen für die Entwicklung	228
VI. – Der Wille	231
§ 1. Der Wille, der seine Freiheit gewinnt	231
§ 2. Weshalb so viel Kampf?	239
§ 3. Die Macht des Willens	242
§ 4. Weiße und schwarze Magie	247
§ 5. Der Eingang zum Frieden	248
Fußnoten	251