

Inhalt

Zum Geleit	7
Die Grundstein-Meditation	15
I Die Seele des Menschen in ihrer Beziehung zur geistigen Welt	16
II.1 Die Dreigliederung des Menschen	23
II.2 Das Gute	26
III Wer spricht die Worte der Grundstein- Meditation?	28
IV Aufbau der Grundstein-Meditation	30
V Die Beziehung zur geistigen Welt entwickeln: Vier Stufen auf dem Weg zum Makrokosmos	32
V.1 Das Leben der Seele im Leib	33
V.2 Die Seele verwandeln	37
V.3 Das Ich mit der geistigen Welt verbinden ..	44
V.4 Die Wahrheit des eigenen Wesens entwickeln	52
VI Vier Stufen vom Makrokosmos zum Mikrokosmos	55
VI.1 Das Walten der Trinität	56
VI.2 Das Wirken der Hierarchien	59
VI.3 Die Rosenkreuzer-Worte	65
VI.4 Menschen mögen es hören	70
VII Die Komposition der ersten drei Strophen ..	73
VIII Bedeutung der Grundstein-Meditation für die Biografie	80

IX	Gemeinschaftsbildung und die vierte Strophe der Grundstein-Meditation	83
IX.1	Die vierte Strophe	88
X	Die Rhythmen der Grundstein-Meditation .	95
X.1	Gestalt der Rhythmen	96
X.2	Der meditative Weg durch die sieben Rhythmen	99
XI	Wirksamkeit der Meditation	122
XII	Der Grundstein im Herzen des Menschen ..	127
Wandtafeltexte Rudolf Steiners zu den Rhythmen der Grundstein-Meditation		130
Fassungen der Grundstein-Meditation Rudolf Steiners		135
Abbildungsnachweis		142
Anmerkungen / Literatur		142
Der Autor		152