

Inhalt

Vorwort des Herausgebers	11
1. DER LEBENSPLAN	17
1. Etwas, das jeden angeht	19
<i>Was die Welt sagt</i>	21
<i>Ein Überblick</i>	22
<i>Aspekte von Körper, Seele und Geist</i>	24
<i>Der Gipfel mit 27 – und was danach kommt</i>	38
2. Jahre der Wandlung	42
<i>Rätsel des Himmels, der Erde und des Menschen</i>	42
<i>Rückblick</i>	43
<i>Vergangenheit und Zukunft im Zeiterleben</i>	45
<i>Die zweite Lebensperiode – ein Beispiel</i>	46
<i>Der Wendepunkt – Pflanze und Mensch</i>	48
<i>Polaritäten: Abstieg und Aufstieg</i>	50
<i>Verwandlung</i>	52
3. Zeit der Reife: Die Brücke im 35. Jahr	56
<i>Kurzer Rückblick</i>	56
<i>Warum der Lebensplan wichtig ist</i>	57
<i>Der Reifeprozess</i>	57
<i>Worte für den Wanderer</i>	59
<i>Offene Tore</i>	61
<i>Rudolf Steiner zum Wendepunkt um 35</i>	63

2. REIFEN DER SEELENKRÄFTE	73
1. Die Entstehung des Urteilsvermögens	75
<i>Das Verhältnis von Kopf und Herz</i>	75
<i>In der Welt ...</i>	78
<i>... und im anthroposophischen Leben</i>	80
2. Der Weg des Denkens: Vom Vorurteil zur Erkenntnis ..	84
<i>Drei Wege der reifenden Seele</i>	84
<i>Geburt und Wiedergeburt</i>	85
<i>Aus Vorurteilen herauswachsen</i>	86
<i>Die Fabel vom Fremden</i>	88
<i>Der Heimat näher kommen</i>	88
<i>Im Spiegel der Bilder</i>	91
<i>Die Tugend, die man Toleranz nennt</i>	92
<i>Offenheit und Einsicht</i>	93
<i>Das Ziel kennen</i>	96
<i>Angenommensein</i>	96
<i>Rudolf Steiner über Interesse und Toleranz</i>	98
3. Idealismus: Flammen der Jugend und Glut des Alters ..	100
<i>Idealismus einst und jetzt</i>	100
<i>Der wunderbare Idealismus der Jugend</i>	102
<i>Was wird daraus?</i>	103
<i>Die Jungen und die Alten</i>	106
<i>Die Verwandlung von Ideen in Ideale</i>	110
<i>Rudolf Steiner über angeborenen und</i>	
<i>selbstanerzogenen Idealismus</i>	113

3. AUSGLEICH DER POLARITÄTEN IM MENSCHENLEBEN	117
<i>Polaritäten: Grundstruktur der Existenz</i>	119
<i>Ein ursprünglicher Plan der Götter und seine Abwandlung</i>	120
<i>Luzifer und Ahriman im Lebenszyklus</i>	123
<i>Wie der Mensch sich selber sieht: die luziferische und die ahrimanische Täuschung</i>	126
<i>Der Mensch als Schlachtfeld</i>	128
<i>Der Mensch als Balance-Künstler</i>	134
<i>Luzifer und Ahriman in Amerika</i>	143
<i>Gefahren auf dem Weg</i>	149
<i>Der Bewußtseinsseelen-Mensch</i>	154
4. DAS LEBEN DES KOSMOS IM SPIEGEL DER LEBENSALTER	159
1. Die Kapitel in unserem Lebensbuch	161
<i>Das Geheimnis der Lebensperioden</i>	161
<i>Das Lebenstableau</i>	162
<i>Lebensalter</i>	164
<i>Die Lebensperioden als Organe geistiger Wahrnehmung</i>	166
<i>Die Planetensphären</i>	169
<i>Vom Gang des Menschen durch die Sphären</i>	170
<i>Wie die Sphären in die Phasen des menschlichen Erdenlebens hineinwirken</i>	173
2. Die Hierarchien und das Schicksal des Menschen	179
<i>Rückblick</i>	179
<i>Wiederentdeckung der Hierarchien</i>	180
<i>Schicksalsgestaltung</i>	184
<i>Wie das Lebensbuch vorbereitet wird</i>	190
<i>Mensch und Kosmos: durch das Schicksal verwoben</i>	193

3. Vom Denken zum Wollen	199
<i>Denken und Wollen – ein scheinbares Paradox</i>	200
<i>Die Entwicklung des leiblichen Organismus</i>	202
<i>Schicksalsforderungen und ihre Erfüllung</i>	205
<i>Die Herausforderung der Lebensmitte</i>	
<i>und ihre Gefahren</i>	209
<i>Das Leben des Anthroposophen: sein Weg vom</i>	
<i>Denken zum Wollen</i>	212
5. UNSERE KARMISCHEN WEGGEFÄHRTEN	221
<i>Vom Netzwerk der Beziehungen</i>	223
<i>Zeitgenossenschaft</i>	224
<i>Was wir anderen verdanken</i>	225
<i>Beziehungen in der Jugend und im Alter</i>	227
<i>Brüche und Trennungen</i>	229
<i>Unsere Lehrer und wir</i>	231
<i>Eltern und Kinder</i>	233
<i>Menschliche Beziehungen im Sterben und danach</i>	239
<i>Begegnung und Zusammensein mit geliebten</i>	
<i>Menschen nach dem Tod</i>	241
6. MENSCHENBEGEGNUNGEN IM LICHT	
VON MOND UND SONNE	245
<i>Das Zusammenspiel der Schicksale</i>	247
<i>Vom Suchen und Sich-Finden</i>	249
<i>Das Tor des Mondes</i>	251
<i>Das Tor der Sonne</i>	252
<i>Die geistigen Kräfte des Mondes und der Sonne</i>	254
<i>Traum und Erwachen</i>	257
<i>Zwei Arten des Begegnens – Wille und Verstand</i>	259
<i>Beobachtung und Übung</i>	262
<i>Von Kräften und neuen Formen</i>	263
<i>Begegnungen an der Schwelle</i>	266

7. ENTSCHEIDUNGSJAHRE – DIE RHYTHMEN VON SONNE, MOND UND STERNEN	269
<i>Der Sonnenzyklus: unsere Lebensspanne</i>	271
<i>Mond-Fenster in eine andere Welt</i>	274
8. METAMORPHOSE DER SCHÖPFERISCHEN KRÄFTE – WAS UNS GEGEBEN IST UND WAS WIR UNS SELBST ERRINGEN ...	279
<i>Über die Reife – Individuum und Menschheit</i>	281
<i>Mysterien der Kindheit und schöpferischer Geist</i>	286
9. QUELLEN DER GEISTIGEN ERNEUERUNG: NACHT, MITTWINTER UND MITTE DES LEBENS	293
<i>Nacht: unsere Begegnung mit dem Geist</i>	296
<i>Mittwinter: die Welt des Sohnes</i>	301
<i>Lebensmitte: der Schöpfergott</i>	304
10. DER «LEBENS-PLAN»	311
1. Die Biographie in bildhafter Form	313
<i>Der Lebens-Plan: am Tag</i>	314
<i>Das Lebenstableau: in der Nacht</i>	319
2. Aufzeichnen des Lebenslaufes	322
<i>Aspekte und Faktoren</i>	324
<i>Ein Zeitorganismus</i>	328
<i>Rhythmen und Muster</i>	333
<i>Ziele und Ergebnisse</i>	358
3. Selbsterkenntnis und Biographie	362
<i>Kontinuität des Bewußtseins</i>	362
<i>Kontinuität des Lebenszieles</i>	363
<i>Freiheit und Liebe</i>	364
<i>Kreativität</i>	372
Anmerkungen	377
Register	386