

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 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 und ihre Gefahren</i> | 209 |
| <i>Das Leben des Anthroposophen: sein Weg vom Denken zum Wollen</i> | 212 |
| 5. UNSERE KARMISCHEN WEGGEFÄHRTE..... | 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 Menschen nach dem Tod</i> | 241 |
| 6. MENSCHENBEGEGNUNGEN IM LICHTE 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. ENTSCHEIDUNGSAHRE – 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 |