

Zusammenfassung 10. März 2026

1. „Ich trage Ruhe in mir“ Rudolf Steiner
2. „Licht und Freiheit“ von Georg Kühlewind Seite 14/15: Punkt 21 wiederholt
3. Punkt 23 gelesen und anschließend liest Laszlo eine Passage dazu aus **Rudolf Steiners** „**Philosophie der Freiheit**“ vor.

„In dem Denken haben wir das Element gegeben, das unsere besondere Individualität mit dem Kosmos zu einem Ganzen zusammenschließt. Indem wir empfinden und fühlen (auch wahrnehmen), sind wir einzelne, indem wir denken, sind wir das all-eine Wesen das alles durchdringt. Dies ist der tiefere Grund unserer Doppelnatur: Wir sehen in uns eine schlechthin absolute Kraft zum Dasein kommen, eine Kraft, die universell ist, aber wir lernen sie nicht bei ihrem Ausströmen aus dem Zentrum der Welt kennen, sondern in einem Punkte der Peripherie.“

(*Die Philosophie der Freiheit. Grundzüge einer modernen Weltanschauung.* GA 4, S. 63)

4. Meditation dazu aus Kühlewind „Bewusstseinsstufen“:

„Das Bewusstsein entzündet sich am Gedachten“.

Fragen dazu: Welches Bewusstsein ist gemeint? Nüchtern, klar nachdenken, Wort für Wort durchgehen, dann den Satz auf ein Wort reduzieren

Laszlo: am Gedachten entzündet sich das Selbstbewusstsein; das kleine Kind kann das noch nicht; die Seelenfunktionen sind noch nicht getrennt; erst mit dem Erlernen der Sprache beginnt die Gliederung der Welt; wie in einem Spiegel erblickt sich das Kind selbst; das Entzünden ist ein gewaltiges Erleben, der Erwachsene vergisst es und merkt es später nicht mehr.

Warum kann ich im Prozess des Denkens nicht wach sein?

Von gedachten Objekten meiner Aufmerksamkeit kann ich mich unterscheiden, im Prozess nicht, weil ich identisch bin. In der Meditation kann ich selbstbewusst bleiben, bevor der Prozess ins Gedachte abstürzt.

Am Gedachten entzündet sich das Selbstbewusstsein! Laut Steiner ist das eine Folge des Sündenfalls.

„Aber es ist der Mensch tatsächlich so vermischt mit seinem Denken, Fühlen und Wollen, dass er sich außerordentlich schwer herauskriegt und es ihm schwierig wird, mit der Gesinnung durch die Welt zu gehen: Da gehe ich durch die Welt und nun führe ich auch noch immer so einen zweiten Gesellen mit mir, der mir anhängt, weil ich mit ihm verwachsen bin, aber der mir wie eine Art Doppelgänger erscheint. Da denkt's, fühlt's, will's neben mir. Ich bin doch ein anderer, ich bin das, was ich in meinem Ich bin; ich gehe nebenher neben dem, was ich wie eine Dreiheit, wie drei Säcke mit mir herumtrage, von denen der eine ausgefüllt ist mit meinem Denken, der andere mit meinem Fühlen und der dritte mit meinem Wollen. Aber bevor man nicht gekommen ist zu der Praktizierung dieser «Drei-Säcke-Theorie», kann man sich keinen rechten Begriff machen von dem Gegenüberstehen des Ich zum Denken, Fühlen und Wollen, wie es ursprünglich beabsichtigt war von den göttlichen Wesen, bevor der luziferische Einfluss an den Menschen herangekommen ist. Zum Zuschauer seiner selbst war der Mensch bestimmt, nicht zum In-sich-Erleben.“

(*Die Welt der Sinne und die Welt des Geistes.* GA 134, S. 59. Welt der Sinne...)

5. Meditation: Satz aus Kühlewind „Licht und Freiheit“

„Bedeutung ist geformtes Licht, frei von Materie.“

Laszlo dazu: Kennst du das? In Gegenstandsmeditation kann man von der Vorstellung zur Funktion kommen.

Bedeutung bezieht sich auf sich selbst; Bewusstseinslicht ist formfrei; kann geformt werden. Im Bewusstsein kann ich das. Wenn ich etwas verstehe, mache ich eine rein geistige Bewegung, bei der ich noch schlafe.

Im Verstehen ahme ich die Bewegung des anderen nach.