

1. „Ich trage Ruhe in mir“ von Rudolf Steiner

2. Übung: S. 14 „Licht und Freiheit“ Punkt 21

Besinnung des Satzes „...Also ist Aufmerksamkeit die grundlegende Realität.“

Inwiefern verstehe ich das? Bin ich mit meinem Verständnis zufrieden? Kann ich das zur Erfahrung in mir machen?

Fazit: Ich erlebe die Realität nicht; könnte es denkerisch erreichen

Der Stoff aller Dinge ist Aufmerksamkeit, ist Geist – ist zunächst keine Erfahrung für uns.

3. Hinweis auf das Johannesevangelium (Steiner)

„...das Gute im Bösen zu erkennen...“

Christus verwandelt das Böse in Gutes

Wir sollen uns fragen, warum wir das Böse sehen und nicht das Gute. Was kann ich dafür tun, dass ich das Gute sehe?

Wir müssen uns selbst ändern.

4. Meditationssatz: „Licht (Aufmerksamkeit) wirkt in Identität.“ Seite 65

Laszlo: Licht ist nicht optisches Licht, ist Bewusstseinslicht; Ich bin in jedem Akt des Erkennens identisch mit Lichthaftem, mit Geistigem, mit Logoshaftem. Am besten erkennt man das im Denken.

Wann verstehe ich jemanden? Wenn ich bei ihm bin, ident werde.

Wenn ich in Wirkung bleiben kann, bin ich in Identität.

Die Objekte meines Bewusstseins sind aus der Identität herausgefallen.