

Inhaltsangabe

Orientierung	9
1. Von innen und außen	13
2. Die Umwendung.....	17
3. Wahrnehmen – das Wahre aufnehmen	22
4. Beobachtung und Intuition	25
5. Wodurch entsteht unsere Wirklichkeit?.....	29
6. Die zentrale Frage.....	34
7. Was ist eigentlich ein Glas?.....	41
8. Wer bewegt wen?	45
9. Sinneswahrnehmung als Atmungsprozeß	46
10. Sinnestätigkeiten nach innen, zur Mitte, nach außen	50
11. Ein Pflanzenwesen	62
12. Im Willensbereich der Sinne	66
13. Im Gefühlsbereich der Sinne	70
14. Die elementarische Welt.....	75
15. Die Elementarwesen warten auf den Menschen	79
16. Unser Apfelbaum.....	84
17. Die Verbindung zwischen dem unteren und oberen Sinnesbereich...	94
18. Übersinnliches im sinnlichen Wahrnehmen.....	100
19. Geist-Sinne der Seele	105
20. Umgang mit den drei Geistsinnen.....	109
21. Gespräch mit dem Meer.....	110
22. Die geistigen Sinne in der Kunst.....	118
23. Das Wesen der Künste.....	120
24. Rückblick.....	130
Nachwort	133