

# Inhoud

## DEEL A – HET FUNDAMENT

*Inleiding*

### **1 Menskunde mediteren**

*De centrale methode van de pedagogie van Rudolf*

*Steiner . . . . . 13*

*Wegwijzer*

### **2 Eerste stappen**

*Kernzinnen van de menskunde lezen en dagelijks daarover  
nadenken. . . . . 23*

*Context*

### **3 Pedagogische componist worden**

*Voorbeeld: oplossing voor een pestprobleem . . . . . 27*

*Wegwijzer*

### **4 Steiners scholingscursus in ‘enthousiasme’ (I)**

*De aanwijzingen van Steiner voor het verlevendigen van je  
denken, ofwel: over kikkers en over het delen door nul. . . 34*

*Wegwijzer*

### **5 Het levende en dode in een les**

*Een meditatievoorbeeld bij de derde voordracht van  
‘Algemene menskunde’ . . . . . 46*

*Wegwijzer*

### **6 Rubicon**

*Een geleide meditatie van David Martin . . . . . 52*

*Context*

**7 Opvoeding tot zelfstandigheid**

*Een aanwijzing van Rudolf Steiner bij de vraag: hoe doe je in een grote klas recht aan elk kind? . . . . . 59*

*Wegwijzer*

**8 De panacee-oefening (1)**

*Rudolf Steiner over een pedagogisch wondermiddel . . . 63*

*Wegwijzer*

**9 De panacee-oefening (2)**

*De betekenis van de kracht van muziek en spraak in de opvoeding . . . . . 69*

*Context*

**10 De panacee-oefening (3)**

*De beschermende werking van euritmie . . . . . 83*

*Context*

**11 Vormen van meditatie**

*Gedachten, gevoelens, woorden, beelden, boetseren, euritmie, klanken, mantra's . . . . . 88*

*Wegwijzer*

**12 Stadia van meditatie**

*Terugdenken – in de warmte van de wil brengen – verwijlend denken – de beschermde inbedding voor het voelen – denken dat zich op zichzelf richt . . . . . 93*

*Context*

**13 Steiners scholingscursus in enthousiasme (2)**

*Weten waarom. Over wat haalbaar is en wat niet. Positiebepaling . . . . . 101*

*Context*

**14 Over het zwijgen**  
*De balans tussen uitwisseling en stilzwijgen. . . . .* 112

*Context*

**15 Over gemeenschapsvorming**  
*Pleidooi tegen een verwijtcultuur. . . . .* 118

**DEEL B – VERDIEPING**

*Wegwijzer binnen de context*

**16 De eerste lerarenmeditatie**  
*Je met het doel verbinden . . . . .* 125

*Wegwijzer binnen de context*

**17 De tweede lerarenmeditatie**  
*‘Wereld-licht’ en ‘aarde-donker’. . . . .* 133

*Wegwijzer binnen de context*

**18 De grondsteenspreuk van 1921**  
*Toen en nu. . . . .* 136

*Wegwijzer binnen context*

**19 De schaal-imaginatie van 1919**  
*Pedagogie vanuit het gezichtsveld van de engelen . . . .* 144

*Wegwijzer*

**20 Integreren in het alledaagse**  
*Alternatieven bij overbelasting . . . . .* 149

*Context*

**21 ‘Esoterische uren’ voor leerkrachten (1)**  
*De religieuze dimensie van de opvoeding . . . . .* 153

	<i>Wegwijzer</i>	
22	<b>'Esoterische uren' voor leerkrachten (2)</b>	
	<i>De 'zondagshandeling'</i> . . . . .	161
	<i>Wegwijzer</i>	
23	<b>'Esoterische uren' voor leerkrachten (3)</b>	
	<i>De 'jeugdhandeling'</i> . . . . .	164
	<i>Wegwijzer</i>	
24	<b>Jörgen Smits eendenverhaal</b>	
	<i>In plaats van een nawoord.</i> . . . . .	174

**DEEL C – AANVULLINGEN**

	<i>Wegwijzer</i>	
	<b>Ritmische samenvattingen van 'Algemene menskunde' als hulpmiddel voor het dagelijkse 'terugdenken'</b>	
	<i>Opmerking vooraf</i> . . . . .	181
	<i>Literatuurlijst</i>	
	<b>Menskunde bestuderen</b>	
	<i>Woord van dank</i> . . . . .	214
	<b>Werken van Rudolf Steiner</b> . . . . .	220
	<b>Aantekeningen</b> . . . . .	223