

## INDICE

<b>Premessa – <i>La redazione</i>.....</b>	<b>9</b>
<b>Ombre umane .....</b>	<b>13</b>

*Intervista di Wolfgang Weirauch a Frank Hörtreiter,  
sacerdote della Christengemeinschaft*

Doppi come cadaveri del corpo astrale / Cadaveri che dominano e assorbono energie / Il contatto con i suicidi può diventare pericoloso / Penetrare nei segreti altrui / Quando l'altro parla in me / Forme di doppio arimaniche e luciferiche nel corpo eterico / «Ho vissuto due anni a Parigi... » / «Donna, ti odio» / Salutari gesti di collaborazione / Un doppio arimanico come compagno di vita / Nell'intrico delle connessioni / Gli impulsi del doppio diventano impulsi propri / Quando il doppio ci lascia / La fuga davanti a Cristo e alla morte / Vedere un teschio in una persona cara / Trarre da ciò che è mortale i frutti per ciò che è immortale / Il piccolo guardiano della soglia come doppio / Lincontro con il doppio ha luogo gradualmente / Il grande guardiano della soglia / Verso Cristo tramite la colpa personale.

<b>L'uomo e i suoi doppi.....</b>	<b>54</b>
<i>Articolo di Wolfgang Weirauch, redazione Flensburger Hefte</i>	

L'uomo verde / Il furetto / La visione della propria sembianza / La conoscenza del mondo è conoscenza di sé / Il doppio come cadavere del corpo astrale / I doppi li spingeranno alla follia / Come animali feroci penetrarono in loro / Il doppio arimanico come parte del corpo eterico / Quando vediamo noi stessi seduti alla scrivania / Esseri-ombra prodotti dalle proprie omissioni / La sfinge / L'enigma della sfinge / Il doppio arimanico come figura di caprone con zoc-

coli / "Ritorna sempre" / Il doppio arimanico come compagno di vita / Lavoro di squadra con il doppio / Il doppio in America / Un mondo solo di macchine / In questa città non splende più il sole / Il piccolo guardiano della soglia / L'essere infernale nell'uomo / Avvertire la sgradevole vicinanza del doppio / Quando l'Angelo si manifesta con un'esperienza di doppio / Partecipare ad attività antroposofiche con insincerità interiore / Il grande guardiano della soglia / Considerazione finale.

## L'ombra come stimolo evolutivo.....

109

*Intervista di Klaus-Dieter Neumann al Dr. Olaf Koob,  
medico*

Solo la dualità rende possibile l'evoluzione / Civiltà schizofrenica e atrofia dei sentimenti / Nella marea di informazioni e immagini / Il doppio è una realtà spirituale / Il concetto di ombra di C. G. Jung / L'uomo come causa di tutto il male a venire / Trovare gusto nel possesso dell'ombra: "Sono come sono" / Il concetto di doppio secondo Rudolf Steiner / Il doppio arimanico in ogni uomo / Il piccolo guardiano della soglia ci protegge / Quando i demoni si sfogano nelle battaglie dei doppi / «Dobbiamo affamare i demoni» / I propri lati oscuri vengono proiettati sull'immagine del nemico / Tendenze che dispongono alla malattia / Tossicodipendenze e azione del doppio / A molti risulta sempre più difficile essere padroni della propria vita / Sono in aumento la violenza giovanile e i casi di debolezza mentale / Alla vana ricerca di bellezza, giovinezza ed esperienze / Come glielo dico? / La devastante tendenza della vanità a sminuire gli altri / Invidia e menzogna al primo posto tra le forze distruttrici / Esercizi elementari di autoeducazione.

<b>Eight days a week .....</b>	154
<i>Articolo di Klaus-Dieter Neumann, redazione Flensburger Hefte</i>	

Un brutto colpo per la concezione del mondo / Un tranquillo incontro con il doppio / Gli anni passano.

<b>I poeti incontrano il loro altro sé.....</b>	161
<i>I motivi del doppio nella letteratura</i>	
<i>Articolo di Eckhard Glaeser, agricoltore e progettista di giardini</i>	

Edgar Allan Poe (1809-1849) / E.T.A. Hoffmann (1776-1822) e Adelbert von Chamisso (1781-1838) / H. C. Andersen (1805-1875) / Hermann Hesse (1877-1962) Johann Wolfgang von Goethe (1749- 1832) / C. F. Meyer (1825-1898) / F. M. Dostoevskij (1821-1881) / Uno stimolo.

<b>“Zanoni” e le esperienze della soglia .....</b>	181
<i>Articolo di Arfst Wagner, redazione Flensburger Hefte</i>	

Quanto sapeva Bulwer? / La guardiana della soglia / «Perché ti si rizzano i capelli?» / Ai confini dell’invibile / Meno ignoranza, più conoscenza.

<b>Perché è difficile comunicare?.....</b>	191
--	-----

*Un tentativo di sondare il doppio*  
*Articolo di Ute Hallaschka, euritmista e libera autrice*

L’imprevedibilità del conversare / Il doppio ci mente / Un lungo cammino per realizzare la capacità di dialogo / Creare uno spazio libero / Il predatore di potere / Mettersi in comunicazione con l’altro / Concordia nella comprensione.

**Brusio di voci.....**

207

*Il rapporto con la molteplicità*

*Articolo di Thomas Höfer, redazione Flensburger Hefte*

La complessità interiore / Unità nella molteplicità / Ci identifichiamo con la nostra psiche / L'unitarietà della psiche - un'illusione? / Il rapporto con i dissidi interiori / La negazione / La rimozione / Capacità d'azione / Il modello del "team" interiore / Personalità multiple / La guida del capo supremo / Lavorare con il "team" interiore / Ancora la paralisi di Uwe / Conseguenze.