

## EFTERORD:

Dette er danske oversættelser, der ikke er endelige, men som godt kan bruges og forbedres i brug.

De er trykt sådan, at der er 13 opslag med 4 samhørende vers på hvert opslag. Rækkefølgen er på hvert opslag:

Øverst på venstresiderne står versene fra 1-13.

Nedenunder står de dertil hørende 'spejlvers'.

På højresiderne står 'modversene' til versene på venstresiderne.

Du skal altså blade fremad fra for at læse versene fra Påske til St. Hans, vers 1-13

Derefter blader du baglæns fra St. Hans til

Mikkelsdag og læser versene øverst på højre – siderne, vers 14-26.

Så fremad igen indtil Jul, hvor du læser versene nederst på højre – siderne vers 27-39

Og endelig bagud fra Jul til Påske, hvor du læser versene nederst på venstre – siderne, vers 40-52.

Håber det giver en fornemmelse af hele året hver uge.

RUDOLF STEINER

# Sjælekalender

52 ugevers med bogstavbetegnelser.  
og ugeangivelser fra 1912-13.

Oversat og redigeret til privat brug.

Med kærlig hilsen

Ove Frankel

Juni 2011

## UGE 1. PÅSKE STEMNING:

Når solen fra verdensvidderne  
Taler til menneskeforståelse  
Og glæde fra sjælens grunde  
Skuende forener sig med lyset  
Da drager fra selvheds hylster  
Tanker ud i rummets fjerne  
Og binder dumpt  
Menneskets væsen til åndens væren.

*A (Første uge i april)*

## UGE 52

Når ånden ud fra sjæledybder  
Vender sig mod verdens væren  
Og skønhed strømmer fra rummets vidder  
Da drager fra fjerne himle  
Livsens kræfter ind i menneskelegemer  
Og forener, magtfuldt virkende,  
Åndens væsen med menneske væren.

*Z' Fjerde uge i marts*

## UGE 14

Hengivet til sansernes åbenbaring  
Mistede jeg mit eget væsens drift  
Tankedrøm syntes bedøvende  
At berøve mig mit selv:  
Dog vækkende nærmer sig  
Verdenstænkningen sig i sanseskæret.

*O Første uge i juli*

## UGE 39

Hengiven til åndsåbenbaring  
Vinder jeg verdensvæsnets lys  
Tankekraften, den vokser, og idet den  
afklares,  
Skænker den mig selv til mig  
Og vågnende løsner selvfølelsen sig  
I mig ud af tænkermagt.

*N' Femte uge i december*

## UGE 13

Og er jeg i sansehøjderne  
Så flammer i mit sjæledyb  
Fra åndens ildverdener  
Gudernes sandhedsord:  
I åndsgrunde søg anende  
At finde dig åndsbeslægtet.

*N Fjerde uge i juni*

## UGE 40

Hvis jeg er tilstede i åndsdybderne  
Fylder sig min sjæls fundamentale  
Illusion om selvværd  
Med verdensordets ild  
Fra hjertets kærlige verden.

*O' Første uge i januar*

## UGE 26 MICHAELS STEMNING

Natur, din moderlige væren  
Jeg bærer den i viljens væsen,  
Og magten i min viljes ild  
Stålsætter åndens målsætninger  
At de kan føde selvfølelse,  
At bære mig i mig.

*Z Fjerde uge i september*

## UGE 27

At trænge ind i mit væsens dyb  
Vækker en anelsesfuld længsel:  
Selvbetragende at finde mig selv  
Som sommer solgave, der som kim  
Lever varmende i efterårsstemningen  
Som min sjæls kraftkilde.

*A' Første uge i oktober*

## UGE 2

Ved at gå ud i sanse-altets ydre  
Mister tankemagten sin egen væren;  
Åndsverdener genfinder  
Den menneske-spire,  
Som skal finde sit kim i dem  
Men finde sin sjælefrugt i sig selv.

*B Anden uge i april*

## UGE 51

Ind i menneskevæsnet indre  
Udgyder sansernes rigdom sig,  
Verdensånden finder sig selv  
I menneskeøjets spejlbillede,  
Som må nydanne  
Sin kraft ud fra den.

*Y' Tredje uge i marts*

## UGE 15

Jeg føler som fortryllet  
Åndens væven i verdensskindet:  
Den har i sansernes dumphed  
Indhyllet mit eget væsen,  
For at skænke mig den kraft,  
Som jeget i sin begrænsning  
Er uden magt til at give sig selv.

*P Anden uge i juli*

## UGE 38 JULE STEMNING

Jeg føler som af-tryllet  
Åndsbarnet i sjælens skød.  
Det har i hjertets lys  
Det hellige verdensord født:  
Håbets Himmelfrugt vokser  
Jublende i verdensfjernhed  
Ud fra mit væsens guddomsgrund.

*M' Fjerde uge i december*

## UGE 12 ST. HANS STEMNING

Verdeners skønhedsglans  
Tvinger mig fra sjæledybder  
At løse egenlivets gudekræfter  
Til verdensflyvning  
At forlade mig selv  
I tillid kun at søge mig selv  
I verdenslys og i verdensvarme.

*M Tredje uge i juni*

## UGE 41

Sjælens skaberkraft stræber  
Fra hjertets grund på at opflamme  
Guddomskræfter i menneskelivet  
Til rette virke  
Så den udformer sig selv i  
Menneskekærlighed og i menneskeværk.

*P' Anden uge i januar*

## UGE 25

Jeg kan nu tilhøre mig selv  
Og lysende udbrede indre lys  
I rummets og tidens mørke  
Til søvnen drages naturens væsen  
Men sjælens dyb skal våge  
Og vågent bære sol-gløder  
Ind i kolde vinterfloder.

*Y Tredje uge i september*

## UGE 28

Jeg kan belivet påny i det indre  
mærke mit eget væsens verdener  
Og med styrke give tankestråler  
fra sjæle-sol-magt  
Til løsning af livsgåder,  
Og opfylde mangt et ønske  
Som ellers lammede håbets vinger.

*B' Anden uge i oktober*

### UGE 3

Til verdensaltet taler  
Selvforglemmende -  
og ihukommende sin urtilstand -  
Det voksende Menneskejeg:  
Når jeg befrier mig fra  
Egenhedens lænker  
Udforsker jeg i dig mit ægte væsen

*C Tredje uge i april*

### UGE 50

Til menneskejeget taler  
Verdenstilværelsens lyst til tilblivelse  
Visende sig magtfuldt  
Frigørende sit væsens kræfter:  
Idet jeg bærer mit liv ind i dig  
Fra dets tryllebundethed  
Når jeg mit sande mål.

*X' Anden uge i marts*

### UGE 16

At bevare åndens gaver i det indre  
Pålægger min anelse mig strengt,  
Således at modnende gudegaver  
Ved at blive frugtbare i sjælens fundamenter  
Bringer sjælefrugter til selvet.

*Q Tredje uge i juli*

### UGE 37

At bære åndslyset i verdens vinternat  
Tilstræber mit hjerte med fryd,  
Så sjælekimene lysende kan slå rod  
I verdensfundamenter,  
Og så gudsord i sansemørket  
Oplysende gennemtrænger al væren.

*L' Tredje uge i december*

## UGE 11

Det er i denne sommertid op til dig  
At erkende den vise kundskab:  
Hengivet til verdensskønheden  
I dig at gennemleve dig selv følende:  
Menneskejeget kan fortabe sig  
Og finde sig selv i verdensjeget.

*L Anden uge i juni*

## UGE 42

I dette vintermørke  
Åbenbares en egen kraft  
I sjælens stærke drift  
Til at lede den i mørket  
Og anende forudføle  
Med hjertevarme åbenbaringen i sanserne.

*Q' Tredje uge i januar*

## UGE 24

Stadigt skabende sig selv  
Bliver sjæleeksistensen sig selv bevidst.  
Verdensånden, den stræber videre  
Påny belivet af selverkendelsen  
Og skaber af sjælemørke  
Selvværdets viljesfrugt.

*X Anden uge i september*

## UGE 29

I sig selv kraftigt at opflamme  
Tænkningens lys i det indre,  
Tyde det oplevede meningsfuldt  
Ud fra verdensåndens kraftkilde,  
Er nu min sommerarv  
Er efterårsro og tillige vinterhåb.

*C' Tredje uge i oktober*

## UGE 4

Jeg føler mit væsens vækst:  
Således taler fornemmelsen,  
Som I den soloplyste verden  
Forener sig med lysets floder;  
Den vil give tænkningen  
varme til klarhed  
Og fast forbinde menneske  
Og verden til en enhed.

*D Fjerde uge i april*

## UGE 49

Jeg føler verdens eksistens styrke:  
Således taler tankeklarhed  
Erindrende den egne ånds vækst  
I de mørke verdensnætter  
Og henvendt til den gryende verdensdag  
Af indre strålen af håb.

*W' Første uge i marts*

## UGE 17

Således taler Verdensordet  
Som jeg fik lov til at føre gennem  
Sansers porte ind i sjæledybder:  
Opfyld dine åndsdyb  
Med mine verdensvidder  
For engang at finde mig i dig.

*R Fjerde uge i juli*

## UGE 36

I mit væsens dyb taler  
- trængende til åbenbaring  
Verdensordet hemmelighedsfuldt:  
Opfyld dine arbejdsmål  
Med mit åndslys  
For at ofre dig ved mig.

*K' Anden uge i december*



## UGE 10

Til højsommertid hæver  
Solens lysende væsen sig;  
Den tager min menneskelige følen  
Med i sit vældige rum.  
Anende rører sig i det indre  
Fornemmelsen, der dumpt forkynder mig:  
Engang vil du erkende:  
Et gudevæsen følte dig nu.

*K Første uge i Juni*

## UGE 43

I de vinterlige dybder  
Varmer åndens sande væren;  
Den giver verdensillusionen  
Tilværelsesmagt via hjertekræfter;  
Og styrker trods verdenskulden  
Sjæleilden i menneskets indre.

*R' Fjerde uge i januar*

## UGE 23

Efterårsagtigt dæmper sig  
Sansernes pirringsleg;  
I lysåbenbaringen blander  
Tågens dæmpende slør sig ind.  
Jeg selv ser i rummets vidder  
Efterårets vintersøvn.  
Sommeren har hengivet  
Sig selv til mig.

*W Første uge i september*

## UGE 30

I sjælens sollys spirer for mig  
Tænkningens modne frugter,  
Til selvbevidsthedens sikkerhed  
forvandler al følelse sig.  
Fornemme kan jeg glædefyldt  
Efterårets åndsopvågning:  
Vinteren vil i mig  
vække sjælens sommer.

*D' Fjerde uge i oktober*

## UGE 5

I Lyset som fra åndsdybder  
Væver frugtbart i rummet  
Og åbenbarer guders skaben:  
I det viser sjælens væsen sig  
Udvidet til verdensværen  
Og opstanden  
Fra snæver selvheds indre magt.

*E Første uge i maj*

## UGE 48

I lyset som fra verdenshøjder  
Kraftigt vil tilflyde sjælen  
Vil verdenstænkingens sikkerhed vise sig  
- løsende sjælegåder -  
Og idet den samler sine strålers magt  
Vække kærlighed i menneskehjerter.

*V' Fjerde uge i februar*

## UGE 18

Kan jeg udvide sjælen  
Så den forbinder sig selv  
Med det modtagne verdens-kimord?  
Jeg aner at jeg skal finde kraft  
Til at udforme sjælen værdigt  
Så den former sig til ånds klædning.

*S Femte uge i juli*

## UGE 35

Kan jeg erkende eksistensen  
Så den genfinder sig  
I sjælens skabertrang?  
Jeg føler at magt er mig givet  
Til beskedent at indforlive  
Det egne selv som led i verdensselvet.

*I' Første uge i december*

## UGE 9

Forglemmende min gegn vilje  
Opfylder Verdens varme sommerforkyndende  
Min ånd og mit sjælevæsen .  
At fortabe mig i lyset,  
Det påbyder åndsskuen mig  
og kraftfuldt forkynder anelsen mig:  
Mist dig selv for at finde dig selv.

*I Femte uge i maj*

## UGE 44

Idet jeg (be)griber nye sanseindtryk  
I erindringen om en fuldraget åndsfødsel  
Fylder sjælens klarhed den  
Forvirrende, spirende verdens tilblivelse  
Med min tænknings skabervilje.

*S' Femte uge i januar*

Side 17

## UGE 22

Lyset fra verdensvidderne  
Lever kraftfuldt videre i det indre.  
Det bliver til sjælely  
Og lyser ind i åndsdybderne,  
For at frisætte frugter  
Som over tid lader menneskeselvet  
Modne ud af verdensselvet.

*V Fjerde uge i august*

## UGE 31

Lyset fra åndsdybder  
Stræber solagtigt udad.  
Det bliver til livs-vilje-kraft  
Og lyser ind i sansernes dumpshed,  
For at frisætte kræfter  
Som af sjæledrifter lader skabermagter  
Modne i menneskeværker.

*E' Første uge i november*

Side 10

## UGE 6

Mit selv er opstået  
Af særheden og opfatter sig  
Som verdensfænomen  
I tids- og rumskræfter;  
Verden viser mig overalt  
Som guddommelig urbillede  
Det egne afbilledes sandhed

*F Anden uge i maj*

## UGE 47

Fra verdensskødet vil lysten til at blive til  
Vokse frem og muntre sanseskinnet.  
Lad den finde min tænknings kraft  
Styrket af de gudekræfter  
Som lever stærkt i mit indre.

*U' Tredje uge i februar*

## UGE 19

Hemmelighedsfuldt at omslutte  
Det nys modtagne med erindringen,  
Det skal være min stræbens videre tanke.  
Den (tanken) skal styrkende  
Vække egenkræfter i mit indre  
Og give mig mig selv idet den bliver til.

*St Første uge i august*

## UGE 34

Hemmelighedsfuldt føles det  
Gammelkendte opleve det indre  
Med sit nydannede egen-væren.  
Det skal flyde ud i mit livsværk idet  
Det vækker verdenskræfter til live  
Og præge mig vordende ind i tilværelsen.

*H' Fjerde uge i november*

## UGE 8

Sansernes magt vokser  
I samklang med gudernes skaben  
Den trykker min tænknings kraft  
Ned til drømme-dumphed.  
Når gudevæsen  
Vil forene sig med min sjæl  
Må menneske tænkning beskedent trække  
sig tilbage til drømmetilværelse.

*H Fjerde uge i maj*

## UGE 45

Tankekraft grundlægges  
I forbund med åndsfødslen.  
Den lyser de dumpe sanseindtryk  
op til fuld klarhed.  
Når sjælefyldte vil forene sig  
Med verdenstilblivelse skal Sansesåbenbaring  
Modtage tænkningsens lys.

*St' Første uge i februar*

## UGE 21

Jeg føler frugtbringende at fremmed magt  
Styrkende sig giver mig til mig selv,  
Jeg mærker modnende kimen  
Og anelse lysfyldt væve  
i mit indre på selvhedens magt.

*U Tredje uge i august*

## UGE 32

Jeg føler frugtbringende egen kraft  
Styrkende sig giver mig til verden:  
Mit eget væsen føler jeg styrket  
Vende sig mod klarhed  
I livets skæbnevæveri.

*F' Anden uge i november*

## UGE 7

Mit selv, det truer med at flygte,  
Af verdenslyset magtfuldt draget;  
Træd du min anelse  
Med rette kraftfuldt til.  
Erstat mig tænknings magt,  
Som helt i sansers skin  
Vil miste sig selv.

*G Tredje uge i maj*

## UGE 46

Verden truer med at bedøve  
Sjælens medfødte kraft;  
Nu må du, Erindring fremtræde  
lysende fra åndsdybder  
og styrke mit syn,  
som kun med viljesstyrke  
kan opretholde sig selv.

*T' Anden uge i februar*

## UGE 20

Sådan føler jeg først min væren,  
Som fjernt fra verdens-eksistensen  
I sig selv måtte udslukke sig  
Og byggende kun på egen grund  
I sig selv måtte dræbe sig.

*T Anden uge i august*

## UGE 33

Først nu føler jeg verden,  
Som uden min sjæls medopleven  
I sig selv kun ville finde frosttomt liv,  
Og uden magt i sin åbenbaring  
Til på nyt at skabe sig i sjælene,  
Kunne den i sig kun finde døden.

*G' Tredje uge i november*