

# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	11
<b>Herbst</b> .....	17
Michaeli, 29.9.2013 .....	18
Herbststimmung, 19.10.2013 .....	21
Das Sonnenlicht im Jahreslauf, 22.10.2013 .....	26
Humus und Kompost, 26.10.2013 .....	29
Wolken und Nebel, 31.10.2013 .....	33
Wind und Sturm, 2.11.2014 .....	37
Die Pilze ( <i>Fungi</i> ), 9.11.2013 .....	40
Die Doldenblütler ( <i>Apiaceae</i> ), 11.11.2013 .....	44
Die Kreuzblütler ( <i>Brassicaceae</i> ), 18.11.2013 .....	49
Meditationsvorschläge .....	54
Zu den Herbstmeditationen .....	54
Präparate .....	57
Das Michaelipräparat .....	57
Das Osterpräparat .....	59
Der Huflattich ( <i>Tussilago farfara</i> ) .....	60
Der Schmetterling .....	63
Das Kupfer .....	66
Rhythmisches .....	69
<b>Winter</b> .....	73
Weihnachten, 25.12.2013 .....	74
Winterstimmung, 10.1.2014 .....	77
Sand und Quarz, 11.1.2014 .....	83
Die Luft im Jahreslauf, 20.1.2014 .....	87
Schnee und Eis, 21.1.2014 .....	91
Mond- und Sternenlicht, 24.1.2014 .....	95
Die Nadelhölzer ( <i>Koniferen</i> ), 28.1.2014 .....	100
Die Birkengewächse ( <i>Betulaceae</i> ), 29.1.2014 .....	105
Esche und Ulme ( <i>Fraxinus</i> , <i>Oleaceae</i> und <i>Ulmus</i> , <i>Ulmaceae</i> ), 2.2.2014 ..	109
Meditationsvorschläge .....	115
Zu den Wintermeditationen .....	115

Präparate .....	118
Das Weihnachtspräparat .....	118
Das Johannipräparat .....	121
Die Rosenblüte .....	122
Der Frauenmantel ( <i>Alchemilla vulgaris</i> ) .....	125
Das Bienenwachs .....	128
Rhythmisches .....	130
<b>Frühling .....</b>	<b>133</b>
Ostern, 20.4.2014 .....	134
Frühlingsstimmung, 23.3.2014 .....	139
Der Ton, 29.3.2014 .....	144
Das Wasser im Jahreslauf, 30.3.2014 .....	147
Der Sauerstoff, 26.4.2014 .....	151
Der Regenbogen, 14.6.2014 .....	154
Das Getreide (Familie der Süßgräser, <i>Poaceae</i> ), 5.5.2014 .....	159
Der Holunder ( <i>Sambucus niger</i> ), 17.5.2014 .....	163
Die Rosengewächse ( <i>Rosaceae</i> ), 9.6.2014 .....	168
Meditationsvorschläge .....	174
Zu den Frühlingsmeditationen .....	174
Präparate .....	177
Das Osterpräparat .....	177
Das Michaelipräparat .....	180
Das Johanniskraut ( <i>Hypericum perforatum</i> ) .....	181
Die Holzkohle .....	183
Der Diamant .....	186
Rhythmisches .....	189
<b>Sommer .....</b>	<b>191</b>
Johanni, 22.6.2014 .....	192
Sommerstimmung, 6.7.2014 .....	195
Der Regen, 9.7.2014 .....	199
Der Kohlenstoff, 13.7.2014 .....	202
Das Gewitter, 14.7.2014 .....	205
Das erdige Element im Jahreslauf, 17.7.2014 .....	210
Die Nachtschattengewächse ( <i>Solanaceae</i> ), 15.9.2014 .....	215

Die Hülsenfrüchte ( <i>Faboidae</i> ), 18.9.2014 .....	221
Die Lippenblütler ( <i>Lamiaceae</i> ), 19.9.2014 .....	228
Meditationsvorschläge .....	234
Zu den Sommermeditationen .....	234
Präparate .....	237
Das Johannipräparat.....	237
Das Weihnachtspräparat .....	239
Das Moos. ....	241
Das Schneckenhaus .....	244
Das Salz .....	247
Rhythmisches .....	250
<b>Praktisches zu den Präparaten .....</b>	<b>253</b>
Michaelipräparat .....	258
Weihnachtspräparat .....	259
Osterpräparat .....	260
Johannipräparat.....	261
<b>Nachwort .....</b>	<b>263</b>
<b>Dank. ....</b>	<b>269</b>
<b>Biographische Daten .....</b>	<b>271</b>