

# De dynamische tuin - een praktische weg naar bewustwording

## Inhoud

Voorwoord	9
Inleiding	10
1. Het ontstaan van Aarde en mensheid	11
De wording van de Aarde volgens Rudolf Steiner	12
2. De afgescheidenheid van de Aarde	15
Drie verdichtende lagen om de Aarde	15
3. Aarde, levenskrachten en voedingsstoffen	17
4. De planeet Aarde, haar binnenste en buitenste lagen	18
5. De verdeling van land en water	21
6. Levende of dode aarde?	22
7. De regenworm	25
De worm verbetert de bodemstructuur	26
Natuurlijke drainage	26
8. Van denkbeelden naar inzichten	28
Grondonderzoek	28
Spademethode	28
De zuurgraad (pH)	28
Aan- en afvoer van grond	30
Van verstoring naar herstel	30
Micro-organismen aankopen	31
Voedingsstoffen	32
9. Onkruid, de zichtbare taal van de aarde	34
Onkruiden en geneeskracht	37
10. Echte compost, genezing van de aarde	38
Materiaal voor compost selecteren	38
De compostplaats	39
Benodigheden voor het opbouwen	40
De opbouw van de composthoop	41

Het begeleiden van het composteringsproces	42
Het vuurstadium	42
Het luchtstadium	44
Het waterstadium	44
Het aardestadium	45
Compost en de werking van de vier elementen	46
De preparatenplanten	46
Compost verspreiden	49
11. De dynamische moestuin	51
De indeling van een dynamische moestuin	51
Overzicht van dynamische aspecten	51
Wisselteelt of vruchtwisseling indelen	53
Combinatieteelt toepassen	59
De voedingsbehoeften van gewassen leren kennen	61
Groenbemesting inzaaien	65
Bewust zaad en plantgoed aankopen	69
Groentevakken onderhouden en verzorgen	73
Mulchen, oftewel de bodem bedekken	77
Wintergroenten oogsten en bewaren	81
12. Biologisch-dynamisch fruit telen	85
Fruitbomen en -struiken aanschaffen	86
Fruitbomen aanplanten	86
Fruit en combinatieteelt	86
Compost en andere ondersteuning	89
Fruit en constellaties	90
Aardbeienteelt	91
Aankoop van jonge planten	91
Verzorging van aardbeienplanten	92
13. Dynamische kruidenteelt	95
14. Zes onmisbare planten voor een evenwichtige tuin	99
Akkerpaardenstaart	99
Brandnetel	101
Kamille	103
Paardenbloem	105

Smeerwortel	106
Valeriaan	107
15. Eetbare wilde planten	108
16. De ongewenste beestjes	112
Beestjes en onze gedachten	112
Waardevolle bijdragen van beestjes	114
17. De natuurlijke siertuin	116
Anders kijken naar de mogelijkheden rondom het huis	116
De tuin zelf zijn vorm laten vinden	117
Verzorging en begeleiding van een natuurlijke tuin	120
Constellaties en onderhoud	122
Natuurlijke voedsel- schuil- en broedplaatsen	125
Hooihopen voor marterachtigen	129
18. Geestelijke Krachten en hun werkzaamheid in de tuin	131
De symbolische taal van de Geestelijke Werelden	133
19. Natuurkrachten – natuurwezens	134
Wezenlijke krachten	134
Wie zijn zij en waar zijn ze werkzaam	134
Aarde – de gnomen	135
Water – de nimfen	135
Lucht – de elfen	135
Vuur – de vuurwezens	135
Geestelijke Krachten, natuurwezens en de afgescheidenheid	136
Het Christus-bewustzijn	136
De Tegenkrachten	137
Samenwerking met onzichtbare krachten	137
Noten	138
Literatuur	139
Adressen	140
Eerdere uitgaven	141
Stichting de Zonnetuin	142
Register	143