

- 3 Úvodní slovo Anežky Janátové
- 5 Redakce Zpravodaje čtenářům

KOSMICKÝ RYTMUS A ŽIVOT ČLOVĚKA

- 8 Rytmy v lidské přirozenosti (Rudolf Steiner)
- 11 Rytmus je život sám (Josef Krček)
- 22 Rytmus dne, týdne, měsíce a roku (Lenka Harrington)
- 26 Průpovědi k duchu dne (Rudolf Steiner)
- 30 Rytmus, tempo a pozice (Arthur Zajonc)
- 33 Několik poznámek a myšlenek k rytmu v eurytmii (Michaela Dostalová)
- 34 Rytmické veršování (Georg Wilhelm Friedrich Hegel)
- 38 Rytmus v léčebném umění (Margarethe Hauschková)
- 39 O rytmu lidských těl (Rudolf Steiner)
- 43 V průběhu roku se střídají (Rudolf Steiner)

DUCH V ŘÍŠI ROSTLIN

- 50 Duch v rostlinné říši (Rudolf Steiner)
- 52 Určování času podle květin
- 54 O růžích (Marta Heimeran)
- 57 Světlo slunce zaplavuje dálky prostoru (Rudolf Steiner)
- 58 Příroda (Novalis)
- 62 Goethe a příroda (Frits Hendrik Julius, Ernst-Michael Kranich)
- 63 Metamorfosa rostlin (Johann Wolfgang Goethe)
- 66 Rudolf Steiner – Velká kosmická půlnoční hodina duchovního bytí mezi smrtí a novým zrozením - 3. část (Jan Provazník)
- 76 Úvaha k setkávání přátel (Petr Stránský)

VZPOMÍNKY

- 80 Vzpomínka na Josefa Adamce (Uwe Lemke)

KNIHY

- 84 Knižní novinky
- 86 Nová kniha „Meditace Základního kamene - klíč k novým mystériím“ (Sergej O. Prokofjev)
- 91 Sokrates a naše doba - zamyšlení nad knihou (Eliška Svobodová)
- 96 Knihy, které nabízíme k prodeji
- 98 Pobočky, iniciativy a studijní skupiny
- 103 Kalendář akcí