

## INHALT

<b>Für das Glück ein Leben lang</b> Ein Garten schenkt Freude	<b>4</b>
<b>Im Einklang</b> Gärten haben heilende Kraft	<b>11</b>
<b>Mensch sein heißt Gärtner sein</b> Von der beruhigenden Wirkung der Gartenarbeit	<b>15</b>
<b>Das Hohelied des Regenwurms</b> Was man von einem Garten lernen kann	<b>21</b>
<b>Kleine Paradiese</b> Ein Garten ist voller Schönheit	<b>25</b>
<b>Der Mohn ist aufgegangen</b> Ein Garten ist ein Ort zum Träumen	<b>31</b>
<b>Ankommen im Grün</b> Ein Garten entschleunigt	<b>35</b>
<b>Im Garten atmet die Zeit freier</b> Ein Ort zum Loslassen und Staunen	<b>41</b>
<b>Verbeugung vor dem Gras</b> Ein Garten schenkt Demut	<b>46</b>
<b>Nach jedem Ende folgt ein Anfang</b> Im Garten wächst die Zuversicht	<b>51</b>