

# Inhalt

---

Vorwort	1
Einführung: Ein Buch über Glimmer	3

## TEIL EINS: DER SCHIMMER

### *Sich selbst sehen*

1: Grenzen des Gartens und das Paradies auf Erden	22
2: Florida und innere Welten	50
3: Die Jahreszeiten des Traumas	76
4: Die, die ihr Laub behalten	104

## TEIL ZWEI: DER SPIEGEL

### *Sich selbst wertschätzen*

5: Zarter Frühling	120
6: Die Dosis verringern	143
7: Die Welt sieht dich	168
8: Junge Wälder	191

## TEIL DREI: DAS LEUCHTEN

### *Sich der Welt schenken*

9: Weidenwasser	216
10: Die Zuckerbienen	237
11: Kastanienhaine und das Aufkeimen von Hoffnung	252
12: Der Reishi-Baum	278

Danksagungen 307

Anmerkungen 309

Über die Autorin 317

Stichwortverzeichnis 319