

# Inhalt

Der Ruf des Vogelvolkes .....	11
Der Kreis schließt sich .....	11
Die geheime Sprache der Vögel .....	14
<b>Wahrnehmung – die Basis jeder Naturbeobachtung .....</b>	<b>17</b>
Unsere Sinne führen uns in die Welt .....	25
»Die Meise hat dich reingebracht, die Meise bringt dich wieder raus« .....	25
Die Sicht auf die Welt beginnt sich zu verändern .....	29
Den Rahmen erweitern .....	32
Die kritische Grenze von Flüchten und Angreifen .....	34
Zu einem wachen Beobachter werden .....	39
Ihr Sitzplatz .....	39
Das Sehen – vom Tunnel- und vom Eulenblick .....	46
Gekonntes Hören – mit den Hirschohren .....	51
Der Fuchsgang – auf leisen Sohlen durch die Natur .....	57
Coyote-Teaching – die richtigen Fragen stellen .....	63
Neugierig und lustvoll lernen .....	65
Die großen W-Fragen .....	67
Wertfreies Betrachten – alles ist möglich .....	69
Die Kunst, sich mit der natürlichen Welt zu verbinden .....	71
Sich in andere Wesen hineinversetzen .....	71
Körperradar und Intuition .....	79
Gehen in der inneren Kraft .....	80
Fließen mit der Landschaft .....	81
Achtsamkeit in Tierbegegnungen .....	85
Die Vögel als unsere Lehrer .....	87
Neugierde und innere Haltung .....	87
Der beste Einstieg: Helfervögel .....	89

<b>Das Leben der Gefiederten im Rhythmus der Jahreszeiten .....</b>	95
Frühling – Zeit des Erwachens .....	97
Kauzige Begegnungen .....	102
Die Zugvögel kehren wieder .....	104
Sommerzeit – Hoch-Zeit .....	109
Beobachtungen am Baggersee .....	114
Der Meisenprofessor .....	118
Falkensommer – mit meinem Freund Schwarzauge .....	122
Sommersonnwende, die Hoch-Zeit geht dem Ende entgegen .....	129
Herbst – Wanderzeit .....	131
Vogelzug – die Sehnsucht fliegt mit .....	131
Meister Adebar auf Wanderschaft .....	136
Wüstenrast .....	139
Verwandlungskünstler – die Mauser .....	146
Zugvogel, Wintergast oder Teilzieher? .....	149
Winter – die kalte Jahreszeit .....	151
Es geht ums Überleben .....	151
Der Wacholderdrosselbaum .....	156
Die Rohrdommel, die sich als Fasan tarnte .....	161
<b>Geheimnisse der Vogelsprache .....</b>	167
Vögel haben uns viel zu sagen .....	168
Die zwei Grundstimmungen in der Natur .....	173
Harmonie und Spannung .....	175
Die Habichtsjagd – Spannung pur .....	176
Der harmonische Raum .....	178
Der gestörte Raum .....	178
Entspannungswellen – der harmonische Raum kehrt zurück .....	180
Ein perfektes und lehrreiches Alarmsystem .....	181
Vogelstimmen – Gesänge, Rufe und Gezeter .....	183
Gesänge .....	184
Kontaktrufe .....	186
Bettelrufe .....	190
Innerartliche Aggression .....	191
Warnrufe .....	192

Die Körpersprache der Vögel .....	199
Körpersprache und Verhaltensweisen bei Alarm .....	201
Körpersprache und Verhaltensweisen bei Harmonie .....	202
Vogelzeichen – Bewegungs- und Verhaltensmuster .....	205
Der Wächter .....	206
Der Raum der Stille .....	209
Die Explosion .....	209
Die Alarmglocke .....	210
Der Haken .....	216
Die Verfolgungsjagd – David gegen Goliath .....	217
Der lebendige Kreis und die lebendige Wolke .....	221
Der Knallfrosch .....	225
Die Bugwelle .....	227
Vertraut scheinende Nähe .....	228
Der Lockvogel .....	230
Die Kunst des Spurenlesens .....	233
Federn, Spuren und Zeichen .....	233
Tiere, die trockene Füße lieben .....	236
Helfer in der Wildnis .....	237
<b>Die Natur als Spiegel der Seele .....</b>	<b>241</b>
Danksagung an das Leben .....	244
Literatur und Quellen .....	246
Verzeichnis der praktischen Anleitungen und Übersichten .....	248
Stichwortverzeichnis .....	249
Bildnachweis .....	251
Zu Autor und Fotograf .....	253