

Inhalt

Der Geist des Grüntees	VI
Was ist Grüntee	1
Tee-Poesie	7
Tee-Botschaften	8
Grüntee essen, riechen, trinken	10
Die Wirkung von Grüntee	16
Teegeschirr	22
Teezubereitung	27
Tee-Poesie	28
Teegeschichten	31
Chinesische Tees	34
Teegeschichten	39
Wie hochwertiger japanischer Grüntee entsteht	42
Tee-Poesie	44
Thea japonica poetica	45
Grüntee als therapeutische Maßnahme	52
Tee – Heilungsgeschichten	54
Tee-Geschichten	57
Matcha	60
Tee-Poesie	66
Tee-Impressionen	67
Therapeutische Ratschläge	72
Teewasser	76
Teegeschichten	81
Grüntee in der Krebstherapie	86
Grüntee als Prophylaxe	94
Teegeschichten	100
Schlussworte	104
Anhang	105