

Inhalt

- 11 Kindheitsträume**
 - 25 Bäume und Träume**
 - 37 Die heilsamen Tränen der Bäume**
 - 43 Die Schönheit der Bergwelt**
 - 55 Winterlicher Blütenzauber**
 - 63 Natur und Volkskunde im Alpenraum**
 - 73 Auf kulturellen Spuren**
 - 87 Auf Spuren- und Fährtensuche**
 - 113 Umweltgedanken**
 - 127 Musik und Gesang als Medizin**
 - 137 Abenteuerlust**
 - 153 Mein Kraftplatz**
-
- 158 Biografie, Bildnachweis**