

# Inhalt

|   |     |
|---|-----|
| <b>Vorwort .....</b>  | 7   |
| <b>Warum ist der Wald eigentlich grün? .....</b>            | 9   |
| <b>Gehörtraining in der Natur .....</b>                     | 19  |
| <b>Der Darm – die verlängerte Nase .....</b>                | 23  |
| <b>Natur schmeckt nicht immer lecker .....</b>              | 27  |
| <b>Tasten hilft beim Denken .....</b>                       | 32  |
| <b>Training für den sechsten Sinn .....</b>                 | 35  |
| <b>Das Wildschwein –<br/>der Weiße Hai des Waldes .....</b> | 40  |
| <b>Wir sind besser, als wir glauben .....</b>               | 45  |
| <b>Auf Tuchfühlung mit Bäumen .....</b>                     | 48  |
| <b>Am Anfang war das Feuer .....</b>                        | 57  |
| <b>Bäume unter Strom .....</b>                              | 63  |
| <b>Der Herzschlag der Bäume .....</b>                       | 73  |
| <b>Wenn Regenwürmer reisen .....</b>                        | 80  |
| <b>Der Baum als Kultobjekt .....</b>                        | 99  |
| <b>Die Grenze zwischen Tier und Pflanze fällt ...</b>       | 104 |
| <b>Die Sprache des Waldes .....</b>                         | 117 |
| <b>Waldbaden – tief eintauchen bitte .....</b>              | 123 |
| <b>Erste Hilfe aus der Naturapotheke .....</b>              | 134 |

|  |     |
|--|-----|
| <b>Wenn der Baum zum Arzt muss .....</b>         | 141 |
| <b>Sehnsucht nach der heilen Welt .....</b>      | 153 |
| <b>Von Kindern lernen .....</b>                  | 161 |
| <b>Alles unter Kontrolle? .....</b>              | 165 |
| <b>Das Landleben-Stadtleben-Paradoxon .....</b>  | 168 |
| <b>Auch Bäume gehen mit der Mode .....</b>       | 173 |
| <b>Der schwierige Weg zurück .....</b>           | 178 |
| <b>Dem Klimawandel begegnen .....</b>            | 185 |
| <b>Gut Ding will Weile haben .....</b>           | 193 |
| <b>Auf der Suche nach Ursprünglichkeit .....</b> | 202 |
| <b>Białowieża – ein schwieriger Fall .....</b>   | 212 |
| <b>Hambi bleibt! .....</b>                       | 220 |
| <b>Eine Sache des Herzens .....</b>              | 228 |
| <b>Dank .....</b>                                | 231 |
| <b>Anmerkungen .....</b>                         | 235 |