

Inhalt

Vorwort	4
Die Naturlandschaft Allgäu	6
Ich führe Menschen durch das grüne Tor der Natur	14
Das religiöse Fest der Heilpflanzen: die Kräuterweihe	26
Über das Sammeln von Heilpflanzen	30
Die Heilwirkung des Waldspaziergangs: Vom Baden im Wald	36
Verarbeitung und Anwendung	38
Naturheilkunde ist die klassische Medizin	42
Die Pflanzen	48
Impressum, Bildnachweis, Warnhinweis und Haftungsausschluss	160