

INHALT

EINFÜHRUNG	9
Kunst fördert die Natur des Menschen, Kunst befreit	15
Der steinige spanische Vulkan »Pico del Teide« auf Teneriffa und die durch Alexander von Humboldt entdeckten fünf Klimazonen	18
Das größte Wattenmeer-Biotop der Welt	22
Ostfriesland: Eine gesunde Landschaft	25
Juist wandert	28
Die idyllische Vulkaneifel rumpelt, blubbert, nährt und Buchenwald kühlt	31
Die Vulkaneifel arbeitet weiter	33
Waldlandschaft Solling: Geheimtipp für Wanderer	36
Der Wald: Ernährer im Frieden und Krieg	39
Päckchenhilfe Ost: Verteilung von Naturprodukten	41
Nelson Mandela: Eine starke menschliche Natur	44
Völkerfreundschaft fördert unser Wohlergehen	47
Lernort Natur: Glücklicher und stressfreier lernen	50
Das Naturgeflecht ist noch nicht voll zu verstehen, aber bewundernswert	53

Naturmedizin heilt	56
Waldbaden heilt	58
Jeder kann der Natur und sich selbst helfen	61
Ostern: Symbol für Leben, Liebe und das Erwachen der Natur	63
Leben ist beglückend begrenzt	65
Auch Tote können die Natur schützen	67
Natur-Architektur: Wohnhäuser der Natur anpassen	70
Bakterien fressen die Titanic: Natur ist sehr stark	73
Planet Meer: Gutes Klima, Nahrung, Heilkraft, Strom	76
Kutsche, Fahrrad, Fußgänger: Kein Verzicht auf das Auto	81
Wald schafft gesundes Klima als Schwamm	83
Abbildungshinweise	85
Danksagung	86