

ELLEN BREINDL

**Das große
Gesundheitsbuch
der Hl. Hildegard
von Bingen**

Leben und Wirken
einer bedeutenden Frau
des Glaubens.

Ratschläge und Rezepte
für ein gesundes Leben

Inhalt

Vorwort

S. 7

1. TEIL **Hildegard – eine geniale Frau in einer bewegten Zeit**

S. 9

Ein halbes Leben im Verborgenen

S.10

Der schwere Weg in die Selbständigkeit

S. 37

Fruchtbares Klosterleben

S. 46

Die Welt horcht auf

S. 56

Hildegard und Friedrich Barbarossa

S. 75

Achtzig Jahre und noch immer ungebeugt

S. 82

Ein erfülltes Leben endet

S. 88

2. TEIL **Das Weltbild der HL Hildegard von Bingen – Spiegelbild der Weltanschauung des Mittelalters**

S. 101

Weltbild und Leben im 12. Jahrhundert

S. 102

Das Weltbild im Werk Hildegards

S. 107

Mensch und Welt

S. 111

Die Bildung im Weltbild

S. 117

Die Stellung der Krankheit im Weltbild

S. 121

Hildegards Wirken
S. 131

Zur Aktualität des Weltbildes
der Hildegard von Bingen
S. 135

Verantwortung und Gesundheit
S. 146

3. TEIL **Die Pflanzen der Hl. Hildegard
gestern und heute**
S. 151

Vorwort
S. 152

4. TEIL **Beschwerden und ihre Heilmittel
bei Hildegard von Bingen**
S. 321

5. TEIL **Praktische Ratschläge zum
Umgang mit Heilpflanzen**
S. 327

Tips für Kräutersammler
S. 328

Kleiner Sammelkalender
S. 330

Heilpflanzen aus eigenem Anbau
S. 335

Wie Sie Heilkräuter wirksam anwenden
S. 337

Register der Pflanzennamen /Fotonachweis
S. 342

Register volkstümlicher Namen
S. 345 .

Verzeichnis der Namen und Orte
S. 348

Literaturverzeichnis
S. 352