

# Inhalt

## 7 Paradies und irdischer Garten

- 7 Die Faszination der alten Handschriften
- 9 Pflanzliche »Haustiere«
- 10 Ein Hildegard-Garten

## 13 Hildegard und ihre Zeit

- 15 Das Mädchen Hildegardis von Bermersheim
- 16 Novizin und Schülerin
- 16 Nonne und Äbtissin
- 17 Mystikerin und Prophetin
- 21 Beraterin von Mächtigen
- 23 Medizinerin und Krankenpflegerin
- 27 Predigerin und Komponistin

## 29 Eine mittelalterlicher Medizinerin

- 29 Eine Handschrift namens »Physica«
- 32 Die Heilkunde der Hildegard von Bingen
- 37 Tierische Produkte, Steine und Metalle als Heilmittel
- 38 Bäume

39 Natur und Heilkraft in den Elementen

41 Heilkäftige Kräuter

43 Gartenpflanzen in Hildegards naturkundlichen Schriften

## 47 Die Entdeckung der Wirkstoffe

- 47 Von der Klostermedizin zur Schulmedizin
- 49 Der Weg zu den chemischen Arzneimitteln
- 51 Moderne Phytotherapie
- 52 Die reinen Wirkstoffe der Heilpflanzen

## 55 Hildegards heilkäftige Gartenpflanzen

- 56 *Agleya* – Akelei
- 58 *Allio* – Knoblauch
- 60 *Aloe* – Aloe vera
- 62 *Apio* – Sellerie
- 64 *Babela* – Wilde Malve
- 66 *Basilisca* – Basilikum
- 68 *Beonia* – Pfingstrose
- 70 *Biboz* – Beifuß
- 72 *Binsuga* – Zitronenmelisse
- 74 *Bontziderbaum* – Zitronenbaum
- 77 *Buxo* – Buchsbaum
- 79 *Consolida* – Beinwell

- 82 *Denemarcha* – Baldrian  
 84 *Faba* – Bohne  
 87 *Feniculo* – Fenchel  
 90 *Grintwurtz* – Schöllkraut  
 92 *Hanff* – Hanf  
 94 *Holderbaum* – Holunder  
 97 *Hyffa* – Hundsrose, Heckenrose  
 99 *Hyssopo* – Ysop  
 102 *Kirbele* – Kerbel  
 104 *Lauro* – Lorbeer  
 107 *Lillio* – Madonnenlilie  
 110 *Lubestuckel* – Liebstöckel  
 112 *Metra* – Mutterkraut  
 114 *Petroselino* – Petersilie  
 117 *Poleya* – Poleiminze  
 119 *Quenula und Thymo* – Thymian  
 121 *Retich* – Rettich  
 124 *Ringula* – Ringelblume  
 127 *Rosa* – Damaszenerrose  
 130 *Rossemintza* – Krauseminze  
 133 *Selba* – Salbei  
 136 *Spica* – Lavendel  
 139 *Storcksnabel* – Ruprechtskraut  
 141 *Swertula* – Schwertlilie  
 144 *Tilia* – Linde  
 146 *Vehedistel* – Mariendistel  
 148 *Viola* – Veilchen  
 151 *Vite* – Weinrebe  
 155 *Wakalder* – Wacholder

- 158 *Wermuda* – Wermut  
 162 *Wullena* – Königskerze  
 165 *Ybischa* – Echter Eibisch

## 169 Hildegard von Bingen und der Garten

- 169 Historische Vorbilder für einen Hildegard-Garten  
 170 Pfirsiche und Pastinaken im »St. Gallener Klosterplan«  
 171 Kloster Reichenau: lateinische Verse über einen Arzneigarten  
 173 Bauerngärten: große Pflanzenvielfalt auf kleinstem Raum  
 174 Moderne Vorbilder für einen Hildegard-Garten  
 178 Beziehung des Gartens zum Menschen,  
     zu den Elementen und zum Kosmos  
 180 Anregungen für einen Hildegard-Hausgarten  
 182 Ein ganz privater Hildegard-Garten  
 184 Der Hildegard-Garten als Paradies

## Anhang

- 186 Literatur/Adressen  
 187 Stichwortverzeichnis  
 191 Über die Autorin/Impressum