

# INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort .....	8
Über Hildegard von Bingen und ihr Wirken .....	12
Von Gott, Mensch und der Welt .....	24
Über Männer und Frauen .....	42
Lebensführung und Wohlergehen .....	50
Gesunde Ernährung .....	66
Rat für Pädagogen, Politiker, Manager und Eheleute. ....	94
Rezepte für ein erfülltes Leben .....	108
Lieder und Lobpreis .....	128
Quellenverzeichnis .....	143