

Inhalt

Einleitung

»Kräuterhexe« statt »Hexe«	12
Mönchsmedizin als hoch entwickelte Heilmethode	15
Die Lehre von den vier Elementen oder Säftelehre	17
Traditionelle Europäische Medizin – eine Kombination aus Kräuterhexen- und Mönchsmedizin	19
Die Traditionelle Medizin der Hochkulturen hat viele Gemeinsamkeiten	20
Traditionelle Chinesische Medizin 20 · Ayurveda 22 · Tibetische Medizin 22 · Traditionelle Europäische Medizin 23 · <i>Der Glaube an das Individuum</i> 26 · <i>Krankheit als Bedrohung von außen</i> 28 · <i>Die Bedeutung des Einzelnen</i> 28	
Tiere nutzen Heilpflanzen	30
Hilfe bei kleineren Unpässlichkeiten in freier Natur. Behandlungsvorschläge	31
Von der Nutzung von Heilpflanzen zur Heilkunst der Mönche	37

Die Heilkunst der Mönche: Die Säftelehre Galens als Basis einer christlichen Weltordnung

Die Bedeutung des Christenkreuzes	40
Gelebtes Christentum als überlegene Zivilisationsform	42
Das Lorsch'sche Arzneibuch	43
Welchen Trank wir in den einzelnen Monaten verwenden sollen 45 · Wie man sich ernähren soll 46 · Probate Mittel für heute 48	
Die Heilkunst der Mönche als Produkt des Hochmittelalters	51
Die Säftelehre des Galen	54
Die Lehre der vier Elemente	55
Wie Sie dieses Wissen anwenden können	57
Die richtige Mischung der Körpersäfte	58
Entschlackung – typgerecht	60
Die Bedeutung der »Konstitution«	62
Die vier Elemente und Konstitutionen	64
1. Wasser – der Phlegmatiker 64 · <i>Die Konstitution des Phlegmatikers stärken durch Wickel, Bäder, Heilpflanzen, ...</i> 66	
2. Luft – der Sanguiniker 70 · <i>Die Konsti- tution des Sanguinikers stärken durch Wickel, Bäder, Heilpflanzen, ...</i> 73	
3. Feuer – der Choleriker 77 · <i>Die Konsti- tution des Cholerikers stärken durch Wickel, Bäder, Heilpflanzen, ...</i> 79	

4. Erde – der Melancholiker 83 · *Die Konstitution des Melancholikers stärken durch Wickel, Bäder, Heilpflanzen, ...* 85

Sonderfall Hildegard von Bingen 89

Die Heillehre der heiligen Hildegard 90 ·
Das Kräuterhexenelement im Werk der heiligen Hildegard 91 · Die Psychotherapie der heiligen Hildegard 92

Meditation in der Mönchsmedizin:

Beten, beichten und büßen 98

Innere Einkehr 98 · Die Ursache von Krankheiten 99 · Die Erfüllung der Zehn Gebote als Gesundheitsgarantie 100 · Beten 102 · Das Vaterunser 103 · Die 14 Nothelfer 105 · Beichten und Büßen 107

Das geheime Wissen der Hexen:

Eins sein mit der Natur und frei

Das Wesen der Hexe 109

Die Kräuterhexe als Volksmedizinerin 109 ·
Die Kräuterhexe als Geheimnisträgerin 111 ·
Die Rauschdrogen 111 · Circe – eine griechische Hexe 113 · Die Hexe als kultische Priesterin im alten Rom 114 · Randbereiche des Hexentums – Magie und Wahrsagerei 117 ·
Der Konflikt der Wahrsagerei mit dem Christentum 119 · Anmachen und Zudröhnen: Die moderne »Hexe« 120 · Liebestränke und Co. 121 · »Abschalten« im Mittelalter mit Bilsenkraut & Co. 124 · Hexenwesen als

Politikum 126 · Hexendenken am Beispiel
 von ADHS (Aufmerksamkeitsdefizit-Hyper-
 aktivitätssyndrom) 128 · Empfängnisverhü-
 tung ist so alt wie die Menschheit 130 ·
 Sexuelle Revolution im alten Rom 131 ·
 Gynäkologie im Mittelalter 133 ·
 Empfängnisverhütung und Abtreibung als
 »Verbrechen« 135 · Das rote Pulver 136

Das Heilkonzept der Kräuterhexen:

Mutter Natur und ihre Zeichen 139

Die Erdgöttin 140 · »Hexenfeste« im
 Jahreskreis 142 · Mondzyklen 144 ·
 Der »Schwarzkünstler« Paracelsus 145 · Die
 Signaturenlehre als Basis der Naturheil-
 kunde 146 · Die klassische Homöopathie
 als Erbin der Signaturenlehre 148 ·
 Friedrich Samuel Hahnemann als Erbe der
 Antike 149 · Homöopathika mit alten Wur-
 zeln 150 · Paracelsus als Vorreiter der
 Schüßler-Salz-Medizin 153 · Die Signatur
 zu erkennen, ist sehr schwer 154 · Paracel-
 sus und die Medizin seiner Zeit 155 · Das
 Heilkonzept des Paracelsus 157 · Lebens-
 akteur »Archeus« im Gegensatz zur Lebens-
 kraft »Chi« 157

Die wichtigsten Arzneien aus der Hexenwelt 160

Aconit 160 · Atropa belladonna 161 ·
 Agaricus 163 · Hyoscyamus niger 164 ·
 Datura stramonium 164 · Conium macula-
 tum 165 · Bryonia alba 165 · Efeu 167 ·
 Lycopodium 167 · Thuja 168 · Arnica

montana 169 · Tierische Arzneien 170 ·
Bufo rana 171 · Schlangengifte 173 ·
Lachesis muta 175 · Hexenmilchen 176 ·
 Bäume 178

Meditationen und Rituale der Kräuterhexen	181
Schlussbetrachtung	185

Behandlungsregister »Traditionelle Europäische Medizin« 187

Akne 189 · Ängste 190 · Arteriosklerose 191 ·
 Arthrosebeschwerden 192 · Asthma 192 ·
 Ausfluss 193 · Bindehautentzündung 194 ·
 Blähungen 195 · Blasenentzündung 195 ·
 Blinddarmreizung 196 · Blutarmut 196 ·
 Blutdruck, hoher 197 · Blutdruck, niedri-
 ger 197 · Bronchitis 198 · Brustschmerzen
 199 · Darmstörungen 199 · Depressionen
 199 · Durchblutungsstörungen 200 · Durch-
 fall 200 · Eierstockbeschwerden 201 ·
 Eifersucht 201 · Ekzeme 201 · Epilepsie 202 ·
 Drohende Fehlgeburt 202 · Fieber 203 ·
 Fußschweiß 203 · Gallenbeschwerden 204 ·
 Gelbsucht 204 · Gelenksentzündung 205 ·
 Gesichtsalergie 205 · Gicht 206 · Glieder-
 schmerzen 206 · Grippaler Infekt 207 ·
 Haarausfall 208 · Halsschmerzen 209 ·
 Hämorrhoiden 210 · Harnwegsinfekt 210 ·
 Hautflecken 211 · Hautpilz 211 · Heiserkeit
 212 · Herpes 212 · Herzbeschwerden 212 ·
 Herzrhythmusstörungen 213 · Herzschwäche
 213 · Heuschnupfen 214 · Hexenschuss 214 ·

Husten 215 · Insektenstiche 216 · Juckreiz
 217 · Kopfschmerzen 217 · Krampfadern 218
 · Lungenentzündung 219 · Magenvöllegefühl
 219 · Magenschleimhautentzündung 220 ·
 Mandelentzündung 221 · Mattigkeit 221 ·
 Menstruationsbeschwerden 222 · Migräne
 223 · Milchschorf 224 · Mundschleimhaut-
 entzündung 225 · Muskelkrämpfe 225 ·
 Nachtschweiß 226 · Nagelpilz 226 · Nagel-
 verletzung 226 · Nasenbluten 227 · Nasen-
 nebenhöhlenentzündung 227 · Nervenschmer-
 zen 228 · Nervöse Gereiztheit und Erschöpfung
 229 · Nierenbeckenentzündung 229 · Nieren-
 kolik bei Nierensteinen 230 · Prostatavergröße-
 rung 231 · Reizdarm 231 · Rheuma 232 ·
 Rückenschmerzen 233 · Schlafstörungen 233 ·
 Schlaganfall 234 · Schluckauf 235 · Schnupfen
 236 · Schwellungen 236 · Schwindel 236 ·
 Sehnenscheidenentzündung 237 · Sodbrennen
 237 · Sonnenbrand 238 · Stuhlverstopfung
 238 · Übelkeit 239 · Übergewicht 239 · Ver-
 brennungen 240 · Vergesslichkeit 240 · Verlet-
 zung 241 · Verstopfung 242 · Warzen 242 ·
 Wassereinlagerungen 243 ·
 Wechseljahresbeschwerden 243 · Wunden
 243 · Zahnfleischschwund 244 · Zahnschmer-
 zen 245

Anhang

Nützliche Adressen	247
Weiterführende Literatur	249
Bildnachweis	252