

Inhalt

Vorwort Sarah Wiener	9
Wunderbare Bienenalchemie	13
Gesunde Bienen schenken gesunde Produkte	17
Achtsamer Umgang mit den Gaben der Bienen	20
Weiterdenken ohne Scheuklappen	22
Hochwertige Produkte auswählen	24
Das Bienenvolk als Organismus	26
Grundprinzipien der Heilmittelherstellung	31
Hinweise zu den Rezepten	32
Hygiene bei der Herstellung von Haus- und Heilmitteln	33
Reinigung der Gerätschaften nach Gebrauch	33
Haltbarkeit der hergestellten Haus- und Heilmittel	33
Heilmittelherstellung – eine Möglichkeit zur meditativen Substanzbegegnung	34
Vielfalt der Bienenprodukte	37
Honig – Lebensmittel und Heilmittel zugleich	37
Im Bienenstock vom Nektar zum Honig	37
Lebensmittel – Heilmittel – Functional Food?	42
Sortenhonige und ihre therapeutischen Wirkungen	50
Unerwünschte Inhaltsstoffe im Honig	55
Honig selbst zu Haus- und Heilmitteln weiterverarbeiten	58

Pollen – Blütenstaub für Biene und Mensch	67
Blütenpollen und Bienenbrot aus wesensgemäßer Bienenhaltung	67
Superfood für Biene und Mensch	70
Therapie mit Bienengift und homöopathischen Mitteln	74
Gewinnung des Bienengifts in der Imkerei	74
Apitoxin – Gift, Allergen und Heilmittel der Honigbiene	77
Apis mellifera in der Homöopathie und Anthroposophischen Medizin	81
Apis regina – die Bienenkönigin in der Homöopathie	84
Bienenwachs – Baustoff und Heilmittel	87
Kinderstube und Vorratskammer des Bienenstocks	87
Träger und Vermittler von Licht und Wärme	91
Von der Altwabe zum Heilmittel	92
Brust- und Gelenkauflagen mit Bienenwachs	94
Wachs als Trägermedium für stufenweise Verdünnungsprozesse	99
Vom Baumaterial zum Werkstoff in der Kunsttherapie	104
Salben mit Bienenwachs herstellen	106
Propolis – vom Knospenharz zum »Holobiontikum«	114
Das Antibiotikum der Bienen	114
Rohpropolis gewinnen	117
Knospenharz als Breitbandantibiotikum?	118
Propolisprodukte zur innerlichen Anwendung	121
Propolisprodukte zur äußeren Anwendung	125
Propolis als Prophylaxe gegen Infektionen	129
Propolis – ein »Holobiontikum«?	130
Gelée royale für ein gesundes Bienenvolk	133
Futter für die Bienenkönigin	133
Königlicher Futtersaft mit Wunderwirkung?	134
Hausmittel mit Kindern und Jugendlichen herstellen	137

Begegnung mit Respekt	143
Die Autoren	145
Danksagung	146
Anhang	147
Glossar	147
Literaturhinweise	151
Adressen und Bezugsquellen	153
Apitherapie	153
Wesensgemäße Bienenhaltung	153
Bezugsquellen	154
Weitere Adressen	154
Verzeichnis der Rezepte	155