

# Inhalt

Vorwort .....	9
Kapitel 1	
<i>Allgemeines Heilwissen aus alter Zeit</i>	10
Die Kräuterhexe als Archetyp im Märchen.....	15
Hexen und Pflanzen.....	16
Hexe – weise Heilerin – damals und heute.....	18
Grundsätzliches und Wissenswertes	
über Heilpflanzen .....	25
Kapitel 2	
<i>Kleines ABC der Pflanzen und Wirkstoffe</i>	
und deren Verwendung	34
Öle, Salben, Umschläge und Tinkturen .....	36
Wundermittel Natron – Großmutter's Liebling .....	55
Kapitel 3	
<i>Großmutter's und Bibis Kräutergeschichten</i>	62
Der mystische und schützende Beifuß .....	63

Die reinigende Brennnessel – Entgiftungskraut des Körpers .....	73
Engelwurz – das Kraut der inneren Stärke .....	82
Der beschützende Frauenmantel – Schutz für Tier und Mensch.....	90
Die Powerfrucht Hagebutte – der Booster für dein Immunsystem.....	99
Die Hauswurz – der Helfer für negative Wesenheiten .....	106
Der Holunder – das Glückskraut für dein Zuhause .....	117
Johanniskraut – das Kraut der Stärke und Power für deine Psyche .....	125
Kamille – das Kraut zur Beruhigung und des Gefühls der Harmonie .....	131
Die goldene Kartoffel – ein Gruß aus der Kindheit .....	140
Knoblauch – der stinkende Herzspezialist.....	146
Der zauberhafte Lavendel – für einen harmonischen Körperklang .....	152
Der starke Löwenzahn – das Kraut für Kraft und Power .....	163
Die Mariendistel – das wehrhafte Reinigungskraut .....	171
Die Ringelblume – die heilende Wahrsagerin .....	176
Die stolze Rose – die Königin der Liebe.....	184

Das Zauberkraut Salbei – Hilfe in herausfordernden Zeiten .....	195
Die milde Schafgarbe .....	208
Der Spitzwegerich – der König des Weges .....	220
Der starke Weißdorn – der Spezialist deines Herzens .....	227
Die Zwiebel – gesundes Detox für den Körper .....	233
Zauberhafte Kombinationen und Gemischtes aus der Hexenküche .....	239
Kapitel 4	
<i>Pilze – Tradition und Faszination</i>	242
Beschreibung der Pilze .....	243
Die großherzigen Pilze .....	247
Anwendung von Pilzen und ihr Einsatz in der Naturmedizin .....	252
Kapitel 5	
<i>Was Heilkunde, Kräuterwissen und Natur mit Hexerei und Magie zu tun haben</i>	255
Aberglaube oder altes Wissen neu entdeckt? .....	256
Bauernweisheiten – uraltes Erfahrungswissen für den Alltag .....	262

Wissenswertes über den Mond .....	265
Der keltische Jahreskreis .....	269
Symbolen .....	271
Die Macht der Rituale .....	272
Räuchern – die Luftpost des Himmels .....	282
Der Zauberstab .....	294
Zauberformeln .....	297
Das Buch der Schatten .....	304
Der reinigende Hexenbesen .....	310
Die Magie der Steine .....	312
Die magische Kerzenlehre im Hexentum .....	323
Rückblick .....	334
Über die Autorin .....	335
Bildnachweis .....	336