

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	11
Einführung	17
HILDEGARD VON BINGENS HEILKUNDE	19
Hildegard von Bingen – Lebensdaten	20
Die heilige Hildegard und ihre Heil(s)kunde.....	22
Leitsätze	23
Die drei Krankheitsursachen bei Hildegard.....	24
Die Regeln der Hildegard-Heilkunde	25
Die Grundmittel der heiligen Hildegard	27
Dinkel	27
Fenchel (foeniculum vulgare)	37
Galgant – die heilende Schärfe	43
Bertram	48
Quendel	50
Rohkost	54
Phytinsäure und Osteoporose.....	55
Herzwein (Petersilien-Honig-Wein)	56
Die Weizenpackung	58
Kalbsfuß-Suppe	59
Die „Goldkur“.....	61
Der Goldwein	63
Silber	64
Kupfer	68
Die allgemeine Krankenkost nach Dr. Hertzka	70
Säuren und Basen und die „Küchengifte“.....	74
Die Edelkastanie (Maroni – castanea sativa).....	78
Dachs	86
Mandeln (amygdalae dulces)	86
Kürbis (cucurbita pepo)	90
Haut-Krankheiten, besonders Akne und Psoriasis.....	93
„Bohnensuppe ohne Bohnen“	94
Auflagen mit Bohnenmehl, Fenchelpulver und Weizenmehl.....	95

Hildegardische Darmsanierung	97
Das Durchfall-Ei.....	102
Starkes Erbrechen	103
Das Rezept für Dotterkekse	103
Colitis ulcerosa – Morbus Crohn	104
Lungen-Bronchial-Erkrankungen	106
Atemwegs-Erkrankte sollten bevorzugt essen und trinken.....	106
Zu verwendende Gewürze bei Atemwegs-Erkrankungen:	108
Bei allen Atemwegs-Erkrankungen unbedingt meiden:	110
Wichtige Therapien bei Atemwegs-Erkrankungen:	110
Besonders hartnäckiger, trockener Husten.....	111
Rheuma-Therapie	112
Parkinson'sche Krankheit	116
Quitten	119
Weitere wichtige Mittel der Hildegard-Heilkunde	121
Akelei.....	121
Alant	122
Aloe.....	126
Andorn	127
Apfelknospen-Öl	132
Aronstab.....	133
Bärwurz	134
Beifuß	137
Bockshornklee / griechischer Klee (trigonella foenum)	139
Bohnenkraut (Pfefferkraut).....	139
Brennessel	140
Dill	144
Diptam	145
Eibisch.....	145
Flohsamen (semen psyllii)	146
Gewürznelke	150
Gundelrebe.....	152
Hirschzunge	153
Ingwer – Ingwer-Granulat.....	157
Wilder Lavendel (Speik)	159
Liebstöckel (Maggi-Kraut).....	159
Meisterwurz	160

Myrrhe	162
Meerrettich.....	162
Muskatnuss	163
Mutterkraut	167
Odermennig	168
Pfingstrose.....	168
Rainfarn	169
Rebtropfen – ölige	170
Ringelblumen.....	171
Salbei (<i>salvia officinalis</i>).....	171
Schafgarbe	174
Stimmkräuter	177
Tanne.....	178
Veilchen	179
Wegerich	182
Weihrauch	183
Weinessig	184
Weinraute (<i>ruta graveolens</i>)	185
Wermut.....	188
Die Wurmkur.....	192
Ysop	193
Zaunrübe (<i>bryonia</i>).....	195
Zimt.....	195
Krebs-Therapie nach der hl. Hildegard	200
Das Wasserlinsen-Elixier und die Aalgalle	203
Der Mond und sein Einfluss auf Mensch und Natur	207
Räucherungen.....	211
Die Riech-Kräuter.....	211
Schmerzen durch festsitzenden Schnupfen	212
Der Aderlass	214
Indikationen des Hildegard-Aderlasses	215
Vom Verhalten nach dem Aderlass	216
Aderlass-Tabelle	217
Wo wird zur Ader gelassen?	218
Farben des Aderlass-Blutes und ihre Bedeutung	218
„Von der Verschiedenheit des Blutkuchens“	219
Der Mini-Aderlass	220

Das hildegardische Schröpfen	223
Zeichnung der Head'schen Zonen nach Abele	227
Vom Podagra	228
Zusammenfassung der hildegardischen Schröffstellen:	230
Zeichnung von Schröffstellen am Körper	231
Schröpfen bei Nieren-Erkrankungen mit Rückenschmerzen	232
Schröpfen und Wickeln bei Ischialgie	234
Das Heilfasten nach Hildegard von Bingen	235
Drei gute Gründe zum Heil-Fasten:	237
Die „Holländische Fastenkur“	239
Von der Heilkraft des Weines	241
Wein in der Hildegard-Heilkunde	242
Die Heilkraft der Gebete	244
Kurioses rund ums Fasten	248
Die Edelstein-Therapie	253
Achat	254
Amethyst	254
Bernstein	255
Beryll	257
Chalzedon	258
Diamant	259
Hyazinth	260
Jaspis	262
Karneol	265
Onyx	266
Rubin (Karfunkel)	268
Smaragd	269
Nachwort	273
Bezugs-Adressen von Hildegard-Mitteln und -Medikamenten:	275
Hildegard-Literatur (teilweise vergriffen) und Hildegard-Verbände:	276
Die Zeitschriften der drei großen Hildegard-Vereine:	277
Stichwortverzeichnis	278