

DAS BESTE AUS DER KLOSTERMEDIZIN

Hildegard von Bingen hat uns eine revolutionär moderne Heilkunde hinterlassen, auf die immer mehr Menschen schwören. Es ist eine ganzheitliche Medizin, denn sie bezieht Körper, Geist und Seele in ihre Behandlung mit ein. Die große Äbtissin hat uns nicht nur zahlreiche Rezepturen für Heilmittel vermacht, sondern gibt auch viele Empfehlungen für eine gesunde Ernährung und Lebensweise.



Genaue Anleitungen für über **40 Heilrezepturen** zeigen, wie Sie die Mittel selbst herstellen und wofür sie gut sind.

Lernen Sie die **12 wichtigsten Heilpflanzen** Hildegards mit dem größten Wirkungsbereich kennen.

Für mehr als **60 Beschwerden** finden Sie passende Heilmittel aus dem Schatzkästchen der Hildegard-Medizin.

22 leckere Rezepte zeigen, wie Sie Hildegards Ernährungslehre in die Küche zaubern.



WG 466 Alternative Heilverfahren
ISBN 978-3-8338-3602-2



€ 24,99 [D]
€ 25,70 [A]

www.gu.de

G|U