

Leseprobe



Hildegard Strickerschmidt

Hildegard von Bingen: Heilung an Leib und Seele

Praktische Ratschläge für eine positive Lebensgestaltung

144 Seiten, 14,5 x 22 cm, gebunden

ISBN: 9783746268576

Mehr Informationen finden Sie unter st-benno.de

Alle Rechte vorbehalten. Die Verwendung von Text und Bildern, auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Verwendung in elektronischen Systemen.

© St. Benno Verlag GmbH, Leipzig 2025

Hildegard Strickerschmidt

Hildegard
von Bingen

Heilung an Leib & Seele

Praktische Ratschläge für
eine positive Lebensgestaltung

benno

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind
im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Bildnachweis:

Alle Kapitelanfangsseiten und Blumensymbole: © Twins Design Studio/
Shutterstock.com

Besuchen Sie uns im Internet:
www.st-benno.de

Gern informieren wir Sie unverbindlich und aktuell auch in
unserem Newsletter zum Verlagsprogramm, zu Neuerscheinungen
und Aktionen. Einfach anmelden unter www.vivat.de.

ISBN 978-3-7462-6857-6

© 9. Auflage, überarbeitete Neuausgabe von Angela Jakob
und Susanne Neifer
2025 St. Benno Verlag GmbH, Stammerstr. 9-11, 04159 Leipzig,
service@st-benno.de

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk darf - auch teilweise -
nur mit Genehmigung des Verlags wiedergegeben werden.

Cover: © Twins Design Studio/Shutterstock.com
Umschlaggestaltung: Ulrike Vetter, Leipzig
Gesamtherstellung und Layout: Arnold & Domnick, Leipzig (G)

Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|------------|
| Vorwort | 7 |
| Einleitung | 8 |
| Ich will leben | 15 |
| Die »grüne Lebenskraft« als Geschenk | |
| Ich bin ein Teil der Natur | 28 |
| Lebenskraft aus der Natur | |
| Ich fühle mich wohl in meiner Haut | 48 |
| Die Seele als grünende Lebenskraft im Leibe | |
| Ich habe alles in mir, wodurch ich wirken kann | 66 |
| Lebenskraft durch positive Selbsteinschätzung | |
| Ich kann mich annehmen, wie ich bin | 85 |
| Die grünende Lebensfrische der Selbsterkenntnis | |
| Ich bin lebendig, weil ich mich freuen kann | 99 |
| Die Lebenskraft der Freude | |
| Das Gute, das ich tue, tut mir gut. | 114 |
| Die Grünkraft der Tugenden | |
| Ich denke um | 129 |
| Die lebenserneuernde Kraft der Reue | |

Mein Glaube macht mich lebendig. 146

Durch die Gotteskräfte wird der Mensch immer wieder neu

Ich liebe das Licht 163

Das lebendige Licht Gottes

Hildegard von Bingen:

Leben, Werk, Daten und Orte 175

Anhang 180

Literaturverzeichnis 182

Biografien der Autorinnen 184



Vorwort

Das vorliegende Buch kommt dem oft geäußerten Bedürfnis vieler Menschen entgegen, die zum Teil recht schwierigen Werke der heiligen Hildegard für das eigene Leben und seine konkreten Nöte aufzuschlüsseln. Hildegard war nicht nur eine vom Geist Gottes erfüllte Theologin, Wegweiserin und Prophetin. Sie zeigt nicht nur Wege des Heiles auf, sie will zugleich heilen an Leib und Seele. Heil und Heilung sind für sie eine untrennbare Einheit.

Man kann nur dankbar sein, dass die Verfasserin dieses Buches – die selbst Heilpädagogin ist mit ihrer Intention, Heilungswege nach Hildegard zu vermitteln, nicht zu kurz greift, sondern immer das Ganze der Schau Hildegards im Auge behält und eindeutig und hilfreich in einen klaren theologischen Zusammenhang stellt.

Frau Strickerschmidt hat sich mit Erfolg über viele Jahre hinweg theoretisch und in praktischer Therapie mit den Schriften der heiligen Hildegard auseinandergesetzt und es verstanden, für sich und für andere Wege zum Mitgehen zu eröffnen.

Möge das kleine Werk manchem nach Heilung suchenden Menschen helfen und ihm zugleich Türen für die Welt Gottes öffnen.

Sr. Caecilia Bonn OSB