

Leseprobe



Hildegard von Bingen

Der Klang der Seele

365 Lebensimpulse

380 Seiten, 11 x 16,5 cm, gebunden, durchgehend farbig gestaltet, mit Lesebändchen

ISBN 9783746234632

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 2012

Hildegard von Bingen

*Der Klang
der Seele*

365 Lebensimpulse



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.

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.st-benno.de (newsletter@st-benno.de).

ISBN 978-3-7462-3463-2
Umschlagmotiv: ©Dumitru Andrei/Fotolia (Blätter)

ISBN 978-3-7462-3559-2
Umschlagmotiv: © Nejrion Photo/Shutterstock (Blüte)

© St. Benno-Verlag GmbH
04159 Leipzig, Stammerstr. 11
Zusammengestellt von Volker Bauch
Umschlaggestaltung: Ulrike Vetter, Leipzig
Gesamtherstellung: Kontext, Lemsal (A)

So wie Gott die Geschöpfe
in den Menschen gezeichnet hat,
so hat er auch die Zeiten des Jahres
im Menschen vorausgedacht.

Die Eigenschaften des Sommers
zeigt er im wachsenden Menschen,
der Winter gleicht dem schlafenden Menschen,
denn der Winter verbirgt auch in sich,
was der Sommer voller Freude hervorbringt.

So wird auch der Mensch,
während er schläft,
durch den Schlaf gestärkt.
Dadurch wird er in seinen Kräften
zu jedem beliebigen Werk bereit gemacht.

Auch die Kräfte und Eigenschaften
der Monate hat er ihm eingepägt.

1. Januar

Die Augen sind
die Fenster der Seele.



Tipp

der heiligen
Hildegard

In Wein gekochter
Lavendel lindert Leber- und
Lungenschmerzen und hilft
bei Kurzatmigkeit.

2. Januar

Suche die stillen Orte,
damit deine Seele nicht den Mut
verliert.

Tipp

der heiligen
Hildegard

Beruhigend auf Leib
und Seele wirken Plätz-
chen, gebacken aus Muskat,
Zimt, Gewürznelken und
Feinmehl.

3. Januar

Der Himmel auf Erden ist überall,
wo ein Mensch von Liebe zu Gott,
zu seinen Mitmenschen und zu sich
selbst erfüllt ist.

Tipp

der heiligen
Hildegard

Dinkel als Basisdiätmittel
hilft bei Kraftlosigkeit.

4. Januar

Gott hat alle Dinge der Welt
so eingerichtet,
dass eins auf das andere
Rücksicht nimmt.

Tipp

der heiligen
Hildegard

Wer Zimt zu sich nimmt,
vermehrt die guten Säfte im
Körper.

5. Januar

Auf dieser Welt hat Gott
den Menschen mit allem umgeben
und gestärkt.



Tipp

der heiligen
Hildegard

Wein mit Wasser dabei
sorgt für guten Schlaf und
Stressbewältigung.

6. Januar

Die ganze Natur sollte dem Menschen
zur Verfügung stehen,
auf dass er mit ihr wirke,
weil ja der Mensch ohne sie weder
leben noch bestehen kann.

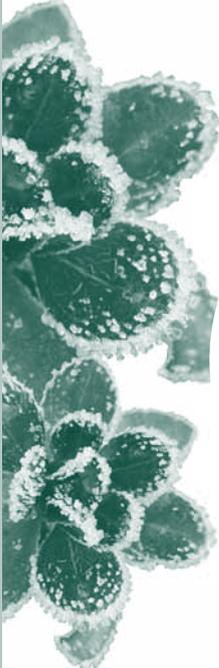
Tipp

der heiligen
Hildegard

Ysop ist eine Gewürzemp-
fehlung für Geflügel, Rind
und Suppen.

2. Februar

Die Seele im Menschen ist
wie der Saft im Baum ...



Tipp

der heiligen
Hildegard

Salbeitee ist hilfreich
bei rheumatischen
Beschwerden.

3. Februar

... Denn wie durch den Saft alle
Früchte des Baumes wachsen,
so werden auch durch die Seele
alle Werke des Menschen ausgeführt.



Tipp

der heiligen
Hildegard

Fenchel, auch roh geges-
sen, trägt zur guten
Verdauung bei.

4. Februar

Gleichsam wie das Weiß der Augen
ist das Wissen im Menschen.
In diesem Wissen blitzt der Verstand auf
wie die Klarheit der Sterne,
und die Vernünftigkeit
leuchtet an ihm wie ein Stern.



Tipp

der heiligen
Hildegard

Ziegenfleisch ist für
gesunde und kranke Men-
schen gut zu essen und
stärkt den Magen.

5. Februar

Die Himmel sind erfüllt
vom Lobpreis
und mit jeder Art von Musik,
wegen der Wundertaten,
die Gott im Menschen wirkt.



Tipp

der heiligen
Hildegard

Uneingeschränkt wird für
den Gebrauch in Küche
und Haushalt Mandelöl
empfohlen.

6. Februar

Der Vernunft gab Gott zwei Flügel:
Der rechte bedeutet die Erkenntnis
des Guten,
der linke die Erkenntnis des Bösen.

Tipp

der heiligen
Hildegard

Bei Hausausschlag hilft
Quendel entweder in
Fleisch oder Mus gekocht.

7. Februar

Gott hat den Menschen
nicht zu Elend und Qual geschaffen,
sondern zur Freude,
aber zu der Freude,
welche aus der christlichen
Weisheit und Tugend kommt.

Tipp

der heiligen
Hildegard

Schafgarbe hilft bei
inneren Wunden. Vor
allem nach Operationen
unterstützt sie die innere
Heilung und wirkt wund-
stillend und krampf-
lösend.

