

Nr. 12

Leben im (Über)Fluss

Das rechte Maß finden mit der Lebensweisheit der Hl. Hildegard von Bingen
Anette Heizmann, Kräuterheilkundige, Rottenburg

Hildegard von Bingen, eine weise Frau aus dem Mittelalter, Äbtissin eines Frauenklosters ..., hat uns wertvolle Hinweise, Anregungen und Rezepte hinterlassen, die wir zwischen Bedürfnissen und Grenzen das „rechte Maß“ finden in der Ernährung, der Beziehung zu Gott, der Welt und den Dingen. In kraftvollen Bildern und durch Kräuterheilkunde für Leib und Seele erfahren Sie an diesem Nachmittag, wie Sie Ihre Innere Balance im Alltag unterstützen können.