



Benedikt Felsinger O.Praem.

# Für Leib und Seele

Tipps vom Kräuterpfarrer



**Kronen  
zeitung**  
[www.kronen.at](http://www.kronen.at)

AMALTHEA



48

**Ein pflanzlicher  
Blutdruckregler**

Das Hirtentäschel hat noch  
mehr zu bieten

49

**Die Mariendistel**

Nicht gerade schmeichelnd,  
aber wirksam

50

**Das »Silber des  
Westens«**

Die Krenwurzel hat viel

Kraft

**51 Am Boden bleiben**  
Die Käsepappel macht es  
uns vor

**52 Am ganzen Körper  
behaart**  
Der Beinwell ist aber kein  
Macho

**53 Steinfrucht und  
Scheinfrucht**

Der Feigenbaum trägt  
beides in einem

## 54 **Rauf auf die Alm**

Den Gelben Enzian  
entdecken

## 55 **Unbeliebt und trotzdem heilsam**

Die Brombeere verschafft  
sich Respekt

# 56 **Genießen, stärken und heilen**

Die heilige Hildegard und der Knoblauch

# 57

**Augenaufschlag auf prächtigen Blüten**

Mit Phantasie den Augentrost betrachten

# 58 **Nicht auf die verschriebene Kur warten**

Zu den Weintrauben  
greifen

## 59 **Ein Kloster, ein Kraut und ein Likör**

Der Ysop hilft Augen und  
Rachen

## 60 **Ausprobieren und studieren**

Kräutertinkturen selbst  
herstellen