



# Leseprobe

Bernadette Schwiembacher

## Heilkräuter für die Seele

Die 12 wichtigsten  
Heilpflanzen für seelisches  
Gleichgewicht und innere  
Stabilität

---

Bestellen Sie mit einem Klick für 18,00 €



---

Seiten: 208

Erscheinungstermin: 23. April 2018

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

[www.penguinrandomhouse.de](http://www.penguinrandomhouse.de)

# Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

## Zum Buch

---

Heilpflanzen haben eine erstaunliche Wirkung – ob wir körperlich leiden oder ob es unsere Seele ist, die Hilfe braucht. Sie heilen dort, wo etwas nicht heil ist.

Die erfahrene Südtiroler Heilerin Bernadette Schwienbacher zeigt, wie 12 Kräuter für ganzheitliches Wohlbefinden sorgen: Mit vielen erprobten Atem-, Mental- und Körperübungen, Anregungen für einen gesunden Biorhythmus und vor allem mit Tees, Elixieren, Rezepten und Bädern aus der Kräuterkunde.

So lässt die Kraft der Natur unsere Seele gesunden – für ein bewusstes, glückliches und vitales Leben.



### **Autor**

## **Bernadette Schwienbacher**

---

Bernadette Schwienbacher, geboren 1954, wuchs mit 14 Geschwistern auf einem einsamen Bergbauernhof in St. Nikolaus/Ultental (Südtirol) auf. Sie lebt heute in Meran, wo sie seit vielen Jahren als bekannte Therapeutin und Heilerin tätig ist. In ihren Kräuterwanderungen gibt sie das alte Heilwissen ihrer Vorfahren weiter, darüber hinaus hält sie u.a. Vorträge in Deutschland, Österreich, der Schweiz und Italien, vorwiegend zu den Themen Natur, Gesundheit und Heilung.

# Heilkräuter für die Seele

