

OBSAH

ÚVOD
Byliny Páně včera a dnes 5

KAPITOLA I
Zrod klášterní medicíny 8



KAPITOLA II
Zahrada prostých bylin 10
Opatství Montecassino (Itálie) 12
Opatství Casamari (Itálie) 12
Sacra di San Michele (Itálie) 13
Benediktinky z Orte (Itálie) 13
Opatství Panny Marie ve Vezzolanu (Itálie) 13
Klášter svaté Kláry (Portugalsko) 14
Opatství Panny Marie ve Follině (Itálie) 14
Kartuziánský klášter v Pletterje (Slovinsko) 15
Opatství svatého Víta (Itálie) 15

KAPITOLA III
Mezi galénovskou medicínou, vírou a čarodějnictvím 16



Herbáře 18
Jak si udělat domácí herbář 20

KAPITOLA IV
Jak poznat, sbírat a skladovat byliny 22
Doba vhodná pro sběr bylin 26
Období nejvyšší účinnosti léčivých rostlin 28
Pravidla pro uskladnění 34

KAPITOLA V
Účinné látky v rostlinách 35
Malý slovníček botanických termínů 36

KAPITOLA VI

Léčba bylinami 38

Preparáty pro vnitřní užití 39

Čaje, nálevy, odvary 39

Matečné tinktury 41

Sirupy 41

Inhalační roztoky 41

Preparáty pro zevní užití 42

Krémy 42

Pomády a masti 42

Lázně a sedací koupele 43

Kataplasma a obklady 43

Zábaly 43

Čerstvé šťávy a dřeně 43

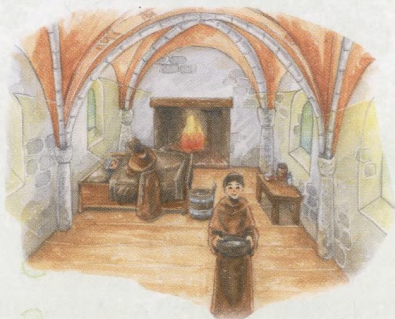
Odměřování množství a ředění alkoholu 44

Herbarium maius

Podrobný herbář bylinek 45

Herbarium simplex

Kytice prostých bylin 165



Přírodní lékárna

Slovníček zdravotních pojmů 219

Byliny, které léčí

Seznam chorob a potíží a vhodných léčivých rostlin a prostředků 220

Krémy a masti z klášterních lékáren 247

Olivový olej – přírodní všelék 248

Mniši a pěstování olivovníku 248

Vlastnosti olivového oleje 248

Domácí kosmetické přípravky 249

Mýdla 249

Zubní pasty a ústní hygiena 252

Šampony a vlasové přípravky 253

Obličejové krémy a přípravky 256

Tělové krémy a přípravky 258



KAPITOLA VII

Aromatické byliny v kuchyni 261

Rejstřík rostlin 273