

9 Einleitung

17 Teil 1: Alte Traditionen neu entdeckt

- 19 Der Kräuterschaugarten in Savognin
- 21 Heilpflanzen und Bachblüten am Weg
- 23 «Pflanzenpower» aus den Alpen
- 28 Kommerzieller Kräuteraanbau
- 31 Wildes Grün auf dem Teller
- 34 Wiederbelebtes Kräutererbe in den Klöstern

39 Teil 2: Kräuterwissen von der Antike bis in die Gegenwart

- 41 «De Materia medica» – Das wirkmächtigste Kräuterbuch der Antike
- 42 Die Krankheitslehre vom Ungleichgewicht der Körpersäfte
- 44 Bedeutende Werke der Klostermedizin
- 49 Das «Circa Instans» – Ein Werk der Medizinschule von Salerno
- 52 Die «Physica» der Hildegard von Bingen
- 56 Frauenfeindliche Fantasien im «Buch aller verbotenen Künste»
- 59 Das erste gedruckte und illustrierte Kräuterbuch in deutscher Sprache
- 61 Zwei bedeutende Botanikerärzte der Frühen Neuzeit
- 65 Erste Heilpflanzenwahrnehmungen in Graubünden
- 69 Die Rechnungsbücher zweier Heilkundiger
- 71 Medicus gegen Empiricus – Ein medizinischer Konflikt im Bergell
- 72 «Armenärztinnen» aus der Bündner Oberschicht
- 75 Ein Landschreiber und sein Kräuterbuch
- 78 Eine «Apotheke für das Landvolk»
- 82 Kalenderschreiber und Helfer in Seuchenzeiten
- 85 «Sämtliche Unkräuter sind Heilkräuter» – Der Kräuterpfarrer Johann Künzle

96	Den Heilpflanzen des Valposchiavo auf der Spur
98	Maria Treben – «Schamanin» und «Gottesapothekerin»?
101	Kneippen als Familienerbe – Die Condrau in Disentis
103	Unterwegs für den Notfall gerüstet – Die Kräuterfrau Gudrun Turner
105	Teil 3: Heilpflanzen einst und heute
	Die Liste der Heilpflanzen inklusive Seitenzahlen siehe Folgeseiten
408	Pflanzenregister
414	Anwendungsbereiche
421	Bibliografie