

## Wermutelixier

- Einen Liter guten Wein
- 150 gr. Honig
- 40 ml Wermutfrühlingsaft

### Zubereitung:

Man kocht also den Honig im Wein kurz auf, gießt den Wermutsaft hinzu und kocht nochmals kurz auf. Den fertigen Wermutwein füllt man in saubere Halbliterflaschen ab mit gutem Verschluss.

Weitere Rezepte finden Sie auf unserer Internetseite [www.humberg-hof.de](http://www.humberg-hof.de)

### Bei Hildegard steht geschrieben:

"Wenn der Wermut frisch ist, dann zerstampfe ihn und presse den Saft durch ein Tuch aus. Dann koche Wein mit Honig, aber nicht zu stark und gieße von diesem Saft soviel in den Wein, dass der Wermutgeschmack den Wein - und den Honiggeschmack übertrifft. Das trinke vom Mai bis zum Oktober jeden dritten Tag nüchtern vor dem Frühstück. Es beseitigt in dir die Nierenschwäche und die Melanche (Schwarzgalle) und klärt deine Augen und stärkt dein Herz und lässt nicht zu, dass deine Lunge krank wird. Es wärmt den Magen (Darm) und reinigt die Eingeweide und bereitet eine gute Verdauung."

Laut Hildegard hat diese kurmässige Einnahme von Wermutelixier eine derartig starke regenerations - und leistungsteigernde Wirkung auf den menschlichen Organismus, dass Sie den Wermut als den wichtigsten Meister gegen alle Erschöpfungen genannt hat.

Hildegard von Bingen beschreibt dank ihrer seherischen Fähigkeiten bereits vor 800 Jahren in ihrem Naturkundebuch im Kapitel über den Wermut das Krankheitsbild und eine vorbeugende Wermutkur gegen die Arteriosklerose, eine Krankheit, die zu Hildegards Zeiten unbekannt war und heute zu den gefürchtesten Zivilisationskrankheiten zählt.

Hildegard beschreibt die Arteriosklerose und ihre Folgen als Kettenreaktion, die an den Nieren beginnt, wobei die Schlacken - und Stoffwechselprodukte aufgrund der Nierenschwäche nicht mehr ausgeschieden werden können, sondern sich in den Gefässen und im Bindegewebe ablagern. Das Auge als empfindliches Organ registriert diese Ablagerungen als erstes und reagiert darauf mit einer Sehschwäche, die wir vielleicht im beginnenden grauen Star erkennen. Ganz besonders sind bei der Arteriosklerose die Herzkranzgefässe betroffen, mit Herzschmerz, die wir als Angina-pectoris-Anfälle kennen.

Die Arteriosklerose schädigt die Lungendurchblutung und führt zur Winteranfälligkeit mit Grippe und chronischer Bronchitis.

Die Wermutkur wärmt den Magen, reinigt die Eingeweide (von Blähungen) und bereitet eine gute Verdauung. Durch dieses Wermutelixier werden übermässige Darmgase beseitigt, wobei sowohl der Druck auf das Herz und die Herzgefässe, als auch auf Leber und Galle beseitigt wird. Zu dieser Betriebseinheit gehören auch der obere Dünndarm mit seiner Beziehung zum Magen, dem Leber-Gallensystem und der Bauchspeicheldrüse. Im Laufe der Zeit kann sich in Folge einer Bauchspeicheldrüsenschwäche eine Altersdiabetes entwickeln.

### **Insgesamt ergeben sich für den Einsatz des Wermutelixiers folgende Einsatzgebiete:**

1. Beseitigung und Verhütung von Arteriosklerose, Koronarsklerose, Zerebralsklerose)
2. Stoffwechselliden (Gicht, Rheuma, erhöhter Harnsäurespiegel, Altersdiabetes Blutfettwerte)
3. Magen und Darmleiden mit Blähungen, Appetitmangel.
4. Verbesserung der Verdauung: Anregung von Speichel, Gallen-und Magensaftsekretion.  
Regulierung des Gallenflusses und Beseitigung der Melanche.
5. Resistenzsteigerung gegen Virusgrippe, Rekonvaleszenz nach überstandenen Infektionen.