



Hildegard von Bingen

Die Geschichte der
Hildegard-Medizin

Hildegard

Von der Heiligen
der mittelalterlichen
„Heilkunde“



Hildegard

zur Heiligen eines
modernen
Gesundheitskommerz



Hildegard würde staunen

- Der um 1970 aufgekommene und seitdem sich ständig verstärkende Trend zur ganzheitlichen Betrachtung der menschlichen Konstitution und zu paramedizinischen Therapieformen hat Hildegard von Bingen zur Patronin der esoterischen Naturheilkunde und der »alternativen Lebensweise« werden lassen.

Hildegard würde staunen

- In vielen Fällen haben sich Institutionen, Verlage und Herausgeber jedoch nur des berühmten Namens bedient, um Kräuterbücher und Gesundheitsratgeber aus dritter Hand durch die Gloriole der Hildegard von Bingen aufzuwerten.
(Brockhaus)

Hildegard würde staunen

- 1970 „So heilt Gott“ Dr. Gottfried Hertzka
- Nachfolger Dr. Wighard Strehlow
- 1993 Allensbach „Hildegard-Kurhaus“
- 2004 Schließung

So heilt Gott (Hertzka)

- Wunderbar ist Gott in seinen Heiligen und sehr merkwürdig die Welt in ihrem Urteil.
- ER hat um 1155 n. Chr. einem armseligen Geschöpf seine Medizin geoffenbart.
- Für alle Welt greifbar
- Von keinem Menschen unserer Tage ernsthaft zu Kenntnis genommen.

So heilt Gott (Hertzka)

- Hertzka suggeriert, dass die medizinischen Schriften der Hildegard eine göttliche Offenbarung sind.
- Hildegard hat diesen Anspruch nie erhoben.
- Historisch scheinen die Werke zu Wissenschaft und Medizin nicht zur Gruppe der visionären Schriften zu zählen.

Hildegard von Bingen richtig einordnen

- Die so genannte Hildegard-Medizin ist aber für uns eine gute Möglichkeit mit naturwissenschaftlicher Sichtweise, kritischem Blick und Freude an der Naturheilkunde, eine eigene Bewertung vorzunehmen.
- Es gibt viel zu entdecken und zu erleben.

Die Frau in der Kultur des Mittelalters

- In der mittelalterlichen Kirche kommt Frauen in der Praxis nur eine dienende Rolle zu.
- Sie sind aus allen Bereichen, in denen die Entscheidungen fallen, ausgeschlossen.
- Im Unterschied zur Gegenwart wurde damals die intellektuelle und moralische Geringwertigkeit der Frau auch theoretisch in der Theologie breitest untermauert.

Die Frau in der Kultur des Mittelalters

- Hauptvorwürfe an die Frauen
 - die Ur- und Erbsünde sei Evas Schuld
 - nur geschaffen aus des Mannes Rippe
 - verkörpern nur die triebhafte Seite des Menschen
- Der Mann wird mit der Vernunft gleichgesetzt.

Die Frau in der Kultur des Mittelalters

- Das Schweigegebot, das der Apostel Paulus den Frauen in der Versammlung auferlegt hatte, war damit ein fast wasserdichter Ausschluss der Frauen aus dem religiösen Geistesleben der Zeit.
- Tatsächlich wurde ihnen nicht nur das Priesteramt, sondern auch die universitäre Bildung verwehrt.

Die Frau in der Kultur des Mittelalters

- Dennoch gab es eine Möglichkeit für eine Frau, ihre Stimme in den religiösen Diskurs einzubringen: wenn es eben nicht ihre Stimme war, mit der sie sprach, sondern die Stimme Gottes selbst, dem sie nur als Sprachrohr diente.

Die Frau in der Kultur des Mittelalters

- Dass in diesen »schwachen Gefäßen«, wie sie sich oft selbst nannten, Gott seine Stimme ertönen lasse, davon waren nicht nur sie überzeugt, sondern auch viele Prälaten und das war das Entscheidende.

Ebenso Hildegard ...

- Ihre Hauptwerke bezeichnet sie als Schilderungen des von ihr passiv Geschauten, nicht als eigene Entwürfe

Eine faszinierende Frau des 12. Jahrhundert

- Hildegard bewegt ihre Zeit.
- Ihre Schriften sind Gelehrten Anlass zum Disput,
- ihre Briefe Königen, Bischöfen und Päpsten Mahnung in ihren Ämtern,
- ihre Predigten einfachen Menschen Stärkung und Trost im Glauben.



**Ora et labora
(Bete und arbeite)**

Eine faszinierende Frau des 12. Jahrhundert

- Ihr Werk faszinierte die Menschen des 12. Jahrhunderts, und es fasziniert die Menschen heute erneut.
- Ein Grund dafür ist wohl, dass sich Hildegard und ihr Werk in kein Schema pressen lassen.

Eine faszinierende Frau des 12. Jahrhundert

- Eine Visionärin, die in einer beeindruckenden Gottesbeziehung lebte
- Sie eröffnete eine neue, bis dahin nicht gekannte Sichtweise des Menschen
 - auf sich selbst,
 - die Welt und
 - den christlichen Glauben.

Eine faszinierende Frau des 12. Jahrhundert

- Diese Sichtweise kann auch heutigen Menschen Hilfe bieten, einen Zugang zu Gott und Orientierung im Glauben zu finden.

Ordensfrau und Klostergründerin

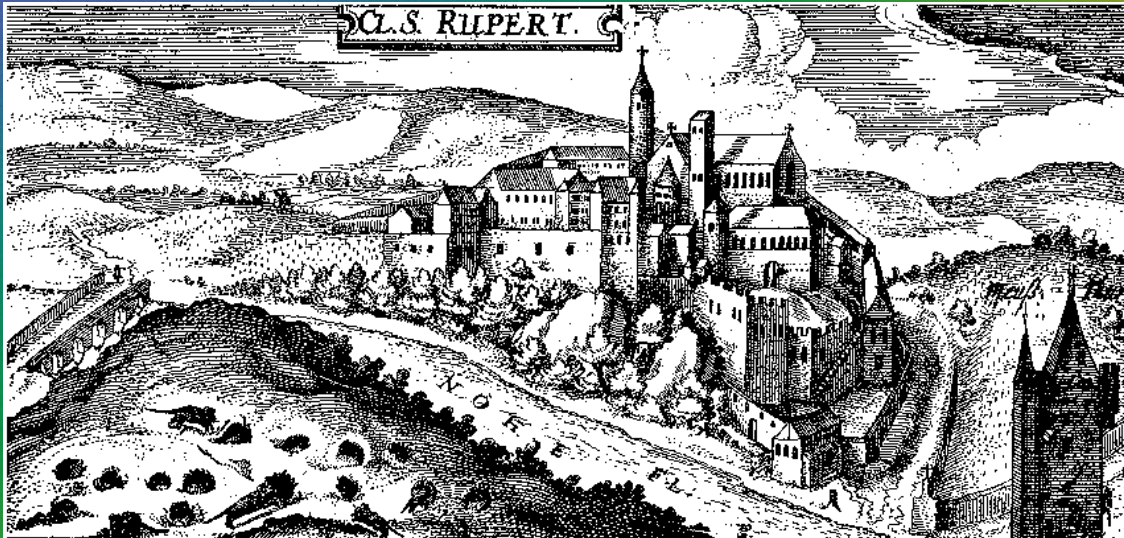
- geboren im Jahr 1098 in Bermersheim bei Alzey in Rheinhessen.
- das zehnte Kind des Edelfreien Hildebert von Bermersheim
- Im Alter von acht Jahren kam Hildegard zur geistlichen Erziehung in die Obhut der Jutta von Spanheim im Benediktinerinnenkloster Disibodenberg (am Zusammenfluss von Nahe und Glan), dessen Wurzeln als klösterlicher Ort bis ins 7.Jh. zurückreichen.
- Hier legte sie dann zwischen 1112 und 1115 die Ordensgelübde ab.

www.disibodenberg.de

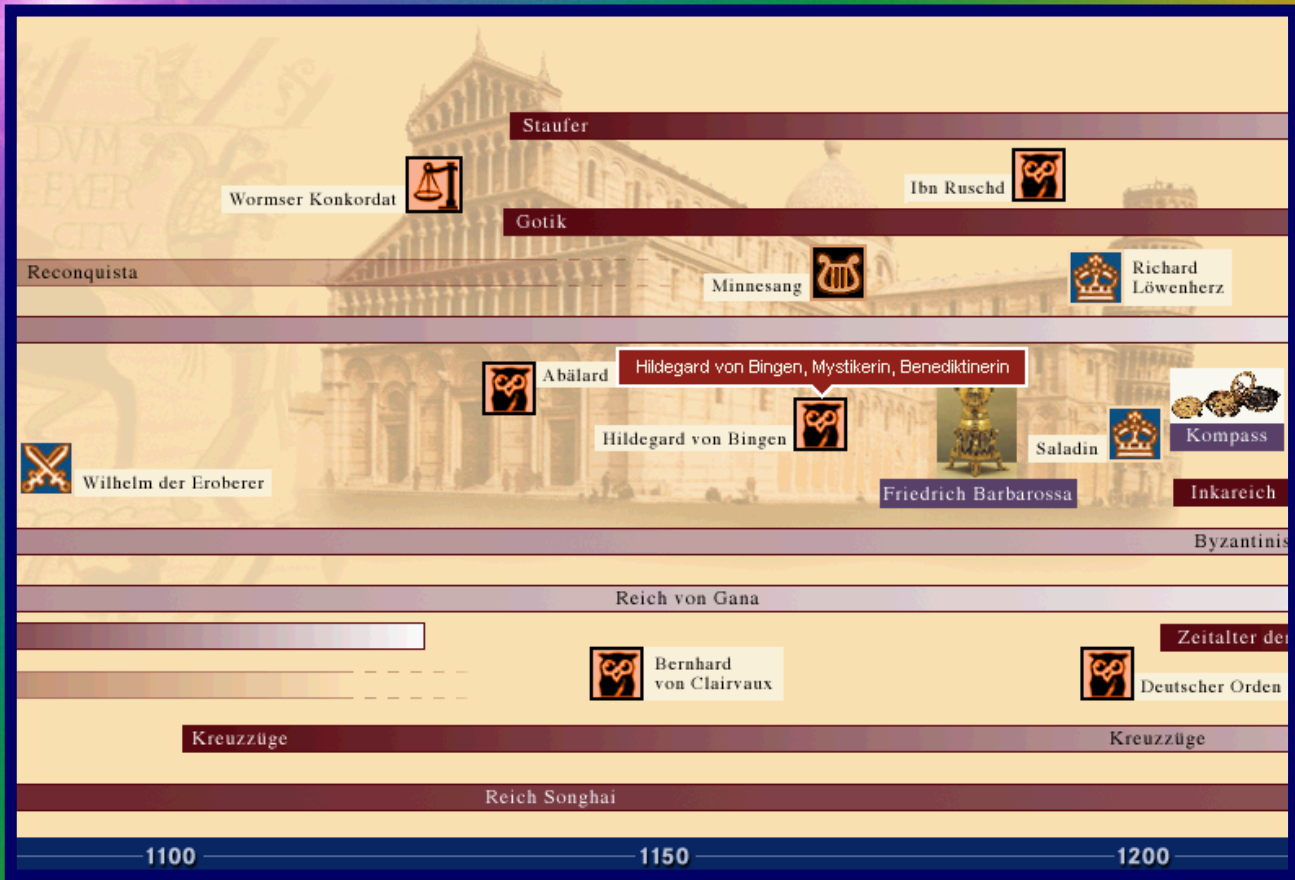


Ordensfrau und Klostergründerin

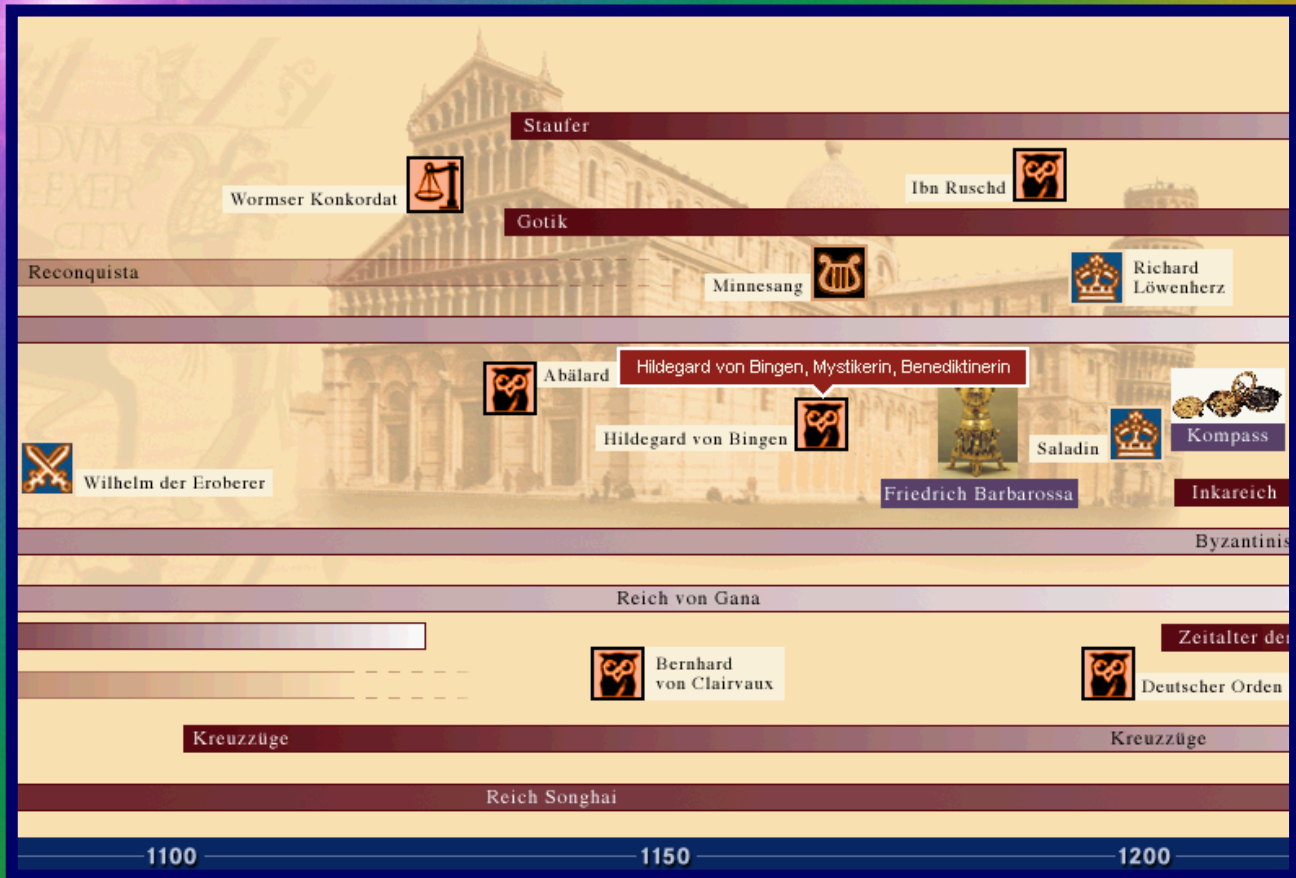
- Als Jutta von Spanheim im Jahr 1136 starb, wurde Hildegard ihre Nachfolgerin als Vorsteherin des Disibodenberger Konvents.
- In den Jahren 1147 bis 1150 gründete und errichtete sie ein eigenes Kloster auf dem Rupertsberg bei Bingen am Rhein, dem im Jahr 1165 die Gründung eines Tochterklosters in Eibingen (heute zu Rüdesheim am Rhein) folgte.
- 17. September 1179 stirbt Hildegard 81-jährig.
- 1858 Abriss der Klosterruine bei Bingen im Zuge von Bahnbauarbeiten



1152-1190 Friedrich Barbarossa



1155 (?) Ingelheim: Treffen Hildegard mit Barbarossa

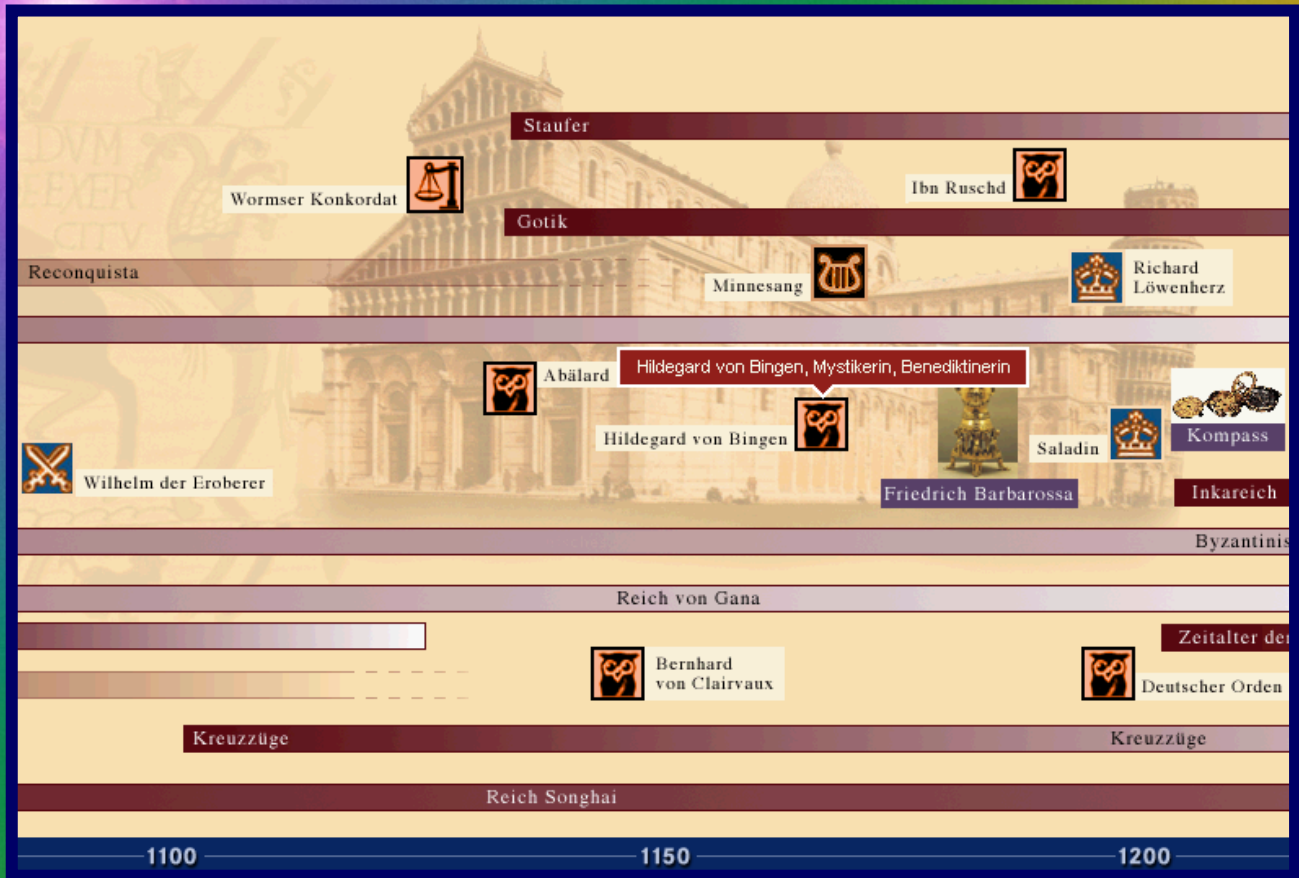


Treffen?

- Ob sich Friedrich I. wirklich Ende April/Anfang Mai 1163 anlässlich eines Mainzer Reichstages mit **Hildegard** in Ingelheim getroffen hat, ist umstritten.
- Sein Schutzbrief für ihr Kloster ist wohl im Rahmen des Reichstages in Mainz ausgestellt worden.
- Wenn man den Briefwechsel zwischen Kaiser und Äbtissin für echt hält, dann ginge aus einem undatierten Antwortschreiben Friedrichs an Hildegard hervor, dass er sie zu einem Treffen nach Ingelheim eingeladen hätte, um sich von ihr Prophezeiungen machen zu lassen.

"Wenn von den rund 1000 Urkunden Barbarossas keine einzige in Ingelheim datiert ist und von den nicht wenigen Quellen der Zeit keine einzige einen Kaiserbesuch dort nennt, so besagt das nur, dass die Pfalz nicht für wichtige Geschäfte benutzt wurde; einen gelegentlichen Aufenthalt schließt es nicht aus," meint Classen dazu (S. 125/26).

"Gerechtigkeit"



Prophetin, Visionärin

- Die visionäre Begabung der Hildegard von Bingen war bereits in ihren Kinderjahren ausgeprägt. Im Alter von 42 Jahren begann sie, die empfangenen Visionen in lateinischer Sprache niederzuschreiben (zu diktieren).
- *Alle heute bekannten Schriften gehen nicht aus der Rupertsberger Schreibstube hervor.*
- *Keine reicht bis ins 12. Jahrhundert zurück!*
- *Große Meinungsverschiedenheit der Forscher.*

Prophetin, Visionärin

- Hildegards Schriften bilden den Wesenskern ihres Werkes. Hildegard sah das Schreiben als Auftrag Gottes an und wusste sich als Schriftstellerin von Gott in das Amt einer Prophetin berufen.

Prophetin, Visionärin

- Kirchliche Bestätigung fand ihr Sehertum auf der Trierer Synode 1147/1148 (Papst Eugen III.), nachdem die zu diesem Zeitpunkt vorliegenden Teile ihres Erstlingswerkes »Scivias« geprüft worden waren.

Prophetin, Visionärin

- Ihre Position als Mensch beschrieb Hildegard von Bingen als die einer Frau, die krank, ungelehrt und schwach ist und nur durch die Kraft Gottes die Fähigkeit und damit auch die Verpflichtung erhielt, lehrend tätig zu sein.

Prophetin, Visionärin

- Sie sah sich und ihre Welt in einer Endzeitsituation, in der gerade die Frau in der Nachfolge Marias dazu verpflichtet sei, Gottes Willen zur Rettung vor der Bedrohung durch den Antichristen zu verkünden, dies zumal viele Priester und Bischöfe hierin versagten.

Prophetin, Visionärin

- Neben ihrem schriftstellerischen Werk unternahm Hildegard zahlreiche Predigtreisen (über 10 Jahre) und verfasste über 300 Briefe.
- Sie starb am 17. September 1179 im Kloster Rupertsberg. Ihr außergewöhnliches Charisma, verbunden mit Berichten über durch sie erfolgte wunderbare Heilungen, trugen ihr schon bald nach ihrem Tod den Ruf der Heiligkeit ein.
- In der katholischen Kirche wird Hildegard als Heilige verehrt (Tag: 17. September); das im Jahr 1227 in Mainz eingeleitete förmliche Heiligsprechungsverfahren wurde allerdings nie zum Abschluss geführt.



Pfarrkirche Eibingen

Die Werke Hildegards

- Visionstrilogie
- Kirchenmusik z.B. Singspiel »Ordo Virtutum«, 77 geistliche Gesänge
- eine Evangelienauslegung
- über 300 Briefe
- eine Geheimschrift sowie eine Geheimsprache und
- ein umfangreiches medizinisch-naturwissenschaftliches Werk

(»Physica« und »Causae et curae«).

Visionstrilogie

- »Scivias« (1141 bis 1151)
- »Liber vitae meritorum« (1158 bis 1163)
- »Liber divinorum operum« (1163 bis 1173)

Wisse die Wege

Buch der Lebensverdienste

Buch der göttlichen Werke

Wisse die Wege

- »Scivias« (1141 bis 1151)
- ist unterteilt in drei Bücher
- 26 Visionen der Heilsgeschichte
- In Buch eins liegt der Schwerpunkt auf der Darstellung der Ordnungsprinzipien des Kosmos
- Buch zwei widmet sich hauptsächlich dem Wirken Christi als Erlöser
- Buch drei zeigt den Aufbau eines Gottesreiches vom Anfang bis zum Ende der Welt.
- Die drei Bücher stellen somit die Dreifaltigkeit dar, bestehend aus Gott dem Schöpfer, Christus dem Erlöser und dem Heiligen Geist, der das Heilsreich erbaut.

Buch der Lebensverdienste

- »Liber vitae meritorum« (1158 bis 1163)
- Es besteht aus sechs Büchern. In fünf der sechs Kapitel treten dämonenartige, die verschiedenen Laster verkörpernde Gestalten auf, die Reden halten, gegen die dann die jeweiligen, in ihrer Darstellung körperlosen Tugenden das Wort erheben.
- Dieser kosmische und zugleich heilsgeschichtliche Kampf spielt sich ab vor Christus, der die Tugenden anführt.

Buch der göttlichen Werke

- »Liber divinorum operum« (1163 bis 1173)
- Hildegards wichtigstes Werk
- drei Hauptteile
 - der natürliche Kosmos
 - die ethische Wirklichkeit
 - die Heilsgeschichte
- Dieses Werk ist hauptsächlich eine Schrift über den Heiligen Geist, die aber in den einzelnen Büchern auch die Dreifaltigkeit abbildet.

Physica und Causae et curae

- Nach ihrem Tod wohl aus einer Schrift entstanden.
- In Physica über 500 Positionen
 - Heilpflanzen
 - Tiere
 - Mineralien und Metalle
 - Lebensmittel
- In Causae und Curae
 - Astrologisch/religiöse Spekulationen
 - Kräfte der Erde
 - Adams Fall
 - Phlegma und Humoralpathologie, Schilderung der Geschlechtsorgane
 - Rezepte (vgl. Dreckapotheke)
 - Horoskopisches Kalendarium

Physica und Causae et curae

- Hausbuch-Charakter (volkstümlicher Stil)
- Merkwürdige Diskrepanz zwischen lateinischem Text und Inhalt für breite Leserschicht.
- Der Inhalt ist manchmal recht widersprüchlich und belegt wohl die Abhängigkeit Hildegards von ihren Mitarbeitern (Schreibern).
- Hildegards Lateinkenntnisse waren für die Bücher nicht ausreichend
- Die volksnahe Frau begründete so manchen gebräuchlichen Pflanzennamen deutscher Sprache
- Germanismen (kindergarten, foosball)

Physica und Causae et curae

- Untrennbarkeit von Körper und Seele
- Leben im „rechten Maß“ (discretio)
- „wenn Gott es will“, kann der Mensch nur gesunden

...wenn Gott es will.

Krankheit ist die Herausforderung an den Menschen, sein Leben in Zusammenhang mit Gott neu zu überdenken.



■ Heilen nach Naturgesetzen

- Wirkliches Heilen ist nur mit einer Therapie möglich, die die Naturgesetze berücksichtigt und nutzt.
- Auf dieser Basis:
Traditionelle Chinesische Medizin und Ayurveda
- Mittelalter in Europa:
Hildegard von Bingen und Paracelsus
- Die klassische Homöopathie



Humoralpathologie

Viersäftelehre

- Für Hildegard sind die „Schleime“ erst durch den Sündenfall des Menschen entstanden:
- „Wäre nämlich der Mensch im Paradies geblieben, würde er die Phlegmen, von denen viele Leiden kommen, nicht in seinem Körper haben, sondern sein Fleisch wäre gesund und ohne Schleim.“
- „Wäre Adam im Paradies geblieben, würde er die vorzüglichste Gesundheit haben.“
- „Aber nun trägt der Mensch im Gegenteil das Gift, das Phlegma und die verschiedensten Krankheiten in sich.“

Sanguiniker (Heiter, erregt)



Phlegmatiker (?)



vegetativ, Fortpflanzung

Melancholiker (Schwermut)



Choleriker (ohne Worte)



Physica

Übersetzung von 1984 (Portmann)

- Schilderung der Heilpflanze beginnend mit der humoralpathologischer Charakterisierung
- Indikation (Anwendungsgebiet)
- Bearbeitungsanweisung (Technologie)
- Art der Anwendung
- Weitere Hinweise (z.B. auf äußerliche Anwendung)

Katzenminze (Nepeta cataria)

- Die Katzenminze („nepeta“) ist warm.
- Ein Mensch der Skrofeln am Hals hat, der pulverisiere, bevor sie aufbrechen, die Katzenminze.
- Er esse dieses Pulver mit Brot oder Mus oder in „Kucheln“, und die Skrofeln werden verschwinden.
- Wenn aber die Skrofeln aufbrechen, lege ihre Blätter roh und frisch darüber, und die Skrofeln werden ausgetrocknet.

Carvacrol, Thymol

Hirtentäschel? Blutwurz?

- *„Ein anderes Beispiel ist die Präsentation der Blutwurz“
(Schmitz, Geschichte der Pharmazie)*
- Die Pflanze ist mehr kalt als warm und entfernt überflüssige, giftige und eitrig Säfte.
- Das Hirtentäschel, das „blutwurz“ ist, wird zu einem Trank verarbeitet, der in gutem und klarem Wein über 15 Tage genossen werden soll. Dem Patienten wird er sodann über 1 Jahr lang helfen.

Hirtentäschel

- *Capsella bursa-pastoris*
- bis 40 cm hoher Kreuzblütler mit weißen Blüten und dreieckigen Schötchen; häufiges Unkraut der Äcker und Gärten.



Hirtentäschel

- Wirksamkeit bei inneren und äußeren Blutungen (?)
- an Gelenke und Fußsohlen gebunden, hält es bei langen Wanderungen frisch
- in Volksmedizin als Mittel gegen Durchfall gebräuchlich
- Ausgleichend auf Herz-Kreislauf-System
- Vgl. Mistel
- Kombination: Herzgespann, Weißdorn, Hirtentäschel



Hirtentäschel

Kommission E: (Styptisat (4,1:1 Wasser)

- Symptomatische Behandlung leichter Menorrhagien und Metrorrhagien, lokale Anwendung bei Nasenbluten
- Äußere Anwendung: Oberflächliche, blutende Hautverletzungen



Hirtentäschel

- Bei parenteralen Anwendung: muskarinartige Wirkungen mit dosisabhängiger Blutdrucksenkung und Blutdrucksteigerung, positiv inotrop und chronotrop sowie Steigerung der Uteruskontraktion



Blutwurz

Tormentill, Dilledapp, Rotwurz, Ruhrwurz, Siebenfinger, Aufrechtes Fingerkraut, Bauchwehkraut, Bauchwehwurz, Birkwurz, Christuskrone, Fingerkraut, Mooreckel

Lateinische, exakte Bezeichnung ☹

- zusammenziehenden und stärkenden Eigenschaften
- zum Gerben von Leder verwendet
- Anwendungsgebiete (Kommission E)
 - Unspezifische akute Diarrhoe,
 - Schleimhautentzündungen im Mund- und Rachenraum
- Nebenwirkungen
 - Bei empfindlichen Patienten können häufige Magenbeschwerden auftreten.



Blutwurz **Wie bitte? ☹**

Potentilla erecta, Fragaria tormentilla, Potentilla officinalis, Potentilla tetrapetala, Potentilla tormentilla, Tormentilla erecta, Tormentilla officinalis, Potentilla sylvestris

- Potentilla lateinisch 'potens' (kraftvoll) bezieht sich auf die großen Heilkräfte.
- Tormentilla lateinisch 'tormentum' (Folter) enthält darin den Zustand des Patienten und die Krankheiten, die mit Hilfe der Pflanze geheilt werden können, Zahnschmerzen und Magenkrämpfe

Dosierung

- Tagesdosis: 4 - 6 g Wurzel
- Tinktur (1 : 10): 10 - 20 Tropfen auf 1 Glas Wasser, mehrmals tgl. zum Spülen.



Hirschzunge



Hirschzungenfarn

(*Phyllitis scolopendrium*)
geschützte Farnart aus der Familie der
Streifenfarngewächse mit ungeteilten,
lederartigen, bis 60 cm langen Blättern; an
schattigen Felsen.



Hirschzungenfarn

Hirschzunge ist nicht nur bei Hildegard von Bingen eine wichtige Heilpflanze

auch in DIGESTODORON von Weleda, mit weiteren Farnen und Weiden zur Grundtherapie des RDS

Bei Hildegard:

Hirschzungenpulver bei asthmatischen Beschwerden mit Schmerzen in der Brust (von der Hand lecken) 1-3 Messerspitzen

Überhaupt eignet sich Hirschzungenpulver nach Hildegard als Notfallmittel bei Schmerzen (Erste-Hilfe-Mittel)



Hirschzungengewürz Hirschzungengelixier

Mit Piper longum (Langem Pfeffer) und
Zimtrinde

Langfristige Lungenprobleme („Es will
einfach nicht besser werden“)
Leberbeteiligung

Hormonregulation
Eierstock-, Unterleibsleiden
Endometriose
Ausfluss
Schilddrüsenleiden
Bauchspeicheldrüsenstörungen
(Anregung Insulinproduktion ?)

1. Woche 3 mal vor dem Essen, dann für 8
Wochen auch nach dem Essen (1 Likörglas)



Langer Pfeffer

Expektorans, Lebertherapeutikum



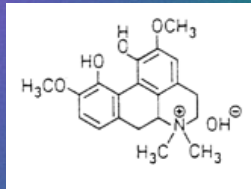
Akelei (*Aquilegia vulgaris*)



[lateinisch *aquilegia*
»Wassersammlerin«
Füllhornartige Form der
Blütenhülle]

Die geschützte, in lichten
Laubwäldern wachsende, meist
blauviolett blühende
Gemeine Akelei wird auch als
Gartenzierpflanze in vielen
Farbvarianten kultiviert.

Akelei (*Aquilegia vulgaris*)



2. Erklärung des Namens: Der Name entstammt dem lateinischen 'aquila' - Adler, da die Blütensporne in ihrer Form an Adlerkrallen erinnern.

Nach Linné büßte die Pflanze ihren Ruf als Heilpflanze ein, nachdem die Verabreichung größerer Mengen bei Kindern den Tod herbeiführten.(?)

Anwendungsgebiete:

Regulierung der Gallenblasenkontraktion,
allgemeine Magen-Darm-Beschwerden

Risiken

nicht bekannt (?) Alkaloide (Magnoflorin),
geringe Mengen cyanogene Glycoside

Akelei (Aquilegia vulgaris)



Bei Hildegard:

Bei Husten mit reichlich Schleimauswurf vermindert Akelei mit Honig die Verschleimung und reinigt die Atemwege

Einnahme als Akelei-Tinktur bei fieberhaften Infekten („Akelei ist kalt“), Polypen, Lymphknotenschwellung, Lymphatismus

Auch in Apfelmus einzunehmen oder frische Blätter von Gartenpflanzen

Pelargonien- gewürzmischung

- Prophylaktikum gegen Grippe und Erkältungskrankheiten
- Edelpelargonie mit Bertram und Muskatnuss
- Beim ersten Niesen schnuppern
- Auf Brot gestreut essen (mit Salz)
- 1 Teelöffel in Viertel Wein aufkochen (3 min)
- Bei „Grippe-Herz“, auflecken

Viele Pelargonienarten

- „Nimm Kranichschnabel ...mit Bertram und Muskatnuss“ schreibt Hildegard
- Dr. Gottfried Hertzka, „erkennt“ die Edel- oder Englische Pelargonie als die geeignetste Geranienart (Pelargonium multiflorum)
- (Bücher von Dr. Wighard Strehlow)

Pelargonium sidoides und/oder reniforme

- Umckaloabo
- das pflanzliche „Antibiotikum“ (JSO)

Anbau, 3-jährige Kultivierung

Cumarine, Gerbstoffe

Bertram

Anacyclus pyrethrum

Korbblütlergattung,
der Römische Bertram wird in
Europa und Nordafrika kultiviert.
Speichelwurzel, Zahnwurzel
Radix Pyrethri Romani

Mittelmeergebiet, Nordafrika
Scharfes Harz, Gerbstoff,
ätherisches Öl

Anregung Speichelfluss,
rheumatische Zahnerkrankungen,
Tonikum, Verdauungsschwäche



Bertram

Anacyclus pyrethrum

„Einem gesunden Menschen ist es gut, Bertram zu essen – über das Essen gestreut oder bei der Zubereitung mitgekocht -, weil er die Fäulnis in ihm vermindert und das gute Blut vermehrt und im Menschen den Intellekt reinigt. Einen Kranken, der körperlich fast heruntergekommen ist, bringt er (wieder) zu Kräften. Er lässt im Menschen nichts unverdaut, sondern bereitet gute Verdauung, wenn man ihn fleißig isst, weil er durch seine gute Kalorität jede Speise verdaut. Fleißig gegessen, vermindert er die Verschleimung im Kopf, wenn einer viel Phlegma im Kopf hat ... und führt zur Säftereinigung und klärt die Augen.“



Vorsicht:
Bertram im Wichtl-Register
zeigt auf Tannacetum parthenium
Mutterkraut

Brombeerelixier

Dr. Strehlow: Ernährungsfehler, vor allem durch verschleimendes, tierisches Eiweiß (Rind, Schwein) und erhitztem Käse (Pizza, Fondue, Raclette) führen zu zähem Schleim auf Bronchialschleimhaut. Es folgt Hustenreiz, Pfeifen, trockenes Rasselgeräusch der Lunge. Das Brombeerelixier wirkt hier krampflösend, entzündungshemmend und auswurfördernd. Deutliche Erleichterung der Atmung!



Brombeerelixier enthält:

- Ysop (Ätherische Öle, ausgezeichnetes Gewürz für Kalb, Salate, Tomaten)
- Dost (Origanum vulgare)
- Bertram
- Honig
- Weißwein

Rebe und Rebasche

Echte Weinrebe
(Weinstock, Rebstock, *Vitis vinifera*)



Der Geheimtipp für Erkrankungen des
Zahnfleisches!

Rebasche: Abgeschnittene Reben im
Frühjahr sammeln, zerkleinern, in der
Sonne trocknen, dann am besten auf
einem Stein im Holzkohlenfeuer veraschen
(evtl. Alufolie)

Es wird empfohlen keine weitere
Zahnpasta zu verwenden.

Andorn *Marrubium vulgare*

Lippenblütlergattung, weiß blühende, taubnesselähnliche Stauden mit ätherischem Öl.

Von den Römern als Heilmittel genutzt, ist es möglich, dass der lateinische Name "Marrubium" von der alten italienischen Stadt Maria herrührt.

Andere vertreten die Ansicht, dass der Name von dem hebräischen Wort "marrob" (ein bitterer Saft) abgeleitet wurde, da es eines der bitteren Kräuter war, die beim Passahfest gegessen wurde.



Andorn *Marrubium vulgare*

Die ägyptischen Priester verehrten Andorn mit dem Namen "Samen von Horus", und er war ein Hauptbestandteil eines Gegenmittels gegen einige Gifte. Es wurde behauptet, dass er über antimagische Kräfte verfügt.

Als Zusatz in einer Schale mit frischer Milch an einem von Fliegen geplagten Ort werden alle Fliegen getötet.

Es ist ein nützliches schleimlösendes Mittel: der Tee wird heute noch in einigen ländlichen Gebieten als gutes Mittel bei Erkältung angesehen.

Bei Hildegard als Andornmischkräuter:

Fenchelkraut, Dillkraut, Königskerzenblüten, Andornkraut
Reizmildernd auf Schleimhäute bei Schnupfen, Heiserkeit und Erkältungshusten. (VERPACKUNG = Empfehlungskriterium)

Galgant

Alpina officinarum



Wurzelstock

Galgant

Alpina officinarum

- „Und wer Herzweh hat und wer im Herz schwach ist, der esse bald genügend Galgant und es wird ihm besser gehen.“

Nachgewiesene schulmedizinische Wirkung

- spasmolytisch, antiphlogistisch und antibakteriell
 - Hemmung Prostaglandin/Leukotrien-Synthese
 - Acetoxychavecolacetat - Tumorhemmstoff
- Auch sehr gut als Fenchel-Galgant-Kautabletten.

Galgant

Alpina officinarum

- „Wenn wir der Hildegard-Medizin sonst nichts Brauchbares entnehmen können, als den Hinweis auf Galgant als Herzmittel, so würde ihr Studium schon gelohnt haben.
- Galgant ist ein hundertprozentig wirksames Mittel gegen alle Herzschmerzen vom Typus der Angina pectoris und hat mir im Sonntagsdienst die sonst übliche Herzspritze praktisch vollkommen ersetzt. Er wirkt rasch und erlösend wie ein Nitroglycerinpräparat ...“ Hertzka

Wasserlinse



(Entenflott, Entengrün, Entengrütze, Lemna), Gattung der einkeimblättrigen Pflanzenfamilie

Wasserlinsengewächse;

Schwimmpflanzen mit grünen, zum Teil linsenförmigen, blattähnlichen Sprossgliedern, die Luft enthalten.

Die Kleine Wasserlinse (*Lemna minor*), Schwimmblatt 23 mm im Durchmesser, schwimmt massenhaft auf ruhigen Gewässern Mitteleuropas; wichtige Nahrungsgrundlage für viele Fische und Wasservögel.

Wasserlinse



Volksheilkunde: innerlich bei Entzündungen und Infektionen der Schleimhäute, chronischer Schnupfen, Äußerlich Rheuma und Gicht

In der Hildegard-Medizin das unterstützende Mittel bei Krebserkrankungen und der Tumorrezidivprophylaxe.

Nach Angaben von Dr. Strehlow werden Chemotherapie und Bestrahlung besser vertragen.

Wasserlinsenkräutertrank

- Pfeffer, Ingwer, Zimt, Salbei, Fenchel, Honig (abgeschäumt), Weißwein, Wasserlinsen, Blutwurzblätter, Ackersenf, Labkraut, Rainfarnkraut
- 1 Likörglas vor dem Frühstück und dem Abendessen.

Vorsicht ist angebracht!

- Auch die „wissenschaftlich“ aufbereiteten Schriften von Strehlow und Hertzka sind äußerst kritisch zu lesen.
- Die heutige „Hildegard-Medizin“ ist teilweise ein Missbrauch des Werkes dieser erstaunlichen Frau an der Schwelle der mitteleuropäischen Pharmazie und Medizin.

Allerdings:

- Für uns Apotheker gibt es in „Hildegards-Heilkunde“ vieles zu entdecken.
- Einige Heilkräuter haben sicher auch heute noch ihre Berechtigung, wie erfolgreiche Anwendung dieser Klosterarzneien täglich belegen.
- Dem Apotheker fällt eine wichtige Rolle des Bewahrers, aber auch des Zweiflers und des Vermittlers zu.

**Herzlichen
Dank
und nicht
vergessen:**

**Beobachten,
erforschen,
staunen,
Freude haben.**

**Ihr
HPEppler**

