

# Frisierte Rezepturen

Stammt wirklich alles, was in Kräuterheilbüchern steht, aus dem Erfahrungsschatz mittelalterlicher Nonnen und Mönche? Oder haben manche Autoren geschummelt? Ein Würzburger Forscherteam ermittelt.

Wenn der Medizinhistoriker Dr. Johannes Gottfried Mayer in einer Buchhandlung ein Regal mit Titeln zur Alternativmedizin entdeckt, bleibt ihm häufig nur eines: Kopfschütteln. In jüngster Zeit finden sich hier immer mehr Bücher, die sich auf mittelalterliche Heilkunst berufen – von esoterischen Ernährungsratgebern bis hin zur so genannten Hildegard-Medizin.

Viele Autoren, die dem Trend zurück ins Mittelalter folgen, haben sich nie die Mühe gemacht, die alten Texte wirklich zu studieren. „Häufig werden Quellen nur bis zur eigenen Großmutter ausgewertet“, konstatiert Mayer. Andere wiederum schreiben die mittelalterlichen Kräuterbücher direkt ab, ohne sie kritisch zu bewerten. „Noch schlimmer aber sind Bücher, die ihre Leser ganz im Unklaren lassen, woher sie ihre Informationen beziehen.“ Die Verfasser berufen sich auf ganzheitliche Weltbilder und tiefere mystische Einsichten. Risiken und Nebenwirkungen bleiben derweil den Lesern überlassen. In dem Bestseller „Gesundheit aus der Apotheke Gottes“, macht die Autorin

Maria Treben mitunter Vorschläge, die kein Arzt unterschreiben würde. So empfiehlt sie etwa bei Leberzirrhose eine „Schwedenkräuter“-Rezeptur, die Alkohol enthält.

„Im Moment sind Rezepte für pflanzliche Viagras besonders in“, ärgert sich der Pharmakologe Prof. Michael Heinrich von der Londoner School of Pharmacy: „Es geht diesen Leuten einfach nur um den schnellen Verkaufserfolg.“

Der blühende Kräuterbuchmarkt steht in einer sehr alten Tradition. Schon im Mittelalter haben Autoren Pflanzenan-

Dass die Klöster bereits im 8. Jahrhundert über einen großen Schatz an medizinischer Erfahrung verfügten, zeigt sich im „Lorscher Arzneibuch“, dem ersten großen Werk der Klostermedizin. In diesem lateinischen Text finden sich einige sehr modern anmutende Rezepte, darunter der erste Hinweis auf den Einsatz einer Salbe mit antibiotischer Wirkung. Hier wird empfohlen, tiefe Wunden mit einer Mischung aus Schafdung, Honig und Käse einzureiben: „Desgleichen gegen Unterschenkelgeschwüre an den Schienenbeinen. Sie heilen schnell,

## TATSACHE: NONNEN UND MÖNCHE SETZTEN SCHON IM MITTELALTER ANTIBIOTIKA EIN

wendungen aus anderen Büchern ungeprüft übernommen. Verwechslungen und Fehler, etwa bei der Zuordnung der Pflanzen und ihrer Namen, wurden über Jahrhunderte hinweg abgeschrieben. Viele Verfasser gaben Empfehlungen, die nicht auf Erfahrungen, sondern auf Spekulationen oder religiösen Theorien basierten.

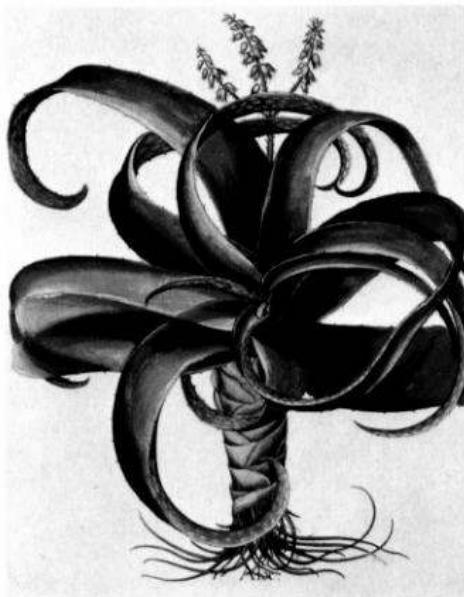
Diese so genannte Indikationslyrik wird jetzt von der Arbeitsgruppe Klostermedizin am Institut für Medizingeschichte der Universität Würzburg systematisch erforscht. Hier arbeiten Mediziner, Theologen, Biologen, Philologen, Chemiker und Historiker zusammen, um sämtliche in den alten Schriften beschriebenen Heilpflanzen und deren Indikationen zu dokumentieren. Eine gewaltige Aufgabe – denn die moderne Wissenschaft hat es bislang versäumt, die Erkenntnisse und Erfahrungen der Kräuterheilkunde des Mittelalters konsequent aufzuarbeiten.

selbst wenn schon die Knochen herauschauen: Man reibt Schimmel von trockenem Käse und etwas weicherem Schafdung zu gleichen Teilen und gibt ein klein wenig Honig hinzu: Es heilet innerhalb von 20 Tagen.“ Tatsächlich erzeugt der Käseschimmel einen Pilz ähnlich dem Penizillin, dessen Produktion von den Bakterien des Schafdungs und durch den Honig angeregt wird.

Möglich wurden solche Therapieansätze im Mittelalter, weil die meisten Nonnen und Mönche klar zwischen Religion und Medizin trennten. Auch große Theologen legten die Bibel beiseite, wenn es darum ging, Gottes zweites Buch, die Natur, zu studieren. Für den deutschen Gelehrten und Dominikanermönch Albertus Magnus etwa kam es in seinem botanischen Werk „de vegetabilibus“, das er Mitte des 13. Jahrhunderts verfasste, darauf an, Erfahrungen zu sammeln, genau ►

### KOMPAKT

- In den Klöstern des Mittelalters erlebte die europäische Heilkunst eine Blütezeit.
- In der Renaissance wurden neue Anwendungen unkritisch hinzerfunden.
- Nicht in allen heutigen Kräuterheilbüchern, die behaupten, sie enthielten Rezepte, die auf dem klösterlichen Erfahrungswissen beruhen, steht tatsächlich „Klostermedizin“.



#### ALOE VERA

Die dickblättrige Pflanze steckt voller Wirkstoffe, die noch nicht erforscht sind. Seit dem Altertum wird Aloe gegen Verbrennungen und als starkes Abführmittel verwendet.



*Calendula lutea flore pleno. Calendula prostrata. Calendula lutea mollis.*

#### CALENDULA

Ringelblumen spielten in der Klostermedizin keine große Rolle. Hildegard von Bingen empfahl sie gegen Leberleiden. Heute wird Calendula gegen Hautentzündungen eingesetzt.

## DIE EPOCHE DER KLOSTERMEDIZIN

ÜBER EIN HALBES Jahrtausend lang, vom 7. bis ins 12. Jahrhundert, hatten die Klöster eine Monopolstellung in der Gesundheitspflege und der Medizinforschung. Mönche und Nonnen legten Kräutergärten an und befassten sich mit Heilpflanzen und deren Anwendungen. Sie studierten antike medizinische Schriften und sammelten Erfahrungen aus der Volksheilkunde.

Der heilige Benedikt legte bei der Gründung seiner Mönchsgemeinschaft in Kapitel 36 seiner Ordensregel fest, dass es die vornehmste Aufgabe des Mönches sei, Kranke zu pflegen. In jedem Konvent der Benediktiner sollte sich ein Bruder gezielt der medizinischen Versorgung widmen. Der Gedanke der Barmherzigkeit, der Caritas, setzte sich durch: Die Mönche und Nonnen betrachteten die Behandlung von Kranken als eine Begegnung mit Christus.

Im Laufe der Jahrhunderte brachten die Klöster eine gewaltige Gesundheitsreform auf den Weg: Sie richteten Spitäler ein, die eine gleich gute medi-

zinische Versorgung für jedermann ermöglichten: für die Ordensmitglieder, für Pilger und schließlich auch für die Bevölkerung, die in der Umgebung des Klosters lebte.

Auch wenn die Mönche und Nonnen des Mittelalters noch weit von der modernen Schulmedizin entfernt waren, so trennten sie meist doch klar zwischen kirchlichen und medizinischen Traditionen: Sie rezipierten medizinische Texte aus der Antike, obwohl diese von Heiden verfasst worden waren, und sie betrachteten Krankheiten als Zustände, die behandelt werden können, und nicht als gottgewollte Strafen, die der Mensch einfach hinnehmen muss.

Das Ende der Epoche der Klostermedizin kam im 12. Jahrhundert. Mit der Gründung der ersten Medizinhochschule im italienischen Salerno begann um 1150 die moderne Medizin. Zunehmend wurden in den Klöstern keine eigenständigen Werke zur Heilkunde mehr verfasst. Die Forschung trieben fortan ausschließlich die Universitäten voran.

zu beobachten und Ergebnisse in einfacher und präziser Sprache darzulegen – jenseits aller Dogmatik.

**Aber nicht alle** gingen diesen Weg. Die visionäre Äbtissin Hildegard von Bingen befasste sich in einem Kapitel ihres Werks „Physica“ mit Pflanzenanwendungen, die sie dem damaligen Volkswissen entnahm. Sie verknüpfte jedoch ihre persönliche religiöse und moralische Weltansicht mit medizinischen Hinweisen. Aus heutiger Sicht lag die Heilige in vielen Dingen völlig falsch. So hält sie etwa nur sehr wenig von Obst, Knoblauch und Zwiebeln bei der Ernährung, und bei einigen Kräutern glaubte sie, einen diabolischen Einfluss zu erkennen. Zum Beispiel bei „Wolfesgelegena“, wobei die Forscher heute allerdings nicht wissen, um welche Pflanze es sich handelt:

„Wenn ein Mann oder eine Frau in Begierde brennt und wenn ein Mensch jenen oder jene an der Haut mit der noch grünen Pflanze berührt, wird er in Liebe zu ihm entbrennen. Und nachdem dann jenes Kraut vertrocknet ist, so wird der, der damit berührt worden ist, von jener Liebe, in der er entbrannt ist, beinahe betört, sodass er fortan dumm sein wird.“

Die Bedeutung des medizinischen Werks Hildegards in ihrer Zeit und in den folgenden Jahrhunderten war entsprechend gering. Erst im 20. Jahrhundert wurde sie anlässlich zweier Jubiläen neu entdeckt und zur Kultfigur gemacht. Die so genannte Hildegard-Medizin bietet seither Ratgeber zur geistigen Erbauung und gesunden Lebensweise. Auch werden Hildegard-Schnäpse zu erstaunlich hohen Preisen verkauft, obwohl die Heilige die Alkoholdestillation gar nicht kannte. „Es existiert bislang keine umfassende Analyse der medizinischen Aussagen Hildegards“, betont Mayer. Eine fundierte Medizin, die sich an den Empfehlungen der Äbtissin orientiert, könne es darum gar nicht geben.

Um einen Überblick über die Indikationslyrik im Laufe der Jahrhunderte zu erhalten, hat Mayer eine Datenbank angelegt, die die Essenz seiner sprachwissenschaftlich-pharmazeutischen Analysen enthält: Mithilfe seines Computers kann er sämtliche Hinweise auf Pflanzenanwendungen abrufen – von der Antike bis heute.

Im Mittelalter erfolgten die Anwendungen des Baldrians aufgrund von Erfahrungen. Später kamen falsche Indikationen durch Schreibfehler hinzu. Heute wird Baldrian nur noch gegen Nervosität und Schlaflosigkeit empfohlen.

Besonders intensiv hat er sich mit dem Baldrian befasst. Die klassische beruhigende Wirkung dieser Pflanze findet sich bereits im „Lorscher Arzneibuch“. Danach verschwand diese Indikation aber wieder aus den Kräuterbüchern. Im zen-



SCHWIERIGE DATENLAGE

Vor der Computeranalyse müssen die Forscher erst die alten Texten im Detail entziffern – ein schwieriges Unterfangen bei oft halb zerfallenen und kaum noch lesbaren Büchern.

tralen Pflanzen-Lehrgedicht des Mittelalters, dem „Macer Floridus“, kommt der Baldrian gar nicht vor. „Das Wissen um die beruhigende Wirkung blieb aber als Volkswissen erhalten und machte erst ganz am Ende des Mittelalters zum zweiten Mal den Sprung in die schriftliche Überlieferung“, vermutet Mayer.

Im 16. Jahrhundert erreichte die Indikationslyrik ihren Höhepunkt: Einigen Pflanzen wurden bis zu 20 verschiedene Anwendungsgebiete zugeschrieben. Der Baldrian sollte unter anderem Würmer im Bauch vertreiben, innere Entzündungen der Brust lindern, gegen Pest und Sellschwäche helfen. Jacobus Tabernaemontanus berichtet davon, wie ein Wür-

UNSINN: OBST, KNOBLAUCH UND ZWIEBELN SOLLEN LAUT HILDEGARD VON BINGEN UNGESUND SEIN

burger Goldschmied seine Sehkraft mit Hilfe des Baldrians so sehr schärfte, dass er auf der Spitze einer Nadel einen Löwen herausarbeiten konnte: „...vor Zeiten zu Würzburg ein Goldschmied gewohnt, welcher mit der gemeinen Baldrian-Wurzel sein Gesicht dermassen geschärfte, dass er auf eine entzweigebro-

Die Kräuterbuch-Autoren der Renaissance waren in erster Linie unkritische Sammler. Sie behaupteten zwar, eigene Erfahrungen in ihre Werke einfließen zu lassen. Tatsächlich aber lässt sich nachweisen, dass sie das meiste ungeprüft von anderen übernommen haben.

Nah am Volkswissen orientiert war Hieronymus Brunschwig, der um 1500 die so genannten Wunderdrogen-Traktate sammelte. Diese Schriften stammten von unbekanntem Autoren und bildeten den Höhepunkt der Indikationslyrik: Sie waren meist nur eine Seite lang und setzten auf die besondere Heilkraft jeweils einer einzelnen Pflanze, die meist als Allheilmittel angepriesen wurde. Die Wan-

derdrogentraktate wurden bereits vor 500 Jahren in relativ großen Auflagen gedruckt und verbreitet.

Die Sammlung Brunschwigs wurde von späteren Autoren um alte Indikationen aus dem Mittelalter erweitert. Von Kräuterbuch zu Kräuterbuch wurden die Berichte immer umfangreicher, bis zum „Cruydeboek“ von Rembert Dodoens – ein Werk, vor dem selbst der gelehrte Altphilologe Mayer zurtückschreckt: „Das Buch ist so dick und schwer, dass ich es nur ungern aus meinem Bücherschrank heraushebe.“

Mit dem Beginn der Moderne im 18. Jahrhundert reißt die Indikationslyrik dann plötzlich ab. Kritisches Denken





#### ERBISCH

Seit dem Mittelalter werden Blätter- und Wurzelzüge eingesetzt, um Reizungen in Hals und Rachen zu lindern.



#### HABICHTSKRAUT

Hildegard von Bingen empfahl es gegen die schlechten „Säfte“. Heute ist es medizinisch bedeutungslos – im Gegensatz zum Herzmittel Fingerhut.

setzt sich durch; Ärzte werden in Komödien als Quacksalber verlacht, Wissenschaftler studieren die Pflanzenwelt unter dem Mikroskop, neue Medikamente werden in Selbstversuchen getestet, die alten Kräuterbücher werden nicht wieder aufgelegt, und beim Baldrian gilt die beruhigende Wirkung als die einzig sinnvolle Anwendung. „Das Wissen um die Indikationen vieler Kräuter verschwindet in dieser Zeit aus der Schriftlichkeit und taucht wieder im Volkswissen ab“, erklärt Mayer.

In den 1930er Jahren aber holt Gerhard Madaus mit seinem „Lehrbuch der biologischen Heilmittel“ dieses Wissen als „traditionell angewandte Medizin“

Pflanze wird außerdem bei Beschwerden während der Schwangerschaft und in den Wechseljahren empfohlen – eine Anwendung, die sich bis zurück in die Antike verfolgen lässt.

Inzwischen hat ein Londoner Pharmakologen-Team um Michael Heinrich damit begonnen, die entzündungshemmende Wirkung von Baldrian mit modernen Methoden neu zu erforschen. Mit dieser Indikation begründeten viele Autoren der frühen Neuzeit ihre zahlreichen Rezepte für die Behandlung von Wunden und Geschwüren. Nach Heinrichs ersten Ergebnissen sieht es so aus, als sei in der Fülle der historischen

## WIEDERENTDECKUNG: ALTE TEXTE EMPFEHLEN BALDRIAN AUCH GEGEN ENTZÜNDUNGEN

wieder zurück. Er schreibt Briefe an Ärzte in verschiedenen Gegenden Deutschlands und erkundigt sich nach den verschiedenen Anwendungen der Heilpflanzen vor Ort.

Die Umfrage ergibt für den Baldrian, dass er wegen seiner beruhigenden Wirkung auch bei Magenkrämpfen und Durchfallerkrankungen geeignet ist. Die

Indikationslyrik doch der eine oder andere sinnvolle Hinweis enthalten.

Das historisch-pharmazeutische Wissen, das in Mayers Pflanzen-Datenbank schlummert, stößt auch in der Industrie auf Interesse: Die Firma Abtei, ein Hersteller für Nahrungsergänzungsprodukte, engagiert sich als Sponsor der Arbeitsgruppe Klostermedizin. Zwar ist nicht zu

erwarten, dass in mittelalterlichen Texten bislang unbekannte Arzneipflanzen auftauchen und so völlig neue Medizinprodukte möglich werden. „Es besteht aber die berechtigte Hoffnung, dass wir für die eine oder andere altbekannte Pflanze wie Kamille, Calendula oder Melisse neue Anwendungsgebiete aufzeigen können“, erklärt der Chemiker Dr. Ralf Windhaber, der die Aktivitäten der Klosterforscher koordiniert. Und er hofft, mit seiner Arbeitsgruppe vielleicht sogar bislang unbekannte Neben- und Wechselwirkungen aufzuspüren.

Die alten Kräuterbücher vergangener Jahrhunderte lassen sich also durchaus praktisch nutzen – vorausgesetzt, alte Traditionen und neue Behauptungen werden sowohl historisch als auch naturwissenschaftlich kritisch geprüft. Denn ganz gleich, woher die Rezepte stammen, ob aus jahrhundertealten Kräuterbüchern oder aus den esoterischen Regalen der Buchläden, sie enthalten neben nützlichen Hinweisen meist auch einen großen Ballast an Fehlern und Spekulationen. ■



JAN LUBINSKI  
Ist freier Wissenschaftsjournalist in Köln.



#### INTERNET

Homepage der Würzburger Forscher:  
[www.klostermedizin.de](http://www.klostermedizin.de)

#### LESEN

Eine aktuelle Darstellung der mittelalterlichen Pflanzenanwendungen mit Rezepten für den Hausgebrauch:

Johannes Gottfried Mayer,  
Bernhard Uehleke, Pater Kilian Saum  
HANDBUCH DER KLOSTERHEILKUNDE  
ZS-Verlag  
München 2002, € 24,80

Johannes Gottfried Mayer, Konrad Goehl  
(Herausgeber)  
HÖHEPUNKT DER KLOSTERMEDIZIN  
Der „Macer floridus“ und das Herbarium  
des Vitus Auslasser  
Reprint-Verlag-Leipzig  
Holzbinden 2001, € 49,80