



Kennen Sie Hildegard von Bingen?

Hildegard von Bingen, die großartige Universalgelehrte, lebte von 1098 bis 1179 und gilt als eine der berühmtesten Autorinnen wissenschaftlicher medizinischer Schriften des Mittelalters. 1150 gründete sie ein Frauenkloster, dem sie als Äbtissin vorstand. Sie verfasste unter anderem das Buch „Causa et Curae“, welches sich mit der Entstehung und der Behandlung verschiedenster Krankheiten beschäftigte. Durch ihr umfassendes Wissen kombinierte sie die griechisch-lateinische Tradition mit dem Wissen der Volksmedizin und sammelte bereits bekannte Behandlungsmethoden aus verschiedensten Quellen.

Hildegard folgte der Tradition Galens und seiner Viersäftelehre. Auch ihr Ansatz beruhte darauf, dass bei einem kranken Menschen die Säfte im Ungleichgewicht sind. Um die Balance wieder herzustellen, sollte der/die Erkrankte bestimmte Speisen zu sich nehmen, die entweder befeuchten, trocknen, wärmen oder kühlen. Besonders wichtig war ihr die Wirkung von Gewürzen. Ihre beiden Lieblingsgewürze Bertram und Galgant nutzte sie regelmäßig. Ein Küchlein aus Bohnenmehl, Bockshornkleesaft, Galgant und Pfeffer sollte laut Hildegard mit einem Trank aus Honig und Süßholz kombiniert werden. Durch die damit zugeführte Wärme und Feuchtigkeit wurde die Melancholie positiv beeinflusst. Bis heute berühmt sind auch ihre Nervenkekse zur Steigerung von Konzentration und Vitalität, die verschiedene Gewürze wie Muskat, Zimt und Nelken enthalten.

Gerne beantworte ich Ihre Fragen zur TEM:

k.rahman@tem-fachverein.com

Mag. pharm. Dr. Karin Rahman

Fachverein für Traditionelle Europäische Medizin

