Heilkraft aus dem Klostergarten

Klostergärten haben eine lange und wechselvolle Geschichte. Ihre Anfänge reichen zurück bis ins 6. Jahrhundert n. Chr. und führen zu den Benediktinermönchen in Italien. Im Kloster Arenberg bei Koblenz wird diese Tradition gepflegt.

Ein Arbeitsplatz, wie er schöner nicht sein könnte. Besonders im Sommer, wenn intensive Düfte und kräftig-leuchtende Blumen Schwestern und Klostergäste in den 4000 Quadratmeter großen Garten locken. „Ein regelrechtes Feuerwerk für die Sinne“, sagt Schwester Ursula, die in dem Konvent für den Heilkräutergarten zuständig ist, „und jeden Tag blüht es anders“. Nicht ohne Grund ist gerade sie mit dieser Aufgabe betraut worden, denn die promovierte Pharmazeutin beschäftigt sich schon seit dem Studium intensiv mit Phytologie.

Ringelblumen in voller Blüte

In den Sommermonaten haben die Schwestern besonders viel zu tun, denn auf dem Arenberg werden Heilpflanzen wie Sonnenhut, Pfefferminze, Johanniskraut, Eibisch, Rosmarin oder Salbei professionell angebaut und zu Tees, Salben, Tinkturen und Likören verarbeitet. Ganz im Sinne der klösterlichen Tradition setzen die Dominikanerinnen auf die Wirkung der Phytotherapie.

Wenn Schwester Ursula nicht in den Beeten ist, greift sie zu Messer und Schere, zupft und zerkleinert Kräuter, die zuvor zwei Tage lang in breiten Regalschubladen bei etwa 40 Grad getrocknet wurden. Oder sie steht in der Kräuterküche und destilliert, rührt, kocht oder brüht würzig riechende Kräuter zu wertvollen Essenzen.

Ringelblumen müssen vor der Verarbeitung getrocknet werden

Häufig werden die Schwestern von Gästen angesprochen, die mehr über die Wirksamkeit von Heilkräutern wissen wollen. Geduldig erklären sie dann, dass die dunkelgelben Blüten der Ringelblume die Wundheilung fördern, Pfefferminze bei Darmbeschwerden hilft und Johanniskraut in der Naturheilkunde bei leichten Depressionen eingesetzt wird. Und auch, dass das Wissen über die Heilkraft der Kräuter eng mit der Geschichte der Klöster verbunden ist.

Ora et labora

Im Mittelalter lag die medizinische Versorgung der Menschen fest in den Händen von Mönchen und Nonnen. Sie waren es die Spitäler betrieben und ihre Gärten zum Anbau von Heilpflanzen nutzten. Klostergärten wurden zum Vorläufern der heutigen Apotheke.

Den Grundstein dafür legte der Ordensgründer Benedikt von

Nursia, der um das Jahr 530 nach Christus, die erste klösterliche Gemeinschaft in Süditalien gründete. Die Niederschrift seiner Ordensregeln markiert medizingeschichtlich den Beginn der Klosterheilkunde. Neben seinem Leitspruch „ora et labora“ postulierte er, „die Sorge der Kranken müsse vor und über allen Pflichten stehen“.

Getrocknete Planzen werden per Hand gezupft

Benedikt und seine Mitbrüder lasen die Werke der griechischen Ärzte Hippokrates, Dioskurides und Galenus und studierten die Eigenschaften der Heilkräuter und die Mischung von Arzneien. Er begann, Mönche in der Krankenpflege und Kräuterheilkunde auszubilden, und gründete damit eine Tradition, die bis ins 13. Jahrhundert reicht.

Über die Alpen

Karl der Große (747 bis 814) erkannte das Potenzial, dass in dem überlieferten Wissen der Mönche lag und erließ ein Gesetz, dass Klöstern und Städten das Anlegen von Nutzgärten vorschrieb. Als Förderer der Heilkunde setze er vor allem auf Heil- und Gewürzpflanzen und legte mit dieser Reform im Reich der Franken die medizinische Versorgung kranker Menschen in die Verantwortung der Klöster.

Auch Lavendel wird im Klostergarten angebaut

Das Wissen um die Heilkraft von Kräutern wurde in den Klöstern nicht nur dokumentiert sondern auch systematisch erweitert und aktualisiert. Sie ergänzten ihre Erfahrungen durch das genaue Studium alter Quellen und kultivierten in ihren Gärten mehr und mehr Importe aus anderen Ländern.

Mit dem Aufblühen neuer Handelsrouten im 12. Jahrhundert kamen Pflanzen wie Ingwer, Kardamom, Muskat und Zimt aus Asien und Afrika erstmals nach Europa.

Hildegard von Bingen

Der Begriff Klostermedizin ist heute oft mit dem Namen Hildegard von Bingen (1098 bis 1179) verbunden. Die noch heute berühmte Äbtissin des Benediktinerinnenklosters auf dem Rupertsberg bei Bingen am Rhein brachte neue Pflanzen in die Klostermedizin und verfasste die medizinische Werke „Physica“, in dem sie die Wirkung von über 200 Heilpflanzen beschrieb und „Causae et curae“. Sie war die erste, die Pflanzen nicht mehr mit dem lateinischen, sondern dem volkstümlichen Namen benannte und war auch die erste, die traditionelle Klostermedizin mit dem volkstümlichen Heilwissen ihrer Zeit zusammen brachte.

Allerdings mit der Folge, dass ihre Darstellungen häufig von

Magie, Mystik und Aberglauben geprägt waren. Heute werden viele ihrer Erkenntnisse unter dem Begriff Hildegardmedizin beworben und vermarktet, doch wegen der unsicheren Quellenlage eine die klare Zuordnung umstritten. Als Werbe-Ikone muss sie für Kräutermischungen, Weine und Elixiere bis hin zu Gebäck, Cremes und Ölen dennoch herhalten.

Soll bei Halsweh, Heiserkeit und Blasenleiden helfen

Klostermedizin wird unmodern

Ab dem 12. Jahrhundert wuchs an den Universitäten das medizinische Interesse. Erste Medizinschulen entstanden in Italien, Spanien und Frankreich. Etwa zeitgleich wurde den Mönchen verboten, ärztlich tätig zu sein. Klöster verloren ihre Monopolstellung und begannen ihre Spitäler zu schließen. Auch wenn die Klostermedizin zwischenzeitlich immer wieder Aufschwünge erlebte, so verschwand sie doch im Laufe der Jahrhunderte zunehmend aus dem Bewusstsein. Die Entwicklung der neuzeitlichen chemischen Pharmazeutik beschleunigte den Prozess.

Heute jedoch ist die Naturmedizin als Alternative und Ergänzung zur Schulmedizin wieder sehr gefragt. Auch wissenschaftlich stößt sie auf Interesse. 1999 wurde von der Universität Würzburg die interdisziplinäre „Forschergruppe Klostermedizin“ ins Leben gerufen. Mediziner, Botaniker,

Pharmazeuten, Chemiker und Historiker erforschen Hand in Hand das historisches Heilwissen, mit dem Ziel, es zu bewahren und in moderne Therapien einzubinden.

Zurück zur Natur

Daran liegt auch Schwester Ursula. Regelmäßig hält sie Vorträge zu Themen wie Heilkräuter und Erkältungen, Frauenkrankheiten, ätherische Öle oder Weihnachtsgewürze. Vor zwei Jahren hat sie mit einer Mitschwester ein Buch über die Heilkraft aus dem Klostergarten geschrieben. Dabei ist es nicht nur die Tradition des jahrhundertealten Wissens auf die man sich besinnt. Auch neue medizinisch-pharmazeutische Erkenntnisse und Erfahrungen werden aufgenommen. Für die Apothekerin im Habit ist das ganz selbstverständlich. Schließlich sei die Klostermedizin schon immer eine aktuelle und lebendige Medizin gewesen.

Fotos: Bettina Hagen

Rezept zur Herstellung von Ringelblumensalbe

INFOS
Kloster Arenberg
Cherubine-Willimann-Weg 1
56077 Koblenz
Tel.: 02 61 – 6401 – 2090
www.kloster-arenberg.de