

## Stationen im Leben der „Heiligen Hildegard“ von Bingen

### Äbtissin, Mystikerin, Ärztin

„Ihr seid Nacht, die Finsternis aushaucht, und wie ein Volk, das nicht arbeitet und aus Trägheit nicht im Licht wandelt ... Ihr blickt vielmehr auf eure Werke und urteilt nach eurem Gefallen, indem ihr nach Belieben tut und lasst was ihr wollt.“ Von der Kanzel des Kölner Doms schleudert die Prophetissima Hildegard von Bingen diese Worte während ihrer dritten Predigtreise 1161 in die selbstgefälligen Gesichter der versammelten Geistlichkeit. Ihre Ansprachen rütteln auf und ergreifen die Zuhörer. Der Ruf und Einfluss Hildegards im Heiligen Römischen Reich deutscher Nation war seinerzeit legendär. Wer war diese selbstbewusste charismatische Frau, die noch heute allorts die „Heilige Hildegard“ genannt wird, obwohl sie niemals offiziell heilig gesprochen wurde?

### Herkunft, Nonne und Äbtissin Kloster Disibodenberg

Hildegard wird 1098 als 10. Kind der Adligen Hildebert und Mechtild von Bermersheim geboren. Sie wächst auf einem Gutshof im rheinfränkischen Land zwischen Rhein, Mosel und Maas in einer Großfamilie behütet auf. Die als sehr fromm gerühmten Eltern wollten ihr 10. Kind der Kirche geben, und so wird die zarte Hildegard mit acht Jahren in die neu errichtete Frauenklausur des Benediktinerklosters Disibodenberg am Zusammenfluss von Nahe und Glan in der Nähe von Bad Kreuznach aufgenommen. Mit weiteren Mädchen ist sie hier praktisch eingemauert und wird von der Lehrmeisterin Jutta von Sponheim im Lesen und Schreiben, Bibellesen, in Liturgik, Gesang, Latein, Grammatik unterrichtet. Mit 15 Jahren legt Hildegard im Kloster das monastische Gelübde ab und empfing vom Bischof zu Bamberg Otto den Ordensschleier der Benediktiner. Nach Juttas frühem Tod 1136 wird



Hildegard von Bingen,  
Foto: Abtei Hildegard von Bingen Eibingen

Hildegard mit 38 Jahren zur geistigen Mutter und Äbtissin der Gemeinschaft gewählt. Die Nonnen leben unter Hildegard nach der Benediktusregel ein benediktinisches Mittelmaß im Wechsel von Gebet, Arbeit, Lesen, Ruhe, Schlaf. Hildegard bezeichnet sich selbst als „einfältige Frau“, jedenfalls ist sie klug, tiefgläubig und sehr mutig in ihrem Leben. Sie kann zwar keine offizielle theologische Ausbildung erhalten, hat aber reichlich Gelegenheit, die alten Bücher der Klosterbibliothek zu studieren. Die Äbtissin beschäftigt sich intensiv mit Naturwissenschaften der Zeit und der Naturheilkunde.

### Schriftliche Zeugnisse über ihre visionären Erlebnisse

Bereits als dreijähriges Kind fiel den Eltern eine visionäre Begabung Hildegards auf. Später sagt sie „Das lebendige Licht“ sei ihr wiederholt erschienen. „Ich sehe einzig in meiner Seele mit offenen leiblichen Augen, sodass ich niemals die Bewusstlosigkeit erleide.“ Diese Fähigkeit Hildegards wird in der damals von Inquisition und Hexenglauben geprägten Gesellschaft lange verschwiegen, denn von einer Prophetin zur Hexe war nur ein kleiner Schritt. Mit 42 Jahren bekommt Hildegard 1141 nach ihrer Mitteilung in einer Vision den Auftrag: „Schreibe auf, was Du siehst und hörst.“ Sie schreibt in ihrem ersten Visionsbuch:

„Und plötzlich hatte ich die Einsicht in den Sinn und die Auslegung des Psalters, des Evangeliums und der anderen Schriften des Alten und Neuen Testaments.“ Hildegard offenbart sich dem Mitbegründer des Zistersienserordens und Kreuzzugspredigers Bernhard von Clairvaux, der ihr zur Niederschrift ihrer Visionen rät. Die Nonnen Richardis und Hiltrud schreiben in Latein nieder, was Hildegard diktiert, und der Mönch Vollmar gibt dem Geschriebenen den letzten Wohlklang. Hildegard sieht sich als „Posaune Gottes.“ Das so entstehende erste Visionsbuch nennt sie „Scivias“ (Wisse die Wege), eine dreiteilige Glaubenskunde mit über 20 Visionen. Auf der Synode zu Trier 1147 liest Papst Eugen III nach wochenlanger vorheriger Prüfung durch eine Kommission aus Hildegards Texten vor und gibt die offizielle Erlaubnis zur Verbreitung des Geschriebenen. Damit wird Hildegards Visionen öffentlich bekannt. Ihre Worte sind wie ein göttliches Orakel, sie wird zu einer heiligen Instanz, überall war ihre Meinung gefragt. Männer und Frauen aller Stände, Kaiser, Könige, Bischöfe, Priester, Klöster fragen nach ihrem Rat. Selbst der Stauferkaiser Friedrich I. Barbarossa sprach 1155 mit ihr in der Kaiserpfalz Ingelheim auf Augenhöhe. Nachhaltig beeindruckt erwidert er Hildegard auf ihre Ermahnungen: „Aber trotzdem werden wir nicht aufhören, in allen Unternehmungen uns für die Ehre des Reiches abzumühen ... Vielmehr haben wir uns vorgenommen, einzig im Blick auf die Gerechtigkeit gerecht zu urteilen.“

### Umzug ins Kloster Rupertsberg, medizinisches Wirken

Viele adelige Töchter strömten zu Hildegard, um das klösterliche Leben zu führen, sodass die Klausur zu eng wurde. Nach langen Auseinandersetzungen mit Abt Kuno verließ Hildegard 1148 mit 20 Nonnen das Kloster Disibodenberg und errichtete auf dem Rupertsberg über dem Grab des heiligen Rupertus in der Nähe von Bingen ihr eigenes Kloster unter „großer Lebensnot“, in das die Nonnen 1150 einziehen konnten. „Ich

nahm mit 20 adeligen Nonnen, die von reichen Eltern abstammten, an diesem Ort meinen Aufenthalt. Dort fanden wir keinerlei Wohnstätte und Bewohner mit Ausnahme eines alten Mannes, seiner Frau und seiner Kinder.“ Hildegard selbst leitete den Innenausbau und dies, obwohl sie immer wieder in ihrem Leben durch Krankheit daniederliegt.

„Durch Krankheit werde ich stark gehemmt und oft derartig in schwere Schmerzen verstrickt, dass sie mich an den Rand des Todes bringen,“ schreibt sie dem Mönch Wibert von Gembloux. Zwischen 1150 und 1165 verfasste die Abtissin naturwissenschaftliche und medizinische Schriften. Ihre Naturkunde „Physica“ enthält umfangreiche Angaben über Wirkung und Wesen von etwa 500 Pflanzen, Tieren, Metallen, Edelsteinen. Die Schrift „Causae et curae“ (Ursachen und Heilungen) berichtet über Ursachen und Behandlung von Krankheiten. Die für sie magische Kraft des Bernsteins (Ligurius), der Edelsteine und Metalle bezieht sie in die Krankenbehandlung ein. Die den Körper aufbauenden Elemente findet man in der Natur in Form von Heilpflanzen, Edelsteinen, Bernstein und Metallen.“ Der Stahl ist sehr warm und am stärksten..., „Eisen hilft bei Magenschmerzen, Gold bei Arthritis, Kupfer bei Fieber.“ Rubin wendete sie bei Kopfschmerzen, Jaspis bei Ohrenkrankungen an. Den als warm bezeichneten Bernstein verwendete sie bei Magenschmerzen, Nierensteinen, Blasenbeschwerden und zur mentalen Stärkung. Brennessel, Johanniskraut, Fenchel, Beifuß, Lavendel, Spitzwegerich, Pfennigkraut, Thymian und viele andere Pflanzen fanden ihren festen Platz als Heilkräuter. „Der Wegerich ist von Natur aus warm und trocken. Er ist hilfreich bei Gicht, gut gegen Insektenstiche und zur Unterstützung von Knochenbrüchen,“ schreibt Hildegard. Es ist heute unklar, warum Hildegard etwas als warm oder kalt bezeichnete. Wichtig war für Sie das Entgiften des Körpers durch Aderlässe, Einläufe, blutiges Schröpfen, Schwitzen, Kauterisation (lokale Verbrennung), Medizin und eine bedacht-



Abtei St. Hildegard Eibingen, Foto Abtei St. Hildegard

same Ernährung sowie das Heilfasten. Für jedes Leiden sei ein Heilmittel in der Natur vorhanden. Für Hildegard war die Natur göttlich und der Mensch ein Teil der gesamten universellen Schöpfung. Körper und Seele gehörten zusammen, sie betrachtete den Menschen ganzheitlich. Wichtig für den Menschen sei die „Discretio“, das Maßhalten in allen Dingen durch innere Aufmerksamkeit als „Mutter aller Tugenden“ (Benedikt). Die theoretische Grundlage für Hildegards therapeutische Vorstellungen war die Viersäftelehre des Hippokrates von Kos (460 bis 370 v. Chr.), die von Galen (129 bis 199) erweitert wurde: Das Gleichgewicht der vier Körpersäfte schwarze Galle, gelbe Galle, Blut und Schleim (Synkrasie) bedeutet Gesundheit für den Körper, ein Ungleichgewicht (Dyskrasie) Krankheit. Hildegard bezog viele Gesundheitsstörungen auf schlechten Körperschleim in den die Nahrung umgewandelt würde. „Wenn die Gefäße des Menschen voll Blut sind, müssen sie durch einen Einschnitt von schädlichem Schleim und Verdauungssaft gereinigt werden.“ Und sie sagt weiter: „Der Mensch, der sein Fleisch mit Maßen nährt, ist in seiner Art fröhlich und umgänglich ...Wann auch immer der Körper des Menschen ohne Diskretion isst und trinkt oder etwas anderes dieser Art verrichtet, so werden die Kräfte der Seele verletzt... In

allen Dingen soll sich der Mensch selbst das rechte Maß auferlegen.“

### Hildegards Werke

Hildegard von Bingen wurde zur ersten deutschen Ärztin und als Profet Teutonica, als deutsche Prophetin, gesehen. Papst Eugen III. schrieb ihr: „Du bist für viele ein Duft des Lebens geworden.“ Sie war für die damaligen Menschen eine heilige Autorität, ihre Worte ein göttliches Orakel. Aus ihrer umfangreichen Korrespondenz auch nach England, Spanien, die Niederlande, Italien sind etwa 300 Briefe erhalten, außerdem drei Visionsbücher, 77 von Hildegard verfasste und vertonte Lieder, das Singpiel „Ordo virtutum“ und ein neues kryptisches Sprach- und Schriftsystem mit etwa 1.000 Kunstworten.

### Predigtreisen, letzte Lebensjahre

Im fortgeschrittenen Alter unternahm sie von 1158 bis 1171 vier Predigtreisen, die sie per Schiff und Pferd u.a. nach Bamberg, Würzburg, Köln, Mainz und in verschiedene Klöster führten. Mit harschen Worten predigte sie die Umkehr zu Gott und kritisierte ihre Kirche. Zur zusätzlichen Erweiterung des Klosters erwarb Hildegard 1165 das Augustinerkloster Eibingen und errichtete hier ein Filialkloster. Hildegard hatte ihre Angelegenheiten zeitig geregelt: Den Familienbesitz der von Bernersheims sollte das Kloster erhalten, die

Nonne Adelheid bestimmte sie als Nachfolgerin. Als sich Sonntag, der 17. September 1179, seinem Ende zuneigt, stirbt die „Heilige Hildegard“ im Kreise der sie umgebenden Nonnen und Vertrauten im Alter von 81 Jahren. Man hört Psalmengesang, Gebete und lautes Weinen. In tiefer Trauer nahmen die Nonnen Abschied. Die bedeutende und charismatische Frau des Mittelalters, Naturheilkundlerin, Dichterin, Mystikerin, Ärztin, Komponistin war von den Menschen gegangen. In der heutigen Zeit, wo die Menschen wieder Verantwor-

tung für die Mutter Erde und ihre Geschöpfe übernehmen, beeindruckt Hildegard von Bingen die Menschen zunehmend. Das wissenschaftliche und praktische Interesse an Hildegard von Bingen wird besonders durch den Bund der Freunde Hildegards gepflegt. Wenn die heutigen Menschen Hildegards Vorstellungen hinsichtlich einer „Bedachtsamkeit“ und „Diskretio“ in allen Dingen, bezogen auf Ernährung, Rauchen, Alkoholverzehr, Körpergewicht, für sich im rechten Maß annehmen würden, hätten wir ver-

mutlich die Hälfte der Patienten in den Arztpraxen. Ihre therapeutischen Vorstellungen sind von den derzeitigen wissenschaftlichen Vorstellungen allerdings weit entfernt. Am 10. Mai wurde Hildegard in das Heiligenverzeichnis der katholischen Kirche aufgenommen, am 6.10.2012 erhob Papst Benedikt XVI. Hildegard von Bingen in Rom in den Stand einer Kirchenlehrerin, sodass sie nun zu Recht die „Heilige Hildegard“ genannt werden kann.

Dr. med. Jürgen Fege, Weißenborn