

Kräuter mit Wurzeln im Westen



Im Mittelalter ist der Mensch ein kleines Universum, das mit dem Kosmos vernetzt ist

Kräuter sind seit Jahrhunderten und Jahrtausenden Grundlage medizinischer Therapien, sowohl im Osten als auch im Westen. Die Einführung der modernen Medizin drängte im Westen das Wissen um die Kräutermedizin stark in den Hintergrund. Ein Bericht von **Lydia Reutter**

Im mittelalterlichen Denken galt der Mensch im Abendland als Mikrokosmos. Er war integraler Bestandteil des Weltalls, des Makrokosmos und der Natur mit ihren rationalen und irrationalen Kräften. Diese Kräfte sollten in Pflanzen, Tieren und Mineralien enthalten sein und so wurden sie als Heilmittel angewandt.

Eine der faszinierendsten Persönlichkeiten des Mittelalters ist Hildegard von Bingen (1098-1179), die mit 35 Jahren zur Abtissin ernannt wurde. In ihren natur- und heilkundlichen Schriften, insbesondere ihrem Hauptwerk „Causae et curae“, hat sie eine eigenständige Gesundheitslehre begründet.

Sie klassifizierte Pflanzen, Tiere, Edelsteine und Metalle. Ähnlich wie in der chinesischen Medizin kategorisierte sie die Wirkung der Kräuter nach ihrem Temperaturverhalten auf den Körper als „warm, heiß oder feurig, kalt, trocken, feucht, Säfte bildend, Kraft gebend, Schleim erzeugend“. Auf den Menschen bezogen, sah Hildegard von Bingen, daß Krankheit ein Defizit oder Ungleichgewicht an Lebenskraft und Tugend sei, Gesundheit ein Gleichgewicht der Säfte des Körpers und die Harmonie der menschlichen Seele voraussetzte.

In China nahm man an, daß Krankheiten durch eine Disharmonie der „Fünf Elemente“ oder Funktionskreise im Organismus entstanden. Durch äußere Faktoren wie Hitze, Kälte, Feuchtigkeit oder durch innere Ursachen wie emotionale Überreaktionen (Trauer, Zorn) wurden sie ausgelöst. Das Ungleichgewicht der aktiven und substantiellen Kräfte führte zu einer Verschiebung gesunder Körperfunktionen und zu einer Störung der Gesundheit. Ziel einer Therapie war es, die Harmonie der Organfunktionen wiederherzustellen und den Menschen wieder in Einklang mit sei-

ner Umgebung zu bringen. Diesen daoistischen Therapieansatz findet man bis heute in der Traditionellen Chinesischen Medizin.

Zurück nach Europa. Im Jahre 1130 verbot das Konzil von Clermont allen Ordensgeistlichen in der Heilkunde tätig zu sein, mit der Begründung, eine solche Betätigung widerspreche dem Sinn des weltabgewandten mönchischen Lebens. Dieses Verbot war das Ende der Priesterärzte und der Anfang der Entwicklung von der „Mönchsmedizin“ zur „Scholastik“, die an den neuen Universitäten gelehrt wurde. Die „Schulmedizin“ war geboren, mit ihr die Entmythologisierung und „Verweltlichung“ der Medizin.

Dennoch hielten sich in der Kräuterkunde magische Aspekte. Einer berühmten Pflanze, der Alraune, wurden sogar übernatürliche Kräfte nachgesagt. Man findet die Alraune in alten Arzneibüchern des europäisch-orientalischen Raumes beschrieben und abgebildet.

Die Alraune, ein Nachtschattengewächs, hat ihre Heimat in den Mittelmeerländern. Ähnlich wie die



Menschenähnlich gestalteten Wurzeln, wie der Alraune, schrieb man früher magische Kräfte zu

Ginseng liefert Qi

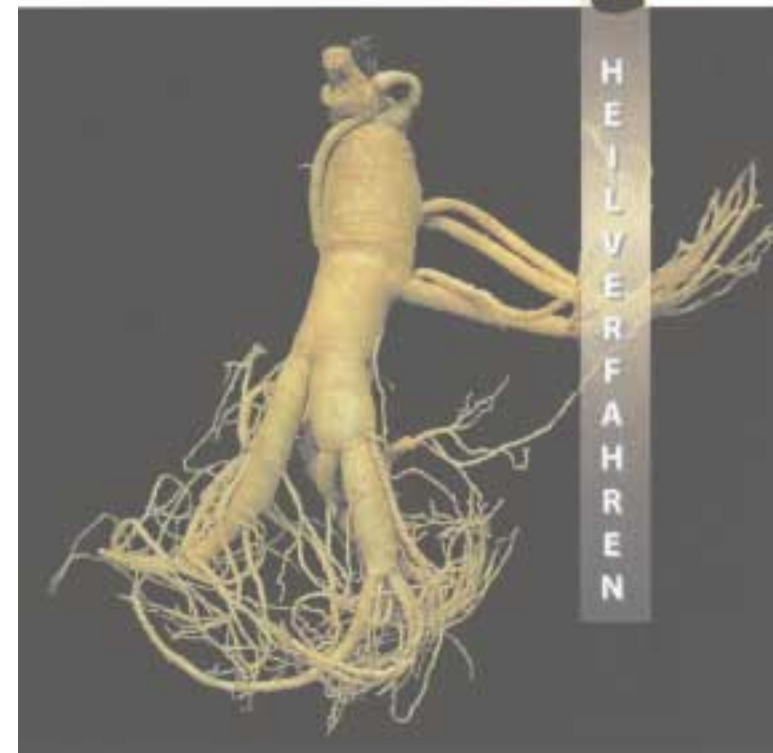
Tollkirsche oder Bilsenkraut enthält sie Alkaloide, die beim Menschen Unruhe, Erregung, auch Tobsucht auslösen können.

Mandragora officinarum, wie ihr botanischer Name lautet, hat hellgelbe Blüten, kugelige, gelbrote Beeren und einen gespaltenen, oft seltsam verschlungenen Wurzelstock. Auch ohne viel Phantasie erinnert diese Wurzel an zwei menschliche Beine, die aus einem gedrunghenen Körper wachsen.

Etwa um 1400, zu Lebzeiten des berühmten Arztes Bombastus Theophrastus genannt Paracelsus, war die Vorstellung verbreitet, daß schon die äußere Form einer Pflanze oder Frucht auf deren Wesensart schließen lasse. Nach dieser „Signaturenlehre“ sollten auch Organe des menschlichen Körpers, deren Form bestimmten Pflanzen ähnelten, zu diesen in geheimnisvoller Wechselbeziehung stehen.

Besatz man die Alraunenwurzel, verschaffte sie nicht nur Reichtum und Glück in der Liebe, sondern vermochte auch Krankheiten zu heilen, darunter die Epilepsie. In den Arzneibüchern des Mittelalters stößt man immer wieder auf Rezepte und Zubereitungen aus dieser Wurzel, deren Bestandteile, zerstoßen, zerrieben oder anderweitig bearbeitet, als Öl, Salbe oder Balsam verwendet wurden. Alraune-Figuren - das heißt, in Gestalt von Männchen oder Weiblein geschnitzte Wurzelstöcke der Mandragora - erfreuten sich seit dem Mittelalter großer Beliebtheit. Noch im Jahre 1955 soll eine Zigeunerin bei Holzkirchen in Oberbayern echte Alraunenwurzeln verkauft haben.

Der Ginseng (*Panax quinquefolium*) besitzt eine der Alraune ähnliche Wurzel. Aus dem Chinesischen übersetzt heißt Ginseng „Jin-Chen“ menschenähnlich. Wenn sie typisch



Was im Westen die Alraune, ist im Osten der Ginseng (Foto: C.

geformt ist, sieht sie aus wie eine Holzpuppe mit Kopf und Rumpf, Armen und Beinen. Der mittelalterlichen „Signaturenlehre“ zufolge sind derart geformte Pflanzengebilde bei nahezu allen Krankheiten heilsam, die den Menschen heimsuchen.

In China wird der Ginseng als Lieferant von purem Qi, das heißt reiner Lebenskraft betrachtet und bei Schwächezuständen, nach Krankheiten, bei Blutverlust und Kraftlosigkeit mit großem Erfolg eingesetzt. Da er die natürlichen Energien im Körper schont, werden die eigenen Kräfte nicht aufgebraucht, was zu deren Regeneration und zu einem längeren Leben führt. Möglicherweise war der Ginsenggenuß in China deshalb verbreitet, weil die Ärzte nur solange entlohnt wurden, wie die Klienten gesund waren.

Die Ginsengwurzel gehört zu jener Gruppe magischer Arzneien, deren Inhaltsstoffe nachweislich therapeutisch wirken. Das gilt vor allem für die wildwachsenden Exemplare. Ginseng gedeiht in China und Korea, aber auch in Nordamerika und Kanada. Nach Europa kam der Ginseng 1679 mit dem nordamerikanischen Jesuitenpater Jartoux, der einen regen Ginsenghandel zwischen Nordamerika, England und Asien betrieb. Er hatte in Chi-

II. Beifuß Beifuß, *Artemisia alba*.



na gelebt und war mit der Verwendung der Wurzel vertraut. Eine Pflanzengruppe, die bis heute in ihrem ursprünglichen, mystischen Rahmen bekannt ist, sind die Johanniskräuter. Es gibt von ihnen ein ganze Reihe, die in der Zeit um "Johanni", dem Tag Johannes des Täufers am 24. Juni, in Blüte stehen.

Die magischen Heilkräfte des Gemeinen Beifußes (*Artemisia vulgaris*) zum Beispiel, waren schon im vierten vorchristlichen Jahrhundert in Persien bekannt. *Artemisia* war auch der Name der heilkundigen Gemahlin des Königs Maussolos; und im späteren Griechenland und bei den Römern wurde *Artemisia vulgaris* als Frauenmittel geschätzt. In indogermanischer Zeit galt der Beifuß als Kraftpflanze. Zu einem Gürtel geflochten trugen ihn die Kelten und deren Druiden am Tag der Sommersonnenwende zum Schutz vor Krankheiten und als Kraftmittel. Als Unterpfand für ein Jahr Gesundheit wurde das Flechtwerk ins Johannisfeuer geworfen.

Als Heilkraut vor allem gegen ansteckende Krankheiten und Gifte wurde der Beifuß schon im Mittelalter geschätzt.

In alten Pharmakopoen heißt es: „Seine Qualität ist warm und trocken, und er hat die Kraft zu erwärmen“. Als Tee, Wein oder Gewürz wurde er bei Frauenkrankungen, Epilepsie, Schwächezuständen, Verkrampfung, Unterkühlung oder Magen- und Darmbeschwerden eingesetzt.

In China ist eine weitere Anwendungsmöglichkeit bekannt. Der Beifuß wird getrocknet und zu Moxazigarren, feingeschnittenem Moxakraut oder zu gepreßten Moxakegeln verarbeitet. Diese werden angezündet und glimmen an Akupunkturadeln oder über einem Ingwerscheibchen an einem Akupunkturpunkt, wo sie den zugehörigen Meridian mit ihrer Wärme beeinflussen und einen angenehmen Duft verströmen.

Im Arzneimittelbuch „Ming-i Pieh-lu“ von 536 nach unserer Zeitrechnung steht über den Beifuß, den Arve, zu lesen: „Seine Temperatur ist warm, sein Geschmack bitter und scharf, er wirkt im Funktionskreis der Leber, der Niere und dem von Magen und Milz. Seine Wirkung ist eine Kälte zerstreuernde, er eliminiert unbrauchbare Feuchtigkeit, erwärmt

III. Beifuß, *Artemisia vulgaris*.



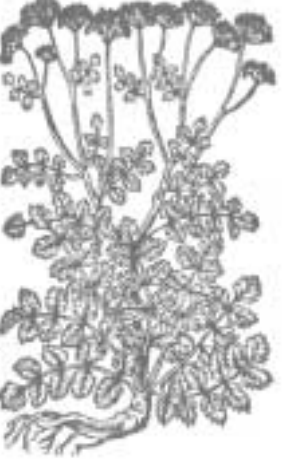
I. Beifuß (Kraut), *Artemisia vulgaris*.



I. Beifuß, *Glycyrrhiza*.



I. Beifuß (Kraut), *Tragopogon major*.



Hypochaeris glabra.



Über Magenschmerzen schreibt Hildegard von Bingen in „Causae et curae“:

„Wenn manchmal unverdaute Speisen im Magen des Menschen gerinnen und sich verhärtet, verursachen sie Magenschmerzen. Dann nehme er Pfingstrosen, ein Viertel davon Eberwurz, etwas weniger Fünffingerkraut als Eberwurz zerreiße das in einem Mörser und koche es dann in gutem, reinen Wein, jedoch so, daß der Wein den Kräutersaft um das Zweifache übertrifft, seihe es dann durch ein Tuch und fülle es so in ein gläsernes Gefäß oder in einen neuen Topf. Dann gieße er den... Wein in einen Tiegel, halte zweimal oder dreimal einen glühenden Stahl hinein, gebe...geriebenen Galgant und ein wenig Pfeffer oder... Bertram hinein und trinke den...Wein auf nüchternen Magen... Die Pfingstrose stärkt durch ihre Wärme den Magen, die Eberwurz hält die Gicht von ihm fern, das Fünffingerkraut kräftigt ihn mit seiner Wärme, die Wärme des Weins beseitigt seinen Schleim und die Stärke des Stahls verstärkt alle diese Wirkungen auf das nachhaltigste. So dann verstärkt die Wärme des Galgants und des Pfeffers oder des Bertrams alle diese Wirkungen gegen die Magenschmerzen.“

Eine alte chinesische Rezeptur gegen Kältezustände und Verdauungsstörungen lautet:

Rad. Paeoniae lact. (weiße Pfingstrosenwurzel) 12 g, Poria (Baumpilz) 16 g, Rhiz. Atractylodis macrocephalae (Atractylodiswurzel) 8 g, Rhiz. Zingiberis viride (Ingwerwurzel) 4 Scheiben, Rad. Aconiti praeparata (Präp. Aconitwurzel) 10 g. Die Kräuter werden zuerst kurz acht Minuten ausgekocht, danach weitere 30 Minuten lang und beide Absude miteinander vereinigt. Man trinke das Decoct angewärmt zweimal täglich. Die Pfingstrosenwurzel wirkt schmerzstillend, vermehrt das Yin und puffert die trocknende Wirkung von Ingwer und Aconit. Atractylodiswurzel und Poria stützen und kräftigen den Magen-/Milzfunktionskreis.“



Die Welt als Paradies, in

die Meridiane, erhält die Säfte, wirkt blutstillend und schmerzstillend...“ In Europa reduzierten sich die Beschreibungen der Pflanzen im Laufe der Jahrhunderte auf eine botanische Bestimmung und deren Gebrauch. Mystische, auf Rituale bezogene Hinweise wurden gestrichen. Gegen Ende des vergangenen Jahrhunderts mit der Entwicklung der Hygiene wurden chemische Substanzen zur Therapie entwickelt. Sie nahmen immer mehr Platz im nunmehr mechanistischen Menschenbild ein. Das führte zur detaillistischen, spezialisierten Auffassung vom Menschen und seiner Körperteile. In China blieb - auch nach Einführung der modernen, westlichen Medizin - die Bedeutung der Traditionellen Chinesischen Medizin mit ihrer Pflanzenheilkunde erhalten und hat sich im Verlauf der Jahrtausende verfeinert. Das Betrachten der Funktionskreise ist heute noch die Grundlage ärztlichen Handelns mit den fünf therapeutischen Verfahren:

der Arzneimitteltherapie mit meist pflanzlichen, seltener tierischen und mineralischen Substanzen, der Akupunktur und Moxatherapie, der Diätetik, der Tuina-Massage und des Qigongs. Erfahrene TCM-Ärzte der alten Schule sind häufig Qigong-Meister und beschäftigen sich mit allen drei Ebenen der menschlichen Existenz. Die Traditionelle Chinesische Medizin, die sich ihre gesamtheitliche Betrachtungsweise erhalten hat, kann uns in Europa zur unsere eigenen Wurzeln zurückverweisen und als Beispiel effektiver Kräuterheilkunde dienen.



Dr. med. Lydia A. Reutter studierte außer westlicher Medizin in Europa und China zehn Jahre lang Traditionelle Chinesische Medizin (TCM). Sie arbeitet als praktische Ärztin und TCM-Ärztin in eigener Praxis in Tübingen. Sie leitet das DAN-Institut für TCM in Tübingen und sitzt im Vorstand der Internationalen Association of Qigong, Los Angeles.