

Zeitschrift: Neujahrsblatt der Naturforschenden Gesellschaft Schaffhausen
Herausgeber: Naturforschende Gesellschaft Schaffhausen
Band: 57 (2005)

Artikel: Geschichte der abendländischen Kräuterheilkunde
Autor: Capaul, Urs
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-584685>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 09.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Geschichte der abendländischen Kräuterheilkunde

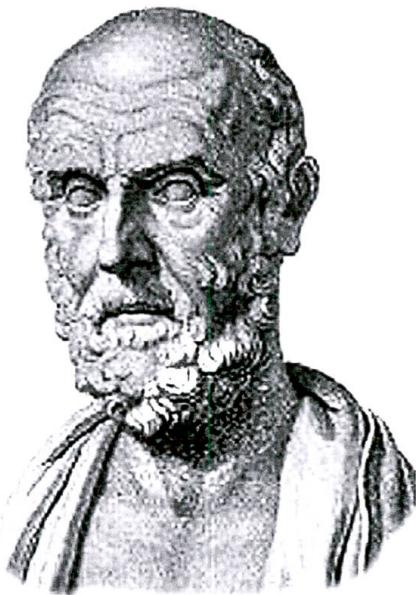
von Urs Capaul

Früheste Hinweise

Die abendländische Medizin wurzelt im Wesentlichen in der antiken griechischen Wissenschaft und Philosophie – aber auch die Griechen haben ihr Wissen von älteren Kulturen übernommen. Erste Malereien von Heilpflanzen finden sich bereits bei den Ägyptern und Babylonien. Vom babylonischen König Hammurabi stammt ein Gesetzbuch mit Hinweisen auf die Verwendung von Heilpflanzen. Die wohl berühmteste schriftliche Aufzeichnung aus dem 17. vorchristlichen Jahrhundert ist der ägyptische «Papyrus Ebers». Diese 20 m lange Schriftrolle enthält rund 800 Rezepte mit zahlreichen Heilpflanzen. Doch schon in prähistorischer Zeit, vor ungefähr 60 000 Jahren, legen die Urmenschen ihren Toten Heilpflanzen mit ins Grab. Dazu gehören die Schafgarbe, der Eibisch oder das Tausendgüldenkraut. Gräber der Jungsteinzeit enthalten zudem Holunder, Schlehen oder Kümmel. Dies zeigt, dass sich unsere Urahnen lange vor jeder Wissenschaft mit der Heilkraft der Natur auseinander setzten. Die Nutzung von Heilpflanzen beruht einerseits auf dem Prinzip von «Versuch und Folgern», anderseits auch auf dem Instinkt, der Intuition und einer gewissen Hellsichtigkeit von «weisen» Frauen und Männern. Dass diese Annahme nicht aus der Luft gegriffen ist, zeigen die jahrelangen Forschungsarbeiten der Primatenforscherin Jane Goodall. Sie hat in Ostafrika oft beobachten können, dass kranke Schimpansen spezielle Pflanzen suchen, die nicht auf ihrem normalen Speisezettel stehen. Die Kenntnisse über die Heilwirkung von Naturprodukten werden in allen Völkern über Generationen gesammelt, bewahrt und mündlich weitergegeben.

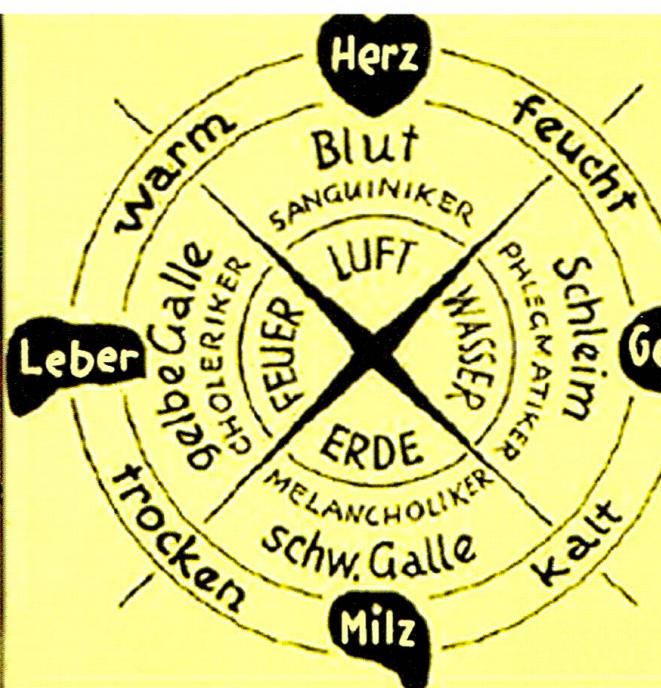
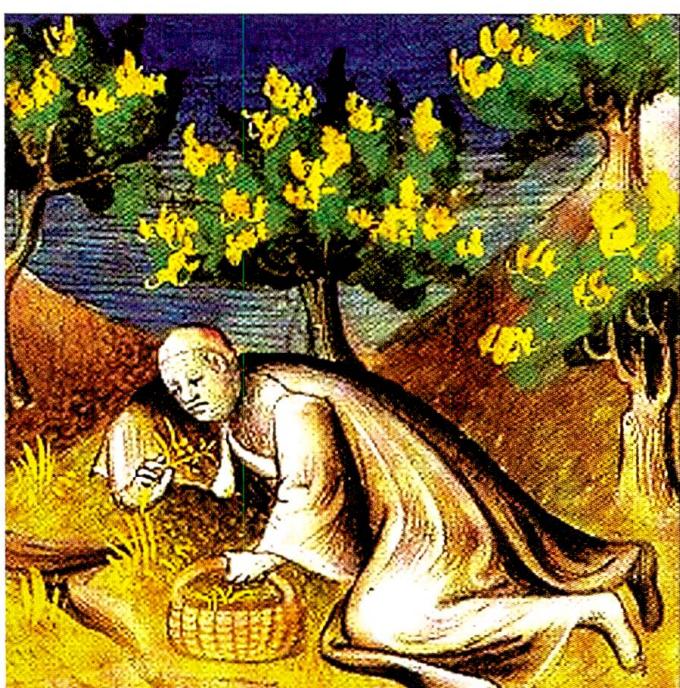
Kräuterheilkunde in der Antike

Beschränken wir uns im Folgenden auf den indogermanischen Kulturreis und wenden uns den Griechen zu. Der griechische Gelehrte Hippokrates (400 v. Chr.) gilt als Vater der modernen Medizin und der heutigen Medizinethik. Er vertraut auf die Selbstheilungskräfte des Menschen und empfiehlt ein gesundes Leben, ausgewogene Ernährung, unterstützt durch die Verabreichung pflanzlicher Auszüge. Als er seinen Lehrsatz formulierte: «Eure Nahrung soll eure Medizin und eure Medizin soll eure Nahrung sein», hat er ganz klar auch die Phytotherapie gemeint. Theophrast verfasst rund 50 Jahre später eine Naturgeschichte der Pflanzen, wovon rund 450 Heil-



1 Hippokrates

pflanzen sind. Das bedeutendste Heilpflanzenbuch der Antike (*De Materia Medica*) stammt jedoch vom in Rom ansässigen griechischen Arzt *Dioskurides* um 60 n. Chr. Er beschreibt 800 Kräuter mit Abbildungen und den entsprechenden Anwendungsbereichen. Es fällt auf, dass die Kräuter bei *Dioskurides* medizinisch sehr vielseitig eingesetzt werden. *De Materia Medica* wird im Verlauf der folgenden 1500 Jahre immer wieder zitiert. So wird etwa ein *Dioskurides*-Kommentar des italienischen Arztes Petrus Andreas Matthiolus zum erfolgreichsten Heilpflanzenbuch des 16. Jahrhunderts und in vier Sprachen übersetzt.



2 Galen beim Kräutersammeln (links, Frankreich 15. Jh.) und seine Vier-Körper-Säfte-Theorie (rechts). Die vier Säfte werden jeweils in einem bestimmten Organ produziert und herrschen in bestimmten Jahreszeiten und bestimmten Lebensaltern vor.

Ein weiterer griechischer Arzt, welcher die Medizingeschichte stark beeinflusst, ist *Galenos* (Galen) von Pergamon, Leibarzt des Kaisers Marc

Aurel im zweiten nachchristlichen Jahrhundert. Er verfasst die Vier-Säfte-Lehre, wissenschaftlich Humoralpathologie genannt (von lat. «humor» = Saft und «pathologia» = Lehre der Krankheiten). Galenos geht davon aus, dass alles in der Natur – ob Mensch, Tier, Pflanze oder die Erde – aus einem Gleichgewicht von vier miteinander verbundenen Elementen besteht. Krankheit sei die Folge einer Störung dieses empfindlichen Gleichgewichts.

Nach dem Zerfall des Römischen Reiches sind es vor allem arabische Gelehrte, welche die Heilkunde prägen und das antike Wissen weiter pflegen. Auf sie geht auch die Entdeckung der Alkoholdestillation zurück.



3 Benedikt (Benedetto) von Nursia

Klöster die alten Schriften und schützen sie so vor dem Verschwinden. Sie werden dadurch zu Hütern der Wissenschaft.

Die Reformen *Karls des Grossen* um 800 verändern das Klosterleben. Der Kaiser erlässt für seine Ländereien eine Verordnung (*Capitulare de villis et curtis imperialibus*), in der er seinen Untertanen den Anbau von 70 Heilpflanzen vorschreibt. Dies führt zu einer weiten Verbreitung der Heilpflanzen, die nun nicht mehr allein in Klöstern, sondern auch in Bauerngärten und städtischen Nutzgärten gezogen werden. Kräuterkundige ziehen durch die Ländereien und halten Kräuter samt den dazu gehörenden Geheim-

Klosterheilkunde

Benedikt von Nursia (480–547), der Vater des abendländlichen Mönchtums und Gründer des Benediktinerordens, erachtet die Sorge für die Seele und den Körper als Hauptanliegen der Klöster. Die Versorgung und Pflege der Kranken, die mit gesundheitlichen Beschwerden ins Kloster kommen, steht ganz oben im klösterlichen Aufgabenbereich. In der Folge werden Mönche speziell ausgebildet, und es entsteht die Klosterheilkunde. Die Mönche und Nonnen erfassen durch jahrelange Beobachtung und Erfahrung die Heilwirkung der Kräuter. Daraus entstehen persönliche Rezepturen. Manche Rezepturen verwenden bis zu 100 verschiedene Pflanzen. Zudem kopieren mitteleuropäische

rezepten und Beschwörungen feil. Die Klöster bauen Nutzpflanzen und Heilkräuter getrennt an. Nach der Ernte werden die Kräuter getrocknet und in speziellen Räumen aufbewahrt. Aus diesen Räumen entwickeln sich später die Klosterapotheeken, wo die einzelnen Kräuter verarbeitet und gemischt werden.

Um 840 entsteht das Gartenbuch «Hortulus» (*«De cultura hortorum»*). Es gilt als botanisches Meisterwerk der karolingischen Zeit. Der Abt des Klosters Reichenau *Walahfried Strabo* («strabus» = der Schielende, 809–849), gefeierter Dichter seiner Epoche, beschreibt darin 23 Nutz- und Heilpflanzen in Versform und beklagt sich über etliche Unkräuter. Das Gedicht des Benediktinermönchs besticht, weil es Praxis und Wissenschaft zusammenführt, Nutzen und Poesie vereint, Natur und Kultur, Gartenbau und Heilkunst verbindet.

Volksmedizin im Mittelalter

Die damalige Volksmedizin basiert vor allem auf mündlich überlieferten Erkenntnissen, teilweise in Verbindung mit Beobachtungen der Gestirne und des Monds oder mit der überlieferten Symbolik von Bäumen und Gesteinen. In «heidnischen» Riten und Tänzen werden die Schöpfungskräfte von Mutter Natur verehrt, die Verwandtschaft aller Lebensformen, die Fruchtbarkeit der Lebewesen und das Leben selbst gefeiert. Bei Krankheit, Unbill oder auch bei Geburten werden erfahrene und heilkundige weise Frauen – auch Saga, Venefica, Bella Donna oder Brauchweiber genannt – zugezogen. Solche überdurchschnittlich begabten und hoch angesehenen Frauen kennen sich mit Heilkräutern, Sitten und Bräuchen – genau nach der Vorschrift – aus und wissen Reime und Sprüche für Kindtaufen, Hochzeiten und Begräbnisse zusammenzustellen. Da sich ihre spezielle Begabung meist auf das Gebiet der Volksmedizin, auf magische Heilungen und Beschwörungen (in der süddeutschen Volkssprache als «brauchen» bezeichnet) erstreckt, erklärt sich ihre Bezeichnung als Brauchweiber. Noch werden Körper und Seele ganzheitlich betrachtet: Sehr wichtig sei, so die archaische Vorstellung, dass bei Menschen, die irgendwie auf trübe Gedanken gekommen sind, zuerst einmal die Lebensfreude emporsteige. Dann erst wären Körper und Geist bereit, die guten Kräfte der Natur aufzunehmen. Eigentlich ist es naheliegend, dass Frauen eine besondere Beziehung zu Pflanzen haben: Sie sollen es gewesen sein, die bereits vor 17 000 Jahren mit einfachen Methoden Pflanzen anbauten. Leider sind die Kenntnisse dieser Kräuterfrauen nicht beschrieben, denn die Volksmedizin wird traditionell nur mündlich weitergegeben.

Missionare, die Germanien christianisieren, halten sich nicht lange mit der mystischen Heilkunde der Germanen auf, sondern betrachteten sie als Zauberei. Und für Zauberei gibt es eine einzige Sühne: Den Tod. Dieses drastische Urteil leiten die Missionare aus der Bibel ab (Exodus 22,18: *Maleficos non patieris vivere* = Die Zauberer sollst du nicht am Leben lassen). Dadurch wird die Auseinandersetzung ums Heilen bis ins Mittelalter auch ein Glaubenskrieg. Mönche gegen Zauberer, Nonnen gegen Hexen, Katholizismus gegen Reste der germanischen Mythen. Es ist eine Zeit, wo einzelne Vertreter des Klerus in den Baderchirurgen und Kräuterweiblein eine unliebsame, heidnische Konkurrenz sehen. Das Wissen um die Heilwirkung verschiedener Pflanzen wird hinter heiligen Mauern in Klostergärten und Bibliotheken kultiviert. Was nicht ausgerottet werden kann, wird christianisiert und umbenannt: Mariendistel, Barbarakraut, Frauenmantel, Johanniskraut usw.

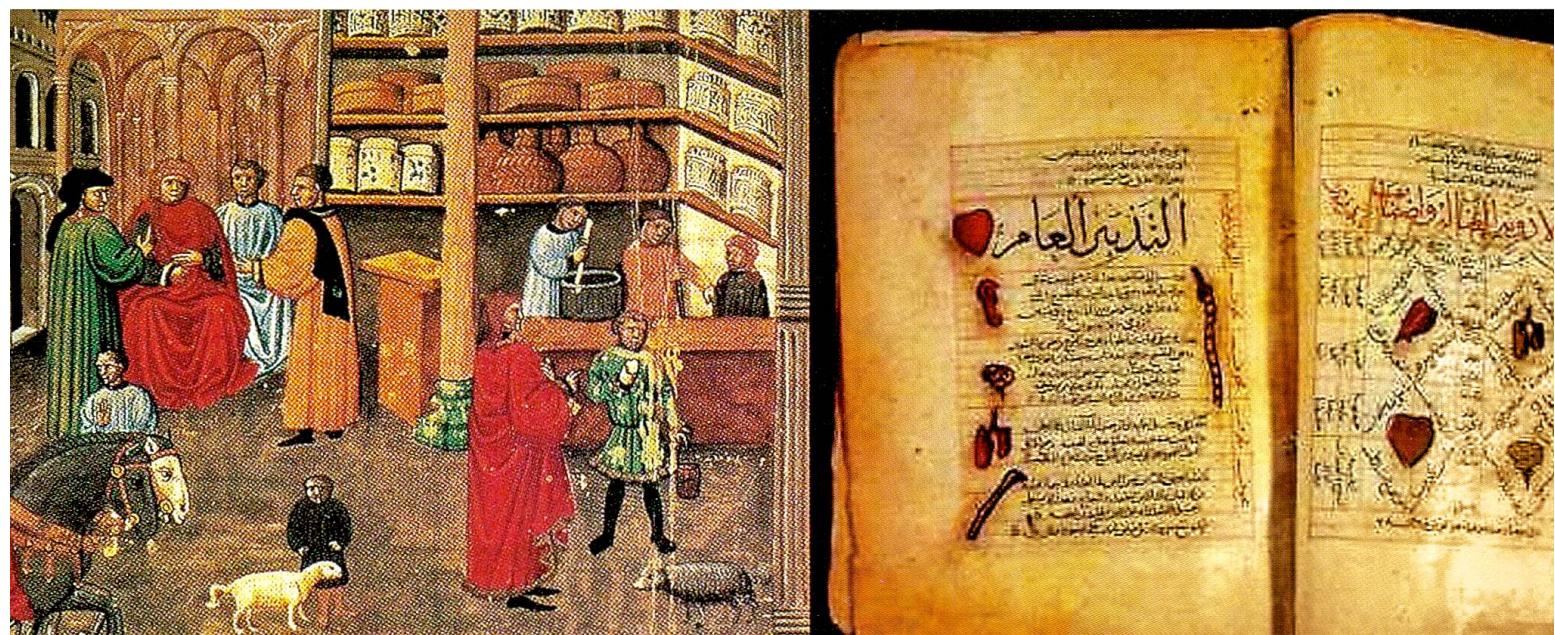


4 Mariendistel (links) und Frauenmantel (rechts)

Im Jahr 906 n. Chr. beklagt sich der Abt *Regino von Prüm* über die mangelhafte Durchsetzung christlicher Wertvorstellungen bei der damaligen Bevölkerung. Er ordnet an, «dem Dämon geweihte Bäume» mit Wurzeln auszuheben und die heidnischen Opfersteine zu beseitigen. Keine Arbeit soll mit Zaubersprüchen oder symbolischen Handlungen begonnen werden. So solle man beim Sammeln von Arzneipflanzen nur das «Vater unser» und namentlich auch das Glaubensbekenntnis hersagen. Der Abt fragt: «Hast du irgendeinen aus Kräutern und anderen Stoffen bereiteten Zaubertrunk getrunken, um kinderlos zu bleiben, oder hast du gekostet *de semine viri*, damit er in Liebe zu dir entbrenne?».

Der Kanon der Heilkunde

Um die Jahrtausendwende erlebt die arabische Kultur eine Blütezeit, die sich in den medizinischen und botanischen Kenntnissen niederschlägt. Sie findet auch in Europa weite Verbreitung. Es kommt zu Gründungen von Medizinschulen, Krankenhäusern und Universitäten. Der bedeutendste Vertreter ist der persische Arzt und Philosoph *Ibn Sina*, auch Avicenna genannt. Er fasst das Wissen des Altertums über Heilmethoden und Arzneistoffe in seinem Buch «Kanon der Heilkunde» zusammen. Mit diesem Werk übt er über lange Zeit grossen Einfluss auf die Weiterentwicklung der Medizin des Abendlandes und des Orients aus.



5 Ibn Sina wurde oft als «Fürst der Ärzte» bezeichnet. Er verfasste über 400 grössere und kleinere Schriften, darunter den Kanon der Medizin (rechts ein Auszug)

Die gängigen Therapieformen des Mittelalters, welche auch die Klöster praktizieren, sind Schröpfen, Aderlass, Einleitungen und Abführmittel. Damit sollen überschüssige und schädliche Säfte («Vier-Säfte-Lehre», siehe Galen) abgeleitet werden, um die Harmonie zwischen den Körpersäften aufrecht zu erhalten oder bei Störungen wieder herzustellen.

1049 stiftet Graf Eberhard von Nellenburg das Benediktinerkloster Allerheiligen in Schaffhausen. Nicht lange nach der Erbauung des Klosters gründet sein Sohn Burkhard für seine Mutter Ita im Jahr 1080 das Benediktinerinnenkloster Sankt Agnes. Zwar ist aus dieser frühen Zeit wenig bekannt, doch ist anzunehmen, dass auch in Schaffhausen die Klostermedizin gepflegt wurde.



6 Hildegard von Bingen ist wohl eine der interessantesten Frauen des Mittelalters

Die Benediktinerin und Äbtissin Hildegard von Bingen (1098–1179) schafft im 12. Jahrhundert eine Erweiterung der Vier-Säfte-Lehre. Sie baut eine eigene Heilkunde auf, indem sie antikes Wissen mit christlichem Glauben und germanischem Weltbild vereinigt. Viele der aufgeführten therapeutischen und medizinischen Befunde basieren offensichtlich auf eigenen Beobachtungen und einer vom Volk überlieferten Heilmittellehre. Ihre Werke (zum Beispiel «*Physica*» und «*Causae et curea*») geben ein recht gutes Zeugnis über die Volksmedizin des 12. Jahrhunderts, denn Hildegard verwendet auch heimische Pflanzen, die gegenüber jenen aus dem Mittelmeerraum im klösterlichen Wirken bislang eher unbedacht geblieben sind.



7 Klösterliches Spital im Mittelalter

Die scholastische Heilkunde

Im Übergang vom Mittelalter zur Neuzeit geben die Klöster ihre umfassende Versorgung allmählich auf. Dem Klerus wird 1130 im Konzil von Clermont gar verboten, medizinisch tätig zu sein; die Klöster sollen sich mehr um Kontemplation und Liturgie kümmern. Beim Konzil von Tours im Jahre 1162/63 wurde dem Klerus mit der Erklärung «*Ecclesia abhorret a sanguine*» (die Kirche vergiesst kein Blut) die Ausübung der Chirurgie untersagt. Es folgt die Zeit der scholastischen Medizin, die an den Universitäten gelehrt wird. Das Verbot setzt sich in den Klöstern jedoch nur schwer durch, vielmehr nehmen sie die neuen medizinischen Lehren der Universitäten in ihr Repertoire auf.

Für die Heilpflanzenkunde von entscheidender Bedeutung ist Gutenbergs Erfindung des Buchdruckes 1450 n. Chr. Dadurch wird die Heilpflanzenkunde einer breiten Öffentlichkeit zugänglich gemacht, ja es werden sogar mehr Heilpflanzenbücher verkauft als Bibeln! Das erste gut

bebilderte Heilpflanzenbuch stammt von *Otto Brunfels*, ursprünglich ein Mönch, später weltlicher Arzt. Besonders bekannt wird aber *Hieronymus Bock*s «Neu Kreutterbuch» wegen der Darstellung der einheimischen Kräuter. In Universitäten und Ratshäusern entstehen Bibliotheken.



8 Paracelsus

Theophrastus Bombastus von Hohenheim, Paracelsus (1493–1541)

Einen wichtigen Arzt des ausgehenden Mittelalters darf man nicht vergessen. *Paracelsus* (1493–1541) betrachtet den Menschen als Ganzes und als Bestandteil der Natur. Er greift auf die Signaturenlehre, die Lehre von der Zeichensprache der Natur, zurück und folgt damit einem uralten Erkenntnisweg, vermutlich sogar der Wurzel aller Heilkunst. Auf ihr basieren nicht nur die Heilsysteme der Naturvölker, sondern auch die Kräuterheilkunde der Volksmedizin. Ein Kennzeichen, eine Signatur, zeigt sich in der Natur durch

eine Verwandtschaft zwischen verschiedenen Dingen: Gleches kann gemäss Paracelsus durch Gleches geheilt werden («*Similia similibus curantur*»). Die herzförmigen Blätter der Melisse zeigen etwa an, dass diese Pflanze bei Herzkrankheiten nützt, der gelbe Saft des Schöllkrauts hilft bei Gelbsucht, die leberähnlichen Blätter des Leberblümchens bei Leberleiden usw.

«*Folgt nicht Galen, nicht Rhazes,
folgt nicht eurer Geldgier, nicht eurem Machthunger,
euer einziger Schulmeister ist die Natur!
Lauscht der Natur, und ihr werdet erkennen,
was die Krankheit und was das Heilmittel sei!*» (Paracelsus)

Die Signaturenlehre wird auch heute noch in Rudolf Steiners anthroposophischer Medizin angewendet. Paracelsus setzt aber zusätzlich die Chemie in der Medizin ein, indem er durch Destillieren und Sublimieren den

Kern eines Arzneimittels zu finden hofft. Später entwickelt sich daraus unsere heutige Verfahrensweise, bei der eine Pflanze erst in ihre chemischen Bestandteile zerlegt wird, die wissenschaftlich auf ihre Wirkungen untersucht werden.

Heilkundige Frauen und Hexenverfolgungen

Ein wenig ruhmreiches Kapitel der abendländischen Kräuterheilkunde betrifft die Rolle der Frauen. Zunächst sind insbesondere heilkundige Frauen, die «weisen Frauen» und Hebammen, für die medizinische Versorgung des Volkes zuständig. Selbst Paracelsus sagt, sein Wissen stamme von den «weisen Frauen». Sie erwerben ihr Wissen durch Beobachtungen der Natur und durch mündliche Überlieferungen, haben Kenntnisse vom Körperfbau, von Drogen und Kräutern. Sie kennen Schmerz- und Abtreibungsmittel sowie Mittel zur Empfängnisverhütung und können schwierige Kindslagen erkennen und verbessern. Sie führen auch schon den Damm schnitt aus. Die höfische und kirchliche Medizin im Mittelalter schliesst aber die Frauen von den Universitäten aus, und Verordnungen untersagen ihnen die Ausübung der Heilkunde. Doch das Volk vertraut den heilkundigen Frauen nach wie vor mehr als den Ärzten, was zu einem unerbittlichen Machtkampf führt. Die Geburtshilfe und Frauenheilkunde, bisher von den Hebammen durchgeführt, wird im 15. Jahrhundert unter die Aufsicht der Stadtärzte gestellt. Die heilkundigen Frauen werden als Pfuscherinnen, als schmutzig und unrein dargestellt! Die Hebamme wird zur unselbstständigen «Helferin» des Arztes. Unterstützt wird diese Verdrängung der heilkundigen Frauen durch die offizielle Kirchendoktrin, die das irdische Leben nur als Übergang ins ewige Leben betrachtet. Die kräuterkundige weibliche Konkurrenz bildet letztlich die Basis für den Hexenwahn des Mittelalters und der frühen Neuzeit, welcher in Mont Aime im Jahr 1239 beginnt und Ende des 17. Jahrhunderts einen traurigen Höhepunkt erlebt. Auch in Schaffhausen ist schon 1402/03 in einem Rechnungsbuch von einem «*hegsen brand*», also einer Hexenverbrennung die Rede. Der Hexenwahn ist eher massenpsychologisch zu deuten und ist Symptom und gleichzeitig Ventil einer wirtschaftlich-sozialen, religiösen und mentalen Krisensituation.

Hexenverbrennungen sind öffentliche Schauspiele. Selbst *Martin Luther* hält an diesem Irrglauben fest: «Die Zauberinnen sollst du nicht leben lassen.» Nach dem Dreissigjährigen Krieg (1618–1648) zeichnet sich ein tiefer Wandel im Lebensgefühl und Denken ab. Durch die aufkommenden Naturwissenschaften wird manche göttliche Wahrheit entlarvt. *Dr. Balthasar*



9 Das «Zwicken mit glühender Zange» und die Hinrichtung in den Flammen, Minitatur aus einer Handschrift um 1514

sar Bekker (1634–1698) geht in seinem Werk «Die bezauberte Welt» hart mit seinen protestantischen Glaubensbrüdern und Hexengläubigern ins Gericht. 1782 wird die letzte Hexe Anna Göldi in Glarus mit dem Schwert geköpft, noch zu Lebzeiten von Kant, Goethe, Schiller, Mozart und Beethoven; die europäische Öffentlichkeit wird fassungslos Zeuge dieses Justizmordes. Ihre Schuld: Sie soll mit Hilfe «ausserordentlicher und unbegreiflicher Kunstkraft» die Tochter ihres Dienstherrn, eines Arztes und Richters, an Leib und Seele krank gehext haben. In ganz Europa sterben während der Hexenverfolgung im Mittelalter und in der Frühneuzeit mehr als 100 000 Personen. Damit gehen auch mündlich überlieferte Rezepturen der heilkundigen Frauen und Männer verloren.

Phytopharmaka in der Neuzeit

Mit der Verweltlichung der Klöster im 19. Jahrhundert kommt die Klosterheilkunde weitgehend zum Erliegen. Doch nach dem Siegeszug der Schulmedizin ist wieder eine Trendwende zu beobachten. Allein in Deutschland werden jährlich etwa 4 Milliarden Euro für Phytopharmaka ausgegeben. Die Wirksamkeit der Phytopharmaka wird mit wissenschaftlichen Methoden erforscht und festgelegt. Als Phytopharmaka gelten laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) «Arzneimittel, deren wirksame Bestandteile ausschliesslich aus pflanzlichem Material bestehen, wie beispielsweise Pflanzenpulver, Pflanzensekrete, ätherische Öle oder Pflanzenextrakte». Homöopathische Zubereitungen gehören daher nicht zu den Phytopharmaka. Der Wirkstoffnachweis moderner Prägung hat dabei vieles bestätigt, was in der klösterlichen Kräutermedizin und im Erfahrungsschatz der Volksmedizin schon lange bekannt war, und viele traditionelle Rezepte haben sich kaum geändert. Johannisbeeren wurden schon vor Jahrhunderten gegen Pusteln eingesetzt. Die moderne Forschung bestätigt, dass unsere Vorfahren richtig lagen: Bestimmten Neurodermitikern fehlt genau jene Gamma-Linolensäure, die im Kern der Johannisbeeren enthalten ist!