

**Zeitschrift:** Toggenburger Jahrbuch  
**Band:** - (2022)

**Artikel:** Klosterheilkunde im Toggenburg  
**Autor:** Kury Fäs, Kerstin  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-966099>

### **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:** 20.01.2026

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

# Klosterheilkunde im Toggenburg

*Im Wattwiler Kloster St. Maria der Engel wurden über Jahrhunderte Heilmittel in der eigenen Apotheke hergestellt, zum Teil für den Gebrauch der Schwestern, aber auch für den Verkauf an der Klosterpforte. Die Rezepte wurden 1881 in einem Arzneibuch handschriftlich festgehalten, das vom Leben und Leiden der Bevölkerung im Toggenburg zeugt.*

**Kerstin Kury Fäs, Text und Bilder**

Die Tradition, Pflanzen für Heilzwecke zu sammeln, anzuwenden und ihre Wirkung zu beobachten, wurzelt bereits in den Anfängen der menschlichen Zivilisation. Das frühe medizinische Wissen wurde von den ersten Hochkulturen auf Keilschrifttafeln (Babylon) und Papyri (Ägypten) festgehalten und von den griechischen Gelehrten in der Antike teilweise wieder aufgegriffen. Die Griechen gelten als Begründer der abendländischen wissenschaftlichen Medizin und Medizinethik. So wurde auf die Arzneimittellehre des Dioskurides (1. Jahrhundert n. Chr.) jahrhundertlang Bezug genommen. Die Heilkundigen in den mittelalterlichen Klöstern sammelten wiederum medizinische Werke antiker Autoren, schrieben sie ab, bauten auf diesem Wissen auf und erweiterten es durch eigene Erkenntnisse. Viele der Heilkräuter, die in den Klöstern genutzt wurden (Rosmarin, Lavendel, Thymian, Echter Lorbeer usw.), waren ursprünglich im Mittelmeerraum beheimatet und demzufolge im Alpenraum nicht heimisch. Gewürze, die ebenfalls als Heilmittel verwendet wurden, kamen oft mit den Händlern um die halbe Welt gereist. Nördlich der Alpen waren es die Benediktiner, welche viele Heilpflanzen schon im frühen Mittelalter bekannt machten. Sie legten Kräutergärten an und zogen manche Pflanze, die bis anhin unbekannt war. Solche Gärten waren Kräuterapotheke und Erholungsraum in einem, eine Quelle körperlicher und seelischer Gesundheit. Von diesen aufwändig gepflegten Gartenschätzen überlebten nur vereinzelte bis zum heutigen Tage.

Die klösterlichen Gärten dienten Karl dem Grossen (742–814) als Vorbild für die Pflanzenliste seiner Landgüterverordnung



Traditionelle Heilpflanzen. Im Uhrzeigersinn von oben rechts: Rosmarin, Salbei, Lavendel, Thymian, Knoblauch und Zimt.

(*Capitulare de villis vel curtis imperii*) um ca. 812. Der fränkische Kaiser ordnete den Anbau von Heil- und Nutzpflanzen an, welche die medizinische Grundversorgung der Bevölkerung innerhalb des Frankenreiches verbessern sollten. Von den aufgeführten Pflanzen sind einige mediterranen Ursprungs, weshalb manche Wissenschaftler an der Gültigkeit von Karls Landgüterverordnung für das gesamte Frankenreich zweifelten. Inzwischen ist man der Meinung, dass die meisten darin beschriebenen Pflanzen auch in Mitteleuropa – wenngleich nicht überall – gedeihen können. Im Mittelalter wurde zudem oft versucht, die schwer erhältlichen und kostbaren Heilpflanzen aus der Ferne durch einheimische Kräuter zu ersetzen.

### Das Kloster Wattwil und seine Apotheke

Nachdem das Vorgängerkloster in der Pfanneregg 1620 bis auf die Grundmauern niedergebrannt war, wohnten die Schwestern zwei Jahre lang im zweiten Stock der Iburg, bevor sie 1622 das Kloster auf der Wenkenrüti bezogen. Die Kapuzinerinnen zogen bis ins 20. Jahrhundert Kerzen für Kirchgemeinden, pflegten kirchliche Textilien, stellten Arzneimittel und Behältnisse für Reliquien her.

Die heute noch vorhandene Apotheke ist ein schmaler Raum im ersten Stock des Wirtschaftsgebäudes. Hier befinden sich die Schränke für die Aufbewahrung der *Materia Medica* (heilende Substanzen), Waagen und schwere Messingmörser, ferner grosse Strohflecken für nicht im kühlen Keller aufbewahrte Extrakte und ledergebundene Arzneibücher. Der Brennofen, in dem die Destillate hergestellt wurden, steht bis heute im Erdgeschoss, neben der Waschküche.

Bei einem Gespräch im Jahr 2016 in Menzingen berichtete Sr. Andrea Engler, ehemals Oberin des Klosters St. Maria der Engel,

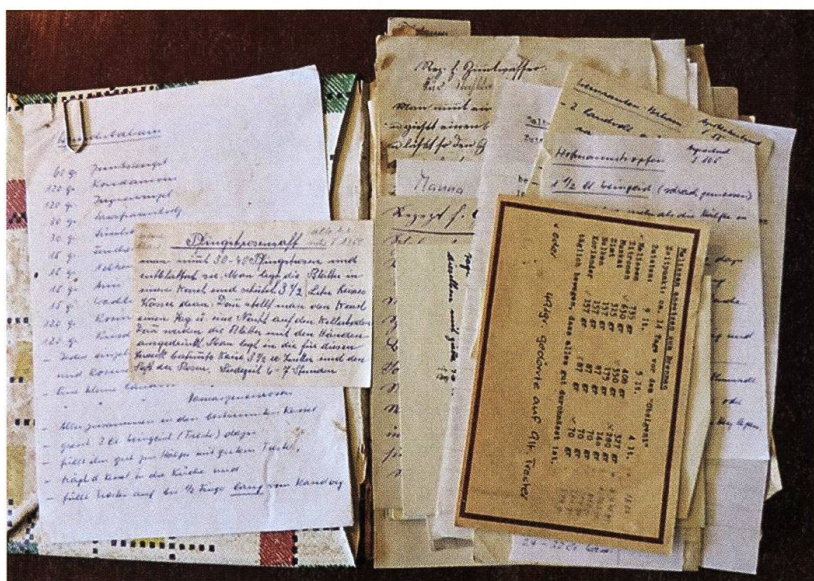


Blick auf das Kloster St. Maria der Engel mit Wattwil im Hintergrund.





Medizinische Bücher aus der Wattwiler Klosterapotheke.



Arzneibuch von 1881 mit Einlageblättern.

von der Nutzung der Apotheke: Ein Teil der Heilpflanzen wurde früher im grossen Klostergarten angebaut. Mit dem Aufkommen der Apotheken und Drogerien beschränkten die Schwestern ihr Sortiment mehr und mehr, um diese Geschäfte nicht zu konkurrenzieren. Sie stellten bis zur Schliessung des Klosters lediglich noch Münzgeist, Hustensaft und Lebensbalsam her. Die sieben letzten Kapuzinerinnen zogen 2010 in andere Klostergemeinschaften um. Seither beherbergt das Wattwiler Kloster die Fazenda da Esperança.

### Das Arzneibuch von 1881

Die Schwestern bezogen ihr medizinisches Wissen einerseits aus mündlicher Überlieferung, andererseits aus verschiedenen in der Apotheke befindlichen medizinischen Schriften. Zwei Hand-



schriften, darunter eine aus dem Damenstift Schänis, sind Mitte des 18. Jahrhunderts geschrieben worden. Daneben benutzten die Schwestern botanische und medizinische Drucke, von denen der älteste aus dem 16. Jahrhundert stammt. Unter den jüngeren Werken finden sich Bücher von Sebastian Kneipp oder Alfred Vogel. Die Schwestern tauschten sich auch schriftlich über Rezepte und medizinische Neuerungen aus. In einem dem Arzneibuch von 1881 beigelegten Brief berichtet etwa eine Gräfin Schmising-Gerstenbroel von einem Cholera-Rezept.

Eine der Handschriften, die bis zur Auflösung des Klosters im Gebrauch war, wurde in der Fastenzeit 1881 aus älteren Texten abgeschrieben und wo nötig verbessert. Ein Vorwort empfiehlt, man möge die Vorschriften möglichst genau einhalten. Das Arzneibuch ist eine Handreichung zur Arbeit in der Apotheke, zur Identifizierung von Krankheiten und zur Herstellung von Heilmitteln. Dem Schriftbild nach zu urteilen, arbeiteten mehrere Schwestern zu verschiedenen Zeiten an diesem Buch.

Das Buch umfasst rund 280 Seiten, wovon 150 beschrieben und teilweise mit Seitenzahlen versehen sind. Im nicht vollständig erhaltenen Register sind 102 Arzneimittel und Anwendungen aufgeführt. Tatsächlich enthält das Buch 150 Rezepte und Anwendungen. Zwischen den Seiten befinden sich jüngere Nachträge, lose Notizzettel, Gebetsbildchen, der bereits erwähnte Brief einer Gräfin, Lieferscheine, Preistabellen; alles, was auf verschiedensten Ebenen mit Kranksein und Gesundwerden in Zusammenhang steht. Die thematische Gliederung erfolgt ungefähr nach der Darreichungsform: Salben, Pflaster, Infusa (Aufgüsse) und alkoholische Auszüge. Pillen und Pulver stellten die Kapuzinerinnen selten her. Besonders häufig scheint der medizinische Rat der Schwestern bei Kinderkrankheiten gesucht worden zu sein. Die ersten neun Seiten beschäftigen sich ausschliesslich mit solchen, wozu auch schwere Krankheiten wie Rippsucht (Rachitis) und Brustfieber (wahrscheinlich Lungenentzündung oder Brustfellentzündung) gehören. Aus den Texten geht hervor, dass besorgte Eltern zur Klosterpforte kamen, um Heilmittel für ihre zum Teil schwerkranken Kinder zu erwerben.

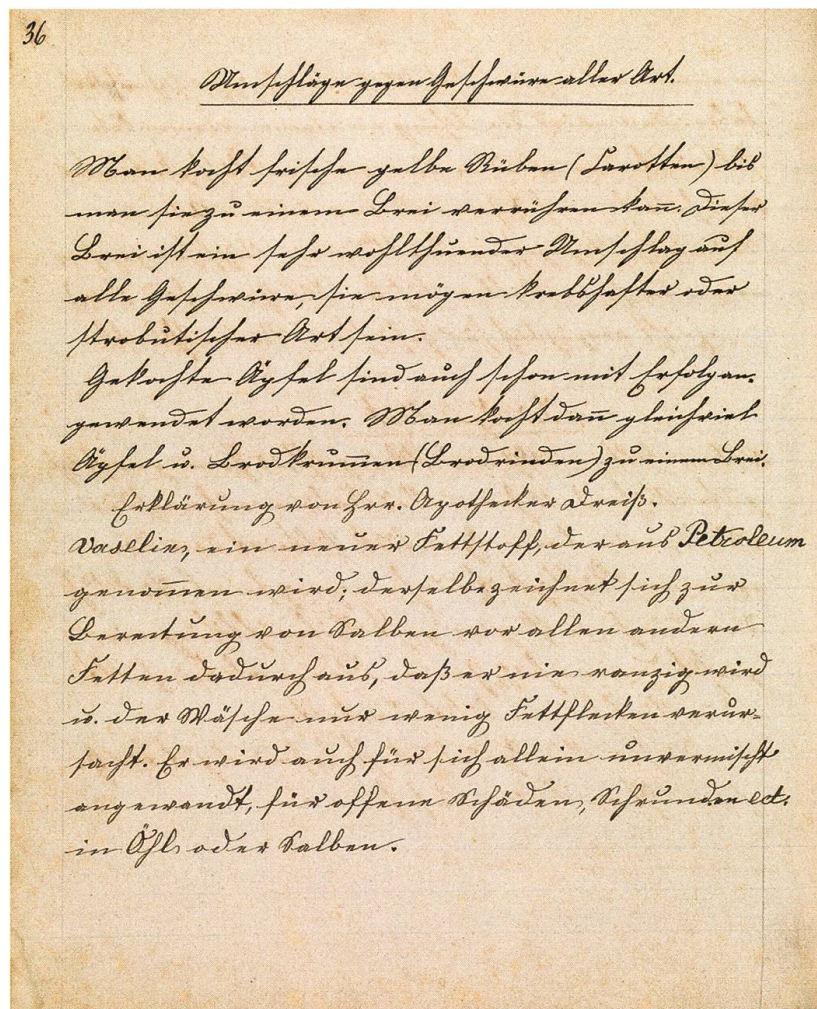
### **Das Alter der Rezepte**

Durchgestrichene Passagen und Randbemerkungen machen auf eine fortlaufende Verbesserung der Rezepte und Heilmethoden aufmerksam. So wird an einer Stelle begeistert von einem neuen Fettstoff namens *Vaselin* berichtet, der sich dadurch auszeich-

net, dass er nicht ranzig wird und kaum Fettflecken auf der Wäsche hinterlässt. Insofern war Vaseline in den Augen der Schwestern dem oft verwendeten und schnell verderblichen Schweinetalg oder -schmalz vorzuziehen. Da der auf Petroleum basierende Fettstoff erst 1872 vom englischen Chemiker Robert Chesebrough unter dem Namen Vaseline patentiert wurde, gehört dieser Text zu den neueren Einträgen im Arzneibuch.

Umgekehrt soll der Name eines vorzüglichen Heilmittels für «Gesüchter und Reumathism», im Arzneibuch mit dem Namen *Opodeldok* (eigentlich: Opodeldoch) bezeichnet, auf den aus Einsiedeln stammenden Arzt Theophrastus Bombastus von Hohenheim (1493/94–1541), auch Paracelsus genannt, zurückgehen. Der Name des Heilmittels setzt sich aus drei Inhaltsstoffen zusammen, *Opoponax*, *Bdellium* und *Aristolochia*. Wie und wann dieses Rezept den Weg nach Wattwil fand, ist nicht geklärt.

Gewisse Rezepte müssen sehr alt sein, denn als Ursache einiger Krankheiten wird «böses oder scharfes Blut» genannt. Diese Formulierung deutet auf einen humoralpathologischen Behandlungsansatz hin, bei dem das Gleichgewicht der Säfte (Eu-



Der Eintrag zur Vaseline auf der unteren Seitenhälfte stammt von einem Apotheker namens Dreiß. Wattwil, Kloster Maria der Engel, Ms. 3, S. 36 ([www.e-codices.ch](http://www.e-codices.ch)).



## Humoralpathologie

Die Humoralpathologie ist eine aus der Antike stammende Krankheitslehre der Körpersäfte, wobei die ausgewogene Zusammensetzung der vier Körpersäfte die Voraussetzung für Gesundheit darstellt bzw. deren Ungleichgewicht für Krankheiten verantwortlich ist. Das Konzept war bis ins 18. Jahrhundert weitverbreitet. Der Name stammt vom griechisch-lateinischen *humor*, was Feuchtigkeit, Körpersaft oder Leibessaft heisst. Zu den vier Körpersäften zählen Gelbe Galle, Schwarze Galle, Blut und Schleim. Diese bezeichnen bis heute die vier bekannten Konstitutionstypen des Menschen:

**Choleriker**, der «Gelbgallige»: Unausgeglichener, leicht erregbarer, zu Jähzorn und Wutanfällen neigender Mensch, der aber auch willensstark, furchtlos und entschlossen ist.

**Melancholiker**, vom altgriechischen *mélas* (schwarz) und *cholé* (Galle): Ein zu Schwermut, Trübsinn und Traurigkeit, aber auch zu Misstrauen und Kritik neigender Mensch. Im positiven Sinn sind Melancholiker verlässlich und selbstbeherrscht.

**Sanguiniker**, von *sanguis* (Blut), also der Vollblüter: Ein lebhafter, phantasievoller, gesprächiger und optimistischer, aber auch leichtsinniger und unsteter Mensch.

**Phlegmatiker**, vom altgriechischen *phlégma* (Schleim): Ein langsamer, ruhiger, manchmal sogar schwerfälliger Mensch, der aber auch friedliebend, zuverlässig und diplomatisch ist.

Den gesunden und wünschenswerten Zustand stellt laut dem antiken Arzt Galenos das Gleichgewicht zwischen den Säften bzw. Temperamenten (Eukrasie) dar. Deren Ungleichgewicht (Dyskrasie) führt umgekehrt zu Krankheiten.

krasie) durch Ausleiten, Abführen, Aderlass oder Ausziehen des überschüssigen Saftes wiederhergestellt werden soll (siehe Kastentext). Das Ausleiten schlechter Säfte wurde gemäss Wattwiler Arzneibuch mittels Salben und abführender Tränke erreicht. Der Aderlass, eine Therapieform, die während des ganzen Mittelalters vorherrschte, ist im Arzneibuch von 1881 aber nicht dokumentiert.

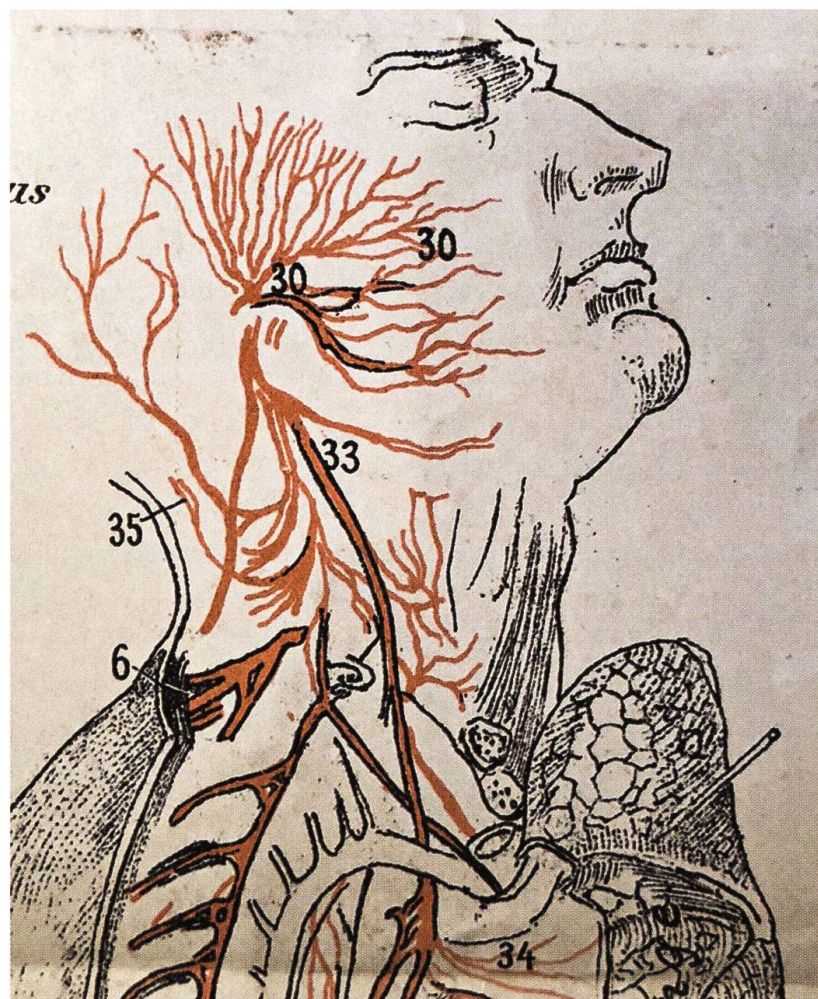
## Erwähnte Krankheiten

Die Krankheitsbezeichnungen der Schwestern sind nicht immer exakt in eine heutige Krankheit übersetzbar. *Gsüchter*, *Gichter*, *Schwämme* und *Gschwulste* konnten eine Varietät von Gebrechen bezeichnen, und entsprechend waren Behandlung und Heilung ein Weg, der gemeinsam mit dem Patienten oder der Patientin gesucht und gefunden werden musste. Auch machen veraltete Krankheitsbezeichnungen, wie zum Beispiel *Halsbräune* (Diphtherie) oder *Wurm am Finger* (Umlauf), das Lesen der Handschrift nicht immer einfach.

Das Arzneibuch von 1881 enthält einen relativ hohen Anteil an Anwendungen, die den Magen-Darm-Bereich betreffen (25%), ihm folgen Heilmittel für die Haut (21%), die vom «*Ausziehen von Spiessen*» über Wunden, Schrunden und Verbrennungen mit kochendem Öl bis hin zur Behandlung von Warzen reichen. Der hohe Anteil an Magen-Darm-Krankheiten könnte als Kombination von mangelnder Hygiene, Krankheiten durch

Fehl- oder Mangelernährung und dem humoralpathologischen Ansatz interpretiert werden. Auch im dermatologischen Bereich gibt es Hinweise auf Mangelerkrankungen. Ausschläge als Begleiterscheinung der Rachitis, Nasenbluten oder Geschwüre am Zahnfleisch (Skorbut) und im Mund konnten durchaus aufgrund fehlender Nährstoffe entstehen. 10 Prozent der Indikationen verweisen auf Kräftigungsmittel bei Krankheiten wie Bleichsucht (Blutarmut aufgrund von Eisenmangel) und Auszehrung, was den Kräfteverfall nach langem Hungern oder auch Lungentuberkulose bedeuten konnte.

Die im Arzneibuch besprochenen Krankheiten bieten aber lediglich einen Einblick und keinesfalls ein vollständiges Bild der Krankheiten in der Toggenburger Bevölkerung im 19. Jahrhundert. So findet man nicht nur keine Schröpf- oder Aderlassvorgänge, es fehlen auch jede Art von chirurgischen Eingriffen sowie die Erwähnung von Geschlechtskrankheiten und psychischen Erkrankungen. Die Schwestern kannten die Grenzen ihrer Mittel. Bei Brustfieber (wahrscheinlich fiebrige Lungenentzündung) steht die ausdrückliche Anweisung: *«Sind die Kin-*



Einlageblatt aus dem Arzneibuch mit Darstellung der Blutgefäße.



*der aber schon recht krank u. haben ziemlich stark Fieber, so schickt man sie gewöhnlich zum Artzt, weil unsere Mittel dann nicht hinreichend sind.»*

Dennoch gewährt das Buch einen Einblick in die Leiden und Gebrechen der Toggenburger Bevölkerung. Oft ist von bleichsüchtigen oder schwächlichen Kindern und Erwachsenen die Rede, immer wieder werden Stärkungstränke und Kräftigungsmittel verschrieben. Auch von der Rippsucht (Rachitis) ist verschiedentlich die Rede, einer Kinderkrankheit, deren Ursache unter anderem in fehlerhafter oder mangelnder Ernährung gesucht wird. Ereignisse wie die wiederkehrenden Hungersnöte (z. B. 1770–1771 und 1816–1817) gruben sich tief in die Geschichte des Tales ein. So liest man in der Lebensgeschichte des armen Mannes im Toggenburg, des Wattwilers Ulrich Bräker, eine eindrückliche Beschreibung der 1770er-Hungerjahre: *«Frehlich konnt' ich meine schuldlosen Kinder unmöglich hungerleiden sehn, so lang ich noch Kredit fand. Die Noth stieg um diese Zeit so hoch, dass viele eigentlich blutarme Leuthe kaum den Frühling erwarten mochten, wo sie Wurzeln und Kräuter finden konnten. Auch ich kochte allerhand dergleichen, und hätte meine jungen Vögel noch lieber mit frischem Laub genährt, als es einem meiner erbarmungs-würdigen Landsmänner nachgemacht, dem ich mit eigenen Augen zusah, wie er mit seinen Kindern von einem verreckten Pferd einen ganzen Sack voll Fleisch abgehackt, woran sich schon mehrere Tage Hunde und Vögel satt gefressen. Noch itzt, wenn ich des Anblicks gedenke, durchfährt Schauer und Entsetzen alle meine Glieder.»* Von der Hungersnot 1816, die, wie sich im Nachhinein herausstellte, die Folge eines Ausbruchs des indonesischen Vulkans Tambora war, den Sommer und somit auch die Ernte in Europa ausfallen liess, heisst es in der Lebensbeschreibung des Toggenburger Rudeli: *«Z'esse gits nur gsottes Gräs.»*

Ein Cholerarezept von 1915 ist der letzte Eintrag im Arzneibuch. Auf den ersten Blick mag es erstaunen, in einem Wattwiler Arzneibuch von einer Krankheit zu lesen, die man vielleicht eher in Asien vermutet. Tatsächlich brachen im 19. Jahrhundert in Europa immer wieder Cholera-Epidemien aus, die letzte in der Schweiz forderte 1867 in Zürich rund 500 Tote.

### **Heilpflanzen im Arzneibuch**

Das Wattwiler Arzneibuch ist hauptsächlich von der traditionellen Klosterheilkunde geprägt. Aus der Analyse der darin verwendeten Pflanzen geht hervor, dass fast alle der meistgenannten Heilpflanzen in einer zum Teil jahrtausendealten Anwen-



dungstradition stehen. Auch der Vergleich mit den Kräutern im Garten des berühmten St. Galler Klosterplans und mit der literarischen Darstellung eines Klostergartens in Walahfrid Strabos *Hortulus* (beide 9. Jahrhundert) ergibt eine Übereinstimmung bei Rose, Fenchel, Minze, Salbei, Schlafmohn, Raute und Wermut. Einige der Pflanzen im Wattwiler Arzneibuch werden heute kaum mehr in der Medizin verwendet, da die Forschung sie inzwischen als Giftpflanzen einstuft oder einen wirksameren Ersatz gefunden hat. Dabei muss angemerkt werden, dass die Abgrenzung von Genuss-, Heil- und Giftpflanzen oft fließend ist; so haben viele Gewürzkräuter durchaus eine Heilwirkung. Die Muskatnuss (eigentlich ein Same) ist einerseits ein Gewürz, hilft aber auch bei Blähungen und Verdauungsbeschwerden. Bei zu hoher Dosierung ruft sie Vergiftungssymptome hervor. Dazu passt ein Zitat von Paracelsus: «*Alle Dinge sind Gift, und nichts ist ohne Gift; allein die Dosis machts, daß ein Ding kein Gift sei.*»

Überraschend ist die Abwesenheit einiger Medizinalpflanzen wie zum Beispiel des Johanniskrautes, *Hypericum perforatum*, das bereits von Dioskurides im 1. Jahrhundert nach Christus als Heilpflanze benutzt wurde, oder der Ringelblume, *Calendula officinalis*, deren Heilkräfte schon Hildegard von Bingen hervorhob. Auch die im Toggenburg heute gerne verwendeten Wildpflanzen Bärlauch, *Allium ursinum*, und Löwenzahn, *Taraxacum officinale*, kommen nicht vor. Allgemein wurden Wildpflanzen im Wattwiler Kloster kaum medizinisch gebraucht. Die Grosse Brennnessel, *Urtica dioica*, fand lediglich als Putzmittel für trübe Fenster Verwendung. Allerdings können Heil-

Spanschachteln für die Aufbewahrung der pflanzlichen Arzneimittel.



pflanzen durchaus eine Beliebtheitswelle erfahren und nach einiger Zeit wieder in Vergessenheit geraten, wie zum Beispiel die Rose, die bei den Wattwiler Schwestern vielfältig als Heilpflanze verwendet wurde. Im 21. Jahrhundert dient sie mehrheitlich in ihrer Symbolik als Liebesbotin oder als Zutat für teure Hautcrèmes.

Die Verwendung von Zimt, Süssholz und anderen exotischen Gewürzen in einigen Rezepten veranschaulicht, dass im 19. Jahrhundert nicht ausschliesslich Selbstangepflanztes verarbeitet wurde. Besondere Arzneien und Zutaten mussten eigens für die Besorgung in Auftrag gegeben oder bestellt werden. So wurde für den Kauf des Lebensöls aus Tirol extra ein Bekannter

## Häufige Heilpflanzen



**Koriander (*Coriandrum sativum* L.)**

Der deutsche Naturforscher und Botaniker Adam Lonitzer (1528–1586) schrieb in seinem Kreuterbuch über die Kraft und Wirkung des Korianders: «Der Same in Wein oder Essig gebeizt und wieder gedörret, ist edel für den Magen, [...] Mit süßem Wein getrunken, tötet er die Würmer

und fördert die Monatsblutung der Frauen.»

Tatsächlich kommt *Coriandrum sativum* im Wattwiler Arzneibuch in einem Rezept gegen das Ausbleiben der Periode vor, wenn auch als Aufguss und nicht als alkoholischer Auszug. Am häufigsten findet er Verwendung in Arzneien zur Verdauungsförderung, bei Magenbeschwerden, Krämpfen und Appetitlosigkeit.



**Zitronenmelisse (*Melissa officinalis* L.)**

Zitronenmelisse kam mit den Arabern im 11. Jahrhundert nach Spanien und von dort nach Mitteleuropa, wo sie von den Mönchen als Heil-, Gewürz- und Duftkraut angebaut wurde.

Im Kloster Wattwil wurde die Melisse vielseitig verwendet. Hauptsächlich kam sie in Arzneien gegen Magenleiden und

Krämpfe, aber auch im Lungensirup und in blutreinigenden Tränken vor.



**Kamille (*Matricaria chamomilla* L.)**

Kamille wird seit Jahrtausenden als Heilpflanze genutzt und wurde von den Ägyptern als Blume des Sonnengottes verehrt. Dioskurides schreibt ihr eine urin- und steintreibende Wirkung zu und nimmt sie als unterstützendes Mittel bei Geburten, Blasenentzündungen,

Blähungen und Leberleiden. In vielen Rezeptsammlungen und Herbarien der Klosterheilkunde wurde die *Matricaria* zum «Pflanzendoktor» schlechthin erkoren.

Bei Beschwerden, die den Magen-Darm-Trakt betreffen, sowie Krämpfen verabreichten die Schwestern die Kamille in Aufgussgetränken. Allerdings wird sie ebenso gerne bei dermatologischen und respiratorischen Beschwerden verwendet.



**Rose (*Rosa* spp)**

In der Klosterheilkunde wurde aus den Blütenblättern der Rose eine Salbe für die Augen hergestellt. Diese Tradition setzte sich in Wattwil fort, wo Rosen darüber hinaus bei Erkältungskrankheiten und in der Wundbehandlung Verwendung fanden. Die Klosterfrauen vermischten

gewöhnlich das Hydrolat (Pflanzenwasser) der weissen Rosen mit dem der roten, ausser für die Herstellung der Augensalbe. Hierfür lautet die Anweisung:



zweimal jährlich zu den grossen Jahrmärkten in St. Gallen geschickt.

Die Häufigkeit der Verwendung einer Pflanze hängt nicht zuletzt mit der Beliebtheit der Arznei, in der sie vorkommt, zusammen. Die Wattwiler Kapuzinerinnen verwendeten besonders gerne Benigniensaft, Mannasirup, Melissengeist, Lungen-sirup, Brusttee und Wunderbalsam. Wobei die drei Letztgenannten besonders oft auch anderen Arzneien beigegeben wurden. Diesbezüglich ist zu bemerken, dass die Schwestern in Wattwil die Pflanzen zu 96,7 Prozent in Gemischen und nur selten einzeln verarbeiteten. Im folgenden Kasten sind die Pflanzen aufgeführt, die im Arzneibuch am häufigsten vorkommen.

«Zur Augensalbe muss das Rosenwasser aus lauter weissen Rosen gebrannt sein, zu Umschlägen und Mundspüle aber darf es von rothen und weissen gebrannt sein.»

Wirksam ist das ätherische Öl, welches Geraniol, Nerol und Citronellol enthält und leicht entzündungshemmend wirkt. Ausserdem besitzt die Rose Gerbstoffe, die trocknend und adstringierend (zusammenziehend) wirken.



**Fenchel (*Foeniculum vulgare* MILL)**

Der Römer Plinius der Ältere hat beobachtet, dass Schlangen nach der Häutung viel Fenchel fressen, und schloss daraus, dass die Tiere auf diese Weise ihre Augen schärften. Bis heute ist diese Anwendung nicht in Vergessenheit geraten, und Fenchel wird nach wie vor als Augenwasser bei Seh-

störungen eingesetzt. In der Heilkunde werden die Früchte (auch Samen genannt) des Doldenblütlers genutzt. Sie enthalten ätherisches Öl, Flavonoide und Sterole, die krampflösend, entzündungshemmend und harntreibend wirken.

Im Wattwiler Arzneibuch wird der Fenchel hauptsächlich bei Magen-Darm-Beschwerden angewendet. Er wird aber auch für Augenwasser benutzt. In verschiedenen säftereinigenden und stärkenden Tränken kommt der Fenchel vor, möglicherweise um die Ausscheidung von schlechten Säften zu unterstützen.



**Anis (*Pimpinella anisum* L.)**

Vor 3500 Jahren wird Anis bereits im *Papyrus Ebers*, in einer der grossen Rezeptsammlungen der altägyptischen Medizin, als Heilmittel gegen eine Vielzahl von Erkrankungen empfohlen. Der griechische Arzt Dioskurides setzt Anis gegen Schlangenbisse ein. In den mittelalterlichen Klöstern wird er als Gewürz und

Heilmittel gleichermassen geschätzt. Karl der Grosse ordnete den Anbau des Doldenblütlers in seiner Landgüterverordnung an.

Die Wattwiler Schwestern verwendeten Anis oder Süssanis für ihre Verdauungs- und Stärkungstränke sowie für den Lungensirup. In der Heilkunde werden die Anisfrüchte verwendet (im Volksmund auch Anissamen genannt). Ihr wichtigster Inhaltsstoff ist das ätherische Öl Anethol, das schleim- und krampflösend wirkt.



## Hygiene

Jede Kultur hatte ihre typischen Darreichungsformen für Heilkräuter: Während nord- und mitteleuropäische Völker wie Kelten und Germanen die Kräuter hauptsächlich durch Tränke, Salben und Räucherungen verabreichten, verwendeten die Ägypter und Griechen neben den soeben erwähnten Anwendungen auch Leckmittel, Zäpfchen usw. Dabei ist erstaunlich, dass diese Unterschiede bis ins 21. Jahrhundert hineinreichen. Die Beliebtheit von alkoholischen Tränken und Tropfen als Darreichungsform mag eine kulturelle Besonderheit sein. Sie kann aber auch mit der Hygiene zusammenhängen, zumal alkoholische Extrakte eine längere Haltbarkeit haben. Zudem war das Trinkwasser häufig verunreinigt und daher Auslöser von Seuchen (z. B. Cholera).

Das Thema Hygiene wird im Arzneibuch kurz gestreift: bei der Herstellung des Münzengeists steht folgende Anweisung: *«5 Maas reines Brunnenwasser (nicht etwa aus den Häfen)»*. Obwohl das Kloster eine eigene Quelle besass und es für die Schwestern folglich einfach war, an sauberes Wasser zu kommen, wurden für Arzneien entweder Alkoholauszüge oder aber Dekokte (Abkochungen), Infusa (Ausgüsse mit kochendem Wasser) und Hydrolate (Pflanzenwässer) bevorzugt. Besonders die Herstellung des beliebten Pflanzenwassers war mit den damaligen Geräten (zeit)aufwendig und setzte eine äusserst sorgfältige Vorgehensweise voraus.

## Herstellung eines Pflanzenwassers am Beispiel von Rosenwasser

Die Herstellung des Rosenwassers wird im Arzneibuch ausführlich beschrieben. Neben der Waschküche im Erdgeschoss des Wirtschaftsgebäudes befindet sich heute noch eine Destillationsanlage, die unter anderem zur Herstellung von Rosenwasser diente. Die Wasser-Dampf-Destillation, die um 800 in Arabien entwickelt wurde, dient eigentlich der Gewinnung von ätherischem Pflanzenöl, wovon das Pflanzenwasser (in diesem Fall Rosenwasser) ein Nebenprodukt ist. Für die Gewinnung von echtem Rosenöl ist jedoch eine enorme Menge an frischen Rosenblüten notwendig. Eine Tonne Rosenblüten ergeben lediglich 200 bis 300 g ätherisches Öl, wobei der Ertrag massgeblich von der Tageszeit der Ernte, dem Wetter und dem Anbaugebiet abhängt. Tatsächlich verflüchtigt sich ein grosser Teil des ätherischen Rosenöls bei grosser Hitze, weshalb die Rosenbauern bei der Ernte einen bedeckten Himmel bevorzugten.



Rosen für die Herstellung  
des Rosenwassers.



Destillationsanlage des Klosters  
in Wattwil.



Das Rosenwasser, dem ein kühlender und zusammenziehender Effekt zugeschrieben wird, wurde gerne für dermatologische Leiden verwendet. Es gehört als Zutat auch in die Coldcream, welche die Franzosen heute noch *Cérat de Galien* (Wachssalbe des Galen) nennen, nach dem berühmten antiken Arzt Galenos von Pergammon. Kurz zusammengefasst besteht die Coldcream nach Galen aus gleichmässig temperiertem Bienenwachs, Öl (früher Olivenöl bzw. «Baumöhl», heute eher Mandelöl) und Rosenwasser, das wie eine Mayonnaise tropfenweise aufgeschlagen wird. Dieser Kosmetik-Klassiker soll von der Kaiserin Sissi von Österreich benutzt worden sein. Er kommt in der Literatur im *Zauberberg* von Thomas Mann und in *Madame Bovary* von Gustave Flaubert vor. Eine Variante dieser Coldcream wurde im 19. Jahrhundert auch in Wattwil hergestellt.

Nach einer Untersuchung der Rosenstöcke im Garten des Klosters kommt nur eine einzige Sorte für die Herstellung des «*Rothen Rosenwassers*» in Frage: eine Gallica-Rose, die bis dato jedoch noch nicht exakt bestimmt ist. Einzig von dieser Rose gibt es im Klostersgarten genug Stöcke, die eine Destillation der



Rosen aus dem Klostersgarten, darunter in der Mitte links die Gallica-Rose.

Blüten möglich gemacht hätte. Von den in der Schrift erwähnten weissen Rosen, deren Hydrolat ausdrücklich für die Augensalbe verwendet werden musste, wurden nur vereinzelte Stöcke gefunden, die vom Alter her infrage kämen.

Durch fortlaufende Anpassungen an äussere Umstände oder veränderte Bedürfnisse kombinierten die Kapuzinerinnen im Kloster St. Maria der Engel aktuelles Wissen mit jahrhundertealten Rezepten. Folglich widerspiegelt das Arzneibuch von 1881 eine Diversität an Gesundheitslehren und Anwendungspraktiken, welche sich nicht auf das 19. Jahrhundert beschränken. Die Tatsache, dass das Buch bis kurz vor der Auflösung des Klosters in Gebrauch war, zeigt mithin die Bedeutung der klösterlichen Heilkunde in der Schweiz. Gerade die Kapuzinerinnen bauten im 20. Jahrhundert an vielen Standorten Heilkräuter an, die zu Arzneien oder Likören verarbeitet wurden. Als weitherum bekanntes Beispiel eines Ostschweizer Kapuzinerinnenklosters darf Leiden Christi in Jakobsbad genannt werden, das bis heute im Klosterladen eigene Naturheilprodukte und Kosmetika verkauft.

## Bildquellen

Die Abbildungen der Pflanzen stammen aus dem *Theatrum botanicum* (1696) von Theodor Zwinger dem Älteren. Ein Exemplar dieses Druckes aus Basel befand sich im Besitz des Klosters Wattwil und stand den Schwestern als Referenzwerk zur Verfügung.

## Bibliografie

- Achmüller, Arnold: Wickel, Salben und Tinkturen. Das Kräuterwissen der Bauernärzten in den Alpen, 2. Aufl., Bozen 2016.
- Bräker, Ulrich: Der arme Mann im Tockenburger. Lebensgeschichte und Natürliche Ebentheuer des Armen Mannes im Tockenburger, hrsg. von Samuel Voellmy, mit einem Vorwort von Hans Mayer, Lizenzausgabe, Zürich 1993.
- Gessner, Otto: Gift- und Arzneipflanzen von Mitteleuropa, 3. Aufl., hrsg. und neu bearb. von Gerhard Orzechowski, Heidelberg 1974.
- Mayer, Johannes Gottfried, Bernhard Uehleke und Kilian Saum: Handbuch der Klosterheilkunde, München 2002.
- Pahlow, Manfred: Das grosse Buch der Heilpflanzen, 6. Aufl., Hamburg 2013.
- N. N.: Merkmale und Behandlung der Rippsucht (Rachitis), in: Das Rote Kreuz 14 (1906), S. 90–93.
- Saller, Reinhard: Kursunterlagen CAS Ethnomedizin und Ethnobotanik, nicht publiziert [2018].
- Scherf, Gertrud: Pflanzengeheimnisse aus alter Zeit. Wissen aus Kloster- und Bauergärten, 2., neubearb. Aufl., München 2012.
- Strabo, Walahfried: De cultura hortorum = Über den Gartenbau. Lateinisch – Deutsch, übers. und hrsg. von Otto Schönberger, Stuttgart 2015.
- Wick, Christelle: «Zesse git's nur gsottes Gräs», in: St. Galler Tagblatt, 25. August 2016.



