

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 55 (1998)  
**Heft:** 9: Pilze : verblüffend gesund

**Artikel:** Hildegard von Bingen : was kann sie uns heute noch sagen?  
**Autor:** Müller, Irmgard / Wagner, Susanne  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-558351>

#### **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:** 27.12.2025

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

eingesetzt. In hohen Dosen und in Kombination mit Vitamin C verordnen asiatische Ärzte den Pilzextrakt auch zur Nachsorge bei einigen Krebserkrankungen. (Selbst die japanische Regierung empfiehlt Reishi als Begleitmedikament bei der Krebstherapie.) Als besonders aktiv gelten Polysaccharide, die immunstärkend sind und denen eine tumorhemmende Wirkung zugeschrieben wird. Eine zweite wirksame Stoffgruppe besteht aus Triterpenen, die Leberinsuffizienz verhindern, den Blutdruck senken und die Histaminfreisetzung hemmen. Gute Ergebnisse werden auch bei Migräne sowie Schlaf- und Appetitlosigkeit erzielt. Zur Selbstmedikation nimmt man das Pulver von 1,5 bis 9 Gramm Trockenpilzen.

In Japan heisst der Pilz *Reishi* \*, in China wird er *ling zhi* oder *ling chih* genannt und als Tinktur, Tablette, Sirup und Extrakt zubereitet. In der Selbstmedikation kann man bis zu 3 Gramm Pulver täglich einnehmen, aufgelöst in Tees oder Suppen.

\* Wer das Suchwort «Reishi» im Internet eingibt, bekommt zahlreiche Informationen aus aller Welt.

### Schmaus auf dem Teller und Zucht in Garten und Keller

Wenn wir die frischen Pilze, die das ganze Jahr über erhältlich sind, öfter in unsere Mahlzeiten einplanen, dann ist das sicher ein guter Anfang, mit ihrer Heilkraft erste Erfahrungen zu sammeln.

Mehr über weitere heilkräftige Pilze, essbare und nicht essbare, erfährt man in Prof. Lelleys Buch. Umfassend vorgestellt und erklärt wird auch der Hobby-Anbau mit im Fachhandel besorgerter «Pilzbrut» sowie das etwas einfachere Verfahren mit sogenannten Fertigkulturen aus dem Gartenfachhandel und spezialisierten Versandfirmen. Unter den heilkräftigen Pilzen sind Fertigkulturen für Champignon, Schopftintling, Igel-Stachelbart, Glänzender Lackporling, Judasohr, Shii-take und Silberrohr erhältlich.

• IZR

## Hildegard von Bingen: Was kann sie uns heute noch sagen?

Ihr Geburtstag jährt sich dieses Jahr zum 900. Mal, und sie hat heute so viele Verehrer wie nie zuvor. Die Visionärin, Theologin, Kosmologin, Heilerin, Mystikerin und Musikerin Hildegard von Bingen war eine der grössten Frauengestalten des Mittelalters. Besonders für Naturheilprodukte gilt der Name Hildegard heute als Gütesiegel. Wieviel hat die Hildegard-Medizin mit der wahren Medizin Hildegards aber noch gemeinsam? Für die GN hat sich Susanne Wagner in Zürich

mit der Medizinhistorikerin Irmgard Müller unterhalten.

**GN:** Weshalb gibt es heute Ihrer Meinung nach einen solchen Hildegard-Boom?

**Prof. Irmgard Müller:** Die Begeisterung für Hildegard ist wohl eine Kompensation. Viele Menschen sind von der Schulmedizin frustriert und suchen deshalb nach neuen Wege.

**GN:** Was sagen Sie dazu, dass Hildegard von Bingen zur Galionsfigur der Naturheilkunde hochstilisiert wurde?

**Prof. Müller:** Hildegard war sicher eine herausragende Frauengestalt des Mittelalters, und ihre naturkundlichen Schriften gelten als erste umfassende Naturbeschreibung. Ob Hildegard medizinischen Unterricht erhalten hat, ist nicht bewiesen. Die Pflege der Kranken wurzelt aber in der Tradition des Benediktinerordens, zu dem sie gehörte.

**GN:** *Ist denn die «Hildegard-Medizin» noch die Medizin Hildegards?*

**Prof. Müller:** Nein, die alternative Heilkunde, die als Hildegard-Medizin verkauft wird, hat nichts mehr mit den ursprünglichen Schriften zu tun. Was heute mit dem Etikett Hildegard-Medizin auf den Markt kommt, ist lediglich ein Konstrukt, aber es wird ausserordentlich gut verkauft.

**GN:** *Was ist das Problematische daran?*

**Prof. Müller:** Die Handschriftenlage von Hildegard ist sehr unsicher. Es gibt keine Ori-

ginaldokumente ihrer naturkundlichen Schriften «Physika» und «Causae et curae» aus dem 12. Jahrhundert. Im Laufe der Zeit wurden ihre Schriften so oft abgeschrieben, dass der Urtext verblasst ist. Der Text wurde von den Kopisten derart verändert, zerstückelt und ergänzt, dass es sehr schwierig ist, den ursprünglichen Text herauszupräparieren. Wir wissen auch nicht, welche Teile Hildegard von antiken Naturheilkundeschriften übernommen hat und welche Stellen von den Kopisten weggelassen wurden. Je mehr über Hildegard geforscht wird, desto mehr verlieren ihre naturkundlich-medizinischen Schriften an Authentizität.

**GN:** *Und dennoch gibt es eine grosse Nachfrage nach Hildegard-Produkten wie etwa Dinkel, Fenchel und Edelkastanie.*

**Prof. Müller:** Der Erfolg dieser Produkte ist unbestritten, aber ich wehre mich gegen die Vermarktung der Hildegard von Bingen. Ich würde die Verbreitung von sogenannten Hildegard-Produkten als Missbrauch und Verdummung der Leute bezeichnen. Ein weiteres Problem stellt sich nämlich bei den Pflanzennamen. Es ist unklar, welche Pflanzen Hildegard mit ihren Namen bezeichnete und darüber hinaus ist oft nicht zu ermitteln, ob sie jeweils die Gattung oder die einzelne Pflanze meinte. Außerdem bestehen Unterschiede zwischen der Krankheitsterminologie von heute und der des 12. Jahrhunderts; unter Gicht etwa verstand Hildegard etwas anderes als wir.

**GN:** *Ist es überhaupt möglich, die Medizin Hildegards in die heutige Zeit zu übertragen?*

**Prof. Müller:** Ihre therapeutischen Empfehlungen folgen anderen Gesetzmäßigkeiten als die heutige Pharmakologie. Für Hildegard ist der Körper nicht nur Schauplatz physischen Geschehens, sondern immer mit der kosmischen Gesamtschau verknüpft. Krankheiten erklärt sie zwar im Rahmen der antiken Vier-Säfte-Lehre, sie versteht sie aber auch als Folge eines unmässigen Lebenswandels. Es gibt für sie keine Heilpflanze, die zwingend heilt. Masshalten und Busse tun ist für Hildegard ebenso wichtig. Um ihre Medizin ganz zu

## Professor Dr. Irmgard Müller

ist Professorin für Geschichte der Medizin und Leiterin der Medizinhistorischen Sammlung der Ruhruniversität Bochum. In einem grossen Teil ihrer Veröffentlichungen hat sich Prof. Müller, 60, vor allem mit Fragen der Medizin und Pharmazie im Mittelalter und der Geschichte der Biologie und Botanik befasst. Publikation zum Thema: «Die pflanzlichen Heilmittel bei Hildegard von Bingen. Heilwissen aus der Klostermedizin», 1993.



verstehen, müsste man die authentischen Schriften sowie Texte über das medizinische, naturphilosophische wie theologische Denken ihrer Zeit lesen. Es wird sogar gefährlich, wenn kranke Menschen aus Glaube an die Hildegard-Medizin auf die Schulmedizin verzichten und beispielsweise bei einem Angina-pectoris-Anfall Edelsteine auf das Herz auflegen statt sich unverzüglich in ärztliche Behandlung zu begeben. Auch Hildegard selber relativierte ihre Rezepte mit der Aussage: «Es hilft, wenn Gott will, oder auch nicht».

**GN:** Welche Spuren der Hildegard von Bingen sind heute tatsächlich noch vorhanden?

**Prof. Müller:** Nur wenige Zeugnisse haben die Zeit durchdauert. Die Klöster, die Hildegard mit aufgebaut hat, sind nur noch Ruinen, und es mangelt an authentischen Gegenständen aus ihrer unmittelbaren Umgebung. Sogar die Briefe, die wir heute noch lesen können, wurden zum Teil nach Bedarf korrigiert und manipuliert. Ihr Werk «Scivias», in dem sie ihre göttliche Vision niedergeschrieben hat, ist allerdings noch im Original vorhanden.

**GN:** Welchen Wert haben die Schriften Hildegards heute nach Ihrer Meinung noch?

**Prof. Müller:** Ihre Schriften sind kein pharmakologisches Werk, aber für Wissenschafts-historiker wie mich sind sie von grossem Interesse. Hildegards Werk ist auch wertvoll für Menschen, die ihrem Leben einen tieferen Sinn verleihen und ihr Bild von der Welt durch die vielschichtige Symbolik der christlichen Lehre bereichern wollen. Hildegards Denken in Analogien und Bildern ist ein willkommener und heilsamer Gegenpol zu unserer rationalen Welt. Auch die sprachliche Schönheit ihrer Schriften ist bemerkenswert.

**GN:** Würden Sie von Hildegard empfohlene Heilpflanzen selber gebrauchen?

**Prof. Müller:** Ich würde gewisse Heilmittel nehmen, aber nur aufgrund des heutigen Wissenstandes, nicht weil das Etikett «Hildegard» draufsteht. Aber mehr als der heutige Gebräuch interessieren mich die medizinisch-historischen Quellen.

**GN:** Frau Professor, wir danken Ihnen für das Gespräch.

• SW



Geboren wird Hildegard von Bingen 1098 in eine Adelsfamilie. Als junges Mädchen tritt sie in den Benediktinerorden ein und wird später Äbtissin in Rüdesheim am Rhein. Mit 42 Jahren fängt die Mystikerin an, ihre Visionen niederzuschreiben. Neben einer monumentalen Trilogie über Gott, Mensch und Kosmos hat sie auch heilkundliche Werke verfasst und ein umfangreiches Musikwerk geschaffen. Ihre Schriften und Visionen wurden bereits 1147 von Papst Eugen III. anerkannt. Seit ein paar Jahren ist um Hildegard von Bingen, welche 1179 starb und offiziell nie heiliggesprochen wurde, ein wahrer Boom ausgebrochen.

Sie wird als Vorreiterin der Naturheilkunde, der Feministinnen und Umweltschützer gefeiert. Rund 200 deutsche Hildegard-Bücher sind zur Zeit im Buchhandel erhältlich, und vielfältigste Produkte wie Heilkräuter, Salben, Musik-CDs und Lebensmittel wie Edelkastanienmehl und Dinkelhörnli tragen den Namen Hildegard.

Das verschleiert, wie fern und fremd ihre Gedankenwelt für uns heute ist, überdeckt aber auch, dass ihre enorme Ausstrahlung auf einer überzeugenden Einheit von Leben und Werk beruht.