

Geistlicher Impuls

Hildegard von Bingen und ihr Wissen um die geheimnisvolle Kraft des Grüns

Wenn in diesen Tagen die letzten Schwalben fortfliegen, wird uns vielleicht ein wenig weh ums Herz. Denn dieser alljährliche Abschied sagt uns: Der Sommer ist so gut wie vorbei; die Tage, an denen wir unsere Zeit im Grünen verbringen können, sind gezählt. Wehmut beschleicht uns deshalb, weil wir mit dem Grün des Sommers nicht nur mehr Aktivität, sondern auch allgemein eine belebende, erfrischende Kraft verbinden. Nicht umsonst ist Grün die Farbe der Hoffnung und des Lebens. Grün ist aber auch die Farbe der Spiritualität. Davon berichtet uns heute Hildegard von Bingen, die um die geheimnisvolle Kraft dieses Grüns weiß.

Alles ist miteinander verbunden

Vermutlich fallen den meisten in diesem Zusammenhang sofort Hildegards Kräutertees und Tinkturen ein, die in keinem Klosterladen fehlen dürfen. Ohne Zweifel hat Hildegard von Bingen viel zur Naturmedizin im Mittelalter beigetragen. Doch es sind weniger bestimmte Rezepturen, mit denen sie die Heilkunde bereicherte. Das Bemerkenswerte ihrer Lehre ist vielmehr der gesamtheitliche Blick auf die Gesundheit des Menschen, wie er heute in der modernen Naturheilpraxis erst langsam wiederentdeckt wird. Sie wusste damals schon: Hinter Krankheitssymptomen steckt mehr als ein Störfall der Natur, dem allein mit medizinischem Wissen beizukommen ist. Körper, Geist und Seele bilden eine Einheit. Mehr noch: Hildegard verweist darauf, dass der Mensch auch mit dem Kosmos verbunden ist und zwar durch seine besondere Stellung in der Schöpfungsordnung. Denn mit seiner Vernunftbegabung ist den Menschen aufgetragen, an Gottes Werk mitzuwirken. Dafür steht auch die untenstehende Bildtafel, die auf eindrückliche Weise das schöpferische Wirken des Menschen im Jahreslauf versinnbildlicht. Durch menschliche Arbeit grünt, blüht und fruchtet es auf der Erde. Umschlossen ist das schöpferische Tun von einem göttlichen Kreisrund, der all dem Lebensatem einhaucht. Die Elemente sind für den Menschen geschaffen; er darf, ja er soll sich ihrer bedienen.

Doch der Mensch – so Hildegard vorwurfsvoll – entzieht sich dem von Gott zugedachten Auftrag. Statt segensreich für die Schöpfung zu wirken, bringt er sie in seiner Gier nach immer mehr durcheinander. Lange vor den heutigen Umweltkatastrophen – vor der traurigen Wirklichkeit absterbender Wälder, unwirklicher Tagebaulöcher und ölverschmierter Küstenvögel – legte Hildegard den Elementen klagende Worte in den Mund: *"Wir können nicht mehr laufen und unsere natürliche Bahn vollenden. Denn die Menschen kehren uns wie in einer Mühle um, von unterst zu oberst! Wir, die Elemente – die Lüfte, die Wasser –, stinken schon wie die Pest. Wir vergehen vor Hunger nach einem gerechten Ausgleich."*



Hildegard von Bingen – Miniatur aus dem Lucca-Codex (Liber Divinorum Operum), fol. 1., frühes 13. Jh.,
Quelle: Wikipedia Commons



Der Lebenskreis – Miniatur aus dem Lucca-Codex (Liber Divinorum Operum), fol. 38r., frühes 13. Jh.,
Quelle: Ministerium für Kulturgüter, kulturelle Aktivitäten und Tourismus/Italien

Vom Chaos, das der Mensch in der Natur anrichtet, ist es nur noch ein kleiner Schritt bis zum Chaos, das sich auch in ihm selbst ausbreitet. Heute wissen wir natürlich von krankmachenden Faktoren aus der Umwelt. Hildegard geht jedoch über diese rein physiologischen Wirkungen hinaus. Für sie ist Krankheit das sichtbare Zeichen, dass der Mensch bei seinem schöpferischen Auftrag versagt hat. Eigentlich hat ihn Gott – so ein anschauliches Bild Hildegards – wie einen "überaus schönen Edelstein" auf die Erde gesetzt. Doch vom Glanz ist nicht mehr viel zu erkennen, wenn er gegen die Natur und gegen sich selbst lebt.

Gesund durch das rechte Verhältnis zur Natur

Ihr Ansatz zur Heilung beginnt daher auch nicht bei der Verabreichung von Arzneien, sondern im Bemühen um eine geordnete Lebensführung. Krankheit ist für sie immer ein Fehlen von Leben und deswegen sucht sie nach Möglichkeiten, diese lebensbejahenden Umstände wiederzuentdecken.

Sie findet dafür einen eigentümlichen Begriff: "Grünkraft" (lateinisch: *viriditas*). In der grünen belebenden Kraft der Natur, in der natürlichen Vitalität sieht Hildegard ein probates Gegenmittel für den kranken Zustand des Menschen. Deswegen gilt ihr vordringliches Interesse der Wiederherstellung einer intakten Natur als heilsame Lebenskraft. Heute müssten wir ergänzen, dass wir überhaupt mehr unmittelbaren Kontakt mit der Natur bräuchten. Durch TV und PC erleben wir die Welt zunehmend aus zweiter Hand und bekommen kaum noch etwas vom wunderbaren Schöpfungsgeschehen draußen in der Natur mit.

Als weiteres Wirkfeld empfiehlt Hildegard den rechten Umgang mit Lebensmitteln. Keine Sorge, die fachkundige Ernährungsberaterin verordnet nicht, uns nur noch von Grünzeug zu ernähren, auch wenn sie bestimmten Pflanzen besondere Heilkräfte zuspricht. Mit dem Bild, der Magen würde wie ein Sack die ganze Welt filtern, mahnt sie uns vor allem, darauf zu achten, was wir ihm zumuten. Hildegard geht es auch um das rechte Maß und den festen Rhythmus bei den Essenszeiten. Ebenso sollen sich alle anderen Aktivitäten einer heilsamen Zeitzuordnung fügen – vor allem der geregelte Schlaf.

Wir sehen, dass Hildegard dem Körper eine auffallende Fürsorge zukommen lässt. Aber sie weiß natürlich auch, dass es die Seele ist, die alles Körperliche belebt und ihm Halt gibt. An anderer Stelle spricht sie daher von der Seele als "*grünende Kraft des Leibes*". Ihre Sorge gilt deshalb auch der Gesundung des inneren Menschen, die mit der Beherrschung zerstörerischer Leidenschaften und Begierden einhergeht.

Die Septembertage eignen sich, ganz bewusst auf das noch wahrnehmbare Grün in unserem Umfeld zu achten – als Erinnerung, welche Lebenskraft in der Natur steckt, wenn wir vernünftig mit ihr umgehen. Das natürliche Grün kann uns auch ermuntern, mehr auf uns zu achten, damit es auch in uns grünen und fruchten kann.