

# Hildegard

## **„Die Psychopharmaka der Hildegard von Bingen“**

**Matthias Krieger, Leipzig, © MK**

Aus dem Herzen des Menschen kommen die heilenden, wie auch die zerstörerischen Kräfte. Die Elementarlehre zu dieser Wahrheit gründet sich bei Hildegard von Bingen auf die Tugend- und Lasterlehre. Tugenden und Laster stellen eigens waltende Kräfte dar und sie durchziehen die gesamte Schöpfung.

Nach Hildegard von Bingen greift hier die Arbeit mit und an den 35 Seelenpaaren ein: 35 Kräftepaare stehen sich als Laster und Tugenden gegenüber. Die Tugenden sind die sprechenden göttlichen Elemente des menschlichen Charakters.

Die Psychologie vermag vieles in Worte zu kleiden und es noch mehr zu verhüllen, was eigentlich den archaischen Urkräften entspringt und durch diese viel leichter zu erfassen und zu erkennen ist. Die Laster werden gegenüber den Tugenden als Heilungskräfte als die hemmenden und blockierenden Gegenspieler angesehen, die den Menschen seiner Menschlichkeit berauben und sein Wesen reduzieren: Die Züge werden animalisch bzw. grobstofflicher und verlieren ihr göttliches Gleichgewicht.

Der Mensch steht im Kampf zwischen beiden Prinzipien und befindet sich in einem fortwährenden „Bewährungsmarathon“.

Die Laster sind installierte Mechanismen dieser Faktoren, um Einfluss zu nehmen. Sie ziehen den Menschen quasi zur Erde zurück, um die Gaben seiner Heilung und Heiligung, die Faktoren dieses Heilungsprozesse zu erschweren.

Letztlich aber beweisen sie nur, dass sie die Sehnsucht des Menschen nur noch verstärken können. Selbst im scheußlichsten Auswuchs ihrer Realität und Allgegenwärtigkeit erwächst dem Menschen himmlische Sehnsucht als letzter Ausweg. Daher ist die Lehre von den 35 Tugenden und Lastern eine Befreiungslehre, die die inneren Gesetze und Strukturen dieses Befreiungskampfes, der hier geführt wird, im Detail beleuchtet.

Der Mensch steht letztlich natürlich im Kampf zwischen den beiden Polen der 35

# Hildegard

Prinzipienpaare und befindet sich in einem fortwährenden „Bewährungsmarathon“ gemäß der Schau Hildegards und ihrer theologischen Gesamtbetrachtung.

Die Betrachtung der 35 Tugenden und Laster (siehe nachfolgende Liste) hilft dabei wie ein innerer Kompass, ein Koordinatensystem den Standort von Stärken und Schwächen im Menschen aktuell zu bestimmen.

## **Kognitiv-intellektuelle Psychoprofile**

„Gehirndoping“, Verstand, Vigilanz, Konzentration, Wahrnehmung, emotionale Intelligenz:

- Muskatnuss-Zimt-Gewürznelken Kekse im Volksmund: Intelligenzplätzchen / Energiekekse
- Speicklavendel Verstand & Flohsamen (Gehirn)
- BERTRAM !!
- Mandeln speziell Aufbau von Gehirnzellen bzw. Steigerung des zellulären Wachstums
- Vitalstoffbomben: Salat (Dinkelkopfsalat),
- Edelsteine: Jaspis in den Mund nehmen zur konzentrativen Fokussierung;  
Achat fördert die Begabung;  
Chrysolith bewahrt vor intellektuellen Verlusten (Merkfähigkeit),  
Saphir stärkt das Weisheitszentrum  
Diamant zur Selbstbeherrschung
- Fenchel: reinigend, fördert die Klarheit und Sanftheit (beruhigt); gegen Stress

## **Zimt: emotionale Intelligenz**

Kein anderer Duft als der des Zimts weckt in uns so vertraute Empfindungen wie Geborgenheit und Wärme. Schon in alten Zeiten war er das Aphrodisiakum und war berühmt für seine Verwendung in orientalischen Duftmischungen, die ihm den Nimbus des Paradieses verliehen. Die orientalischen Liebesgärten galten als von Zimt, Ingwer und Kardamom erfüllte Bereiche. Heute weiß man, dass Zimt luststeigernd und erhellend wirkt. Zimt ist eine sehr die Toleranz und Nächstenliebe stärkende Pflanze. Das inspirierende Aroma des Zimts verbindet mit anderen harmonischen Energien. Er schafft durch sein einzigartiges Aroma eine Verbindung zwischen Würze und Süße. Die balancierende Eigenschaft des Zimts führt dazu, dass wir, wenn wir ihn als Tee oder Extrakt einnehmen, wieder mehr zu unserer Mitte finden.

Zimt ist eine der ältesten Ritual-, Räucher- und Aromapflanzen. Seine Heilwirkungen wurden schon

# Hildegard

Jahrtausende zuvor in alten vedischen Schriften gelobt. Zimt regt auch die Pheromonproduktion an. Pheromone sind unsere körpereigenen, individuellen Lock- und Botenstoffe, die uns mit dem richtigen Partner verbinden.

Zimt wirkt beim Räuchern zudem besonders entspannend und lässt gereizte Nerven zur Ruhe kommen. Gerade in hektischen Zeiten der dunklen Jahreszeit spendet er innere Wärme und verbindet Menschen bei Duft- und Räucherzeremonien sowie in gemütlichen Teezeiten. Der berühmte indische Chai hat als Hauptkomponente den Zimt. Zimt hat auch eine aphrodisische Wirkung, die eng mit seiner entspannend-zur Mitte führenden Wirkung korreliert. Nicht zuletzt aufgrund seiner positiven Wirkung auf das Hormonsystem einschließlich der Pankreas und Verdauungsenzyme wirkt er wärmend. Nach der Entspannung erwacht wieder die unverfälschte Sinnlichkeit, von der wir uns im Alltag durch unsere Sorgen und Existenzängste abgekoppelt haben.

Diese unverfälschte Sinnlichkeit ist im Gegensatz zu blinder Lüsterheit infolge übermäßigen Fleischkonsums (Gewalttätigkeit), fetthaltigen, schweren Essens (Völlerei) oder gefühlsabstumpfender Stresszeiten (Gefühlskälte, mangelnde Nächstenliebe und Gottvergessenheit) nicht auszehend, sondern führt zu den inneren Quellen echter Liebesfähigkeit, die nachhaltig einen Herzensreichtum ermöglichen können, wenn man daran arbeitet. In Verbindung mit einer entsprechenden ehrlichen und herzensöffnenden inneren Ausrichtung wirkt er „gesinnungsveredelnd“ und verleiht im Mix mit Muskatnuss sogar Genialität, die sich mit emotionaler und intellektueller Intelligenz intuitiv vereinigt. .

Zimt ist aufgrund seiner oben beschriebenen Eigenschaften auch ein starkes und nachhaltiges Anxiolyticum (Wirkung gegen Ängste und Angstzustände). Insbesondere bei sexuellen Ängsten und Stressblockaden, die sich auf Beziehungen störend auswirken, schafft er sofortige Abhilfe. Aufgrund seines Wirkstoffprofils kann man ihn DIE Droge Nummer 1 zur Stärkung der emotionalen Intelligenz nennen. Hierzu gehören Einfühlungsvermögen, Empathiefähigkeit und vor allem die alles verbindende intuitive Weisheit im Umgang mit den getriebene Menschen, die einem im Alltag überall über den Weg laufen.

Zimt reguliert die Gefühlswelt und fördert kreative Schaffenskraft. In von Zorn und Abrechnung geprägten Atmosphären geht die seelische Wirkung dahin, dass er den Menschen aus seinen zornigen Emotionen heraus holt und die Psyche wieder in die innere Balance zurück rückt. Bei verletzlichen Menschen führt er sanft zurück zu einer optimistischen, von Wärme und der Fähigkeit, sich wieder anderen Menschen zu öffnen,

# Hildegard

geprägten Einstellung zu sich und seiner Umwelt. Er stärkt das innere Selbstvertrauen, besonders bei vereinsamten, schüchternen oder introvertierten Menschen.

Spezifische Wirkungen des Zimts, die sich aus der (historischen) Hildegard-Heilkunde und aus den eigenen Erfahrungen des Verfassers sowie dem klinischen Wirkstoffprofil ergeben:

- HvB: „...oft gegessen mindert er die üblen Säfte und bereitet gute Säfte...“ „... ein Mensch, dem das

Haupt schwer und stumpf ist.“

- Gegen innere Stumpfheit // Gleichgültigkeit // Herzenshärte

- Ist der emotionale Erwecker, macht empfindsamer // stärkt die Tugenden Mitgefühl, Barmherzigkeit,

Nachgeben etc. (sog. empathische Seelenkräfte)

- Indikationen: Gefühlskälte, mangelndes Einfühlungsvermögen, man kann mehr mitweinen,

mitempfinden wieder, Gefühlswärme und das Empfinden werden angeregt, leichtes Aphrodisiakum im

emotionalen Bereich allerdings eben (!!)

- Löst schädliche Säfte im Gehirn u. Nervenstoffwechsel auf und wandelt sie um in gute „Nährböden“ -

Nervenstoffwechselregulativ

## **Parallele zum klinisch-internistischen Profil/Indikationen:**

Diabetes Typ II, Hormonstimulation, Gichtlähmung, Wachstumsprozesse werden reguliert und zum gesunden Grundzustand gedrängt //

- Zimt Cumarinhaltige Droge, macht das Blut dünn, verhütet Thrombose, Embolie, durchblutungsfördernd, entschleimend; leicht aphrodisierend;

- KLINISCH: Indikation für Diabetes und speziell Polyneuropathia diabetica - Zimt + Mandeln (Habermus)

synergistisch!!!

## **Ethnobotanik des Zimt**

- Zimt gehört zu den weltweit ältesten Gewürzen, Duft- und Räucherpflanzen (antike Welt: Ägypten über Rom bis Griechenland, Sanskrittexten ebenso erwähnt, wie in der Bibel, dort als Zutat des heiligen Salböls), älteste Quellen über die Verwendung von Zimt auf das Jahr 2.500 v. Chr. in China

# Hildegard

- Als Räucherwerk: entspannend und beruhigend auf unsere gereizten Nerven, harmonisiert Körper und Geist, lässt die Sinnlichkeit genießen; emotional ausgleichend, leicht aphrodisierend, regt die Pheromonproduktion an, Pheromone = unsere körpereigenen Signal-, Erkennungs- und Sexuallockstoffe, die unsere individuelle Ausstrahlung und Anziehungskraft prägen
- Menschen mit sexuellen Schwierigkeiten: Beseitigung von Wut und Stressgefühlen.
- Zimt = Nordrenalinproduktionsregulator; Nordrenalin = ein chemischer Botenstoff (Neurotransmitter), der munter macht, anregt und aktiviert. Bei Noradrenalinmangel: Antriebsschwäche, Trägheit und auch Abwehrschwäche.

## **Nervensuppe-Iriswurzelpulvermischung**

- Inhaltsstoffe -- Muskatnuss : Iriswurzel : Wegerichwurzel : Galgant
- „Aufwecker“; Wachmacher; psychopharmakologischer Wecker (am Morgen vor Prüfungen); totales Befreiungsmittel für den Kopf; wenn Leistungsfähigkeit trotz Kreislaufüberlastung gewünscht wird; schafft ein klares Bewusstsein, auch bei Kater; zieht das Entzündliche aus den Nerven (Galgantwein)
- Schlepper in die Nerven - Boden für spirituelle Übungen gelegt bei höchster Aufnahmefähigkeit
- Säftefluss wird angeregt // alle psychische Erkrankungen, die durch Infektionen mind. mitbedingt sind

## **Indikationen Alzheimer, Demenz**

- Lebensmittel: Dinkel, Edelkastanien, Mandeln (täglich!)
- Diptam (Röhrenputzer, Universalmittel zur Beseitigung pathogener Ablagerungen)
- Bertram als U-Gewürz, Bertram-Galgant-Wein, Wermutelixier
- Intelligenzplätzchen (Symptomatisch)
- Ursachenbehandlung: z.B. bei Aidsdemenz natürlich die HI-Infektion, bei Alzheimer durch tox. Noxen: Ablagerungen in den Nerven (Schwermetalle etc.) bei Autoggression: Darmsanierung + Wasserlinsenelixier
- Brennnessel (Vergesslichkeit)
- Spirulina (geistige Vitalität)
- Weihrauchörtchen (Gehirnauffüllung)
- Quendel
- Fenchel

# Hildegard

## **Indikationen Nervenschädigung (bei Rupturen, Unfallschädigungen z.B. nach Blutungen(Hämatomen) oder nekrotischen Geschehnissen (Schlaganfall etc.))**

### **Nervenreparatur-regenerationsplan:**

- Ganglioside (früher nerhältlich, gibt's jetzt wohl nur noch in Italien)
- Buer Lecithin
- Nervensuppe (Iriswurzelmischpulver)
- Schlehenholzaschenelixier (MS-Heilmittel!)
- Viritabalm: Salbei-Rosencreme (Mit Geranium) à
- Süssholz, Mandeln, Esskastanien etc.
- bei Anosmie: Aromatherapie (ätherische Öle) - Trainieren der geschädigten, funktionsgestörten Gehirnareale
- zusätzlich Phytotherapie:
- Brahmi (wirkt stark nervenregenerierend + wachstumsanregend)
- Taigawurzel (Ginseng, sibirischer)

### **Indikationen: Schizophrenie, bipolare Störung**

- Lebensmittel: Dinkel, Edelkastanien, Mandeln (täglich!)
- Bertram als U-Gewürz, Bertram-Galgant-Wein, Wermutelixier
- Intelligenzplätzchen (Symptomatisch)
- Ursachenbehandlung: zB bei Aidsdemenz natürlich die HI-Infektion, bei Alzheimer durch tox. Noxen /Ablagerungen in den Nerven (Schwermetalle etc.) Ausleitungsverfahren zur Beseitigung; bei Autoggression: Darmsanierung + Wasserlinsenelixier
- Brennessel (Vergesslichkeit)
- Spirulina (geistige Vitalität)
- Süßholz, Grüner/Schwarzer Tee, Mandeln als Antioxidanzien
- SPEZIELL: Fenchel-Balsamkraut-Tee, Kein Fasten!, Edelsteintherapie, Süßholz (wirkt ausgleichend): tgl. etwas Wurzelpulver einnehmen
- Verwirrheitszustände: Poleiminze (extrem Gehirndurchblutend, Achtung Kopfschmerzen (Erstverschlimmerung?) möglich!)
- Tannensalbe

### **Exkurs: Poleiminze**

- „Wer ein Gehirnleiden hat, so da. er verwirrt ist, der gebe Poleiminze in Wein und koche das ab und lege es dann warm rund um den Kopf, damit sich das Gehirn erwärmt und das unterdrückt in ihm den

# Hildegard

Verwirrtheitszustand.“

- Psycho-Indikationen: Gehirnleiden, Verwirrtheitszustände, Cerebralsklerose?

## **Angst, Angstzustände**

- Psycho-Indikationen: Gehirnleiden, Verwirrtheitszustände
- der besondere Schutz von Wasserlinsenelixier bei Infektionen und Krebs (Krebs- und Krankheitsangst)
- Anxiolytikum Schafgarbenpulver in warmem Wein (am besten gelöschten Wein !)
- Anxiolytikum: Aronstabelixier als warmer Wein
- Gelöschter Wein
- Energiekekse (Muskatnuss-Zimt-Nelke)
- Dinkel als reiche Tryptophanquelle = Vorstufe von Serotonin, Dopamin und Phenylalanin
- Neuroplastizitätsmangel: inneren Werdegang überdenken
- hinter der Angst verbergen sich Lebenslügen, Inkonsequenzen, Um- oder Besessenheiten und Verunreinigung durch energetisch niedere Kräfte
- Psychotherapie (speziell der Gedanke, ein Gotteskind zu sein)
- Räucherung mit Weihrauch – ggf. Exorzismus-Programm
- Rentnertiergürtel
- Edelsteinkompressen mit Smaragd
- Goldtopas- Ritual und vor allem: Rituale feiern, unter dem Schutz des Meisters des Universums zu stehen

## **Subtilitätsvergleich Schafgarbe, Aronstab, Veilchen**

- Schafgarbe – das VERGANGENHEITS-WUNDEN-ABSCHLUSSMITTEL (defensiv von innen): Abschluss mit der Vergangenheit, Besänftigung von (inneren) Wunden, sanftes Verschliessen, man wird abgeschirmt, gelassener, es nimmt die Tragik, die Dramatik aus dem Konflikt, gibt Distanz; bringt aus der Gegenreaktion heraus und trägt weg; macht gelassen und man kann lachen über sich selbst; bist glücklich im Unglück; von der Ohnmacht befreit sein
- Aronstab – das LÖWENMITTEL (konstruktiv nach außen): gibt Power und Schlagkraft, kann eine gesunde „Grund-Aggressivität“ verursachen, Abwehr von Vereinnahmung, gibt Kraft für einen notwendig werdenden Kampf, eine starke Gegenreaktion; richtet besiegte, gehemmte, verängstigte Löwen wieder auf; macht aus dir einen zur Handlung „potenten“ Löwen;
- **Veilchen - das MIMOSENMITTEL** (SELBSTBEFREIUNGSMITTEL; lieblich nach innen)

# Hildegard

und außen): für die Mimosen, die eine Belebung brauchen und aus ihrer schwerfälligen inneren Gelähmtheit erwachen müssen; bei denen die Atmung schwer fällt, weil ihr Sinn durch die Traurigkeit so beschwert wird, als Creme Tröstung und gegen den aggressiven Eigendruck; gibt Mildheit; starke Antikrebswirkung (gegen das Aufgefressenwerden durch in sich hineingefressene Konflikte); öffnet und gibt Zartheit nach außen

## Gelöschter Wein

- Lieblichkeit: unruhiger Zorn, der aufbrausen will ; Umstimmungs- und Beruhigungsmittel
- Rezept: Wein 3 min. aufkochen, mit kaltem Wasser abschrecken, lauwarm trinken
- Restalkohol max. nur noch 3 %
- Gegen Wut, Zorn, Ärger, Frustration, Reizbarkeit, Stimmungsschwankungen
- Antimelancholikum, neutralisiert die Schwarzgalle + Antistress- und Anregungsmittel
- Kann mit verschiedenen psychoaktiven Pulvern versetzt werden, zB Schafgarbe, Bertram, Galgant, Zimt

Edelsteine- psychoaktive Effekte nach Hildegard von Bingen

- Chrysolith (Tragen): Beibehaltung der Kunstfertigkeit und erlernten Fähigkeit; bei Angst vor Demenz,

Altersabbau, geistigem Verfall; Angst vor Prüfungen, weil man alles vergisst

- Chalcedon: gegen Zorn und Ärger („PKW-Stein“), gute Rhetorik, „weises

Vortragen“ (sog. Brain Storming-Booster)

- Achat: bei Schulangst, Komplexen, Unsicherheiten, Redehemmungen, Verkrampfungen (dann auch

immer Intelligenzkekse geben), gibt strategische Klugheit

- Diamant (in den Mund gelegt): angeborene (oft schweigsame) Bosheit, die beim Reden hartwahnsinnig

wirkt (!) (Übel wird ausgelöscht == ein Mittel gegen Ohnmacht und eigene unverschuldete charakterliche Behinderungen / jähzornige diabolische Belastungen !!)

- Rubin (bei sich tragen): bei externen Manipulationen von außen, Täuschungen, Selbstbetrug,

Verirrung, Verwirrtheit durch äußere Faktoren ohne sichtbaren Grund (schlechte Energien, Luftgeister),

Elektrosmog? (neue technische Felder u Strahlungen?)

- siehe Vortrag Dr. Horst Braun

- Jaspis: Konzentration, Lösung schwieriger Probleme, intellektueller Stein, Traumregulation (b. Blitzen)