



NATURWISSEN

# DAS GEHEIMNIS DER WEISEN FRAUEN

Sie bewirkten im Stillen kleinere und größere Wunder und halfen dort aus, wo nur selten ein Arzt hinfand. Die kräuterkundigen Frauen von einst hinterließen ein großes Erbe: die Basis für eine naturkundliche Medizin.

TEXT: Gabriele Kuhn ILLUSTRATIONEN: Marion Kamper\*

**H**och oben in entlegenen Bergdörfern oder tief unten in abgelegenen Tälern, überall dort, wo medizinische Hilfe nur schwer erreichbar war, wirkten sie – die heilkundigen Frauen mit ihrer „Praxis“ am Küchentisch, in der alles zu finden war, was gegen sämtliche Wehwehchen half: Essig, Öl, Salz und Honig für Tinkturen gegen Magen- und Darmbeschwerden oder Eigelb, Zwiebel, Kren und Kräuter für Inhalationen, Salben und Tees, die Erkältungen linderten.

Umgangssprachlich wurden sie wohlmeinend „Kräuterhexen“ genannt, weil sie wussten, welches Kraut gegen welche Beschwerde half. Ihre Weisheit beruhte auf mündlich überlieferten Rezepten, die man – gehütet wie ein Geheimnis – nur innerhalb der weiblichen Linien weitergab. Die Geschichte dieser Frauen zieht sich über viele Jahrhunderte, am besten dokumentiert ist sie wohl ab dem Mittelalter.

Die meisten Laienheilerinnen wurden bereits als Kind von ihrer Großmutter

in den Wald mitgenommen. Dort hörten sie Geschichten zu jedem Kraut, jedem Stein und jeder Rinde. Und so wissen wir heute, dass selbst gemachtes Wermutöl gegen kalte Füße hilft, ein Topfenwickel Entzündungen lindert oder Essigpatscherl Fieber senken können.

### SIE HÖRTEN ZU UND SAHEN HIN

„Diese Frauen haben ihre Heilkunde nicht aus Büchern gelernt, sondern in der Praxis erfahren – direkt am Krankenbett, im Kontakt mit den Menschen. Es ist eine unmittelbare Medizin, über die wir heute froh sein können, weil uns manche dieser Frauen ein großes Wissen für Hausmittel aus Küche oder Garten vermachten“, erzählt Karl-Heinz Steinmetz, Leiter des Instituts für Traditionelle Europäische Medizin. Und es war ein Segen für die Menschen von damals, die sich medizinische Behandlung oft gar nicht leisten konnten.

Als größter Schatz der heilkundigen Frauen galten jedoch ihre immense Er-

fahrung und Intuition. Viele von ihnen konnten anhand des Pulses den Gesundheitszustand eines Menschen erspüren. Sie arbeiteten im Einklang mit den Rhythmen der Natur und der Gestirne. „Sie konnten die Feinzeichen von Gesundheit und Krankheit ohne Labormedizin deuten“, sagt Karl-Heinz Steinmetz. Sie hörten zu, sahen hin, legten die Hände auf schmerzende Stellen.

Der Medizinhistoriker erzählt von zwei steirischen Schwestern, die die familiäre Heiltradition bis ins 21. Jahrhundert pflegten: „Sie waren in der ganzen Gegend als die beiden ‚Knochensetzerinnen‘ bekannt, bauten mit schlichten Zweigen eine Art Gipsschale beziehungsweise Knochenschienen und verabreichten spezielle Salben.“

Zum Kreis der Heilkundigen zählten im Übrigen auch die vielen Hebammen des Landes, die die Frauen während ihrer Schwangerschaft und der Geburt begleiteten. Vor allem aber hatten sie ein immenses Kräuterwissen, um eine natürliche Entbindung zu ermöglichen. Einige Kräuter ►

\*unter Verwendung der Werke von Biodiversity Heritage Library, HTC Heritage Type