

Traditionen der Heilkunde (2)

Hilda Winter - Eine „Kräuterhexe“ von heute

von Georg Klaus

Weise Frauen, die früher als respektierte Kräuterkundige galten, spielten über viele Jahrhunderte eine unentbehrliche Rolle in Dorfgemeinschaften. Für ihre Aufgaben als Beraterinnen, Hebammen oder Apothekerinnen erwarben sie sich umfassendes Wissen über die Natur, das von Generation zu Generation weitergegeben wurde. Sie konnten äußerlich wie innerlich zu einem heilenden Zustand verhelfen.

Eine atmosphärische Reinigung und Klärung wurde zum Beispiel in Räumen praktiziert, in denen oft Konflikte auftreten oder belastende Erlebnisse geschehen sind. Typische Pflanzen dafür sind Weißer Salbei, Wacholder, Kampfer, Drachenblut, Eukalyptus und Mistel.

Ein Bericht von *Ingeborg Byhan/Horst Wolf*: „Die Frau, die gegen viele Krankheiten ein Kräutlein hat“, regte mich zu folgender eigener Erzählung an:

Anfang des 20. Jahrhunderts lebte in Hamburg und Umgebung die verwitwete Bauerntochter Hilda Winter, die von vielen Menschen als eine der letzten „Kräuterhexen“ bezeichnet wurde.

Nachdem sich ihre heilende Tätigkeit herumgesprochen hatten, wurde Hilda Winter von leidenden Menschen, die Hilfe suchten, immer häufiger aufgesucht. Sie kamen mit allerlei körperlichen und seelischen Auffälligkeiten, wie Schnupfen und Herzschmerzen, mit Ohrensausen, Leibschneiden und Rheuma, mit Haarausfall und Furunkeln sowie mit Kopfschmerzen, Niedergeschlagenheit, fehlender Lebensmut in die Praxis.

Häufig handelte es sich um ältere Menschen aus ihrer Umgebung, die sich eine teure Schulmedizin nicht leisten konnten und für Selbstmedikation und Hausmedizin durch ihre Traditionen vertraut waren.

Durch ihre Witwenrente und ihr einfaches Leben, war sie relativ unabhängig, weshalb sie nur auf Spendenbasis tätig war. Leidende Menschen konnten (ähnlich bei Pfarrer Kneipp) jederzeit kommen. Ab und zu klopfen sie um 22 Uhr abends an die Tür, manchmal um 7 Uhr morgens.

„Ich bin im Winter immer da“, „Nur vier Stunden Schlaf genügen mir“, „Zu anderen Zeiten bin ich häufig aktiv und kümmere mich um meine Kräuter“, „Solange meine Beine noch mitspielen, sammle ich alle Kräuter selbst“, berichtet Hilda Winter.

In den Sommermonaten, wenn die Kräuter blühen, fährt sie manchmal mit der Bahn hunderte von Kilometern in die Heide, in die Wälder und sogar in die Eifel - ihre Heimat - um nach Kräutern zu suchen.

Wenn hilfesuchende ihre Räume (Praxis) betraten, fanden sie sich in einer heilenden Umgebung wieder. In den Zimmern sind Kräuter an vielen Stellen aufgehängt. Sie baumeln in langen Büscheln an Schnüren von der Decke, hängen in großen Leinensäcken an den Wänden und stehen auf großen Tablettts auf dem Fußboden.

Um sich von Hilda Winter behandeln zu lassen, muss man zunächst auf einem Küchenstuhl Platz nehmen und von sich erzählen. Hat die Kräuterfrau genügend gehört, begibt sie sich zu einem der Kräutersäcklein, entnimmt eine Handvoll und gibt die trocken raschelnden Blüten

oder Blätter in ein kleines Tütchen. Die Hilfesuchenden erhalten sie zusammen mit präzisen Instruktionen: „Dreimal am Tag je eine Tasse trinken“ oder „Zweimal täglich einweichen und auf die erkrankte Stelle legen.“

Das erinnert mich an meine Erinnerungen an indische Apotheken Ende der 70er Jahre. Der gesamte Geschäftsraum liegt in einem gedämpften romantischen Licht, es riecht nach Kräutern, Gewürzen, Räucherstäbchen und Parfüms. Man betritt die Apotheke, findet gerade im hinteren Bereich den Heiler/die Heilerin sitzen. Diese/r macht eine ausführliche ayurvedische Diagnose, murmelt konzentriert einige Worte, stellt knappe Fragen und schreibt schließlich einige Kräuter auf einen abgerissenen Zeitungsausschnitt.

Damit kann man direkt in den apothekerischen Bereich gehen, dort faltet eine Mitarbeiterin ein Papierblatt, greifen in Holzschachteln entnimmt eine kleine Hand- oder Fingerspitze Kräutern, Erden oder anderes und mischt sie in den Papierbeutel. Mit einer Anweisung der Anwendung verlässt man den Heilungsort. Ich hatte ein schreckliches Dhengue-Fieber, mit hoher Temperatur, Schwäche, Gliederschmerzen, Juckreiz am ganzen Körper und einem schweren Krankheitsgefühl. Zwei Tage nach der ayurvedischen Erfahrung konnte ich schon wieder herumlaufen.

Leidende, die nach zwei Wochen trotz der Anwendung von Heilkräutern weiterhin bestehen, behandelte Hilde Winter nach eigenen Worten „mit schwererem Geschütz“. Während der Patient bewegungslos sitzen muss, holt sie eines der vorgeschnittenen Stücke aus Leder. Sie schließt die Vorhänge, entzündet den siebenarmigen Leuchter und beginnt, das Lederstück mit einer Schusterahle zu einem kleinen Beutel zusammenzunähen, während sie unverständliche Worte murmelt. Sie hat vorher irgendein Kräutlein hineingetan. Der Patient muss das Amulett rund um die Uhr tragen, bis er geheilt ist.

„Es klappt“, äußert Hilda Winter. Und ihre Stimme klingt dabei so unerschütterlich, dass jeder Widerspruch vergeblich erscheint. Was sie in das Säckchen hineinlegt und weshalb das Amulett wirkt, bleibt Hilda Winters Geheimnis. „Ich habe es von meiner Oma“, sagt sie lediglich, „und diese bekam es von ihrer eigenen Oma.“

Als Stärkungsmittel schlägt sie vor: Leinsamen, mit Honig und Pfeffer gemischt, in einen Kuchen backen. Des Weiteren ist es ratsam, viel Anis, Nelken, Zimt, Ingwer, Haselnüsse, Feigen, Kresse, Spargel, Rüben und Sonnenblumenkerne zu konsumieren.

Bei Würmern empfiehlt sie Kürbiskerne, Sennesblätter und Rhabarber, bei Gliederreißen: Tee aus Schlüsselblumen oder Ulmenblüten, Salat aus Brunnenkresse oder Bitterklee. Hilda Winter nutzt isländisches Moos, Spitzwegerich, Huflattich und Rosskastanien zur Bekämpfung von Erkältungen.

Im Mittelpunkt stand immer auch, dass Hilde Winter allen Hilfesuchenden den Glauben und die Überzeugung an die Wirksamkeit der natürlichen Heilkraft vermitteln konnte. Dabei - und das ist aus heutiger Sicht für unsere Gesundheitspraxis besonders wichtig - bezog sie sich nicht auf Kritik oder Abgrenzung gegen andere Medizin. Sie erzählte keine Diagnosen.

Auch der indische Heilkundige erzählte nicht, was er genau in der Untersuchung fand, es wird weder Angst genutzt noch ‚höheres‘ Wissen, sondern **die gesamte Situation wird zu einem heilenden Erleben**. Genau dies belegt nun moderne Forschung zur Wirkung aller Formen von heilenden oder helfenden Produkten.

Das Gesamterleben ist für die Wirkung maßgebend – und zwar in einem überwiegenden Maße. Zu den wichtigsten Elementen gehören der Raum, das Selbstvertrauen der Handelnden ohne langes Begründen, es sind Sätze wie ‚es hilft nach meinem Wissen und meiner Tradition‘ (**nicht ,es heilt‘, sondern ,es hilft‘!**) und eine genaue Anweisung für die Anwendung, nicht drohend, sondern überzeugend eindeutig.

Hilda Winter könnte heute auch als **Gesundheitspraktikerin^{DGAM}** für Selbst- und Naturheilkunde wirken. An entsprechenden Formaten und Ausbildungen arbeiten wir intensiv.