

Der Wermutwein der heiligen Hildegard

Entgiftung und Organ-Vitalisierung

(OM/05-14). Vielen Menschen ist die kräuterkundige Benediktiner-Äbtissin aus dem Mittelalter längst ein Begriff. Bereits um 12hundert erläuterte sie ihre Maxime: „Äußere Schönheit kommt von innen“, die ihr mehr als ein Wegweiser diente, um das Himmlische mit dem Irdischen zu verbinden. Selbst in bezug auf die Psyche gab sie entscheidendes Wissen weiter und deutete innerhalb ihrer Aufzeichnungen auf die Zusammenhänge zwischen körperlichem Wohlbefinden und seelischer Verfassung hin. Nach ihrem christlichen Glauben kamen die Menschen vollkommen auf diese Welt. Je mehr sie sich nun von Gott entfernten, je mehr begannen sie, die unterschiedlichsten Symptome auszuprägen.

Die so von ihr entwickelte Hildegard-Medizin, die sie in ihren Schriften um 1150 bis 1160 niedergelegte, folgt fünf Prinzipien, wobei eine ausgewogene Ernährung die Basis hierfür bildet. Daher kommt der Auswahl der Nahrungsmittel in der Hildegard-Medizin eine bedeutende Rolle zur Vorbeugung und Heilung von Krankheiten zu. In heutiger Zeit gilt die Heilige Hildegard durchaus als Begründerin der weiblichen Ganzheitsmedizin.

Hildegard predigte immer wieder dafür, das rechte Maß in allen Dingen zu finden. Mit der körperlichen Reinigung sollten nach ihrer Lehre also nicht nur die körperlichen, sondern vor allen Dingen auch die seelischen Schlacken entfernt werden. Dazu empfahl sie unter anderem auch eine Art Sauna, Schwitzen oder Dampfbäder. Sie riet zu Pflanzenaufgüssen und auch hierzu: **„Wenn sich die Menschen in übertriebener Weise der Nahrung enthalten, so dass sie ihrem Körper nicht die richtige und angemessene Nahrung zuführen, werden die einen instabil und leichtlebig in ihrer Lebensweise, andere durch viele große Beschwerden gedrückt.“**

Hildegard schrieb dazu Folgendes: *Wenn der Wermut frisch ist, dann zerstampfe ihn und presse den Saft durch ein Tuch aus. Dann koche Wein mit Honig, aber nicht zu stark und gieße von diesem Saft soviel in den Wein, dass der Wermutgeschmack den Wein - und den Honiggeschmack übertrifft. Das trinke vom Mai bis zum Oktober jeden dritten Tag nüchtern vor dem Frühstück. Es beseitigt in dir die Nierenschwäche, (Melanche = Schwarzgalle) und klärt die Augen, stärkt das Herz und lässt nicht zu, dass deine Lunge krank wird. Es wärmt den Magen (Darm) und reinigt die Eingeweide und bereitet eine gute Verdauung.*

Ihr Rezept für den Wermutwein:

Wirkt gegen Erkrankungen von Herz und Lunge, Magen, Augen, Eingeweide, Nieren, Melancholie, Verdauung, Verhütung von Arteriosklerose, Darmsymptomen, Erkältungsanfälligkeit, wie beispielsweise Bronchitis oder Grippe und Unterleibsentzündungen.

Ingredienzen: Ein Liter guter Wein, 150 gr. Honig, 40 ml frischer Wermutsaft (oder Apotheke). Den Honig wird im Wein kurz aufgekocht, und der Wermutsaft hinzugegossen. (kurz aufköcheln) Den fertige Getränk wird alsdann in eine mit kochendem Wasser ausgewaschene Glasflasche gefüllt. Fertig!

Laut Hildegard hat diese kurmässige Einnahme von Wermutelixier eine starke Regenerationswirkung auf den menschlichen Körper. Sie schätzte den Wermut als den wichtigsten Helfer bei vielen Erschöpfungszuständen.

Die Wermutkur wärmt den Magen, reinigt die Eingeweide (bei Blähungen z.B. ist Erleichterung zu spüren) und unterstützt die Verdauung. Durch das Elixier werden übermäßige Darmgase beseitigt. Der Druck auf Herz, Herzgefäße sowie auf Leber und Galle läßt nach. Letztendlich wirkt sich der Gemüse-Kräutertrunk auch positiv auf den Dünndarm und den Magen, sowie auf das Leber-Gallensystem und die Bauchspeicheldrüse aus. Gerade im Falle einer Bauchspeicheldrüsenschwäche kann sich im Laufe der Zeit durchaus ein Diabetes Typ II entwickeln.

Der Wermutwein wirkt heilsam auf: Arteriosklerose, auf Stoffwechselleiden wie Gicht, Rheuma, erhöhter Harnsäurespiegel, Altersdiabetes sowie Blutfettwerte.

Er unterstützt Magen und Darm, hilft bei Blähungen und selbst Appetitmangel. Der Bingen-Wermut kräftigt das Immunsystem und beugt Erkältungskrankheiten sowie leichteren gesundheitlichen Schwächen vor.

Bei Genuß dieses Getränkes kann die Speichelsekretion und die Gallen-und Magensaftsekretion angeregt werden. Er wirkt sich somit auch regulierend auf den Gallenfluss aus.

Bei regelmäßiger Anwendung über längere Zeiträume beseitigt er sogar die krankmachende schwarzen Galle im Körper.