

Kurz und gut, 15. August 2016, von Martina Höhns, Theologin aus Bremen

Kräuter für Maria

Thymian, Salbei, Rosmarin: diese Kräuter gehören in der mediterranen Küche einfach dazu. Denn frische Kräuter schmecken nicht nur gut. Sie geben vielen Gerichten auch erst die gewisse Note. Viele verströmen dazu noch einen wunderbaren Duft.

Auch Naturheilverfahren kennen die stärkende Kraft vieler Kräuter: Die Schafgarbe zum Beispiel. Sie kann krampflösend wirken. Schon in der Antike hat man sie zur Heilung von Wunden verwendet. Lindenblütentee wird bei Erkältung verabreicht. Salbei hilft gegen Husten und kann bei Halsschmerzen gut tun.

Schon seit Urzeiten kennen Menschen diese starken Kräfte von Kräutern. Richtig angewendet können sie helfen, gesund zu bleiben. Sie tragen zur Heilung bei und machen das Essen schmackhaft.

Falsch angewendet, zum Beispiel falsch dosiert, können Kräuter aber auch krank machen. Im schlimmsten Fall sogar zum Tod führen.

In den meisten alten Kulturen waren es Frauen, die sich mit der Heilkraft der Kräuter auskannten, sie gesammelt und mit ihnen gearbeitet haben. Oft wurden diese Frauen als Hexen verfolgt. Denn Kräuterkundige waren oft genauso gefürchtet wie geachtet. Ihr Wissen konnte als Segen wirken oder als Fluch. Ihre Kenntnisse konnten krank machen oder heilen.

Im Mittelalter waren es oft die Klöster, in denen das Wissen um die Heilkraft der Kräuter bewahrt und weiterentwickelt wurde. Hildegard von Bingen ist ein prominentes Beispiel. In ihrem Kräutergarten wuchsen viele der heute noch bekannten Heilpflanzen. Die Klosterapotheken waren damals für die gesundheitliche Versorgung der Bevölkerung unverzichtbar.

Als besonders günstige Zeit zum Kräutersammeln gilt bis heute die Zeit zwischen dem 15. August und dem 15. September. Sie wird auch „Frauendreißiger“ genannt. Sie umfasst die Zeit zwischen zwei Marienfesten: Dem Fest Maria Aufnahme in den Himmel, das heute gefeiert wird, und dem Gedenktag an die Schmerzen Mariens, den die katholische Kirche am 15. September begeht.

Bis heute werden in vielen katholischen Gottesdiensten am Fest Maria Himmelfahrt Kräutersträuße gesegnet. Die Kräutersträuße sind ein Symbol für die Zusage, dass Gott das Wohl und die Heilung aller Menschen will. Sie erinnern an Maria, die Muttergottes, die große Frau im Christentum. Und sie erinnern mich daran, wie wichtig es ist, heilsam mit der Schöpfung, mit meinen Mitmenschen und mit mir selbst umzugehen.