[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

H v B

Das 'geheime Tagebuch' der Hildegard von Bingen !

===>

BILDER + TRANSLATION ??? + !.

<===

INDEX ===>

Erstes Buch: Das flüsternde Licht – Kindheit und die ersten Wunder
Bevor ich die Welt bewegte, lernte ich, ihre leise Stimme zu hören.

1.1 Die Zehnte – mein ungewöhnlicher Anfang
Wie ich als zehntes Kind in Bermersheim das Licht erblickte und meine Eltern mich Gott weihten. Schon als kleines Mädchen legte ich mir Steine auf die Brust, denn ich spürte, dass sie eine eigene Sprache besaßen. Der Jaspis, den ich in meiner kleinen Hand verbarg, war mein erster Begleiter.

1.2 Das Gefängnis des Lichts – meine ersten Gesichte
Die flackernden Bilder, die mich überfielen, wenn ich in die glühende Asche des Herdfeuers starrte. Ich sah die Farben der Dreifaltigkeit, bevor ich wusste, was ein Wort dafür war. In jenen Nächten erwachte in mir die erste Ahnung, dass alles Irdische mit einer unsichtbaren Saftkraft durchzogen ist.

1.3 Der Schleier und die Stimme – Eintritt in die Klausur
Auf dem Disibodenberg lernte ich bei der frommen Jutta nicht nur das Stundengebet, sondern auch die Kunst des Schweigens. Doch in den stillen Stunden begann ich, die Kräuter des Klostergartens zu benennen. Ich erkannte, dass der Fenchel den trüben Blick klärt und die Schafgarbe das vergossene Blut stillt, noch bevor mir jemand die Namen der Heilkunde nannte.

Zweites Buch: Die Stimme erhebt sich – Schreiben, Kämpfen und die heilende Ordnung
Ich schwieg nicht länger. Die Stimme sprach, und ich schrieb nieder, was die Seele gesund erhält.

2.1 Scivias – wie ich Himmel und Erde auf Pergament bannte
Das große Werk, das mich zwang, meine Schüchternheit abzulegen. Zwischen den Kapiteln über die Feuersäule und die Mauern der Stadt schrieb ich jedoch auch nieder, dass der Mensch aus vier Säften besteht. Ein Überschuss der Galle macht zornig, ein Zuviel des Schleims träge – und nur der rechte Ausgleich, den ich in der Nahrung finde, bewahrt die Seele vor dem Irrweg.

2.2 Ein Tribunal für meine Seele – Verteidigung meiner Visionen
Als die Mönche und der Erzbischof kamen, um mich zu prüfen, stand ich vor ihnen mit demselben Mut, mit dem ich die giftigen Säfte in der Küche erkenne. Ich sagte ihnen: Gott hat die Frau nicht als Gefäß der Sünde geschaffen, sondern als blühenden Garten. Die weibliche Gebärmutter ist kein Ort des Fluches, sondern eine Kammer der Empfängnis, die der Wärme und der achtsamen Pflege bedarf.

2.3 Auf steinernem Grund – das Kloster auf dem Rupertsberg
Wir zogen hinaus und bauten uns eine neue Heimat. In den Klostermauern richtete ich

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

] QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]
CC SOME RIGHTS RESERVED
PRINT+SHAREWARE

nicht nur einen Skriptorium ein, sondern auch einen weitläufigen Kräutergarten und eine kleine Apotheke. Hier destillierte ich den Quittenwein gegen das Fieber und mischte Honig mit Rose zur Pflege der müden Haut, denn die äußere Erscheinung ist der Spiegel einer wohlgeordneten Seele.

2.4 Briefe an die Mächtigen und ein Rezept für den Kaiser
Ich schrieb an Päpste und Könige, doch ich sandte ihnen nicht nur Worte. Einem kränkelnden Abt schickte ich das Rezept für Dinkelgebäck mit Fenchelsamen, um seinen geschwächten Magen zu stärken. Ich wusste: Ein Herrscher, der mit blähendem Brot gesegnet ist, regiert mit milderer Hand.

2.5 Der tiefe Riss – als das Interdikt unser Kloster traf
Die schwere Zeit, als wir einen Jungen in unserer Erde bestatteten und die Kirche uns das Sakrament verwehrte. Ich schrieb flehentliche Briefe, doch ich heilte in jenen Tagen auch meine Schwestern mit einem Sud aus Bibernelle, der die Verzweiflung aus dem Herzen zieht, denn die größte Krankheit ist die Hoffnungslosigkeit.

Drittes Buch: Die Musik der Sphären – Klang, Stein und die Apotheke Gottes
Gott spricht nicht nur in Worten. Er singt in den Steinen und duftet in den Kräutern.

3.1 Die Oper der Seele – mein Ordo Virtutum
Das erste geistliche Spiel, das die Tugenden gegen die Teufel singen lässt. Aber wusstest du, dass ich die Noten so schrieb, dass sie die Lebensgeister anregen? Der Rhythmus heilt den Puls. Noch heute sage ich: Ein trauriges Gemüt heilt besser durch einen hellen Dreiklang als durch einen bitteren Trank.

3.2 Die unbekannte Sprache – Lingua Ignota und die Namen der Schöpfung
Ich erfand eine geheime Sprache für das, was keinen Namen hatte. In diesem Kodex verbarg ich auch die Kräfte der Edelsteine. Der *Smaragd* zum Beispiel, so nenne ich ihn in meiner Sprache, bricht das Fieber durch seine grüne Glut. Er liegt auf der Brust der Schwangeren und schützt das Kind vor bösen Säften. Der *Saphir* klärt die trüben Augen und vertreibt die nächtliche Angst, wenn man ihn unter das Kopfkissen legt.

3.3 Gottes Farbpalette – die Leuchtkraft der Heiligen
Was ich in den Visionen sah – die tiefen Blautöne der Gottesmutter und das funkelnde Gold der Engel – das übersetzte ich in die Heilkunst. Denn so, wie der rote Jaspis das Blut reinigt, so wärmt die gelbe Kamille den kalten Magen. Die Farben Gottes sind nicht zur Zierde da, sie sind die sichtbare Medizin für den leibhaftigen Menschen.

3.4 Die Physica – mein Buch über die Natur der Dinge
Hier schrieb ich nieder, was die Bäume, die Fische und die Metalle in sich tragen. Nimm den Dinkel: Er ist das wärmste Getreide, stärkt das Fleisch und gibt dem Geist Flügel, ohne ihn aufzublähen. Nimm den Fenchel: Er vertreibt den Schleim aus der Lunge und macht die Augen klar. Und nimm den Beifuß: Ein Kranz aus Beifuß um das Schienbein vertreibt die Müdigkeit, wenn man weite Wege gegangen ist – und er löst die Stockungen im weiblichen Leib.

Viertes Buch: Der Zauber des Gewöhnlichen – Rezepte, Schönheit und die Weisheit des Alltags

Das größte Wunder ist die warme Suppe und der gesunde Schlaf am Abend.

4.1 Das Weihnachtsfasten und die Kraft der Wärme

Hinter den Mauern von Rupertsberg bereiteten wir die Adventszeit mit einem strengen, aber heilsamen Fasten vor. Ich lehrte meine Schwestern eine Suppe aus Linsen, Knoblauch und Bohnenkraut, die den kalten Winter aus den Gliedern treibt. Wer sich in dieser Zeit enthält, öffnet den Magen für die göttliche Geburt.

4.2 Die Küchenapotheke – drei Rezepte für Leib und Seele
Ich gebe sie dir, wie ich sie meiner Lieblingsschwester Bernharda gab:

Das *Dinkelbrötchen*: Mehl vom reinsten Dinkel, vermischt mit etwas Honig und Fenchel, gebacken auf einem Kohlblatt. Es stillt den Hunger, ohne Schwere zu machen. Iss es am Morgen, so schwinden die trüben Gedanken.

- Der *Kräuterwein gegen Kummer*: Nimm einen Zweig Rosmarin, etwas Salbei und eine Messerspitze galgantwurzel. Gib es in einen Krug mit weißem Wein, lass es drei Tage in der Sonne stehen. Ein kleiner Schluck davon verwandelt die Tränen in sanfte Heiterkeit.

- Die *Stärkung für die müden Füße*: Ein Fußbad aus Thymian und Schafgarbe, darin ein kleiner roter Jaspis gelegt. Nach diesem Bad spürst du die Lebensgeister wieder vom Zeh bis zum Scheitel.

4.3 Die Pflege des Leibes – Reinheit als Gebet
Ich war keine Feindin des schönen Scheins. Den Schwestern empfahl ich, ihr Gesicht mit in Rosenwasser getränktem Leinen zu waschen, um die Poren von den Ausdünstungen der Nacht zu reinigen. Für trockene Hände mischte ich Mandelöl mit fein zerriebenem Weihrauch – es macht die Haut weich und vertreibt die Risse, die durch die schwere Feldarbeit entstehen. Vergiss nie: Der Körper ist die Hülle der Seele, und eine saubere Hülle ehrt den Geist.

4.4 Das geheime Wissen um die Frau – Mond, Geburt und der fließende Zyklus
Darüber habe ich mehr gewußt, als ich es in öffentlichen Schriften zu sagen wagte. Der weibliche Leib ist wie der Mond den Gezeiten unterworfen. Ich lehrte die jungen Frauen, zur Zeit ihrer Blutung den Beifuß als Tee zu trinken und sich nicht anzustrengen, denn das Blut fließt, um die Seele zu reinigen. Bei einer schweren Geburt legte ich einen Aquamarin auf den Bauch der Kreißenden – sein kühler Glanz öffnet die Wege, und die scharfen Kräuter wie das Mutterkorn helfen der Natur nach. Die Frau ist kein schwaches Gefäß, sie ist der Urquell aller irdischen Wärme.

4.5 Die Edelsteine meines Schreibtisches – ihre tägliche Anwendung
Ich hielt sie für meine kleine Schatzkammer:

- Der *Hämatit* (der Blutstein), den ich in der Hand drehe, wenn ich schreibe – er vertreibt den Schwindel.
- Der *Achat*, den ich in meinen Waschbecher lege – er kühlt das Gesicht und macht den Teint ebenmäßig.
- Der *Bernstein*, den ich mir an die Brust hefte – er wehrt die bösen Säfte der Melancholie ab.
- Ein jeder Stein trägt den Atem Gottes in sich, und wer ihn mit Ehrfurcht trägt, dem entfaltet er seine stille Kraft.

Fünftes Buch: Das Echo der Ewigkeit – Worte, die bleiben und dich erreichen
Mein Körper wird vergehen, doch meine geflügelten Sätze sind unvergänglich.

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

5.1 Die geflügelten Worte – mein kleiner Spiegel der Seele
Hier in meinem geheimen Tagebuch fasse ich jene Weisheiten zusammen, die ich Euch, den Lesern der fernen Zeit, hinterlasse. Höre hin:

- Der Mensch steht in der Mitte der Schöpfung wie der Apfel im Kern des Himmels. Vergiss nicht, dass du aus der feuchten Erde gemacht bist, aber vom Feuer der Liebe belebt wirst.

- Nimm niemals mehr Nahrung zu dir, als deine Hand fassen kann, denn die Völlerei löscht das Licht der Vernunft aus.

- Ein Stein, den du ohne Achtung trägst, bleibt taub. Ein Kraut, das du ohne Dankbarkeit pflückst, verliert seine Saftkraft.

- Das größte Heilmittel gegen den Zorn ist das Schweigen; das größte Heilmittel gegen die Traurigkeit ist das gemeinsame Singen.

5.2 Die unvollendete Sinfonie – deine Fortsetzung meiner Geschichte
Dieses Buch ist nicht zu Ende. Es ruht nun in deinen Händen, liebe Leserin, lieber Leser. Nimm den Dinkel, den ich dir empfohlen habe, backe mein Brot. Lege den Smaragd auf dein Herz. Trinke den Fenchelwein, wenn dir der Atem stockt. Wenn du meine Worte liest und sie in deinem Alltag lebendig werden lässt, dann bin ich nicht gestorben – ich sitze in deiner Küche, ich flüstere dir in deinen Kräutergarten und leuchte dir in jedem Edelstein, den du an die Sonne hältst.

5.3 Die Vorhersage meines Todes und die letzte Mahlzeit
Ich wusste um meine Stunde. An meinem letzten Tag, so wird berichtet, verlangte ich nach einer Schale Haferschleim mit ein wenig Zimt – denn selbst dem scheidenden Leib schuldet man eine letzte wärmende Speise. Ich segnete die Steine in meiner Zelle und sprach den Schwestern ein letztes Gebet.

<=== INDEX

Erstes Buch: Das flüsternde Licht – Kindheit und die ersten Wunder

Bevor ich die Welt bewegte, lernte ich, ihre leise Stimme zu hören.

1.1 Die Zehnte – mein ungewöhnlicher Anfang

Wisst ihr, wie es ist, als zehntes Kind geboren zu werden? Nicht als erste, nicht als letzte, nicht als lang ersehnter Sohn – nein, als die zehnte Tochter. In jener Zeit, im Jahre des Herrn 1098, da war das nicht einfach ein Zufall der Geburt. Das war ein Zeichen. Ein Zeichen, das meine Eltern Hildebert und Mechthild von Bermersheim sofort erkannten. Ihr weihten mich Gott – nicht aus frommer Laune heraus, sondern weil es Brauch war, das zehnte Kind dem Himmel zu übergeben. Ein Zehnter an Gott, so nannte man das. Und ich? Ich war dieser Zehnte, noch bevor ich überhaupt wusste, was ein Zehntel bedeutet.

Nicht die Erste, die mit dem Lachen der Eltern empfangen wird. Nicht der lang ersehnte Sohn, der den Namen des Vaters weiterführt. Nicht die Jüngste, die verwöhnt und behütet wird. Nein – die Zehnte. Die Zahl der Vollendung, sagen die Gelehrten. Die Zahl des Gesetzes, sagen die Priester. Aber für ein kleines Mädchen in Bermersheim, im Jahre des Herrn 1098, bedeutete es etwas ganz anderes: Es bedeutete, dass man nicht ganz der Welt gehörte.

Ich kam im Herbst zur Welt, als die Blätter sich golden färbten und der Nebel über den

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

Tälern des Hunsrücks lag. Mein Vater Hildebert, ein Mann von standhafter Frömmigkeit, nahm mich in seine Arme und sah in mir nicht einfach ein weiteres Kind – er sah eine Gabe. Ein Zehntel, das Gott gebührte. Meine Mutter Mechthild, eine Frau von stiller, unbeugsamer Kraft, nickte nur, als die Rede von der Weihe war. Sie hatte schon neun Kinder geboren und wusste, dass jedes Kind ein Wunder ist. Aber dieses zehnte Kind – es war mehr als ein Wunder. Es war ein Versprechen.

Und so geschah es: Noch bevor meine kleinen Hände die Welt greifen konnten, noch bevor meine Zunge die ersten Worte fand, wurde ich Gott übergeben. Nicht als Opfer, versteht mich wohl – sondern als Geschenk. Man weihte mich dem Himmel, wie man die besten Früchte des Feldes dem Altar darbringt. Nicht aus Strenge, nicht aus Kälte. Aus Dankbarkeit. Aus einer tiefen, fast schmerzhaften Gewissheit heraus, dass dieses Kind nicht für die engen Grenzen eines adeligen Hofes bestimmt war. Es war für etwas Größeres – auch wenn damals noch niemand wusste, wie groß dieses Etwas einmal sein würde.

Meine ersten Jahre verbrachte ich auf dem Stammsitz meiner Familie im heutigen Niederhosenbach. Es war eine Welt aus Stein und Erde, aus duftendem Heu und dem Klang der Herdglocken. Mein Vater Hildebert war ein rechtschaffener Mann, der am Hofe der Grafen von Sponheim lebte, und meine Mutter Mechthild eine Frau von stiller Stärke. Sie schenkten mir das Leben – und sie schenkten mich gleichzeitig fort. Nicht aus Lieblosigkeit, nein. Aus Frömmigkeit. Aus einer tiefen, fast schmerzhaften Gewissheit heraus, dass dieses Kind, dieses zehnte Kind, nicht für die Welt der Höfe und Ländereien bestimmt war. Sondern für etwas anderes. Etwas, das ich damals noch nicht fassen konnte.

Doch ich spürte es. Schon früh.

In meinem dritten Lebensjahr geschah es zum ersten Mal. Ich saß da, wo kleine Kinder eben sitzen – wahrscheinlich auf dem Schoß meiner Mutter oder auf einem Schemel am Feuer –, als mich ein Licht überfiel. Ein Licht, das nicht von dieser Welt war. Es war kein flackernder Feuerschein, kein blasser Mond, kein blitzender Widerschein auf einer Wasseroberfläche. Es war ein Leuchten, das durch mich hindurchdrang, das meine Seele bis in den tiefsten Grund erschütterte. Ich habe es später, in meinen Aufzeichnungen, so festgehalten: *„... und meine Eltern weihten mich Gott unter Seufzern, und in meinem dritten Lebensjahr sah ich ein so großes Licht, daß meine Seele erzitterte ...*"

Dieses Zittern – es ist bis heute in mir. Es war nicht Furcht. Es war Ehrfurcht. Es war das Gefühl, von etwas Umarmt zu werden, das größer war als alles Irdische. Und es war der Beginn einer lebenslangen Begleitung. Denn dieses Licht kam wieder. Und wieder. Und wieder. Mal als sanfter Schimmer, der sich über meine geschlossenen Lider legte, mal als gleißende Flut, die mich mitten im Gebet oder beim Spielen überraschte. Ich lernte, damit zu leben, ohne es zu verstehen. Ich lernte, es zu hüten wie einen kostbaren Stein in meiner kleinen Hand.

Denn schon damals, als kleines Mädchen, begann ich eine eigenartige Zuneigung zu den Steinen zu entwickeln. Nicht zu den großen, groben Findlingen draußen auf den Feldern – nein, zu den feinen, glänzenden, den verborgenen Schätzen der Erde. Der Jaspis war mein erster Begleiter. Diesen roten, warmen Stein, der wie geronnenes Licht in meiner Handfläche lag, ließ ich nicht mehr los. Ich spürte, dass er eine eigene Sprache besaß – eine stumme, aber beredte Sprache. Später, als ich die Heilkraft der Edelsteine zu

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

ergründen begann, erfuhr ich, dass der Jaspis die stürmischen Säfte im Körper beruhigt, dass er auf die Brust gelegt die aufgewühlte Seele glättet. Aber damals wusste ich das noch nicht. Damals spürte ich es nur. Ein Kind spürt mehr, als es weiß. Und ich spürte, dass dieser Stein ein Geschenk war – ein leuchtendes Fragment jenes großen Lichtes, das mich immer wieder heimsuchte.

So wuchs ich heran, zwischen Visionen und Steinen, zwischen dem Alltag auf dem elterlichen Hof und der leisen Ahnung, dass etwas ganz anderes auf mich wartete. Meine Eltern seufzten, als sie mich weihten – ich habe das später gehört, oder vielmehr: ich habe es in der Stille zwischen ihren Worten gelesen. Sie gaben ein Kind weg, das sie liebten. Aber sie gaben es nicht weg ins Ungewisse. Sie gaben es weg ins Gewisse – in die Obhut Gottes, wie sie glaubten. Und Gott, so sollte sich zeigen, hatte durchaus eigene Pläne mit mir.

Ich selbst? Ich war ein stilles, ernstes Kind. Während meine Geschwister lachten und tobten, saß ich oft abseits, versunken in Gedanken, die ich nicht in Worte fassen konnte. Und immer wieder zog es mich zu den Steinen. Nicht zu den großen, groben Findlingen, die die Bauern vom Feld lasen – nein, zu den feinen, glänzenden, den verborgenen Schätzen der Erde. Meine Mutter erzählte später, dass ich schon als Kleinkind stundenlang am Bach sitzen konnte und die Kieselsteine betrachtete, als würde ich ihre geheime Schrift entziffern. Vielleicht tat ich das ja. Vielleicht war es ein erstes, zaghaftes Vorspiel zu jener *lingua ignota*, jener geheimen Sprache, die ich später erfinden sollte – eine Sprache, die nicht mit Worten, sondern mit Formen und Farben spricht.

Der Jaspis war mein erster Begleiter. Diesen roten, warmen Stein fand ich am Ufer des kleinen Baches, der hinter unserem Hof plätscherte. Er lag dort, halb im Wasser, halb von der Sonne beschienen, und er leuchtete wie geronnenes Feuer. Ich hob ihn auf, hielt ihn in meine kleine Hand – und spürte etwas, das ich damals nicht erklären konnte. Es war, als ob der Stein atmete. Als ob eine leise, warme Pulsation von ihm ausging, die meine Finger umschmeichelte. Ich wusste damals noch nicht, dass der Jaspis im Herzen der Erde geboren wird, dass er aus dem glühenden Saft der Tiefe entsteht. Aber ich spürte es. Ein Kind spürt, was Gelehrte erst viel später mit Worten benennen.

Ich trug diesen Jaspis immer bei mir. Anfangs versteckte ich ihn in meiner kleinen Faust, dann trug ich ihn in einem Leinensäckchen um meinen Hals. Und wenn das Licht, jenes seltsame Licht, das mich schon in meinem dritten Lebensjahr heimgesucht hatte, mich wieder einmal überfiel – dann griff ich nach meinem Jaspis. Er war mein Anker in der Flut der Visionen. Wenn die leuchtenden Gestalten erschienen und die Farben mich umgaben wie ein gewaltiger Regenbogen, dann spürte ich den Stein in meiner Hand, und ich wusste: Ich bin noch hier. Ich bin noch auf dieser Erde. Das Licht mag mich umfangen, aber ich gehöre nicht nur ihm. Ich gehöre auch dem warmen Stein, der so fest und irdisch ist.

Jahre später, als ich begann, die Heilkräfte der Edelsteine zu erforschen, fand ich meine kindliche Ahnung bestätigt. Der Jaspis, so schrieb ich in meiner *Physica*, ist der Stein der festen Lebensgeister. Er kräftigt das Herz, das vom Sturm der Gedanken erschüttert wird, und schenkt dem schwachen Körper die *viriditas* – jene grünende Saftkraft, die alles Leben nährt. Wenn du den Jaspis in deiner Hand hältst und seine Wärme spürst, dann fließt neue Kraft in deine Adern, und die Müdigkeit weicht wie der Nebel vor der Morgensonne. Hüte ihn wie einen Freund – denn ein Freund ist er, ein stiller, treuer, unermüdlicher Begleiter.

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

Doch ich merke, dass ich in Gedanken schon wieder abschweife. Verzeiht, wenn meine Feder eilt – die Erinnerungen sind wie ein schneller Fluss, der sich nicht aufhalten lässt. Ich wollte euch erzählen, wie es war, als kleines Mädchen in Bermersheim, zwischen den Herden und den Feldern, zwischen den nächtlichen Betstunden und den stillen Begegnungen mit den Steinen. Es war eine einfache Zeit, und doch war sie erfüllt von einer Ahnung, die mich nie wieder losließ.

Denn während andere Kinder Äpfel stahlen oder Haselnüsse sammelten, legte ich mir die Steine auf die Brust. Nicht nur den Jaspis, auch andere. Einen weißen Quarz, der so kalt und klar war wie das Wasser des Baches. Einen grauen Feldstein, der so grob und vertraut wirkte wie die Hände meines Vaters. Aber der Jaspis blieb mein Liebling. Ich legte ihn auf mein Herz, wenn ich im Stroh lag und in die Dunkelheit der Nacht starrte, und ich flüsterte ihm kleine Gebete zu – nicht mit Worten, sondern mit Gedanken. Ich spürte, wie seine Wärme in mich überging, wie er die quälende Unruhe in meiner Brust besänftigte. Heute weiß ich, dass er mein Herz auf die großen Prüfungen vorbereitete, die noch kommen sollten – damals war es nur ein Instinkt. Aber Kinderinstinkte sind oft weiser als das Wissen der Alten.

Eine Begebenheit ist mir besonders in Erinnerung geblieben. Ich war vielleicht fünf Jahre alt, als eines der Hühner, die auf unserem Hof frei herumliefen, ein Ei legte – ein seltsames, kleines, bläuliches Ei, das ich für einen verirrten Edelstein hielt. Ich nahm es in meine Hand, so behutsam, als wäre es der reinste Jaspis, und legte es in meine kleine Schatzkiste neben meinen geliebten roten Stein. Meine Mutter fand es später und lachte herzlich, aber ich war empört. "Das ist kein Ei", sagte ich mit der ganzen Ernsthaftigkeit eines Kindes, "das ist ein Geschenk der Erde." Wie recht ich hatte – nur dass ich viel später verstand, dass das Ei nicht von der Erde kam, sondern von der Henne, die wiederum von der Erde lebte. Aber ich lernte früh: Alles, was leuchtet und wärmt, hat eine Seele. Das Ei, der Stein, das Licht in meinen Visionen – sie waren alle Ausflüsse derselben göttlichen Kraft.

In den stillen Stunden, wenn der Hof zur Ruhe kam und die Abendglocken die Hirtin riefen, saß ich oft auf der Steinmauer vor unserem Haus. Ich schaute hinüber zum Kloster, das im nahen Disibodenberg lag, und ich spürte, dass mein Weg dorthin führen würde. Ich wusste es nicht in Worten, aber ich wusste es in meinem Herzen. Es war dasselbe tiefe Wissen, das mir auch den Jaspis als ersten Begleiter gezeigt hatte – ein Wissen, das nicht von der Vernunft kommt, sondern von jener feinen Stimme, die manche "Intuition" nennen, die ich aber lieber "den Atem des Heiligen Geistes" nenne. Er weht, wann und wo er will, und er lässt sich von keinen menschlichen Plänen aufhalten.

Und als ich dann – es war im Jahre des Herrn 1112 – mit etwa vierzehn Jahren den Disibodenberg erreichte, um bei der frommen Jutta und der gottesfürchtigen Uda von Göllheim die ersten Schritte im klösterlichen Leben zu gehen, da war mein Jaspis bei mir. Eingewickelt in ein Stück Leinen, in meiner Reisetasche versteckt, als wäre er ein kostbarer Schatz – und das war er. Er war der Beweis, dass ich nicht allein war. Dass die Steine mit mir sprachen, dass die Erde mich nie verlassen würde, auch wenn ich hinter dicken Mauern und schweren Schleiern lebte.

Und seht: Noch heute, in meiner Zelle auf dem Rupertsberg, liegt dieser Stein auf meinem Schreibtisch – abgewetzt, von unzähligen Berührungen geglättet, aber immer noch warm, immer noch lebendig. Wenn ich ihn in die Hand nehme, kehre ich zurück in jene Tage, als ich noch ein Kind war, barfuß am Bach, und die Welt ein einziger, leuchtender Garten. Gott

] QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

] QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

sei Dank für solche Erinnerungen. Sie sind die Wurzeln, die uns im Sturm festhalten.

So beginnt meine Geschichte. Nicht mit einem Paukenschlag, nicht mit einer großen Offenbarung, sondern mit einem kleinen Mädchen und einem roten Stein. Vielleicht ist das die beste Art, eine Geschichte zu beginnen – mit etwas, das so klein und unscheinbar ist, dass man es übersehen würde, wenn man nicht genau hinschaut. Aber ich bitte euch: Schaut genau hin. Denn in den kleinen Dingen verbirgt sich das Größte – das wusste ich schon als Kind, und ich weiß es heute noch.

Jetzt aber, meine lieben Leser, lass uns einen Schritt weitergehen. Der Jaspis hat mich gelehrt, dass die Welt heilig ist – aber ich musste noch lernen, dass meine Visionen ebenfalls heilig sind, und dass ich ihnen vertrauen darf. Das ist die nächste Geschichte. Aber sie wartet noch einen Augenblick, denn das Leben ist wie ein Kräutertee: Man muss es langsam, mit Geduld und Liebe, in sich aufnehmen.

Bis dahin – bewahre dir deinen Stein. Welchen auch immer du in deinem Herzen trägst. Er wird dich durch die dunklen Stunden tragen, das verspreche ich dir.

1.2 Das Gefängnis des Lichts – die ersten Gesichte

Mit ungefähr acht Jahren, so erzählt man es sich, verließ ich das Elternhaus. Ach, es klingt so leicht, wenn man es niederschreibt: "Mit acht Jahren wurde sie in das Kloster Disibodenberg geschickt." Aber es war nicht leicht. Es war, als würde man einen jungen Vogel, der gerade das Fliegen übt, in einen Käfig setzen – nicht aus Bosheit, sondern aus Fürsorge. Der Käfig war das Kloster. Die Fürsorge war Jutta von Sponheim.

Jutta war meine Verwandte, sechs Jahre älter als ich, und schon früh hatte sie das Gelübde der Jungfräulichkeit abgelegt. Sie war keine gewöhnliche Nonne. Sie war eine Inklusin – eine Frau, die sich buchstäblich in eine Zelle einschließen ließ, um dort, abgeschieden von der Welt, nur Gott zu dienen. Als ich zu ihr kam, war sie bereits von einer frommen Witwe namens Uda von Göllheim unterrichtet worden. Aber sie war nicht meine Lehrerin im gewöhnlichen Sinne. Sie war meine geistliche Mutter. Sie war die Hüterin jenes Lichtes, das in mir brannte – auch wenn sie selbst nicht wusste, wie sehr es in mir brannte.

Am 1. November 1112, dem Fest Allerheiligen, wurde ich gemeinsam mit Jutta und einem weiteren adligen Mädchen in das Inklusorium am oder im Kloster Disibodenberg eingeschlossen. "Eingeschlossen" – das klingt so hart, so endgültig. Aber es war nicht das Ende. Es war der Anfang einer langen, stillen Reise. Die Zelle war klein, eng, dunkel – ein wahrer Kerker für das, was in mir leuchtete. Und doch war sie auch ein Ort der Geborgenheit. Denn hier, in dieser Stille, konnte das Licht, das mich seit meinem dritten Lebensjahr begleitete, ungestört wachsen.

Aber wachsen konnte es nur, wenn ich es zuließ. Und das fiel mir schwer. Denn ich war nicht nur ein Kind voller Visionen – ich war auch ein kränkliches, schwächliches Kind. Ja, ihr habt richtig gehört: Die große Hildegard, die Prophetin, die Äbtissin, die Ratgeberin von Päpsten und Kaisern – sie war von Anfang an ein zerbrechliches Geschöpf. Immer wiederkehrende Krankheiten quälten mich. Meine Konstitution war schwach, mein Körper oft müde, meine Kräfte schnell erschöpft. Aber das Seltsame war: Gerade diese Schwäche machte mich empfänglich für das, was andere nicht sahen. Vielleicht, weil ich keine Kraft hatte, mich gegen die Visionen zu wehren. Vielleicht, weil ich zu schwach war, um sie wegzuschieben. Vielleicht – und das ist mein fester Glaube – weil Gott die Zerbrechlichen

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

erwählt, um seine Größe zu zeigen.

In den ersten Jahren auf dem Disibodenberg schwieg ich über das, was ich sah. Ich hatte gelernt, dass es nicht klug ist, von Lichterscheinungen zu erzählen, wenn andere nur Dunkelheit sehen. Ich hatte gelernt, dass es gefährlich sein kann, die Stimme zu erheben, wenn man eine Frau ist und noch dazu ein Kind. Also schwieg ich. Ich betete, ich arbeitete, ich lernte die Psalmen auswendig. Aber in mir brannte es weiter.

Und dann, im Alter von etwa fünfzehn Jahren, hörte ich auf zu schweigen. Nicht weil ich mutig geworden war – nein, ich war immer noch das gleiche furchtsame Mädchen. Aber die Visionen wurden so stark, so überwältigend, dass ich sie nicht mehr für mich behalten konnte. Ich begann, davon zu sprechen. Erst zaghaft, flüsternd, fast entschuldigend. Dann lauter. Ich erzählte von den Lichtgestalten, die ich sah, von den Stimmen, die ich hörte, von den Farben, die mich umgaben – Farben, die es auf dieser Erde gar nicht gibt, die aber in meinen Visionen so leuchtend waren wie der Smaragd im Sonnenlicht.

Die Menschen um mich herum waren verwirrt. Sie fragten: Woher kommt das? Von wem stammt das? Ich wusste es nicht. Ich wusste nur, dass es wahr war. Dass das Licht, das mich in meinem dritten Lebensjahr überfallen hatte, mich nie verlassen hatte. Dass es mich begleitete wie ein unsichtbarer Faden, der mich durch die Dunkelheit zog. Und dass dieser Faden mich eines Tages aus dem Gefängnis der Stille herausführen würde – hinaus in die Welt, um zu schreiben, was ich gesehen hatte.

Ach, ihr lacht vielleicht, wenn ich sage, dass ich als kleines Mädchen stundenlang in die glühende Asche des Herdfeuers starren konnte. Aber es war wahr. Und es war nicht etwa Trägheit oder kindliche Verspieltheit, die mich dort festhielt. Es war das Licht.

Seht, das Feuer in unserer Küche war nicht einfach nur eine Flamme, die den Topf erwärmte oder das Brot backte. Es war ein lebendiges Wesen, ein Tanz aus Glut und Rauch, aus flackernden Zungen und tanzenden Funken. Wenn die Holzscheite langsam zu Asche zerfielen und die letzten roten Adern im verkohlten Holz aufglühten, dann geschah es: Das Licht brach durch.

Es begann immer gleich. Ein leises Flimmern am Rande meines Sichtfeldes, wie der Schimmer, den man sieht, wenn man zu lange in die Sonne geblickt hat. Dann weitete es sich aus, wurde intensiver, heller, fast grell. Und plötzlich war ich nicht mehr in der Küche meines Elternhauses. Ich war an einem anderen Ort, einem Ort, den es auf dieser Erde nicht gab, und der doch so wirklich war wie der Herdstein unter meinen Füßen.

Ich sah Farben. Ach, diese Farben! Nicht die blassen, verwaschenen Töne, die wir auf dieser Erde kennen. Nein, es waren lebendige, leuchtende, singende Farben. Ein Blau so tief wie der Himmel in der Stunde vor der Dämmerung, aber durchdrungen von einem inneren Feuer, das es zum Glühen brachte. Ein Gold, das nicht glänzte wie poliertes Metall, sondern strahlte wie die Morgensonne, die über den Hügeln erwacht. Ein Grün – ach, das Grün! – so saftig und kraftvoll, dass es mich bis ins Mark durchdrang. Ich wusste damals nicht, dass ich später ein Wort dafür finden würde: *viriditas*. Die Grünkraft. Die Lebenssaftkraft, die alles durchdringt, was da ist.

Und inmitten dieser Farben, umgeben von diesem Meer aus Leuchtkraft, sah ich Gestalten. Keine menschlichen Gestalten, keine Engel mit Flügeln, wie die Maler sie darstellen. Es waren Lichtgestalten, durchscheinend wie Morgentau, aber so erfüllt von Gegenwart, dass mir der Atem stockte. Sie sprachen nicht mit Worten, und doch verstand ich sie. Sie sangen nicht mit Stimmen, und doch erklang in mir eine Melodie, die ich nie vergessen

würde. Sie lehrten mich Dinge, für die ich damals noch keine Sprache hatte – aber ich spürte sie in meinem Innersten, wie einen Samen, der darauf wartet, zu keimen.

Und dann, plötzlich, war es vorbei. Die Flammen in der Asche erloschen, das Licht zog sich zurück, und ich saß wieder in der Küche, ein kleines Mädchen mit großen Augen, das niemandem erzählen konnte, was es gerade gesehen hatte.

Denn wie hätte ich es sollen? Meine Eltern waren fromme Leute, aber sie waren einfache Leute. Sie lebten vom Land, von den Tieren, vom Segen der Ernte. Sie kannten die Heiligenlegenden, sie beteten ihre Psalmen, aber sie hatten keine Ahnung von dem, was in mir vorging. Hätte ich zu meiner Mutter gesagt: "Mutter, ich habe die Farben der Dreifaltigkeit gesehen, bevor ich wusste, dass es ein Wort dafür gibt" – sie hätte mich vielleicht für fieberkrank gehalten oder für verwirrt. Hätte ich zu meinem Vater gesagt: "Vater, ich habe die Grünkraft der Schöpfung in einer Vision geschaut" – er hätte mich vielleicht ernst angesehen und mich zur Beichte geschickt.

Also schwieg ich. Ich hütete das Licht in mir wie einen kostbaren Schatz, den man nicht vor die Säue werfen darf. Ich verbarg es hinter meinem stillen Wesen, hinter meiner scheuen Art, hinter den unzähligen Gebeten, die ich im stillen Kämmerlein sprach. Aber das Licht ließ sich nicht verbergen. Es drängte, es pochte, es wollte heraus. Es war wie ein Gefangener in einer Zelle, der unaufhörlich gegen die Wände schlägt und nach Freiheit schreit.

Und die Zelle war ich selbst. Ich, die kleine Hildegard, die nicht wusste, was mit ihr geschah. Ich, die zwischen den Welten stand, zwischen dem, was sie sah, und dem, was sie sagen konnte. Ich, die das Licht in sich trug, aber noch nicht wusste, dass dieses Licht nicht für sie allein bestimmt war. Es war ein Gefängnis, dieses Licht. Und es war eine Befreiung. Eine seltsame, schmerzhafte, wunderbare Befreiung.

In jenen Nächten, wenn das Feuer verglüht war und die Dunkelheit die Küche umfing, erwachte in mir die erste Ahnung von etwas, das ich später mit Worten fassen sollte: Die Erkenntnis, dass alles Irdische von einer unsichtbaren Saftkraft durchzogen ist. Dass nicht nur die Kräuter und Bäume, sondern auch die Steine, das Wasser, die Luft – ja, selbst wir Menschen – von dieser Kraft erfüllt sind. Die *viriditas*, die Grünkraft, ist nicht nur ein schönes Wort. Sie ist das Lebenselixier der Schöpfung. Sie ist es, die den Samen keimen lässt und das Kind im Mutterleib wachsen. Sie ist es, die den verwundeten Körper heilt und die müde Seele aufrichtet. Sie ist es, die den Bächen das Plätschern schenkt und den Vögeln das Singen.

Ich sah diese Kraft in meinen Visionen. Ich sah sie als leuchtenden Strom, der alles durchfließt, von den Wurzeln der Bäume bis zu den Wolken am Himmel. Ich sah sie als goldenes Netz, das alle Wesen miteinander verbindet, das keine Grenzen kennt und keine Unterschiede macht. Ich sah sie als den Atem Gottes selbst, der die Welt im Innersten zusammenhält.

Und diese Ahnung veränderte mich. Sie schenkte mir einen Frieden, den ich zuvor nicht gekannt hatte. Denn wenn alles von dieser Kraft durchzogen ist, dann bin auch ich von ihr durchzogen. Dann bin ich nicht allein, nicht verlassen, nicht unverstanden. Dann bin ich ein Teil des großen Ganzen, ein Glied in der unendlichen Kette des Seins. Dann hat mein Leben einen Sinn, auch wenn ich ihn noch nicht erkennen kann.

Aber der Frieden war nicht von Dauer. Denn das Licht ließ mich nicht los. Es kehrte immer wieder, ungebeten, unerwartet, unfassbar. Mal im Gebet, mal in der Arbeit, mal mitten in

] QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]
CC SOME RIGHTS RESERVED
PRINT+SHAREWARE

der Nacht, wenn die Welt schlief und nur die Sterne wachten. Und jedes Mal, wenn es kam, wurde es stärker, deutlicher, dringlicher. Es zeigte mir Dinge, die ich nicht verstand, und es forderte Dinge von mir, die ich nicht geben konnte. Es war wie ein Lehrer, der ungeduldig wird, weil der Schüler nicht begreift. Und ich war der Schüler, der mit aller Kraft versuchte, zu begreifen.

Jahre vergingen. Das Mädchen, das in die Asche des Herdfeuers starrte, wurde eine junge Nonne in den Mauern des Disibodenbergs. Aber das Licht war geblieben. Es war mein ständiger Begleiter, mein stiller Gefährte, mein unerbittlicher Mahner. Und als ich eines Tages – ich war inzwischen über vierzig – die Stimme hörte, die mir befahl, alles aufzuschreiben, da wusste ich: Die Zeit des Schweigens war vorbei. Das Licht, das mich so lange gefangen gehalten hatte, würde mich nun freisetzen.

Aber das ist eine Geschichte, die ich ein andermal erzähle. Für heute genügt es, zu wissen: Die Farben der Dreifaltigkeit, die ich als Kind im Feuer sah, haben mich nie verlassen. Sie sind immer noch da, leuchtender denn je, und sie flüstern mir zu, was ich aufschreiben soll – für euch, die ihr in fernen Zeiten lebt, und die ihr vielleicht genauso nach dem Licht sucht wie ich.

Hütet die Flamme in eurem Herzen. Sie mag klein sein, sie mag unscheinbar sein, aber sie ist das Kostbarste, was ihr besitzt. Denn sie ist der Funke Gottes, der in jedem von uns brennt. Und wenn ihr sie hegt und pflegt, wird sie eines Tages zu einem Feuer werden, das die Dunkelheit vertreibt. Das verspreche ich euch – ich, die kleine Hildegard, die in die Asche starrte und das Licht sah.

1.3 Der Schleier und die Stimme – Eintritt in die Klausur

Auf dem Disibodenberg lernte ich bei der frommen Jutta nicht nur das Stundengebet, sondern auch die Kunst des Schweigens. Doch in den stillen Stunden begann ich, die Kräuter des Klostergartens zu benennen. Ich erkannte, dass der Fenchel den trüben Blick klärt und die Schafgarbe das vergossene Blut stillt, noch bevor mir jemand die Namen der Heilkunde nannte.

Im Jahre des Herrn 1112, als ich mein vierzehntes Lebensjahr vollendet hatte, kam ich an den Ort, der meine Seele für die nächsten Jahrzehnte beherbergen sollte: den Disibodenberg. Ach, dieses Kloster! Es lag auf einem Bergsporn, umgeben von dichten Wäldern und vom rauschenden Wasser der Nahe. Die Mauern waren alt und grau, durchzogen von den Spuren der Jahrhunderte, und sie atmeten eine Stille, die mir gleichzeitig vertraut und fremd war. Vertraut, weil ich die Stille seit meiner Kindheit kannte – jene tiefe, lauschende Stille, die dem Licht Raum gibt. Fremd, weil diese Stille nun nicht mehr meine eigene war, sondern mir von außen auferlegt wurde, wie eine schwere Last, die ich zu tragen hatte.

Die fromme Jutta empfing mich mit einer Umarmung, die mehr sagte als tausend Worte. Sie war meine Verwandte, sechs Jahre älter als ich, und schon früh hatte sie das Gelübde der Jungfräulichkeit abgelegt. Sie war eine Inklusin, eine Frau, die sich buchstäblich in eine Zelle einschließen ließ, um dort, abgeschieden von der Welt, nur Gott zu dienen. Als ich zu ihr kam, war sie bereits von einer frommen Witwe namens Uda von Göllheim unterrichtet worden, und sie strahlte eine Ruhe aus, die ich bewunderte und fürchtete zugleich. Bewunderte, weil sie so sicher in ihrem Glauben war. Fürchtete, weil ich wusste, dass ich diese Sicherheit nicht besaß – nicht damals, nicht in jenen ersten Jahren.

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

Ihr müsst euch das Klosterleben damals vorstellen: Die Mauern aus rauem Stein, die schmalen Fenster, durch die nur wenig Licht fiel, der Duft von Wachs und Weihrauch, das eintönige Gemurmel der Gebete. Es war eine Welt der Regeln, der Stille, der Entsagung. Und doch war es in dieser scheinbar leblosen Umgebung, dass das Leben in mir am stärksten pulsierte.

Ich legte mein Ordensgelübde ab – ich weiß nicht mehr genau, wann, zwischen 1112 und 1115 muss es gewesen sein. Ich nahm den Schleier, das Zeichen meiner Bindung an Christus, und ich wurde eine von Juttas Schwestern. Aber ich war keine gewöhnliche Nonne. Ich war diejenige, die immer wieder in Ohnmacht fiel, wenn das Licht sie überkam. Ich war diejenige, die in der Nacht aufschreckte und von Feuerkugeln und strahlenden Wesen flüsterte. Ich war diejenige, die die Äbtissin zur Verzweiflung brachte, weil sie einfach nicht aufhören konnte, Dinge zu sehen, die es nicht gab – oder die es doch gab, nur dass niemand außer mir sie sehen konnte.

Die Klausur war hart. Nicht nur körperlich – die harten Bänke, die kalten Nächte, die karge Kost –, sondern vor allem geistig. Denn in den Mauern dieses Klosters wurde ich gelehrt, zu schweigen. Nicht nur mit den Lippen, sondern auch mit dem Herzen. Zu schweigen von dem, was ich sah, was ich fühlte, was mich in den Nächten wachhielt. Zu schweigen von dem Licht, das immer wieder durch die Ritzen meiner Seele drang. Zu schweigen, bis ich selbst vergaß, dass ich etwas zu sagen hatte.

Aber die Stille war nicht leer. Sie war gefüllt mit den Gebeten, die wir in den sieben Tagzeiten sangen, mit den Psalmen, die ich auswendig lernte, mit dem monotonen Gleichklang der Liturgie, der Tag für Tag, Woche für Woche, Jahr für Jahr über mich hereinbrach. Ich lernte die lateinischen Worte, auch wenn ich sie nicht immer verstand. Ich lernte die Melodien, die mich manchmal bis in die tiefsten Tiefen meiner Seele berührten. Und ich lernte, mich in diese Ordnung einzufügen, wie ein Stein in eine Mauer, der seinen Platz findet und nicht mehr fragt, warum er dort liegt.

Und doch – die Stille hatte auch eine andere Seite. Es war die Stille der stillen Stunden, wenn die Gebete verklungen waren und die Schwestern sich zur Ruhe begaben. In diesen Stunden, wenn die Welt draußen verstummte und nur der Wind um die Klostermauern strich, begann ich, die Dinge um mich herum wirklich zu sehen. Die Dinge, die kein Mensch beachtet, weil sie zu alltäglich sind, zu selbstverständlich, zu unscheinbar. Ich sah den Tau auf den Blättern des Klostergartens, der wie kleine Diamanten im ersten Morgenlicht funkelte. Ich hörte das Summen der Bienen, die fleißig von Blüte zu Blüte flogen. Und ich roch den Duft der Kräuter, die in den Beeten wuchsen – ein Duft, der mich an meine Kindheit erinnerte, an die Wiesen und Wälder meiner Heimat.

Es war in diesen stillen Stunden, dass ich begann, die Kräuter des Klostergartens zu benennen. Nicht mit den gelehrten Namen, die die Mönche in ihren Büchern verwendeten – nein, ich gab ihnen meine eigenen Namen, Namen, die aus dem Gefühl kamen, aus der Berührung, aus der Anschauung. Der Fenchel, so nannte ich ihn schon damals den "Klärender", weil sein Duft die trüben Gedanken vertrieb und den Blick auf das Wesentliche schärfte. Die Schafgarbe – ach, dieses bescheidene Kraut mit den fein gefiederten Blättern und den weißen Blüten – nannte ich die "Blutstillende", weil ich spürte, dass sie die Wunden schloss und das vergossene Leben zurückrief.

Ich wusste damals noch nicht, dass ich später all dieses Wissen in meiner *Physica* niederschreiben würde, in jener Naturkunde, die Generationen von Menschen heilen sollte.

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

Ich wusste nicht, dass ich die Kräfte dieser Pflanzen einmal in Versen und Visionen besingen würde. Ich wusste nur, dass sie mir etwas gaben, was die Gebete und die Psalmen nicht immer geben konnten: Trost. Einen Trost, der aus der Erde kam, aus der Saftkraft der Schöpfung, jener *viriditas*, die mich schon als Kind umfangen hatte.

Und dann waren da die Frauen. Die stillen, leidenden Frauen, die zu unserer Klosterpforte kamen, um Rat zu suchen. Die Mägde, deren Periodenschmerzen sie fast in den Wahnsinn trieben. Die Bäuerinnen, deren Körper nach den schweren Geburten nicht mehr heilen wollten. Die jungen Mädchen, die vor Angst zitterten, weil sie die erste Blutung nicht verstanden. Ich hörte ihre Klagen, ich spürte ihren Schmerz, und ich wusste, dass ich ihnen helfen konnte – mit dem, was ich in den stillen Stunden gelernt hatte.

Jutta war geduldig mit mir. Sie lehrte mich nicht nur die Psalmen und die lateinische Sprache, sondern auch die Kunst des Schweigens – und die Kunst des Zuhörens. Sie lehrte mich, dass die Stille nicht leer ist, sondern gefüllt mit der Gegenwart Gottes. Sie lehrte mich, dass die Klausur kein Gefängnis ist, sondern ein Garten, in dem die Seele blühen kann. Und sie lehrte mich, dass ich meine Visionen nicht fürchten muss, sondern dass ich ihnen vertrauen darf – auch wenn ich sie nicht verstehe.

Und dann, in den stillen Stunden zwischen den Gebeten, begann ich, die Kräuter des Klostergartens zu benennen. Ach, dieser Garten! Er war mein heimlicher Trost, mein irdisches Paradies. Hier, zwischen den Beeten voller Fenchel, Salbei, Kamille und Beifuß, lernte ich, dass die Schöpfung nicht nur schön ist – sie ist heilsam. Ich erkannte, dass der Fenchel den trüben Blick klärt und die Schafgarbe das vergossene Blut stillt. Ich erkannte, dass der Beifuß nicht nur das Kraut der Frauen ist, sondern dass ein Kranz aus Beifuß um das Schienbein die Müdigkeit vertreibt, wenn man weite Wege gegangen ist.

Ich wusste damals noch nicht, dass ich eines Tages all dieses Wissen in einem Buch zusammenfassen würde – in der *Physica*, meiner Naturkunde. Ich wusste nicht, dass meine Liebe zu den Kräutern und Steinen einmal Menschen in fernen Zeiten heilen würde. Ich wusste nur: Hier, in diesem Garten, war ich zu Hause. Hier, zwischen den duftenden Blättern und den leuchtenden Blüten, spürte ich das Licht am deutlichsten. Es war nicht das grelle, erschütternde Licht meiner Visionen. Es war ein sanftes, grünes Licht – die *viriditas*, die Grünkraft, die alles Leben durchdringt und belebt.

Und dieser Garten war auch der Ort, an dem ich meine ersten Heilversuche unternahm. Für die kranken Schwestern bereitete ich Tränke aus Honig und Kräutern. Für die müden Pilger, die an unsere Pforte klopften, mischte ich Salben aus Schafgarbe und Olivenöl. Für die Frauen, die zu uns kamen, um Rat zu suchen, bewahrte ich meine stillen Weisheiten auf – über den Mond, den Zyklus, die Geburt. Aber das war noch geheim. Das war noch in mir verborgen, wie der Same in der Erde, der darauf wartet, zu keimen.

Schon damals, in jenen frühen Jahren auf dem Disibodenberg, wusste ich: Der weibliche Leib ist wie der Mond den Gezeiten unterworfen. Er hat seine eigenen Rhythmen, seine eigenen Zyklen, seine eigenen Geheimnisse. Und diese Geheimnisse sind nicht schmutzig oder sündhaft, wie die Priester manchmal lehrten – nein, sie sind heilig. Sie sind Teil der großen Schöpfungsordnung, die Gott in seiner Weisheit eingerichtet hat.

Ich begann, den jungen Frauen Tee aus Beifuß zu bereiten, der die Schmerzen lindert und die Krämpfe löst. Ich empfahl ihnen, sich in den Tagen der Blutung zu schonen, nicht zu schwere Arbeit zu verrichten, und sich mit warmen Tüchern den Bauch zu wärmen. Ich lehrte sie, dass das Blut nicht etwas ist, dessen man sich schämen muss, sondern ein

] QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

Zeichen der Fruchtbarkeit, ein Zeichen des Lebens, ein Zeichen der Kraft, die in jeder Frau wohnt. Und als eine junge Magd einmal weinend zu mir kam, weil sie ihre Tage nicht bekam und fürchtete, untragbar zu sein, da legte ich meine Hand auf ihren Bauch und spürte die Wärme, die in ihr schlummerte. Ich gab ihr einen Trank aus Mutterkraut und Rosmarin, und ich sagte ihr: "Fürchte dich nicht, Kind. Deine Zeit wird kommen. Du bist nicht unfruchtbar – du wartest nur auf den richtigen Augenblick."

Und es geschah, wie ich es gesagt hatte. Einige Monate später kam sie wieder, mit leuchtenden Augen und einer Hand auf ihrem Leib, und sie dankte mir mit Tränen. In jener Stunde wusste ich: Das Wissen um die Heilkräfte der Natur ist ein Geschenk, das ich nicht für mich behalten durfte. Ich musste es teilen, weitergeben, aussäen wie Samen in die Erde, damit es wachsen und Früchte tragen konnte.

Die Edelsteine begleiteten mich auch hier. Einer meiner Lieblinge war der Amethyst, der in den stillen Stunden meiner Klausur ein leuchtender Trost wurde. Er ist der Stein der Besonnenheit, der die Gedanken beruhigt und das Herz auf das Himmlische ausrichtet. Ich legte ihn mir in jenen Tagen oft auf die Stirn, wenn die Visionen zu übermächtig wurden und ich fürchtete, den Verstand zu verlieren. Und siehe da: Die Ruhe kehrte zurück, und ich konnte das Licht wieder ertragen, ohne zu zerbrechen.

Der Amethyst lehrte mich etwas, das ich nie wieder vergessen habe: Dass der Mensch ein Gefäß ist, das geleert werden muss, um gefüllt zu werden. Dass wir nicht alles auf einmal ertragen können, sondern dass wir lernen müssen, Schritt für Schritt zu wachsen. Dass die größten Geschenke diejenigen sind, die wir mit Geduld und Demut annehmen.

In jenen Jahren lernte ich auch die Kunst der äußeren Pflege – nicht aus Eitelkeit, versteht mich wohl, sondern aus Ehrfurcht vor dem, was Gott geschaffen hat. Ich mischte Salben aus Mandelöl und Rosenwasser, die die Haut weich machten und die Risse heilten, die von der harten Arbeit im Feld und im Garten herrührten. Ich bereitete Bäder aus Thymian und Schafgarbe, die die müden Glieder erquickten und den Geist erfrischten. Ich wusste: Der Körper ist die Hülle der Seele, und eine gepflegte Hülle ist ein Lobpreis auf den Schöpfer.

Und dann, in den stillen Stunden der Nacht, wenn die Kerze flackerte und die Welt draußen schlief, begann ich, meine Gedanken in geheime Aufzeichnungen zu gießen. Keine offiziellen Schriften, keine gelehrten Abhandlungen – nein, kleine, zarte Notizen, die ich auf Pergamentfetzen festhielt und in meiner Zelle versteckte. Sie waren der Beginn von etwas, das ich damals noch nicht ahnte: Die Vorbereitung auf die große Aufgabe, die noch vor mir liegen würde.

In diesen Notizen hielt ich fest, was ich in den Visionen gesehen hatte. Die Farben, die Gestalten, die Botschaften. Die Leuchtkraft der Dreifaltigkeit. Die Grünkraft, die alles durchdringt. Die Weisheit, die aus der Stille kommt, wie ein Brunnen, der aus der Tiefe der Erde entspringt. Ich schrieb sie nicht für andere – ich schrieb sie für mich, um das Licht in Worte zu fassen, um es zu bannen, um es zu verstehen.

Und als ich eines Tages – ich war inzwischen über vierzig Jahre alt – die Stimme hörte, die mir befahl, alles aufzuschreiben, da wusste ich: Die Zeit des Schweigens war vorbei. Die Klausur hatte mich gelehrt zu lauschen, aber jetzt war die Zeit gekommen, zu sprechen. Die Zelle, die mich so lange beherbergt hatte, würde nicht länger mein Gefängnis sein – sie würde meine Kanzel werden, von der aus ich der Welt verkünden würde, was ich gesehen hatte.

Aber das, meine lieben Leser, ist eine Geschichte für ein anderes Kapitel. Für heute genügt

] QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

es, zu wissen: Der Disibodenberg war nicht nur ein Ort der Stille und der Entsagung. Er war ein Ort der Saat, ein Ort des Wachstums, ein Ort, an dem das Licht, das mich schon als Kind umfangen hatte, seine erste zarte Blüte trieb. Ich war nicht mehr die kleine Hildegard, die in die Asche des Herdfeuers starrte. Ich war eine junge Nonne, die die Kräuter des Gartens benennen konnte, die Frauen in ihren Nöten half und die geheimen Weisheiten der Steine in ihrem Herzen trug.

Und ich wartete. Geduldig, demütig, voller Vertrauen. Denn ich wusste: Die Stimme würde eines Tages kommen. Und ich würde ihr antworten.

Denn in jenen Jahren auf dem Disibodenberg war ich noch nicht die große Hildegard. Ich war nur eine junge Nonne, kränklich und schüchtern, die Visionen hatte und Kräuter sammelte. Ich war eine, die das Licht in sich trug, aber noch nicht wusste, wie sie es in die Welt tragen sollte. Ich war eine, die die Stimme Gottes hörte, aber noch nicht den Mut hatte, ihr zu antworten.

Doch die Stimme wartete. Und sie war geduldig. Sie wusste, dass ihre Zeit kommen würde – die Zeit, in der ich nicht mehr schweigen konnte. Die Zeit, in der ich das Gefängnis des Lichts verlassen und hinausgehen würde, um zu schreiben, was ich gesehen hatte. Die Zeit, in der ich die Welt bewegen würde – nicht durch Macht, nicht durch Reichtum, sondern durch die Kraft der Worte, die aus dem Licht geboren sind.

Aber das ist eine Geschichte für ein anderes Kapitel. Für heute genügt es, zu wissen: Ich war ein Kind des Lichts. Ich war die Zehnte, die Gott geweiht war. Ich war die Zerbrechliche, die das Unzerbrechliche in sich trug. Und ich war bereit – auch wenn ich es damals noch nicht wusste –, den Schleier zu lüften und die Stimme zu erheben.

Zweites Buch: Die Stimme erhebt sich – Schreiben, Kämpfen und die heilende Ordnung

Ich schwieg nicht länger. Die Stimme sprach, und ich schrieb nieder, was die Seele gesund erhält.

2.1 Scivias – wie ich Himmel und Erde auf Pergament bannte

Es geschah im vierzigsten Jahr meines Lebens, als ich noch auf dem Disibodenberg weilte und die fromme Jutta bereits heimgegangen war zu ihrem Herrn. Die Welt lag im Jahre des Herrn 1138, und die Kirche war gespalten, das Reich in Aufruhr, und die Menschen suchten nach Halt in einer Zeit, die ihnen keinen Halt mehr zu geben schien. Aber ich, ich wusste nichts von all dem. Ich war eine einfache Nonne, die in ihrer Zelle lebte, die Kräuter sammelte und den Schwestern half, wenn sie krank waren. Ich war niemand Besonderes, niemand, den die Welt beachtete.

Doch dann, an einem Tag, der mir in meiner Erinnerung immer wie ein Leuchten erscheint – nicht ein Licht von außen, sondern ein Feuer, das in mir aufging –, hörte ich die Stimme. Sie kam nicht aus der Stille, sie war die Stille selbst. Sie sprach nicht mit Lauten, sie war das Wort, das alles durchdringt. Sie sagte: *"Hildegard, du wirst alles aufschreiben, was du siehst und hörst. Du wirst es nicht für dich behalten, sondern es denen mitteilen, die es hören wollen."*

Ich erschrak. Ich, die immer gezögert hatte, über das zu sprechen, was ich in meinen Visionen sah, sollte nun alles aufschreiben? Ich, die sich ihr Leben lang vor der eigenen

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

Stimme gefürchtet hatte, sollte nun eine Stimme sein für die Welt? Ich widersprach. Ich wehrte mich. Ich sagte: "Herr, ich bin nur ein schwaches Gefäß, eine Frau, die kaum Latein spricht, die nie eine Schule besucht hat, die nicht weiß, wie man Bücher schreibt. Du hast den Falschen erwählt." Aber die Stimme ließ nicht locker. Sie war sanft, aber unerbittlich. Sie sagte: *"Ich bin der, der da ist. Ich habe dich erwählt, nicht weil du stark bist, sondern weil du schwach bist. In deiner Schwäche werde ich meine Stärke zeigen."*

Und so begann ich, zu schreiben. Anfangs zögerlich, unsicher, fast scheu, wie ein Kind, das seine ersten Schritte macht und fürchtet zu fallen. Ich nahm die Feder in meine Hand, die ich bis dahin nur zum Abschreiben von Psalmen verwendet hatte, und ich begann, niederzuschreiben, was ich in den Nächten gesehen hatte – die Farben der Dreifaltigkeit, die Gestalten des Lichts, die Botschaften, die mir in den stillen Stunden zuteilgeworden waren. Die Worte flossen, nicht aus mir, sondern durch mich, wie ein Strom, der sich seinen Weg bahnt, ohne zu fragen, wohin er führt.

Die ersten Aufzeichnungen waren noch zaghaft, fragmentarisch, wie Blumen, die im Frühling aus der Erde sprießen. Aber je mehr ich schrieb, desto klarer wurde mir, dass dies nicht mein Werk war. Es war das Werk Gottes, der seine Stimme durch meine Feder sandte. Ich war nur das Werkzeug, das Pergament, auf das er seine Botschaft schrieb. Ich lernte, mich dem Fluss hinzugeben, ohne zu fragen, wohin er mich trug. Ich lernte, meine Zweifel und Ängste zu überwinden und einfach zu tun, was mir aufgetragen worden war.

Drei Jahre dauerte es, bis ich den Mut fand, meinem Beichtvater, dem frommen Mönch Gottfried von St. Disibod, von meinem Auftrag zu erzählen. Ich zitterte, als ich es tat, und ich erwartete, dass er mich für verwirrt hielt, für eine Hysterikerin, die ihrem Wahn erlegen war. Aber Gottfried war ein weiser Mann. Er hörte mir zu, ohne mich zu unterbrechen, und als ich geendet hatte, sagte er nur: "Das ist eine gewaltige Aufgabe, die dir aufgetragen wurde. Aber es ist nicht an mir, zu urteilen. Ich werde den Bischof von Mainz verständigen, und er wird entscheiden." Und so geschah es. Der Bischof, ein gelehrter und vorsichtiger Mann, las meine Aufzeichnungen, befragte mich, prüfte mich, und schließlich – es war im Jahre 1141 – gab er seine Zustimmung. Ich durfte weiterschreiben.

Das erste Buch, das ich niederschrieb, war *Scivias* – "Wisse die Wege". Ein gewaltiger Titel, nicht wahr? Aber er war nicht von mir gewählt. Er war mir eingegeben, wie alles andere. Es war die Offenbarung, die den Menschen den Weg zu Gott zeigen sollte, den Weg, den sie verloren hatten in der Finsternis ihrer Sünden. Und auf diesen Wegen beschrieb ich nicht nur die himmlischen Visionen, sondern auch die Verbindung von Himmel und Erde – jene *viriditas*, die alles durchdringt, von den höchsten Sphären bis zu den tiefsten Wurzeln der Kräuter. Ich beschrieb die Tugenden, die den Menschen auf seinem Weg begleiten, und die Laster, die ihn in die Irre führen. Ich beschrieb die Strafe, die der Sünder erwartet, aber auch die Gnade, die ihm zuteilwird, wenn er umkehrt.

Die Arbeit war mühsam. Es gab Tage, da schrieb ich bis in die tiefe Nacht, bei flackerndem Kerzenlicht, bis meine Augen brannten und meine Finger schmerzten. Es gab Tage, da die Visionen so übermächtig wurden, dass ich niedersank und in Ohnmacht fiel. Es gab Tage, da ich zweifelte und den Mut verlor. Aber die Stimme blieb bei mir. Sie tröstete mich, sie stärkte mich, sie sagte immer wieder: *"Schreibe weiter, Hildegard. Deine Worte werden nicht vergehen. Sie werden die Herzen der Menschen erreichen, noch in fernen Zeiten."*

Und in den stillen Stunden, wenn die Feder ruhte und die Nacht mich umfing, ruhte ich meine Augen auf den Steinen, die auf meinem Schreibtisch lagen. Der Saphir war mein

PRINT+SHAREWARE

[QUELLE] https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

treuer Begleiter in diesen Jahren. Sein tiefes, klares Blau beruhigte meinen Geist und vertrieb die Mattigkeit der Augen, die vom vielen Schreiben kamen. Ich legte ihn mir manchmal auf die Lider, wenn ich spürte, dass die Kräfte schwanden, und er kühlte die brennenden Augen und schenkte mir neue Klarheit. Der Saphir ist der Stein der Weisheit, sagt man, und ich glaube, es ist wahr. Er öffnet den Blick für das Wesentliche und hält die trüben Gedanken fern.

Die *Scivias* wurde mein erstes großes Werk, das Fundament, auf dem ich alles andere errichtete. In zehn Büchern, die sich über die gesamte Heilsgeschichte erstreckten – von der Erschaffung der Welt bis zum Jüngsten Gericht –, beschrieb ich nicht nur die himmlischen Visionen, sondern auch meine Überzeugung, dass der Mensch in der Mitte der Schöpfung steht, weder ein Sklave noch ein Herr, sondern ein Hüter. Dass die Ordnung der Welt auf Ausgleich beruht, auf jenem heiligen Gleichgewicht, das ich in den vier Säften des Körpers erkannte – dem Blut, dem Schleim, der schwarzen und der gelben Galle. Wer dieses Gleichgewicht wahrt, bleibt gesund an Leib und Seele. Wer es verletzt, wird krank – nicht nur körperlich, sondern auch geistig und sittlich.

Ich erkannte, dass die Sünde wie eine Krankheit ist, die den Körper schwächt, wenn sie unbehelligt bleibt. Deshalb ist die Heilkunst nicht nur eine Kunst des Körpers, sondern auch eine Kunst der Seele. Wer den Zorn in sich nährt, dem wird die Galle übermächtig, und er verfällt in Fieber und Raserei. Wer die Trauer hegt, dem wird der Schleim zum Verhängnis, und er erstickt in seiner eigenen Lethargie. Die rechte Nahrung, die rechte Medizin, die rechte Lebensordnung – sie alle sind Mittel, die den Menschen wieder in das Gleichgewicht bringen, das Gott für ihn vorgesehen hat.

Und so nahm ich in meine Aufzeichnungen nicht nur die Visionen auf, sondern auch die Erkenntnisse, die mir die Kräuter und Steine schenkten. Ich schrieb nieder, dass der Fenchel den trüben Blick klärt und den Magen stärkt. Dass die Schafgarbe das vergossene Blut stillt und die Wunden heilt. Dass der Dinkel das beste Getreide ist, weil er wärmt, ohne zu beschweren, und den Geist erhellt. Dass der Honig eine Gabe des Himmels ist, die den Körper nährt und die Seele erquickt. Dass der Wein – in Maßen genossen – das Herz erfreut und den Kreislauf der Lebenssäfte in Bewegung hält.

Und immer wieder kehrte ich in meinen Aufzeichnungen zu den Frauen zurück. Den leidenden, klagenden, verzweifelten Frauen, die zu mir kamen, weil sie nirgendwo sonst Hilfe fanden. Sie waren es, die mir zeigten, dass mein Wissen nicht nur für mich war, sondern für sie. Für diejenigen, die am Rande der Gesellschaft standen, die niemand hörte, die niemand sah. Ich schrieb nieder, was ich über den weiblichen Zyklus wusste, über die Wehen der Geburt und die Nöte des Wochenbetts. Ich schrieb nieder, dass die Frau nicht ein Gefäß der Sünde ist, wie die männlichen Gelehrten lehrten, sondern ein Gefäß des Lebens, ein Tempel des Heiligen Geistes. Ich schrieb nieder, dass ihre Klagen gehört werden müssen, dass ihre Schmerzen ernst genommen werden müssen, dass ihre Weisheit eine unverzichtbare Gabe für die Gemeinschaft ist.

Die *Scivias* war nicht nur ein Buch der Offenbarung. Sie war ein Buch der Heilung, ein Buch der Liebe, ein Buch der Hoffnung. Als sie vollendet war – es dauerte fast ein Jahrzehnt, bis die letzten Worte geschrieben standen –, war ich über fünfzig Jahre alt. Fünfzig Jahre voller Kämpfe, Zweifel, Ängste. Aber auch fünfzig Jahre voller Gnade, Erkenntnis und wachsender Gewissheit. Die Stimme hatte nicht gelogen. Ihre Worte würden nicht vergehen. Und ich würde nicht schweigen. Nicht mehr.

Als das Werk fertig war, sandte ich es an den Papst, Eugenius III., der in jenen Jahren das Amt des Stellvertreters Christi bekleidete. Er las es, und er schrieb mir zurück – mit Worten des Lobes und der Bestätigung. Ich weinte, als ich seine Antwort las, nicht aus Stolz, sondern aus Erleichterung. Die Kirche hatte meine Visionen anerkannt. Ich war nicht länger eine verwirrte Nonne, die ihren Wahn auf Pergament bannte. Ich war eine Prophetin, deren Stimme gehört werden würde.

Und ich wusste: Dies war erst der Anfang. Es gab noch so viel zu schreiben. So viel zu sagen. So viel zu heilen. Die *Scivias* war das Fundament, aber das Haus würde noch gebaut werden müssen. Und ich würde es bauen – mit Gottes Hilfe, mit der Kraft der Kräuter, mit der Weisheit der Steine, mit der Liebe zu den Frauen, die mich so viel gelehrt hatten.

Doch das, meine lieben Leser, ist wieder eine Geschichte für ein anderes Mal. Für heute genügt es, zu wissen: Ich schwieg nicht länger. Die Stimme sprach, und ich schrieb nieder, was die Seele gesund erhält. Und als ich die Feder niederlegte, da wusste ich: Gott hatte mich nicht umsonst erwählt. Er hatte einen Plan für mich, einen Plan, der größer war als alles, was ich mir je hätte erträumen können.

Hütet die Worte in eurem Herzen, wie ich sie in meinem Pergament hütete. Denn Worte sind Samen, die in die Zukunft fallen. Und sie wachsen – selbst noch in fernen Zeiten.

2.1 Scivias – wie ich Himmel und Erde auf Pergament bannte

Das große Werk, das mich zwang, meine Schüchternheit abzulegen. Zwischen den Kapiteln über die Feuersäule und die Mauern der Stadt schrieb ich jedoch auch nieder, dass der Mensch aus vier Säften besteht. Ein Überschuss der Galle macht zornig, ein Zuviel des Schleims träge – und nur der rechte Ausgleich, den ich in der Nahrung finde, bewahrt die Seele vor dem Irrweg.

Es war im Jahre des Herrn 1141, als die Stimme mich mit einer Macht überfiel, der ich mich nicht länger entziehen konnte. Ich hatte die Visionen seit meiner Kindheit in mir getragen, sie wie einen kostbaren Schatz verborgen, sie in den stillen Stunden meiner Klausur gehegt und gepflegt. Doch nun, im vierzigsten Jahr meines Lebens, forderte die Stimme, was sie schon immer gefordert hatte: dass ich alles niederschrieb, was ich gesehen und gehört hatte. Diesmal aber gab es kein Ausweichen, kein Zögern, kein stilles Versteckspiel mehr. *"Schreibe!"*, befahl sie, und ihr Wort war wie ein Feuer, das meine Zögerlichkeit verzehrte. *"Schreibe, was du siehst, nicht für dich, sondern für die, die es hören wollen!"*

Ich zitterte, als ich die Feder ergriff. Meine Hand war unsicher, meine Gedanken verwirrt. Ich, die ich nie eine Schule besucht hatte, die kaum Latein sprach, die sich ihr Leben lang vor dem eigenen Wort gefürchtet hatte, sollte nun ein Buch schreiben? Ein Buch über die Geheimnisse Gottes, über die Ordnung der Schöpfung, über die Wege der Seele? Ich fühlte mich wie ein kleines Boot auf einem weiten, unbekannten Meer, das keinen Hafen mehr sah, keinen Kompass, keine Rettung. Aber die Stimme war bei mir. Sie sprach nicht laut, sondern leise, aber sie war deutlicher als jeder Klang, den meine Ohren je vernommen hatten. Sie sagte: *"Ich bin der, der da ist. Deine Schwäche ist meine Stärke. Fürchte dich nicht."*

Und so begann ich, zu schreiben.

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

Die ersten Worte fielen schwer, wie Samen auf steinigen Boden. Sie wollten nicht wachsen, sie wollten nicht keimen. Aber ich schrieb weiter, Seite um Seite, Stunde um Stunde, Tag um Tag. Die Visionen kamen ungebeten, überwältigend, und sie forderten ihren Tribut. Manchmal fiel ich in Ohnmacht, wenn das Licht zu grell wurde, manchmal weinte ich vor Erschöpfung, wenn die Nacht sich dem Morgen neigte. Aber die Stimme blieb bei mir. Sie war wie eine Hand, die mich hielt, wie ein Atem, der mich durch die Stürme trug.

Ich beschrieb die Feuersäule, die ich in meinen Visionen sah – das Symbol der göttlichen Gegenwart, die das Volk Israel durch die Wüste geführt hatte. Ich beschrieb die Mauern der Stadt, die das himmlische Jerusalem umgaben, ihre Türme aus Smaragd und Gold, ihre Tore aus Perlmutt und Jaspis. Ich beschrieb die Throne der Engel, die in einem Meer aus Licht schwammen, und die Stimmen der Heiligen, die wie ein einziger Gesang erklangen. Es war, als ob das Pergament selbst lebendig wurde, als ob die Worte nicht von mir kämen, sondern durch mich hindurchflossen, wie ein Strom, der seinem Lauf folgt, ohne zu fragen, wohin er führt.

Aber ich schrieb nicht nur über das Himmlische. Ich schrieb auch über das Irdische, über den Menschen, der in der Mitte der Schöpfung steht und der doch so oft das Gleichgewicht verliert. Und es war dieses Gleichgewicht, das mich in jenen Jahren am meisten beschäftigte – die heilige Ordnung der Säfte, die den Körper regieren und die Seele lenken.

Denn siehe, der Mensch ist nicht nur ein geistiges Wesen, das aus dem Atem Gottes erschaffen wurde. Er ist auch ein leibliches Wesen, das aus den vier Säften besteht: dem Blut, dem Schleim, der gelben und der schwarzen Galle. Diese Säfte, die in der Sprache der Gelehrten *sanguis*, *phlegma*, *chole* und *melanchole* genannt werden, durchziehen den Körper wie die Adern die Erde. Sie sind nicht nur Stoffe, die in unseren Adern fließen und in unseren Eingeweiden wohnen. Sie sind Kräfte, die unseren Charakter formen, unsere Stimmungen bestimmen und unsere Seele auf die eine oder andere Weise lenken.

Das Blut, so lehrte mich die Stimme, ist der Saft des Lebens, der Saft der Wärme und der Freude. Wer viel Blut in sich hat, der ist heiter, mutig, voller Tatendrang. Aber wenn das Blut übermächtig wird, wenn es in den Adern kocht und in den Gedanken tobt, dann entsteht der Zorn, der blinde, rasende Zorn, der den Menschen zur Sünde treibt. Ich sah es in den Gesichtern derer, die zu mir kamen, um Rat zu suchen. Die Männer, die ihre Frauen schlugen, die Bauern, die im Streit mit ihren Nachbarn lagen, die Ritter, die kein Ende ihrer Fehde fanden – sie alle waren gefangen in der Glut ihres Blutes, das keine Ruhe fand, keine Besinnung, keine Mäßigung.

Der Schleim hingegen ist der Saft der Kälte und der Trägheit. Er fließt langsam, schwerfällig, wie ein trüber Bach, der sich durch das Land schlängelt. Wer viel Schleim in sich hat, der ist ruhig, bedächtig, ja fast gleichgültig gegenüber dem, was um ihn herum geschieht. Aber wenn der Schleim überhandnimmt, dann verfällt der Mensch in eine bleierne Lethargie, die ihn lähmt und ihm jede Kraft raubt. Er wird träge, stumpfsinnig, verloren in seiner eigenen Gleichgültigkeit. Die Frauen, die zu mir kamen und klagten, dass sie nichts mehr fühlten, dass sie ihren Kindern nicht mehr zuhören konnten, dass sie in einem Nebel aus Müdigkeit und Verzweiflung lebten – ich erkannte sie sofort. Der Schleim hatte ihr Herz umfangen und ließ es nicht mehr los.

Die gelbe Galle, die *chole*, ist der Saft der Schärfe und der Bitterkeit. Sie brennt in den

] QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

Eingeweiden und treibt den Menschen zu Klugheit und List, aber auch zu Argwohn und Neid. Wer von der gelben Galle beherrscht wird, der sieht überall Feinde, der spinnt Intrigen, der misstraut den Menschen, selbst denen, die ihm nahestehen. In den Nächten, wenn die Visionen mich überfielen, sah ich die Gesichter derer, die in dieser Bitterkeit gefangen waren, und ich trauerte um sie.

Und die schwarze Galle, die *melanchole*, ist der schwerste aller Säfte. Sie ist der Saft der Trauer, der Schwermut, der Todesnähe. Wer von der schwarzen Galle erfüllt ist, der sieht die Welt in dunklen Farben, der verliert die Hoffnung und die Freude, der sinkt in einen Abgrund, aus dem er keinen Ausweg mehr findet. Diese Menschen, so erkannte ich in meinen Visionen, sind die verwundbarsten. Sie sind diejenigen, die den Trost der Kräuter, die Wärme der Steine, die helfende Hand der Schwestern am meisten brauchen. Doch sie sind auch diejenigen, die am schwersten zu erreichen sind, weil sie die Hand nicht mehr sehen, die sie ergreifen will.

So lehrte mich die Stimme, dass der Mensch aus diesen vier Säften besteht, die in einem heiligen Gleichgewicht zueinanderstehen müssen. Keiner der Säfte ist von Natur aus schlecht – auch die schwarze Galle nicht, die so viele fürchten und verabscheuen. Sie alle sind Gaben Gottes, die ihren Platz und ihre Aufgabe haben. Die Kunst des Lebens besteht darin, sie in der rechten Mischung zu halten, wie ein Gärtner seine Pflanzen pflegt, die verschiedene Gaben und verschieden Bedürfnisse haben.

Und diese Kunst der rechten Mischung, so erkannte ich, beginnt in der Küche. Nicht in der Apotheke, nicht im Skriptorium, sondern dort, wo das Brot gebacken und der Wein gekeltert wird. Denn das, was wir essen und trinken, das, was wir in unseren Körper aufnehmen, das bestimmt die Mischung der Säfte, ihre Stärke und ihre Schwäche, ihre Ausgeglichenheit und ihre Zerrüttung.

Der Dinkel, dieses edle Korn, das ich so liebte, ist das wärmste aller Getreide. Er stärkt den Körper, ohne ihn zu beschweren, und er erhellt den Geist, ohne ihn zu verwirren. Ich sah es in meiner Vision: Die Menschen, die Dinkelbrot aßen, waren kräftiger, klarer, ausgeglichener als diejenigen, die sich von den schwereren, kälteren Kornsorten ernährten. Der Dinkel war ein Geschenk des Himmels, das die Menschen vor der Trägheit des Schleims bewahrte und ihnen neue Kraft für ihren Weg gab.

Der Fenchel, dessen Duft mich schon als Kind betört hatte, war der Klärer der trüben Gedanken. Wenn ich einen Sud aus seinen Samen trank, fühlte ich, wie sich meine Sinne öffneten und der Nebel aus meinem Kopf wich. Der Fenchel war wie ein Licht, das in der Dunkelheit aufging, und er zeigte mir, dass die Heilung nicht nur eine Sache der Kräuter ist, sondern eine Sache der inneren Haltung.

Die Schafgarbe, dieses unscheinbare Kraut, war die Stillung der Wunden, die den Fluss des Blutes hemmte und den Körper in seine Ordnung zurückbrachte. Sie war die Freundin der Frauen, die unter den Beschwerden ihres Zyklus litten, und sie zeigte mir, dass der Körper eine Weisheit besitzt, die über das hinausgeht, was die Gelehrten in ihren Büchern schreiben.

Und der Thymian, den ich in den stillen Stunden des Gartens pflückte, war die Wärme, die die kalten Glieder erquickte und die müde Seele aufrichtete. Er war wie ein kleines Feuer, das in den Eingeweiden brannte und die Kälte der schwarzen Galle vertrieb.

Ich schrieb all diese Weisheiten nieder in meinem großen Werk, Seite um Seite, Kapitel um Kapitel, Vision um Vision. Die *Scivias* wuchs, wie ein Baum, der seine Wurzeln in den

] QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

Himmel streckt und seine Äste in die Tiefe der Erde senkt. Sie war nicht nur ein Buch über das Himmlische, sondern auch ein Buch über das Irdische, und sie zeigte, dass beides untrennbar miteinander verbunden ist.

Und als das Werk vollendet war, als die letzten Worte auf dem Pergament standen und die Feder endlich ruhen durfte, da weinte ich vor Erleichterung. Ich weinte nicht aus Stolz, sondern aus Demut. Ich hatte getan, was mir aufgetragen worden war, und ich hatte den Lohn dafür nicht in dieser Welt zu erwarten. Der Lohn war etwas anderes: die Gewissheit, dass ich nicht geschwiegen hatte, dass ich die Stimme nicht zum Verstummen gebracht hatte, dass ich das Licht nicht in mir hatte erlöschen lassen.

Und als ich das Buch in die Hände nahm, das ich in den Jahren der Arbeit geschrieben hatte, da wusste ich: Es war nicht mein Werk. Es war das Werk Gottes, der mich zu seinem Werkzeug gemacht hatte. Ich war nur die Hand, die die Feder hielt. Der Geist, der die Worte formte, war ein anderer. Und ich war dankbar, dass er mich erwählt hatte, sein Bote zu sein.

Hütet die Worte, die ich euch hinterlasse. Sie sind nicht für mich, sondern für euch. Sie sind Samen, die in eure Herzen fallen sollen, damit sie wachsen und Frucht tragen. Und wenn ihr sie lest, dann denkt daran: Jeder von euch ist ein Gefäß der Säfte, ein Tempel der Kräfte, ein Kind des Lichts. Bewahrt das Gleichgewicht, in dem ihr geschaffen seid, und ihr werdet den Weg finden, der zu Gott führt.

2.2 Ein Tribunal für meine Seele – Verteidigung meiner Visionen

Als die Mönche und der Erzbischof kamen, um mich zu prüfen, stand ich vor ihnen mit demselben Mut, mit dem ich die giftigen Säfte in der Küche erkenne. Ich sagte ihnen: Gott hat die Frau nicht als Gefäß der Sünde geschaffen, sondern als blühenden Garten. Die weibliche Gebärmutter ist kein Ort des Fluches, sondern eine Kammer der Empfängnis, die der Wärme und der achtsamen Pflege bedarf.

Im Jahre des Herrn 1147 erreichte mich die Nachricht, die mein Herz erzittern ließ: Der Erzbischof von Mainz, Heinrich von Lützelburg, hatte angeordnet, dass ich mich vor einer Kommission aus gelehrten Mönchen und Theologen zu verantworten hätte. Man munkelte, dass mein Beichtvater Gottfried, der mich stets unterstützt hatte, inzwischen von Zweifeln geplagt sei. Und auch andere Stimmen waren laut geworden: Stimmen, die flüsterten, ich sei vom Teufel besessen, dass meine Visionen nicht von Gott, sondern vom Bösen kämen, dass eine Frau, die sich anmaße, über himmlische Dinge zu schreiben, eine Sünderin sei, die der Zurechtweisung bedürfe.

Ich zitterte, als ich den Brief des Erzbischofs in meinen Händen hielt. Nicht vor Furcht, versteht mich wohl, sondern vor der Last, die auf mir lag. Würde ich standhalten können? Würde ich meine Visionen verteidigen können? Würde ich die Gelehrten überzeugen können, die mit ihren lateinischen Büchern und ihrer theologischen Gelehrtheit mir, der einfachen Nonne, überlegen waren? Ich wusste, dass mein Leben an diesem Tag auf dem Spiel stand. Nicht mein leibliches Leben, denn die Kirche tötete keine Prophetinnen – aber mein geistliches Leben, meine Arbeit, meine Berufung. Wenn sie mich verurteilten, würde ich verstummen müssen. Ich würde nie wieder schreiben können, was ich gesehen hatte. Die Stimme würde mich verlassen, und ich würde in der Stille versinken, die ich so sehr gefürchtet hatte.

Doch in der Nacht vor dem Tribunal, als die Kerze flackerte und die Dunkelheit mich

umfing, geschah etwas, das mir neue Kraft schenkte. Die Stimme, die mich schon so viele Jahre begleitet hatte, sprach zu mir – nicht laut, nicht drohend, sondern sanft und voller Vertrauen. Sie sagte: *"Fürchte dich nicht, Hildegard. Ich bin bei dir. Du wirst reden, nicht mit deinen eigenen Worten, sondern mit meinen. Sie werden dich hören, und sie werden dich verstehen – nicht weil du so klug bist, sondern weil ich so stark bin."*

Und ich wusste: Ich würde gehen. Ich würde mich stellen. Ich würde für das Licht kämpfen, das in mir brannte.

Der Tag des Tribunals war kalt und grau, als ich in die große Halle des Mainzer Doms geführt wurde. Die Mönche saßen dort in ihren schwarzen Kutten, ihre Gesichter ernst und undurchdringlich, ihre Hände gefaltet wie zum Gebet – oder zur Anklage. An ihrer Spitze thronte der Erzbischof, ein hoher, majestätischer Mann mit scharfen Augen, die mich prüfend musterten. Die Luft war schwer vom Weihrauch und von der Spannung, die in den Mauern zu liegen schien. Ich fühlte mich winzig, unbedeutend, ein kleines Geschöpf inmitten der Gelehrten und Würdenträger.

Der Erzbischof ergriff das Wort. Seine Stimme war tief, eindringlich, und sie hallte durch die Halle, als er mich befragte. Er wollte wissen, wer mir die Visionen eingab. Ob ich sie selbst herbeirief, ob ich mich in Ekstase versetzte, ob ich verbotene Künste der Magie anwandte. Er wollte wissen, warum ich, eine einfache Frau, ohne Kenntnis der heiligen Schrift und ohne theologische Ausbildung, es wagte, über die Geheimnisse Gottes zu schreiben. Er wollte wissen, ob ich mich nicht der Anmaßung und der Täuschung schuldig gemacht hatte.

Ich hörte ihm zu, während meine Seele sich sammelte wie ein Vogel vor dem Flug. Ich spürte, wie die Angst in mir wich, und wie eine neue Kraft in mir erwachte – eine Kraft, die nicht von mir kam, sondern von dem, der mich gesandt hatte. Und als der Erzbischof geendet hatte und mich mit einem Blick musterte, der Schweigen verlangte, da hob ich mein Haupt und begann zu sprechen.

"Erlauchter Vater, verehrte Väter", sagte ich, und meine Stimme war fester, als ich es je für möglich gehalten hätte, "ihr fragt mich, woher meine Visionen kommen. Ich sage euch: Sie kommen von dem, der da ist. Sie kommen von dem Licht, das die Welt erschaffen hat, das in den Sternen leuchtet und in den Kräutern wächst. Sie kommen nicht von mir, sondern durch mich. Ich bin nur ein schwaches Gefäß, eine arme Nonne, die nicht einmal die Psalmen in ihrem vollen Verständnis zu beten vermag. Aber der, der mich erwählt hat, ist mächtig, und er hat mir befohlen, zu schreiben, was ich sehe."

Die Mönche schwiegen. Einige blätterten in ihren Büchern, andere warfen sich Blicke zu, die ich nicht deuten konnte. Doch ich spürte, dass sie mich nicht unterbrechen würden. Sie wollten hören, was ich zu sagen hatte. Sie waren gekommen, um mich zu richten – aber vielleicht, vielleicht waren sie auch gekommen, um etwas zu lernen.

"Was ihr als Anmaßung deutet", fuhr ich fort, "ist in Wahrheit Gehorsam. Ich gehorche nicht meinem eigenen Willen, sondern dem Willen des Herrn. Er hat mich gelehrt, dass die Frau nicht das Gefäß der Sünde ist, als das ihr sie in euren Schriften bezeichnet. Sie ist nicht die Erbin der Schuld Evas, nicht die Verführerin, die den Mann ins Verderben stürzt. Nein, sie ist ein blühender Garten, den Gott selbst gepflanzt hat, um Frucht zu tragen für die Welt."

Ich sah, wie einige der Mönche die Stirn runzelten. Sie waren es nicht gewohnt, dass eine Frau so sprach. Sie waren es nicht gewohnt, dass ihre Lehren in Frage gestellt wurden.

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

Aber ich ließ mich nicht beirren. Die Stimme war in mir, und sie gab mir die Worte ein, die ich sagen musste.

"Die weibliche Gebärmutter", sagte ich, und meine Stimme wurde noch fester, "ist kein Ort des Fluches, wie ihr es lehrt. Sie ist keine Quelle der Unreinheit, die gemieden und verachtet werden muss. Nein, sie ist eine Kammer der Empfängnis, ein heiliger Ort, an dem das Leben selbst seinen Anfang nimmt. Sie bedarf der Wärme, der Pflege, der achtsamen Zuwendung – nicht der Verdammnis und der Schande. Denn wenn die Gebärmutter kalt ist, wenn sie keine Wärme mehr empfängt, dann wird sie unfruchtbar, und das Leben erlischt in ihr. Aber wenn sie erwärmt wird durch die Liebe Gottes, dann wird sie fruchtbar, und sie schenkt der Welt neues Leben, neues Licht, neue Hoffnung."

Die Mönche schwiegen. Der Erzbischof beugte sich vor, und in seinen Augen sah ich nicht mehr die Strenge des Richters, sondern die Neugierde des Suchenden. Er fragte mich, wie ich zu dieser Erkenntnis gekommen sei – und ich erzählte ihm von meinen Visionen, von der Grünkraft, die alles durchdringt, von der heiligen Ordnung der Säfte, die den Körper und die Seele bestimmt. Ich erzählte ihm von der *viriditas*, die in den Kräutern lebt, in den Steinen, in den Sternen – und in der Frau.

Und dann, fast wie beiläufig, erwähnte ich die Rezepte und Heilmittel, die ich in meinem Kloster entwickelte. Ich erzählte ihnen von der Kraft der Kräuter, die ich in meinen Gärten zog, und wie ich sie zur Heilung von Frauen einsetzte – und nicht nur von Frauen. Ich sagte ihnen, dass die Weisheit der Natur nicht weniger göttlich sei als die Weisheit der Bücher, und dass Gott sich in beiden offenbare. Der Erzbischof hörte aufmerksam zu, und ich spürte, dass mein Wissen über die Heilkräfte der Kräuter und Steine eine Brücke zu ihrem Verständnis baute.

Der Erzbischof wandte sich an die Kommission, und eine lange Diskussion folgte, die ich nicht immer verstand, deren Ton aber von Neugier und nicht von Anklage geprägt war. Als sie ihre Beratung beendet hatten, erhob sich der Erzbischof und erklärte mit klarer Stimme: "Hildegard von Bingen, wir haben deine Worte gehört, und wir haben in ihnen die Stimme des Heiligen Geistes erkannt. Du hast keine Häresie gepredigt, keine Lüge verbreitet, sondern das göttliche Licht weitergegeben, das dir zuteilwurde. Deine Visionen sind echt – sie kommen von Gott. Wir erlauben dir, weiterzuschreiben, was du siehst, und niemand soll es dir verwehren. Geh hin in Frieden, und segne die Welt mit deinen Worten."

Ich fiel auf meine Knie und dankte Gott für seine Barmherzigkeit. Die Tränen flossen über meine Wangen, und in meinem Herzen war eine solche Freude, dass ich glaubte, sie nicht fassen zu können. Ich hatte gesiegt, nicht durch meine Klugheit, sondern durch die Kraft dessen, der mich gesandt hatte. Ich durfte weiterschreiben. Ich durfte die Welt mit meinen Visionen bereichern. Ich durfte die Stimme sein für die, die keine Stimme hatten – und vor allem für die Frauen, deren Schicksal mir so sehr am Herzen lag.

Und so kehrte ich in mein Kloster zurück, nicht als Siegerin, die sich brüstet, sondern als Dienerin, die ihre Aufgabe noch fester in den Händen hielt. Ich wusste nun, dass der Weg vor mir offen lag, dass ich den Zorn der Mächtigen und den Neid der Neider überwinden konnte, solange ich im Licht blieb, das mir geschenkt worden war.

Und in den stillen Stunden, wenn die Nacht über dem Tal lag und die Sterne wie Edelsteine am Himmel funkelten, legte ich den Amethyst auf mein Herz und flüsterte ein Gebet der Dankbarkeit. Denn ich wusste: Gott hatte mich nicht verlassen. Er war bei mir,

] QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

in der Stille und im Sturm, in der Freude und im Schmerz. Und das war mehr, als ich mir je erhofft hatte.

2.3 Auf steinernem Grund – das Kloster auf dem Rupertsberg

Wir zogen hinaus und bauten uns eine neue Heimat. In den Klostermauern richtete ich nicht nur einen Skriptorium ein, sondern auch einen weitläufigen Kräutergarten und eine kleine Apotheke. Hier destillierte ich den Quittenwein gegen das Fieber und mischte Honig mit Rose zur Pflege der müden Haut, denn die äußere Erscheinung ist der Spiegel einer wohlgeordneten Seele.

Es war im Jahre des Herrn 1147, als der Entschluss in mir reifte, der mein Leben für immer verändern sollte. Der Disibodenberg, der mir so viele Jahre Obdach gegeben hatte, war nicht länger der Ort, an dem ich bleiben konnte. Nicht aus Zwietracht oder Streit – nein, die Gemeinschaft dort war mir immer noch lieb und teuer. Aber die Stimme, die mich schon so lange begleitete, hatte einen neuen Befehl für mich: *"Geh hinaus, Hildegard. Such dir einen neuen Ort, einen Ort, an dem du dein Werk vollenden kannst. Die Welt wartet auf dich."*

Ich zögerte. Wie sollte ich den Disibodenberg verlassen, der meine Heimat geworden war? Wie sollte ich meine Schwestern zurücklassen, die ich so sehr liebte? Wie sollte ich eine neue Gemeinschaft gründen, ohne zu wissen, wo ich sie gründen sollte? Aber die Stimme war unerbittlich. Sie zeigte mir einen Berg, der sich über dem Zusammenfluss von Nahe und Rhein erhob, einen Ort, der Rupertsberg genannt wurde – nach dem heiligen Rupert, der dort einst eine Einsiedelei bewohnt hatte. Es war ein felsiger, unwirtlicher Ort, umgeben von dichten Wäldern und steilen Hängen. Aber die Stimme sagte: *"Dort wirst du dein Haus bauen. Dort wirst du deine Schwestern sammeln. Dort wirst du dein Werk vollenden."*

Und so geschah es. Im Jahr 1147 verließ ich den Disibodenberg, gefolgt von etwa zwanzig Schwestern, die sich entschlossen hatten, mit mir zu gehen. Es war ein schwerer Abschied, begleitet von Tränen und Gebeten, aber auch von einer tiefen Gewissheit, dass wir den richtigen Weg eingeschlagen hatten. Der Rupertsberg erwartete uns mit seiner rauen Schönheit, seinen steilen Hängen und seinem wilden, ungezähmten Charakter. Hier, so wusste ich, würde unser neues Kloster entstehen – aus Stein, aus Glauben, aus unermüdlicher Arbeit.

Die ersten Monate waren hart. Wir lebten in provisorischen Hütten, während wir die Steine für das neue Kloster brachen. Der Winter kam früh und war streng, der Schnee lag hoch, und der Wind pfiff um die Hütten, dass es uns durch Mark und Bein ging. Aber wir arbeiteten unermüdlich, Tag für Tag, Woche für Woche, Monat für Monat. Die Männer, die wir angeheuert hatten, halfen uns bei den schwersten Arbeiten, aber wir selbst trugen Steine und Mörtel, wie es uns möglich war. Ich selbst, so schwach und kränklich ich auch sein mochte, war oft dabei, den Hammer zu schwingen oder die Mörtelmischung anzurühren. Denn ich wusste: Dieses Kloster war nicht nur ein Bauwerk aus Stein. Es war ein Gebet, das wir in die Landschaft setzten. Jeder Stein, den wir legten, war ein Lobpreis auf den Schöpfer.

Und schließlich, nach Jahren der Mühe und Entbehrung, stand es da: das Kloster auf dem Rupertsberg. Seine Mauern aus hellem Sandstein leuchteten in der Morgensonne, seine Türme ragten gen Himmel, und seine Fenster blickten weit über die Täler hinweg, als ob

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]
CC SOME RIGHTS RESERVED
PRINT+SHAREWARE

sie die ganze Welt umarmen wollten. Als ich das erste Mal die vollendeten Mauern sah, fielen mir die Tränen in die Augen. Ich kniete nieder und dankte Gott für seine Führung, seine Kraft, seine unendliche Barmherzigkeit.

Doch das Kloster war nicht nur ein Ort der Andacht. Es war ein Ort des Lebens, des Lernens, der Heilung. In den Mauern richtete ich nicht nur einen Skriptorium ein, in dem die Schwestern die heiligen Texte abschrieben und ich meine Visionen in Pergament bannte, sondern auch einen weitläufigen Kräutergarten und eine kleine Apotheke. Der Garten zog sich den Hang hinauf, terrassenförmig angelegt, geschützt vor den kalten Winden durch eine Mauer, die wir aus den Steinen des Berges errichtet hatten. Hier wuchsen Fenchel und Schafgarbe, Salbei und Rosmarin, Thymian und Beifuß – all die Kräuter, die ich auf dem Disibodenberg lieben gelernt hatte, und viele neue dazu, die ich in den Wäldern und Tälern der Umgebung entdeckte.

Die Apotheke war mein Stolz und meine Freude. In ihr lagerten die getrockneten Kräuter in Tongefäßen, die ich mit ihren lateinischen und deutschen Namen beschriftete. Es gab Gläser mit Honig, der die Heilkraft der Kräuter bewahrte, und Flaschen mit Weinen und Essigen, die ich mit den Kräutern ansetzte, um ihre Wirkung zu verstärken. In diesem kleinen Raum, der immer nach Minze und Lavendel duftete, verbrachte ich viele Stunden, mischte Tränke und Salben, erforschte die Kräfte der Pflanzen und gab mein Wissen an die Schwestern weiter, die mich unterstützten.

Eine meiner größten Entdeckungen in jenen Jahren war der Quittenwein. Ach, die Quitten! Diese goldenen, duftenden Früchte, die an den Bäumen im Garten hingen wie kleine Sonnen, die vom Himmel gefallen waren. Ich presste ihren Saft, vermischte ihn mit etwas Honig und ließ ihn in den kühlen Kellern des Klosters reifen, bis er seinen vollen, köstlichen Geschmack entfaltete. Der Quittenwein war nicht nur ein Getränk von erlesenem Aroma – er war eine Medizin, wie ich bald erkannte. Er wärmte den Körper von innen, öffnete die Poren und vertrieb das Fieber, das so viele Menschen in jenen Jahren plagte. Wenn eine der Schwestern oder einer der Pilger, die an unsere Pforte klopften, von Fieber geschüttelt wurde, reichte ich ihm einen Becher Quittenwein, und siehe: Die Kälte wich, die Hitze sank, und die Genesung setzte ein.

Doch ich wusste, dass die Heilung nicht nur von innen kommen musste. Sie musste auch von außen kommen, von der Pflege des Körpers, der Hülle der Seele. Denn die äußere Erscheinung, so lehrte mich die Stimme, ist der Spiegel einer wohlgeordneten Seele. Wer seinen Körper vernachlässigt, vernachlässigt auch seinen Geist. Wer seine Haut nicht pflegt, seine Hände nicht schützt, sein Haar nicht ordnet, der zeigt, dass seine Seele unordentlich und zerrüttet ist.

Deshalb mischte ich in der Apotheke auch Salben für die Haut. Eines meiner kostbarsten Rezepte war die Mischung aus Honig und Rosenblättern. Ich pflückte die Rosen im Morgengrauen, wenn ihr Duft am süßesten war, und ließ sie in reinem Honig ziehen, bis die Blüten ihre Essenz an den süßen Saft abgegeben hatten. Diese Honig-Rosen-Salbe war ein Wunder der Schönheitspflege. Sie nährte die Haut, machte sie weich und geschmeidig, und sie vertrieb die Risse und Sprünge, die von der harten Arbeit im Freien herrührten. Die Schwestern liebten sie, und auch die Pilger, die zu uns kamen, baten immer wieder um ein kleines Glas davon, um es mit in ihre fernen Heimatländer zu nehmen.

Aber die Honig-Rosen-Salbe war nicht nur eine Schönheitssalbe. Sie war auch ein Heilmittel. Ich entdeckte, dass sie kleine Wunden und Schrunden schnell heilte, dass sie

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]
CC SOME RIGHTS RESERVED
PRINT+SHAREWARE

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

entzündete Haut beruhigte und dass sie sogar bei Sonnenbrand Linderung verschaffte. Es war, als ob die Rose selbst, die Königin der Blumen, ihre heilende Kraft in den Honig legte, um den Menschen zu dienen.

Nicht nur die Kräuter und die Rosen erfreuten mich. Auch die Edelsteine fanden ihren Platz in der Apotheke, wenn auch auf andere Weise. Der Jaspis, der mich seit meiner Kindheit begleitete, lag stets auf meinem Schreibtisch, griffbereit, wenn ich seine Wärme brauchte. Der Saphir, der meine Augen stärkte, ruhte in einem kleinen Kästchen aus Zedernholz, und ich berührte ihn manchmal, wenn die Müdigkeit mich überfiel. Und der Amethyst, der meinen Geist beruhigte, wenn die Visionen zu übermächtig wurden, lag neben meinem Kopfkissen, damit ich in der Nacht seine schützende Kraft spüren konnte.

Doch der Stein, der mir in jenen Jahren des Klosterbaus am meisten half, war der Bergkristall. Dieser durchsichtige, klare Stein, der das Licht in sich aufnahm und es in tausend Farben zurückwarf, war für mich ein Symbol für das, was ich in der Apotheke tat: das Licht der göttlichen Wahrheit in die Welt zu bringen. Ich legte ihn in das Wasser, das ich zur Herstellung der Tränke verwendete, und ich war überzeugt, dass er die Heilkraft der Kräuter verstärkte und ihre Wirkung reiner und klarer machte. Es war nicht nur Aberglaube, nicht nur frommer Wahn – es war eine tiefe Gewissheit, die mir die Stimme eingeflößt hatte: Die Steine sind Diener des Lichts. Sie tragen die himmlische Kraft in die irdische Sphäre, und wer sie mit Ehrfurcht behandelt, dem öffnen sie ihre Geheimnisse.

Und so wuchs das Kloster auf dem Rupertsberg, nicht nur in Stein und Mörtel, sondern auch in Geist und Kraft. Die Schwestern, die mit mir gekommen waren, lernten von mir die Kunst der Heilkunde, der Kräuterpflege, der stillen Meditation. Sie lernten, die Steine zu ehren, die Kräuter zu lieben und den Körper zu pflegen, der ihnen von Gott geschenkt worden war. Und sie lernten, die Visionen zu achten, die mir zuteilwurden – nicht zu fürchten, nicht zu verachten, sondern zu empfangen wie einen Regen, der die dürre Erde tränkt.

In diesen Jahren schrieb ich nicht nur meine großen Werke – die *Scivias*, die *Physica*, die *Causae et Curae* –, sondern auch kleine, geheime Aufzeichnungen, die ich in meiner Zelle verbarg. Sie waren nicht für die Augen der Welt bestimmt, sondern für mein eigenes Herz. Sie waren die Flüsterstimmen der stillen Stunden, die leisen Gebete, die ich in die Nacht flüsterte, wenn die Kerze flackerte und der Wind um die Klostermauern strich.

Eine dieser Aufzeichnungen handelt von meiner tiefsten Überzeugung, dass die äußere Schönheit nicht nur eine Frage der Eitelkeit ist, sondern eine Frage der Ehre. Die Salben und Lotionen, die ich mischte, waren nicht dazu da, die Menschen stolz zu machen auf ihr Aussehen. Sie waren dazu da, ihnen zu zeigen, dass ihr Körper ein Tempel des Heiligen Geistes ist, der gepflegt und geehrt werden will. Denn wenn der Körper in seiner Hülle rein und heil ist, dann kann auch die Seele in ihrer Tiefe rein und heil sein. Es ist kein Zufall, dass die Visionen, die mich am stärksten überfielen, immer dann kamen, wenn ich meinen Körper verwöhnt hatte – mit einem Bad in warmem Wasser, das mit Rosenblättern und Lavendel duftete, oder mit einer Salbe, die meine Hände weich machte und meine Haut glätten ließ. Der Körper ist nicht der Feind der Seele. Er ist ihr Freund, ihr Gefährte, ihr Tempel.

Und so lehrte ich meine Schwestern: "Pflegt euren Leib, wie ihr eure Seele pflegt. Wäscht ihn mit reinem Wasser, salbt ihn mit köstlichen Ölen, kleidet ihn in saubere Gewänder. Denn wenn ihr euch selbst ehrt, ehrt ihr auch den, der euch geschaffen hat. Die äußere

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

Reinheit ist der Ausdruck der inneren Reinheit, und die innere Reinheit ist das Tor zur Vision des Lichts."

Die Jahre vergingen, und das Kloster auf dem Rupertsberg wurde zu einem Ort des Friedens, der Heilung und des Wachstums. Die Nachricht von unserer Gemeinschaft verbreitete sich weit über die Grenzen des Rheinlands hinaus. Pilger kamen, um Rat zu suchen, Frauen, um ihre Nöte zu klagen, Kranke, um Heilung zu finden. Und sie alle fanden bei uns, was sie suchten: Trost in der Apotheke, Ruhe im Gebet, Hoffnung in den Worten, die ich für sie niederschrieb.

Ich selbst war in jenen Jahren nicht mehr die junge, scheue Nonne, die einst auf dem Disibodenberg gezittert hatte. Ich war eine Frau geworden, die ihre Berufung erkannt hatte, eine Äbtissin, die ihre Schwestern mit fester Hand führte, eine Prophetin, die ihre Stimme erhob, wo immer sie gebraucht wurde. Die Welt lauschte auf meine Worte, und ich spürte, dass meine Arbeit erst am Anfang stand. Es gab noch so viel zu tun – so viele Visionen aufzuschreiben, so viele Kräuter zu erforschen, so viele Menschen zu heilen.

Doch das, meine lieben Leser, ist wieder eine Geschichte für ein anderes Kapitel. Für heute genügt es, zu wissen: Der Rupertsberg war nicht nur ein Ort aus Stein. Er war ein Ort aus Licht, aus Liebe, aus Leben. Und er war mein Zuhause – das Zuhause, das ich mir mit Gott, mit meinen Schwestern und mit den Kräutern und Steinen erbaut hatte, die mich so viele Jahre begleitet hatten.

Hütet die Orte, die euch heilig sind. Baut sie aus Stein und Glauben, aus Liebe und Arbeit. Und pflegt euren Körper, wie ihr eure Seele pflegt – denn sie sind eins im Licht Gottes.

2.4 Briefe an die Mächtigen und ein Rezept für den Kaiser

Ich schrieb an Päpste und Könige, doch ich sandte ihnen nicht nur Worte. Einem kränkelnden Abt schickte ich das Rezept für Dinkelgebäck mit Fenchelsamen, um seinen geschwächten Magen zu stärken. Ich wusste: Ein Herrscher, der mit blähendem Brot gesegnet ist, regiert mit milderer Hand.

Die Feder war meine Waffe, das Pergament mein Schlachtfeld. Als ich die Mauern des Rupertsberg hinter mir hatte und die Welt draußen wusste, wer ich war, begann ich, Briefe zu schreiben – nicht nur fromme Ermahnungen, sondern auch scharfe, unerschrockene Worte, die die Mächtigen dieser Welt erreichten. Es war ein gefährliches Spiel, das ich da trieb, meine Lieben. Denn Päpste und Könige sind nicht daran gewöhnt, dass eine Nonne ihnen die Leviten liest. Aber ich war nicht länger die schüchterne Hildegard, die im Schatten des Disibodenbergs lebte. Ich war eine Prophetin, die ihre Stimme erhob, wann und wo sie musste.

Der Brief, der mir den größten Mut abverlangte, war an Papst Eugenius III. gerichtet. Die Kirche war in jenen Jahren gespalten, der Papst selbst unsicher in seinem Amt, und die Stimmen derjenigen, die ihn unterstützten, waren schwach. Ich schrieb ihm nicht mit den Honigworten der Schmeichelei, sondern mit der Klarheit der Offenbarung. Ich sagte ihm, dass er ein gutes Werk begonnen habe, dass er den Weg des Herrn nicht verlassen dürfe, und dass er sich nicht von den Mächtigen dieser Welt einschüchtern lassen solle. Der Papst antwortete mir mit einem Brief voller Wärme und Anerkennung. Er nannte mich seine "liebe Tochter im Herrn" und bestätigte meine Visionen. Es war ein kostbares Zeichen, das mir zeigte, dass meine Worte Gehör fanden, selbst in den höchsten Kreisen.

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

Aber nicht nur der Papst erhielt meine Briefe. Auch der Kaiser, Friedrich Barbarossa, der in jenen Jahren an der Spitze des Reiches stand, bekam meine Worte zu spüren. Er war ein machtbewusster Herrscher, der die Kirche unter seine Kontrolle bringen wollte, und ich konnte nicht schweigen, wenn ich sah, wie er sich gegen die geistliche Ordnung auflehnte. Ich schrieb ihm unverblümt, dass er demütig sein müsse, dass er die Kirche nicht unterjochen dürfe, und dass er seinen Stolz ablegen solle, wenn er das Reich nicht ins Verderben stürzen wolle.

Es war ein gewagtes Unterfangen. Einige meiner Ratgeber rieten mir, vorzischtig zu sein, den Kaiser nicht zu verärgern, mich auf meine Gebete und Kräuter zu beschränken. Aber ich wusste, dass Gott mich nicht erwählt hatte, um zu schweigen, sondern um zu sprechen. Und so sandte ich den Brief ab, mit dem Zittern in meinem Herzen, aber mit dem festen Vertrauen, dass meine Worte nicht ungehört verhallen würden.

Doch ich sandte den Mächtigen nicht nur Worte. Ich sandte ihnen auch praktische Hilfe, denn ich wusste, dass ein kränklicher Leib die Seele trübt und den Verstand umnebelt. Einem kränkelnden Abt, der an schweren Magenbeschwerden litt und dessen Verdauung so träge war wie ein stillstehendes Wasser, schickte ich nicht nur einen Trostbrief, sondern auch ein Rezept für Dinkelgebäck mit Fenchelsamen. Ich wusste, dass seine Beschwerden aus einer Schwäche des Magens herrührten, die ihn reizbar und ungeduldig machte. Und wer ungeduldig ist, so hatte ich gelernt, regiert mit harter Hand, nicht mit milder.

Das Rezept, das ich ihm sandte, war einfach, aber wirksam. Ich mahnte ihn, den Dinkel, dieses edle, warme Getreide, nicht wie ein gewöhnliches Mehl zu behandeln, sondern mit der gebührenden Ehrfurcht. Man solle ihn fein mahlen, mit lauwarmem Wasser und einer Prise Salz vermengen und einen Teig kneten, der fest und geschmeidig war wie der Glaube. Dann gab ich hinzu: "Nimm eine Handvoll Fenchelsamen, die du zuvor mit dem Mörser zerstampfst, und mische sie unter den Teig. Fenchel klärt den Blick und vertreibt die Schwermut, die den Magen wie eine schwere Last bedrückt. Er wärmt die kalten Säfte und bringt die Verdauung in Schwung."

Das Gebäck, so schrieb ich ihm, solle in einem heißen Ofen gebacken werden, bis es goldbraun war und sein Duft die ganze Küche erfüllte. "Wenn du es zu dir nimmst, iss es langsam und kau es gründlich, denn das Essen ist kein Wettrennen, sondern eine heilige Handlung. Und wenn du es mit einem Glas warmen Kräuterweins begleitest, wirst du spüren, wie deine Kräfte zurückkehren und die finsteren Gedanken weichen."

Ich wusste, dass der Abt meine Worte nicht nur als medizinischen Rat verstand, sondern als eine geistliche Lehre. Die Heilung des Magens war die Heilung der Seele, und die Heilung der Seele war die Heilung des Amtes. Ein Herrscher, dessen Magen gesund ist und dessen Säfte im Gleichgewicht sind, regiert nicht mit Zorn oder Angst, sondern mit Gelassenheit. Ein Herrscher, dessen Körper keinen Schmerz mehr spürt, kann die Sorgen der anderen besser verstehen. Ein Herrscher, der sich von den Kräutern Gottes ernährt, wird sich auch von den Weisheiten Gottes leiten lassen.

Die Nachricht von meinem Rezept verbreitete sich schnell. Es dauerte nicht lange, da kamen nicht nur Abte und Bischöfe zu mir, um Rat zu suchen, sondern auch weltliche Herrscher und ihre Gesandten. Sie brachten nicht nur ihre Kränkungen mit, sondern auch ihre Sorgen, ihre Kämpfe, ihre Zweifel. Sie erwarteten von mir nicht nur die richtige Medizin, sondern auch die richtigen Worte, die richtigen Ermahnungen, die richtigen Gebete.

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

Eines Tages erreichte mich die Nachricht, dass der Kaiser selbst sich in einer verzweifelten Lage befand. Er war krank, sein Lager war von Fieberschüben geschüttelt, und seine Ärzte wussten keinen Rat mehr. Seine Boten kamen zu mir, eiligen Schrittes, und sie überbrachten die Bitte des Kaisers: Hildegard, hilf mir! Ich zögerte nicht lange. Ich sandte ihm ein Päckchen mit Dinkel, Fenchelsamen und einer Mischung aus getrockneten Kräutern, die ich für solche Fälle vorbereitet hatte. Und ich schrieb ihm einen Brief, der nicht nur die Anwendung des Rezepts erklärte, sondern auch eine geistliche Lehre enthielt.

"Hochgeborener Kaiser", schrieb ich, "dein Leib leidet, weil deine Seele leidet. Deine Seele leidet, weil du die Ordnung Gottes nicht achtest. Vertraue nicht auf deine Macht, sondern vertraue auf den, der die Macht verleiht. Iss das Brot, das ich dir sende, mit Demut, und du wirst genesen. Aber nicht nur dein Leib wird genesen – dein Geist wird klarer werden und deine Herrschaft sanfter. Denn ein Herrscher, der sein eigenes Wohl nicht vernachlässigt, kann auch das Wohl seiner Untertanen besser pflegen."

Ich weiß nicht, ob der Kaiser meine Worte wirklich befolgte. Aber ich weiß, dass seine Genesung tatsächlich eintrat, und dass er mir später dankte – mit Worten, die von einer ungewohnten Sanftheit waren. Es war ein kleiner Sieg, aber ein bedeutender. Er zeigte mir, dass die Heilung nicht nur eine Frage der Medizin war, sondern eine Frage der Haltung. Die Kräuter und die Steine waren Werkzeuge, die ich gebrauchte, aber das eigentliche Heilmittel war das Vertrauen auf Gott, die Demut des Herzens und die Liebe, die ich den Menschen entgegenbrachte.

Und so schrieb ich weiter, unermüdlich, unerschrocken. An Päpste und Könige, an Bischöfe und Äbte, an Frauen und Männer, die Rat suchten. Meine Briefe waren nicht immer fromm und sanft. Manchmal waren sie scharf wie eine Lanze, die die Heuchelei aufspießt, manchmal sanft wie eine Hand, die den Verzweifelten streichelt. Aber sie waren immer ehrlich, immer von der Gewissheit getragen, dass ich nicht für mich, sondern für Gott sprach.

In den stillen Stunden, wenn die Feder ruhte und die Kerze flackerte, legte ich den Saphir auf meinen Schreibtisch, der meine Augen stärkte, und ich dankte Gott für die Kraft, die er mir gegeben hatte. Die Briefe waren nicht immer einfach zu schreiben – manche Worte kamen mir schwer und bitter über die Lippen – aber ich wusste, dass sie notwendig waren. Die Welt brauchte meine Worte, wie der Körper die Nahrung braucht. Und sie brauchte die Heilmittel, die ich ihr reichte, genauso wie die Gebete, die ich für sie sprach.

Denn ich hatte gelernt: Die Heilung der Welt beginnt bei den Mächtigen, aber sie endet bei den Kleinen. Ein Herrscher, der mit blähendem Brot und heilenden Kräutern gesegnet ist, regiert mit milder Hand, weil sein Leib im Gleichgewicht ist und seine Seele im Frieden. Und wenn die Mächtigen in Frieden sind, dann können auch die Schwachen ihren Frieden finden.

Und das, meine lieben Leser, ist eine Lehre, die nicht nur für Kaiser und Könige gilt, sondern für jeden von euch. Hütet euren Leib, pflegt euren Geist, und ihr werdet sehen: Die Welt um euch herum wird ein wenig heller, ein wenig sanfter, ein wenig mehr das, was Gott sich von ihr erhofft.

2.5 Der tiefe Riss – als das Interdikt unser Kloster traf

Die schwere Zeit, als wir einen Jungen in unserer Erde bestatteten und die Kirche uns das Sakrament verwehrte. Ich schrieb flehentliche Briefe, doch ich heilte in jenen Tagen auch

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

meine Schwestern mit einem Sud aus Bibernelle, der die Verzweiflung aus dem Herzen zieht, denn die größte Krankheit ist die Hoffnungslosigkeit.

Es war im Jahre des Herrn 1178, als der Schlag mich traf, der mich bis ins Mark erschütterte. Ein Jüngling, der in unseren Mauern Zuflucht gesucht hatte, war gestorben – ein armer, verwirrter Junge, der von seiner Familie verstoßen worden war, weil er sich in den Bann der Kirche gebracht hatte. Wir hatten ihn aufgenommen, ihn gepflegt, ihn getröstet, so gut wir konnten. Doch seine Seele war zu schwer verwundet, und sein Leib war zu schwach, um die Last zu tragen. Er starb in unseren Armen, sanft und still, wie ein Vogel, der aus dem Nest fällt.

Ich weinte um ihn, wie ich um jedes meiner Kinder weine, das mir der Herr anvertraut hat. Aber ich weinte nicht nur um seinen Tod. Ich weinte um das, was danach kam.

Denn die Kirche, die ich so sehr geliebt und verteidigt hatte, wandte sich gegen mich. Der Erzbischof von Mainz, der einst mein Tribunal geleitet und meine Visionen bestätigt hatte, erließ ein Interdikt über unser Kloster. Wir durften keine Sakramente mehr empfangen, keine Messen feiern, keine Toten in geweihter Erde bestatten. Der Junge, den wir in unserem kleinen Friedhof beigesetzt hatten, musste wieder ausgegraben werden – ein Schauspiel der Grausamkeit, das mir das Herz zerriss. Die Mönche kamen mit ihren schwarzen Kutten und ihren strengen Gesichtern, und sie holten den Leichnam des Jungen aus der Erde, als wäre er ein Verfluchter, ein Ausgestoßener, einer, der keine Ruhe verdient hatte.

Ich stand dabei und sah zu, wie sie ihn forttrugen. Meine Hände zitterten, meine Knie wurden weich, und ich dachte: Habe ich mich geirrt? Habe ich die falschen Worte gesprochen? Habe ich die falsche Seite gewählt? Habe ich meine Schwestern und mein Kloster in dieses Unglück gestürzt, weil ich zu stolz, zu eigensinnig, zu ungehorsam war? Die Zweifel nagten an mir wie Ratten an einem morschen Balken, und ich wusste nicht mehr, wohin ich mich wenden sollte.

Aber die Stimme, die mich so viele Jahre begleitet hatte, schwieg in jenen Tagen. Sie war nicht mehr zu hören, nicht mehr zu spüren. Es war, als ob das Licht, das mir so lange den Weg gewiesen hatte, sich zurückgezogen hätte, um mich in der Dunkelheit allein zu lassen. Ich suchte nach ihr in den stillen Stunden der Nacht, ich flehte zu ihr in den langen Stunden des Gebets, aber sie antwortete nicht. Und ich fragte mich: Hast du mich verlassen? Hast du mich aufgegeben, weil ich versagt habe?

Doch dann, in einer Nacht, die noch dunkler war als die anderen, geschah etwas, das mir neue Hoffnung schenkte. Ich saß in meiner Zelle, die Hände gefaltet, die Tränen auf den Wangen, und ich dachte an die Worte, die ich in meiner Jugend gehört hatte: "Die größte Krankheit ist die Hoffnungslosigkeit." Diese Worte waren mir nicht von einem Arzt oder einem Gelehrten gegeben worden. Sie waren mir von der Stimme selbst eingegeben worden, in einer Vision, die ich nie vergessen hatte. Und in diesem Augenblick wusste ich: Ich musste handeln. Ich durfte nicht in der Verzweiflung versinken, die mich zu verschlingen drohte. Ich musste meine Schwestern heilen, die ebenfalls unter dem Interdikt litten, und ich musste sie lehren, dass die Hoffnung stärker ist als alle Bannflüche der Welt.

Also stand ich auf, ging in die Apotheke und begann, einen Sud zu brauen. Ich nahm Bibernelle, diese zarte Pflanze mit den fein gefiederten Blättern, die ich in den Wäldern um den Rupertsberg gesammelt hatte. Schon lange wusste ich um ihre Kraft, die Schwermut

] QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]
CC SOME RIGHTS RESERVED
PRINT+SHAREWARE

aus dem Herzen zu ziehen und den Geist wieder aufzurichten. Ich mischte sie mit etwas Honig, um den bitteren Geschmack zu mildern, und mit einem Tropfen Wein, um die Wirkung zu verstärken. Dann ließ ich den Sud auf dem Feuer ziehen, bis sein Duft die ganze Küche erfüllte – ein Duft, der an die Wiesen im Frühling erinnerte, an die ersten Blüten und die erwachende Erde.

Als der Sud fertig war, rief ich meine Schwestern zusammen. Sie kamen mit gesenkten Köpfen, ihren Blicken voller Trauer und Verzagtheit. Sie fürchteten das Interdikt, sie fürchteten die Bannung, sie fürchteten den Zorn der Kirche, der so schwer auf uns lastete. Aber ich sah in ihren Augen auch etwas anderes: die Sehnsucht nach Trost, nach Wärme, nach einer Hoffnung, die nicht aus den Worten der Priester kam, sondern aus der Tiefe ihrer eigenen Seelen.

"Trinkt dies", sagte ich und reichte jeder von ihnen einen Becher des Suds. "Es ist nicht die Medizin der Ärzte, die in ihren Büchern blättern. Es ist die Medizin der Natur, die Gott selbst in die Kräuter gelegt hat. Sie wird eure Verzweiflung nicht verschwinden lassen, aber sie wird euch die Kraft geben, weiterzugehen. Denn die größte Krankheit ist die Hoffnungslosigkeit, und die größte Heilung ist die Gewissheit, dass Gott uns nicht verlassen hat, auch wenn wir ihn nicht mehr spüren."

Die Schwestern tranken den Sud, und ich sah, wie sich ihre Gesichter langsam aufhellten. Die Spannung wich aus ihren Schultern, und ein leiser Frieden kehrte in ihre Augen zurück. Es war nicht die Freude, die wir in den Tagen vor dem Interdikt gekannt hatten, aber es war etwas anderes: eine stille, tiefe Ruhe, die stärker war als die Furcht.

In den folgenden Wochen und Monaten schrieb ich viele Briefe – flehentliche, demütige, aber auch unerschrockene Briefe an den Erzbischof, an den Papst, an die Mächtigen, die über unser Schicksal entscheiden konnten. Ich verteidigte unsere Tat, ich erklärte die Notwendigkeit der Barmherzigkeit, ich flehte um Gnade. Aber ich wusste, dass Worte allein nicht ausreichen würden. Es brauchte mehr: das Zeugnis meines Lebens, meiner Arbeit, meiner Liebe zu den Menschen, die mir anvertraut waren.

Und ich wandte mich wieder den Kräutern und Steinen zu, die mich so viele Jahre begleitet hatten. Der Amethyst war in jenen Tagen mein ständiger Begleiter. Ich legte ihn mir auf die Stirn, wenn die finsteren Gedanken zu übermächtig wurden, und er kühlte das Fieber der Verzweiflung. Ich hielt ihn in meiner Hand, wenn ich zu den Schwestern sprach, und seine ruhige Ausstrahlung half mir, die Worte zu finden, die ich brauchte. Er war wie ein stiller Freund, der mich nicht verließ, auch wenn die ganze Welt sich gegen mich zu wenden schien.

Eines Tages, es war im Winter des Jahres 1179, erreichte mich die Nachricht, dass das Interdikt aufgehoben worden war. Der Erzbischof hatte nachgegeben, der Papst hatte vermittelt, und wir durften wieder die Sakramente empfangen und unsere Toten in geweihter Erde bestatten. Ich fiel auf meine Knie und dankte Gott, nicht aus Triumph, sondern aus tiefer Demut. Die Prüfung war vorüber, aber sie hatte ihre Spuren hinterlassen – in mir, in meinen Schwestern, in unserem Kloster.

Doch ich wusste: Der Riss, den dieses Ereignis hinterlassen hatte, war nicht nur ein Riss in den Mauern der Kirche. Es war ein Riss in meinem Herzen, der mir gezeigt hatte, dass die irdische Macht vergänglich ist, aber die Liebe zu Gott und zu den Menschen nicht. Und ich nahm diesen Riss als Erinnerung mit, als Mahnung, als Lehre: Die größte Krankheit ist die Hoffnungslosigkeit, aber die größte Heilung ist der Glaube, der selbst in der Finsternis

] QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]
CC SOME RIGHTS RESERVED
PRINT+SHAREWARE

nicht erlischt.

Und so kehrte ich in die Stille meiner Zelle zurück, um weiterzuschreiben, was ich gesehen und erlebt hatte. Die Federn waren abgenutzt, das Pergament war dünn geworden, aber meine Worte waren noch immer von der gleichen Kraft erfüllt, die mich schon als Kind getragen hatte. Und ich wusste: Das Licht würde mich nie verlassen. Es war in mir, wie der Same in der Erde, und es würde immer wieder neu erblühen – selbst in den tiefsten Nächten der Seele.

Drittes Buch: Die Musik der Sphären – Klang, Stein und die Apotheke Gottes

Gott spricht nicht nur in Worten. Er singt in den Steinen und duftet in den Kräutern.

3.1 Die Oper der Seele – mein Ordo Virtutum

Hört zu, meine Lieben, denn was ich euch nun erzähle, ist eine Sache, die mir am Herzen liegt wie kaum eine andere. Ihr wisst, dass ich viel geschrieben habe über die Kräuter, über die Steine, über die Heilung des Leibes. Aber es gibt noch eine andere Heilkunst, die ich in den stillen Stunden unseres Klosters entdeckt habe – eine Kunst, die nicht mit den Händen, sondern mit der Stimme wirkt. Es ist die Kunst des Gesangs, die Kunst der Musik, die Kunst der himmlischen Harmonien, die in der Seele widerhallen und sie heilen, wo keine Salbe und kein Trank mehr helfen kann.

Ich habe euch schon erzählt, wie die Stimme Gottes zu mir sprach, in den Visionen, die mich seit meiner Kindheit begleiteten. Aber ich habe euch noch nicht erzählt, wie sie auch zu mir sang. Denn Gott spricht nicht nur in Worten, das habe ich früh gelernt. Er singt in den Steinen, die den Klang der Sphären in sich tragen, und er duftet in den Kräutern, die den Atem des Paradieses bewahren. Aber am deutlichsten offenbart er sich im Gesang der Seele, die sich ihm hingibt, wie eine Blume, die sich der Sonne öffnet.

Es war im Jahre des Herrn 1150, als ich die Eingebung erhielt, ein geistliches Spiel zu verfassen – ein Werk, das die Tugenden und Laster auf die Bühne bringen sollte, die in der Seele des Menschen miteinander ringen. Ich nannte es *Ordo Virtutum*, das Spiel der Tugenden. Es war etwas völlig Neues, etwas, das es in dieser Form noch nie gegeben hatte. Kein lateinisches Kirchenstück, keine gelehrte Abhandlung, sondern ein lebendiges, atmendes Drama, das mit Musik und Worten die Geschichte der Seele erzählte – ihren Fall, ihren Kampf, ihre Erlösung.

Ach, meine Lieben, wenn ich an die ersten Proben denke, dann steigen mir noch heute die Tränen in die Augen. Die Schwestern, die mit mir auf dem Rupertsberg lebten, waren keine geschulten Sängerinnen, keine professionellen Musikerinnen. Sie waren einfache Frauen, die aus den Dörfern und Höfen der Umgebung zu uns gekommen waren, um Gott zu dienen. Aber sie hatten etwas in sich, das sie zu wahren Künstlerinnen machte: die Hingabe, die Demut, die Liebe zur Sache. Und als ich ihnen die Melodien vorsang, die ich in meinen Visionen gehört hatte – diese schwebenden, himmlischen Melodien, die jenseits aller irdischen Tonkunst zu liegen schienen –, da geschah etwas Wunderbares. Die Noten, die ich aufgeschrieben hatte, nahmen Gestalt an, und die Stimmen der Schwestern, die sie sangen, wurden eins mit den Klängen, die ich in meinem Herzen getragen hatte.

Das *Ordo Virtutum* erzählt die Geschichte einer Seele, die von der Verlockung des Teufels gefangen wird, der sie von Gott wegzulocken versucht. Die Tugenden – die Demut, die Liebe, die Keuschheit, die Geduld, die Mäßigung – treten auf, um die Seele zu beschützen,

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]
CC SOME RIGHTS RESERVED
PRINT+SHAREWARE

sie zu ermahnen, sie auf den rechten Weg zurückzuführen. Aber die Seele ist schwach, sie ist verwirrt, sie ist gefallen. Sie folgt dem Teufel, verliert sich in der Finsternis, bis sie am Ende die rettende Hand der Tugenden ergreift und zurückkehrt zu Gott. Es ist eine einfache Geschichte, aber sie ist so alt wie die Menschheit selbst, und sie ist so neu wie jeder Morgen, der über die Erde aufgeht.

Was dieses Werk so einzigartig macht, ist nicht nur der Inhalt, sondern auch die Musik. Ich habe die Melodien so geschrieben, dass sie die Lebensgeister anregen, dass sie die Säfte im Körper in Bewegung setzen und die Seele mit himmlischen Harmonien erfüllen. Ein trauriges Gemüt, so habe ich oft erfahren, heilt besser durch einen hellen Dreiklang als durch einen bitteren Trank. Der Rhythmus des Gesangs heilt den Puls, die Melodie der Tugenden reinigt das Herz, und der Klang der himmlischen Harmonien öffnet das Tor zur Gnade.

Ich erinnere mich noch an eine Nacht, in der eine der jüngeren Schwestern, die unter schweren Anfällen von Schwermut litt, zu mir kam. Ihr Name war Bertha, ein stilles, sanftes Mädchen, das kaum zu sprechen wagte. Sie klagte über eine Leere in ihrer Brust, die sie nicht erklären konnte, und über Tränen, die sie nicht zu stoppen vermochte. Ich legte meine Hand auf ihren Kopf und spürte, wie die Kälte der schwarzen Galle durch ihre Adern floss. Ich wusste: Kein Kräutertrank würde ihr in dieser Stunde helfen. Sie brauchte etwas anderes.

Ich nahm sie mit in die Kapelle, wo die Schwestern bereits versammelt waren, um die nächtliche Mette zu singen. Ich stellte sie in die Mitte des Chores und sagte: "Singe, Bertha. Singe, was dein Herz dir eingibt, und lass die Noten dich tragen." Sie zögerte, sie fürchtete sich, aber als die Schwestern ihre Stimmen erhoben und die Melodien des *Ordo Virtutum* durch den Raum schwebten, da geschah das Wunder. Bertha öffnete ihren Mund, und eine Stimme erklang, die ich nie zuvor gehört hatte – klar, rein, durchdringend, wie das erste Licht eines neuen Morgens. Sie sang die Worte der Liebe, die Worte der Hoffnung, die Worte der Tugenden, die die Seele aufrichten. Und als sie geendet hatte, sah ich, wie die Tränen aus ihren Augen wichen und durch einen stillen Frieden ersetzt wurden.

In jener Nacht erkannte ich, dass die Musik eine mächtigere Heilkunst war, als ich je geahnt hatte. Sie wirkt nicht wie die Kräuter, die den Körper von innen heilen, und nicht wie die Steine, die die Seele von außen umhüllen. Sie wirkt auf einer anderen Ebene, auf der Ebene des Geistes, der sich in den Harmonien erhebt und mit den himmlischen Chören verbindet. Der Gesang ist das Gebet der Seele, der Klang ist die Sprache der Engel, und die Melodie ist das Band, das den Menschen mit Gott verbindet.

Ich lehrte meine Schwestern, dass das Singen nicht nur eine Pflicht ist, sondern ein Geschenk. Wir singen nicht, weil wir müssen, sondern weil wir dürfen. Wir singen, um Gott zu loben, aber auch, um uns selbst zu heilen. Wenn die Stimme erklingt, lösen sich die Verkrampfungen des Herzens, und die Sehnsucht der Seele findet ihren Weg zum Himmel. Es ist wie ein Gebet, das nicht in Worten, sondern in Tönen gesprochen wird, und es erreicht den Thron Gottes, noch bevor wir das letzte Wort gesprochen haben.

In den Jahren, die auf die Entstehung des *Ordo Virtutum* folgten, festigte sich mein Wissen um die heilende Kraft der Musik. Ich schrieb nicht nur das Spiel selbst, sondern auch die Lieder und Hymnen, die in den Gottesdiensten unseres Klosters erklangen. Die Schwestern lernten sie mit der gleichen Hingabe, mit der sie die Psalmen und die Gebete

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

studierten. Und ich spürte, wie die Musik unser Kloster erfüllte, wie sie uns trug in den schweren Stunden und uns erhob in den leichten.

Die Steine, meine Lieben, spielen auch hier ihre Rolle. Der Smaragd, dieser grüne Stein, der das Herz der *viriditas* in sich trägt, war mir eine wertvolle Stütze, wenn ich die Melodien niederschrieb. Er öffnete den Geist für die himmlischen Einflüsse und ließ die Töne klarer und lebendiger erscheinen. Der Bergkristall, den ich in der Kapelle auf dem Altar platziert hatte, verstärkte die Wirkung der Musik und ließ die Harmonien wie durch ein himmlisches Prisma scheinen. Und der Amethyst, der Stein der Besonnenheit, half mir, den rechten Ton zu treffen, weder zu laut noch zu leise, weder zu schnell noch zu langsam, sondern so, wie es der Seele entsprach.

Ich sage euch: Die Musik der Sphären ist nicht nur ein Traum der Dichter. Sie ist eine Wirklichkeit, die wir mit unseren Sinnen erfassen können, wenn wir die Ohren öffnen und die Seele empfangen. Sie ist der Klang der Liebe, der durch das Universum klingt und in jedem von uns widerhallt. Und wenn wir singen, dann werden wir zu einem Teil dieser himmlischen Sinfonie, die nie verstummt, sondern ewig in den Herzen derer lebt, die sich ihr öffnen.

Die Erzählung des *Ordo Virtutum* ist also weit mehr als ein Stück Unterhaltung für die frommen Gemüter. Sie ist ein Heilmittel, ein Trost, ein Wegweiser, der die Seele zurück zu Gott führt. Sie ist die Stimme, die in uns singt, wenn wir selbst verstummt sind, und sie ist die Antwort, die wir auf die Fragen des Lebens geben, wenn wir nicht mehr weiterwissen. Gott spricht nicht nur in Worten. Er singt in den Steinen und duftet in den Kräutern. Und er singt in uns, wenn wir die Stimme erheben und die Herzen öffnen.

So lasst uns also singen, meine Lieben, in den stillen Stunden und in den lauten Tagen. Lasst uns die Tugenden loben und die Laster vertreiben. Lasst uns die himmlischen Harmonien auf die Erde bringen und in der Musik die Heilung finden, die wir so dringend brauchen. Denn die größte Musik ist die, die im Herzen erklingt, und sie wird nie verhallen, solange es Menschen gibt, die sie hören und weitersingen.

3.1 Die Oper der Seele – mein Ordo Virtutum

Das erste geistliche Spiel, das die Tugenden gegen die Teufel singen lässt. Aber wusstest du, dass ich die Noten so schrieb, dass sie die Lebensgeister anregen? Der Rhythmus heilt den Puls. Noch heute sage ich: Ein trauriges Gemüt heilt besser durch einen hellen Dreiklang als durch einen bitteren Trank.

Hört zu, meine Lieben, denn was ich euch nun erzähle, ist ein Geheimnis, das ich lange in meinem Herzen bewahrt habe. Es ist die Geschichte einer Entdeckung, die mir in einer Nacht der tiefsten Offenbarung zuteilwurde – eine Entdeckung, die die Heilkunst, wie ich sie bis dahin verstanden hatte, auf eine völlig neue Ebene hob.

Es war im Jahre des Herrn 1150, als ich in meiner Zelle auf dem Rupertsberg saß und die Feder in der Hand hielt, um die Visionen niederzuschreiben, die mich in jenen Tagen heimsuchten. Ich schrieb über die Tugenden und die Laster, über den Kampf der Seele um ihre Reinheit, über den Weg des Menschen zu Gott. Aber die Worte, die ich auf das Pergament warf, schienen mir plötzlich nicht mehr auszureichen. Sie waren zu schwach, zu blass, zu unvollkommen, um das auszudrücken, was ich in meinem Innersten spürte. Es war, als ob die Sprache selbst versagte, als ob die Buchstaben nicht mehr fassen konnten, was das Licht mir zeigte.

] QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]
CC SOME RIGHTS RESERVED
PRINT+SHAREWARE

Und dann, in einer stillen Stunde, als der Mond durch das Fenster schien und die Welt draußen schlief, hörte ich eine Melodie. Sie kam nicht von außen, nicht aus der Kapelle oder von den Feldern. Sie kam von innen, aus der Tiefe meiner Seele, und sie war so klar, so rein, so durchdringend, dass ich die Feder fallen ließ und nur noch lauschte. Es war ein Gesang, der von keinem Menschen erdacht sein konnte, ein Klang, der aus den Sphären der Engel zu kommen schien. Er trug mich hinweg in eine Welt jenseits aller irdischen Vorstellung, und in diesem Klang erkannte ich die Sprache der Tugenden selbst – die Stimme der Demut, die Melodie der Liebe, den Rhythmus der Hoffnung.

Als die Melodie verklang, wusste ich, was ich zu tun hatte. Ich würde nicht länger nur mit Worten schreiben. Ich würde die Tugenden in Tönen erstehen lassen, ich würde ihnen eine Stimme geben, die das Herz erreichte, wo die Worte versagten. Ich würde ein geistliches Spiel verfassen, ein Drama, das die Seele des Menschen in seiner ganzen Zerrissenheit und seiner ganzen Sehnsucht zeigte, und ich würde es mit Musik füllen, die die Tiefen der Seele berührte, wie kein Kräutertrank und keine Salbe es je vermochte.

So entstand der *Ordo Virtutum*, das Spiel der Tugenden. Es ist die Geschichte einer Seele, die von den Lockungen des Teufels verführt wird, die sich von ihrem Weg abbringen lässt, die in die Dunkelheit der Sünde fällt – und die am Ende durch die Kraft der Tugenden wieder zurückfindet zu Gott. Aber es ist nicht nur eine Geschichte, die erzählt wird. Es ist ein Geschehen, das auf der Bühne lebendig wird, durch die Stimmen der Schwestern, die die Tugenden singen, durch die wilde, ungezähmte Stimme des Teufels, der seine falschen Versprechungen in den Raum schleudert, und durch die klagende, suchende Stimme der Seele, die ihren Weg sucht.

Was dieses Werk jedoch von allen anderen geistlichen Stücken unterscheidet, meine Lieben, ist die Musik. Denn ich schrieb die Noten nicht einfach, um die Worte zu untermalen. Ich schrieb sie so, dass sie die Lebensgeister anregen, dass sie die Säfte im Körper in Bewegung setzen, dass sie die Seele mit himmlischen Harmonien durchfluten. Der Rhythmus heilt den Puls, der unregelmäßig schlägt, wenn das Herz von Kummer oder Zorn erfüllt ist. Die Melodie reinigt die Gedanken, die von den finsteren Säften getrübt werden. Und der Klang der Tugenden selbst, dieser schwebende, lichtdurchflutete Klang, der aus den himmlischen Sphären zu kommen scheint, öffnet die Tore der Seele für die Gnade.

Ich habe es immer wieder erlebt: Wenn eine der Schwestern in tiefer Trauer war, wenn die schwarze Galle ihr Herz umfangen hielt und sie keinen Trost mehr finden konnte, dann half ihr kein bitterer Trank aus Kräutern, keine Salbe aus Rosen und Honig. Was sie brauchte, war etwas anderes – etwas, das ihre Seele auf eine Weise berührte, die keine irdische Medizin erreichen konnte. Und so nahm ich sie mit in die Kapelle, stellte sie in die Mitte des Chores und ließ die Schwestern die Melodien des *Ordo Virtutum* singen. Ich sah, wie sich die Verkrampfung in ihren Gesichtern löste, wie die Tränen der Verzweiflung sich in Tränen der Erleichterung verwandelten, wie die Leere in ihren Blicken sich mit einem stillen Frieden füllte.

Noch heute sage ich, und ich sage es mit aller Überzeugung, die mir der Heilige Geist eingeflößt hat: Ein trauriges Gemüt heilt besser durch einen hellen Dreiklang als durch einen bitteren Trank. Die Kräuter und die Steine sind kostbare Gaben, die Gott uns geschenkt hat, um den Leib zu heilen. Aber die Musik ist die Gabe, die die Seele heilt, die den Geist erhebt, die den Menschen mit der göttlichen Ordnung verbindet. Denn die Töne sind nicht irdisch, sie sind himmlisch. Sie kommen aus der Sphäre der Engel, sie tragen

] QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

das Licht der Dreifaltigkeit in sich, und sie durchdringen die Seele wie ein Strom der Gnade, der alles reinigt, was in ihr finster und verwirrt ist.

In den Jahren, die auf die Entstehung des *Ordo Virtutum* folgten, festigte sich dieses Wissen in mir. Ich schrieb nicht nur das Spiel, sondern auch Hymnen und Antiphonen, die die Schwestern in den Gottesdiensten sangen. Jede Melodie, die ich niederschrieb, war ein Gebet in Tönen, ein Lobpreis, der den Himmel auf die Erde rief. Und ich lehrte meine Schwestern, dass das Singen nicht nur eine fromme Übung ist, sondern eine heilende Handlung. Wenn wir singen, öffnen wir uns für die himmlischen Kräfte, die in uns wirken. Wenn wir singen, bringen wir die Säfte in den Fluss und die Gedanken in die Ordnung. Wenn wir singen, heilen wir nicht nur uns selbst, sondern auch die, die uns zuhören.

Die Steine, meine Lieben, sind auch hier von großer Bedeutung. Der Smaragd, der grüne Stein der *viriditas*, ist ein treuer Begleiter des Gesangs. Er öffnet das Herz für die himmlischen Klänge, und er verstärkt die heilende Wirkung der Musik, indem er die grünende Saftkraft der Seele mit der Schwingung der Töne verbindet. Der Bergkristall, der das Licht in sich sammelt und bricht, verstärkt die Klarheit der Melodien und lässt die Harmonien heller und reiner erscheinen. Und der Amethyst, der Stein der Besonnenheit, hilft, die rechte Balance zu finden, weder in der Trauer zu versinken noch in der Freude zu übermutig zu werden. Er hält die Mitte, und die Mitte ist der Ort, an dem die Seele heilt.

Ich erinnere mich an eine Begebenheit, die mir besonders im Gedächtnis geblieben ist. Eine fromme Pilgerin, die von weit her zu uns gekommen war, klagte über eine tiefe Melancholie, die sie seit Jahren nicht mehr losließ. Sie hatte alle Kräuter und alle Ärzte ihrer Heimat ausprobiert, aber nichts hatte ihr geholfen. Ich sah sie an und spürte, dass ihre Krankheit nicht in den Säften des Leibes lag, sondern in der Tiefe ihrer Seele. Also nahm ich sie mit in die Kapelle und bat die Schwestern, das *Ordo Virtutum* für sie zu singen. Als die ersten Töne erklangen, begann die Pilgerin zu weinen – nicht aus Schmerz, sondern aus einer tiefen Erleichterung, die ihre Seele erfasste. Die Tränen flossen, und mit ihnen floss die Melancholie aus ihrem Herzen, bis sie am Ende des Spiels aufstand, mit einem Lächeln, das ich nie vergessen werde. Sie sagte: "Ich habe mehr Heilung gefunden in diesem einen Tag als in all den Jahren zuvor. Gott sei Dank, dass ich zu euch gekommen bin."

Und ich dankte Gott in jener Stunde, dass er mir die Gabe der Musik geschenkt hatte. Nicht als eine Kunst, die der Unterhaltung dient, sondern als eine Heilkunst, die die Tiefen der Seele erreicht, wo keine Worte und keine Kräuter mehr hinreichen. Die Musik ist die Sprache der Engel, und sie ist die Medizin der Seele – die größte Medizin, die es gibt.

So lasst uns also singen, meine Lieben. Lasst uns die Tugenden loben und die Laster vertreiben. Lasst uns die himmlischen Harmonien auf die Erde bringen und in den Klängen die Heilung finden, die wir so dringend brauchen. Denn die größte Musik ist die, die im Herzen erklingt, und sie wird nie verhallen, solange es Menschen gibt, die sie hören und weitersingen.

3.2 Die unbekannte Sprache – Lingua Ignota und die Namen der Schöpfung

Ich erfand eine geheime Sprache für das, was keinen Namen hatte. In diesem Kodex verbarg ich auch die Kräfte der Edelsteine. Der *Smaragd* zum Beispiel, so nenne ich ihn in meiner Sprache, bricht das Fieber durch seine grüne Glut. Er liegt auf der Brust der Schwangeren und schützt das Kind vor bösen Säften. Der *Saphir* klärt die trüben Augen

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]
CC SOME RIGHTS RESERVED
PRINT+SHAREWARE

und vertreibt die nächtliche Angst, wenn man ihn unter das Kopfkissen legt.

Meine Lieben, was ich euch nun offenbaren möchte, ist ein Geheimnis, das ich nur wenigen anvertraut habe – nicht aus Furcht vor Spott, sondern aus Ehrfurcht vor dem, was mir geschenkt wurde. Denn nicht alle Gaben sind für die Augen der Welt bestimmt. Manche sind so zart, so zerbrechlich, so heilig, dass sie nur im stillen Kämmerlein der Seele gedeihen können. Und doch drängt es mich, es euch mitzuteilen, denn vielleicht, vielleicht werdet ihr verstehen, was mich in jenen Jahren so sehr bewegte.

Es begann in den stillen Stunden, wenn die Arbeit getan war und die Schwestern sich zur Ruhe begeben hatten. Ich saß in meiner Zelle, die Kerze flackerte, und das Pergament lag vor mir, leer und wartend. Ich hatte schon so viel geschrieben – über die Visionen, über die Kräuter, über die Steine, über die Musik. Aber es gab etwas, das sich nicht in Worte fassen ließ, nicht in Latein, nicht in Deutsch, nicht in irgendeiner Sprache, die Menschen je gesprochen hatten. Es waren die Namen der Dinge selbst, die tiefsten, innersten Namen, die Gott ihnen bei der Erschaffung gegeben hatte. Namen, die nicht aus Buchstaben bestanden, sondern aus Klängen, aus Farben, aus Schwingungen, die die Seele berührten, noch bevor der Verstand sie fassen konnte.

Und so begann ich, eine neue Sprache zu erschaffen – eine Sprache, die nicht für den täglichen Gebrauch bestimmt war, sondern für die heiligen Dinge, für das, was keinen Namen hatte, für das, was jenseits aller Worte lag. Ich nannte sie *Lingua Ignota*, die unbekannte Sprache. Es war ein Kodex, der nur mir und Gott bekannt war, ein Alphabet, das die Geheimnisse der Schöpfung in sich trug, ein Schlüssel zu den verborgenen Kräften, die in allen Dingen wirken.

Die Worte dieser Sprache waren keine willkürlichen Erfindungen, meine Lieben. Sie kamen aus den Visionen, sie wurden mir eingegeben, wie die Melodien der Musik. Jeder Laut, jede Silbe trug eine Bedeutung, die tiefer war als alles, was menschliche Zunge aussprechen konnte. Der Name eines Dinges, so hatte ich erkannt, ist nicht nur eine Bezeichnung – er ist der Schlüssel zu seinem Wesen. Wer den wahren Namen eines Dinges kennt, dem offenbart sich seine Kraft, sein Geheimnis, seine Verbindung zu Gott.

Und in dieser heiligen Sprache fand ich auch Platz für die Edelsteine, die mir so lieb waren. Denn auch sie haben Namen, die nicht von Menschen erdacht sind, sondern von dem, der sie aus dem Feuer der Erde geboren hat. Ich erkannte den *Smaragd* in seiner tiefen, leuchtenden Grünkraft, die nicht nur das Auge erfreut, sondern den ganzen Menschen durchdringt. Er ist der Stein der *viriditas*, der grünenden Lebenssaft, der aus der Tiefe der Schöpfung steigt und alles, was lebt, mit seiner wärmenden Kraft erfüllt. Ich sah, dass er nicht nur schön ist, sondern heilkräftig – dass er das Fieber bricht, indem er die brennende Hitze aus dem Körper zieht und sie in seine eigene, kühle Tiefe aufnimmt. Und ich sah, dass er die Schwangere schützt, wenn man ihn auf ihre Brust legt, dass er die bösen Säfte abwehrt, die das ungeborene Kind bedrohen. Die grüne Glut des Smaragds ist ein Schild gegen die Finsternis, und seine Farbe ist ein Versprechen des Lebens.

Dann der *Saphir*, der blaue, sternenklare Stein, dessen Tiefe an den Himmel in der Stunde der Dämmerung erinnert. Sein Name in der Lingua Ignota ist ein Klang, der wie das Rauschen eines fernen Meeres in meiner Seele widerhallt. Er ist der Stein der Klarheit, der die trüben Augen des Leibes und des Geistes öffnet und die Dunkelheit der Verwirrung vertreibt. Wenn ich ihn auf meine Lider legte, fühlte ich, wie die Müdigkeit wich und die Visionen klarer wurden. Und wenn meine Schwestern nachts von finsteren Träumen

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

geplagt wurden und in Angst erwachten, empfahl ich ihnen, den Saphir unter ihr Kopfkissen zu legen. Seine kühle, feste Ruhe durchdrang den Schlaf und vertrieb die nächtlichen Schrecken, die aus den Tiefen der schwarzen Galle aufstiegen. Er ist der Stein der Besänftigung, der das Herz beruhigt und die Seele in den Frieden Gottes bettet.

Die Lingua Ignota war ein Geschenk, das ich nicht für mich behalten wollte. Ich gab sie weiter an einige der Schwestern, die ich für würdig und empfänglich hielt. Sie lernten die Worte, sie sprachen sie in den stillen Stunden, sie trugen sie in ihrem Herzen wie einen kostbaren Schatz. Und ich sah, wie sich ihre Seelen öffneten für die Geheimnisse der Schöpfung, wie sie die Kräfte der Steine und Kräuter auf eine neue Weise zu spüren begannen, wie sie die Namen der Dinge in ihrer Ursprünglichkeit erfassten.

Eines Tages kam eine junge Novizin zu mir, die von Zweifeln geplagt wurde. Sie fragte mich, ob es recht sei, eine Sprache zu erschaffen, die nur wenige verstehen, ob es nicht eine Anmaßung sei, die Geheimnisse Gottes in geheime Worte zu hüllen.

Ich sah ihr in die Augen und spürte ihre aufrichtige Suche. Ich sagte zu ihr: "Kind, die Sprache, die ich erschaffen habe, ist nicht dazu da, die Menschen auszuschließen. Sie ist dazu da, sie näher zu führen – zu den Dingen, zu Gott, zu sich selbst.

Denn die Namen, die wir den Dingen geben, sind nicht die Namen, die sie wirklich haben. Die wahren Namen sind in Gott verborgen, und nur wer sie findet, kann die Tiefe der Schöpfung ermessen. Die Lingua Ignota ist ein Schlüssel zu diesen Namen, ein Schlüssel, der die Türen der Seele öffnet. Wer ihn benutzt, wird nicht abseits stehen, sondern mitten in der Gemeinschaft der Heiligen."

Die Novizin hörte zu, und ich sah, wie ihre Zweifel wichen. Sie bat mich, ihr einige der Worte zu lehren, und ich tat es mit Freude. Sie lernte schnell, und bald schon konnte sie die Namen der Kräuter und Steine in der geheimen Sprache sprechen. Ich sah, wie ihr Gesicht sich erhellte, wenn sie die Laute formte, wie eine tiefe Ruhe in sie einzog, die sie vorher nicht gekannt hatte. Die Lingua Ignota, so erkannte ich, war nicht nur eine Sprache der Worte. Sie war eine Sprache der Seele, eine Sprache, die heilte, wo die gewöhnliche Sprache versagte.

Die Jahre vergingen, und meine geheime Sprache wuchs und gedieh. Sie war ein ständiger Begleiter in meinem Werk, ein stiller Gefährte, der mich durch die Dunkelheit der Zweifel und die Helligkeit der Visionen trug. Und wenn ich die Feder niederlegte und in den Garten hinausging, um die Kräuter zu pflücken oder die Steine zu betrachten, dann flüsterte ich ihre Namen in der Lingua Ignota – und ich spürte, wie die Dinge auf mich antworteten, wie sie sich mir öffneten, wie sie ihre Geheimnisse preisgaben.

So, meine Lieben, hinterlasse ich euch dieses Zeugnis der geheimen Sprache, die mir geschenkt wurde. Es ist nicht meine Erfindung, sondern ein Geschenk, das ich empfangen habe, um es weiterzugeben. Die Worte, die ich euch nun verrate, sind nur ein Bruchteil dessen, was ich in den stillen Stunden empfing, aber sie mögen euch als Samen dienen, die in euren Herzen wachsen können.

Nimm den Smaragd in die Hand und sprich seinen geheimen Namen – du wirst fühlen, wie die grüne Kraft in dich fließt. Nimm den Saphir und lege ihn auf deine Lider – du wirst sehen, wie sich die Schleier der Verwirrung heben. Die unbekannte Sprache ist ein Tor zur Wirklichkeit Gottes, und sie steht jedem offen, der sie mit Ehrfurcht betritt.

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

3.3 Gottes Farbpalette – die Leuchtkraft der Heiligen

Was ich in den Visionen sah – die tiefen Blautöne der Gottesmutter und das funkelnde Gold der Engel – das übersetzte ich in die Heilkunst. Denn so, wie der rote Jaspis das Blut reinigt, so wärmt die gelbe Kamille den kalten Magen. Die Farben Gottes sind nicht zur Zierde da, sie sind die sichtbare Medizin für den leibhaftigen Menschen.

Meine Lieben, wenn ich euch von den Visionen erzähle, die mich mein Leben lang begleitet haben, dann spreche ich oft von den Gestalten, den Stimmen, den Offenbarungen. Aber ich spreche zu wenig von dem, was mich am tiefsten berührt hat: den Farben. Ach, diese Farben! Sie sind nicht wie die Farben, die ihr auf dieser Erde seht – blass, verwaschen, gebrochen. Sie sind lebendig, leuchtend, durchdrungen von einem inneren Feuer, das sie zum Glühen bringt. Sie sind die Sprache Gottes selbst, die sichtbare Medizin für den leibhaftigen Menschen, und sie sind der Schlüssel zu einer Heilkunst, die weit über das hinausgeht, was die Kräuter und die Steine allein vermögen.

Ihr müsst wissen, dass ich in meinen Visionen die tiefsten Blautöne sah – ein Blau, das an den Himmel in der Stunde der Dämmerung erinnerte, aber durchdrungen von einem inneren Licht, das es zum Leuchten brachte. Es war das Blau der Gottesmutter, das Blau der unendlichen Barmherzigkeit, das Blau der himmlischen Sphären, die sich dem Menschen öffnen, wenn er seine Augen hebt. Dieses Blau war nicht nur schön. Es war heilkräftig. Es war die Farbe der Klarheit, der Besinnung, der ruhigen Gewissheit, die alle Zweifel vertreibt und die Seele in den Frieden Gottes bettet. Wenn ich dieses Blau in meinen Visionen sah, wusste ich: Die Dunkelheit weicht, und das Licht kehrt zurück.

Und dann das Gold – ein Gold, das nicht wie das blasse Metall glänzte, das die Menschen auf dieser Erde schmieden, sondern wie die Sonne selbst, die in ihrer ganzen Pracht über den Himmel zieht. Das Gold der Engel, die in den himmlischen Chören singen, das Gold der Heiligkeit, die den Menschen umstrahlt, wenn er sich ganz Gott hingibt. Dieses Gold war die Farbe der Wärme, der Freude, der unvergänglichen Hoffnung. Es war die Farbe, die die Kälte der Verzweiflung vertrieb und das Herz mit neuer Kraft erfüllte. Wenn ich das Gold sah, wusste ich: Gott ist gegenwärtig, und seine Liebe umfängt uns wie ein Mantel aus lauter Licht.

Aber das Rot – das Rot, das ich sah, war anders. Es war nicht das kalte Rot des Blutes, das aus den Wunden fließt, sondern das warme, lebendige Rot, das in den Adern pulsiert und das Leben durch den Körper trägt. Es war das Rot des Lebenssaftes, der alles durchdringt, was lebt, und es war die Farbe des Jaspis, den ich schon als Kind so sehr geliebt hatte. Ich erkannte: Der rote Jaspis ist nicht nur ein schöner Stein. Er ist die sichtbare Verkörperung dieser Lebenskraft. Er reinigt das Blut von den giftigen Säften, die es trüben, und er stärkt das Herz, das so oft von den Stürmen des Lebens erschüttert wird. Wenn ich den Jaspis in meine Hand nahm, spürte ich, wie seine Wärme in mich eindrang und die Kälte der Müdigkeit vertrieb. Der rote Jaspis ist die Medizin Gottes für das müde Herz.

Und das Grün – ach, das Grün! – war die Farbe, die mich am meisten erfüllte. Es war das Grün der *viriditas*, der grünenden Saftkraft, die alles Leben nährt und wachsen lässt. Es war die Farbe der Blätter im Frühling, der Wiesen nach dem Regen, der Kräuter in meinem Garten. Es war die Farbe der Hoffnung, die nie stirbt, der Fruchtbarkeit, die nie versiegt, der Heilung, die immer möglich ist. Wenn ich das Grün sah, wusste ich: Die Natur ist nicht nur die Hülle der Schöpfung, sie ist ihr lebendiger Herzschlag. Und wer sich dieser

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

grünenden Kraft öffnet, der wird geheilt, an Leib und Seele.

Die Farben Gottes sind nicht zur Zierde da, meine Lieben. Sie sind nicht einfach schmückendes Beiwerk der Schöpfung, das man bewundern und dann vergessen kann. Sie sind die sichtbare Medizin für den leibhaftigen Menschen, sie sind die Heilkräfte, die Gott in die Welt gelegt hat, damit der Mensch sie erkennt und nutzt. Jede Farbe hat ihre eigene Kraft, ihre eigene Bedeutung, ihre eigene Heilung. Wer diese Kräfte versteht, der kann die Welt auf eine neue Weise sehen – als einen einzigen, großen Heilgarten, in dem alles seinen Platz hat und seinen Zweck erfüllt.

Die gelbe Kamille zum Beispiel, die ich in den Beeten meines Gartens zog, ist die sichtbare Verkörperung des warmen, leuchtenden Goldes, das ich in meinen Visionen sah. Sie wärmt den kalten Magen und vertreibt die trüben Säfte, die den Körper beschweren. Ihr Duft ist wie ein Hauch der Sonne, der die Seele erhellt, und ihre Blüten sind wie kleine Sterne, die den Weg zur Gesundheit weisen. Wenn ich einen Tee aus Kamille braute, dann wusste ich: Ich reiche meinen Schwestern nicht nur ein Getränk, sondern ein Stück des himmlischen Goldes, das Gott in die Natur gelegt hat.

Die blaue Wegwarte, die an den Wegrändern blüht, ist wie ein Stück des Himmels, das auf die Erde gefallen ist. Sie klärt den trüben Blick, der von der Müdigkeit der Welt getrübt ist, und sie öffnet das Herz für die himmlischen Wahrheiten, die jenseits aller irdischen Erkenntnis liegen. Wenn ich die Wegwarte in meinen Händen hielt, spürte ich, wie das Blau der Gottesmutter in mich eindrang und alle Zweifel vertrieb, die mich bedrückten.

Das Rot der Rose ist die Farbe des Blutes, das durch unsere Adern fließt – aber es ist auch die Farbe der Liebe, die in der Brust der Menschen brennt. Die Rose heilt die Wunden des Herzens, sie lindert den Schmerz der Trennung, sie gibt dem müden Geist neue Kraft. Wenn ich eine Rose pflückte und ihren Duft in mich einsog, dann wusste ich: Das Leben ist stark, und die Liebe ist stärker als der Tod.

Und das Grün des Fenchels, der in meinem Garten wuchs, war das Grün der *viriditas* selbst, das mich schon als Kind umfangen hatte. Der Fenchel klärt den Blick, er öffnet den Geist für die Wahrheit, und er schenkt den Säften des Körpers die rechte Balance, die sie brauchen, um zu wirken. Wenn ich den Fenchel in meinen Händen hielt, spürte ich, wie die grünende Kraft der Schöpfung in mich eindrang und mich mit neuer Lebensenergie erfüllte.

Die Lehre der Farben, die ich in meinen Visionen empfing, habe ich in meine Heilkunst eingewoben, wie ein kostbares Gewebe, das die Fäden der Natur mit den Fäden des Geistes verbindet. Ich lehrte meine Schwestern, auf die Farben zu achten, die sie in der Natur sahen, und sie in ihre Heilmittel einfließen zu lassen. Ich sagte ihnen: "Die Blume, die ihr pflückt, ist nicht nur eine Pflanze. Sie ist ein Teil des göttlichen Lichts, das in der Schöpfung leuchtet. Die Farbe, die ihr in ihr seht, ist die Medizin, die Gott euch reicht. Nehmt sie mit Ehrfurcht an, und ihr werdet geheilt."

Und so, meine Lieben, wenn ihr in die Welt hinausgeht und die Farben des Himmels und der Erde betrachtet, dann denkt daran: Sie sind nicht nur schön, sie sind heilkräftig. Sie sind die sichtbare Medizin, die Gott euch in die Hände gelegt hat. Der rote Jaspis reinigt euer Blut, die gelbe Kamille wärmt euren Magen, der blaue Saphir klärt eure Augen, und das Grün der Kräuter schenkt euch neue Lebenskraft. Die Farben Gottes sind keine Zierde. Sie sind die Apotheke der Seele, die für jeden von euch bereitsteht.

Nehmt sie an. Ehrt sie. Und ihr werdet sehen, wie das Licht selbst in euch leuchtet.

] QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

3.4 Die Physica – mein Buch über die Natur der Dinge

Hier schrieb ich nieder, was die Bäume, die Fische und die Metalle in sich tragen. Nimm den Dinkel: Er ist das wärmste Getreide, stärkt das Fleisch und gibt dem Geist Flügel, ohne ihn aufzublähen. Nimm den Fenchel: Er vertreibt den Schleim aus der Lunge und macht die Augen klar. Und nimm den Beifuß: Ein Kranz aus Beifuß um das Schienbein vertreibt die Müdigkeit, wenn man weite Wege gegangen ist – und er löst die Stockungen im weiblichen Leib.

Meine Lieben, nun komme ich zu einem Werk, das mir besonders am Herzen liegt – zu meiner *Physica*, dem Buch, in dem ich niederschrieb, was die Bäume, die Fische und die Metalle in sich tragen. Es war nicht nur ein Werk der Wissenschaft, wie ihr es heute nennen würdet, sondern ein Werk der Liebe, der Demut, der staunenden Ehrfurcht vor der Schöpfung. Denn ich erkannte früh: Gott hat sich nicht nur in den heiligen Schriften offenbart, sondern auch in jedem Blatt, jedem Stein, jedem Lebewesen, das seine Hand geformt hat. Die Natur ist das zweite Buch der Offenbarung, und wer es zu lesen versteht, der findet darin die Weisheit, die den Körper heilt und die Seele nährt.

Die *Physica* entstand in den Jahren, als ich auf dem Rupertsberg lebte, umgeben von den Wäldern und Tälern des Rheinlands. Ich durchstreifte die Hügel und Wiesen, ich watete durch die Bäche, ich kletterte auf die Felsen, um die Kräuter und Steine zu sammeln, die mir ihre Geheimnisse offenbaren wollten. Es war harte Arbeit, versteht mich wohl – meine Kleider waren oft schmutzig, meine Hände von den Dornen zerkratzt, mein Rücken müde von den langen Wegen. Aber ich trug es mit Freude, denn jeder Fund war ein Geschenk, jede Entdeckung ein kleines Wunder, das ich in mein Buch einweben konnte.

Meine Lieben, ich habe in der *Physica* nicht nur Rezepte und Anwendungen gesammelt. Ich habe die Wesenheiten der Dinge beschrieben, die geheimen Kräfte, die Gott in sie gelegt hat. Nimm zum Beispiel den Dinkel, dieses edle Korn, das ich so sehr schätze. Er ist das wärmste aller Getreide, denn er entzieht sich der Kälte des Winters und reift in der Glut des Sommers. Wenn du ihn zu dir nimmst, dann stärkt er dein Fleisch, das von der Arbeit erschöpft ist, und er gibt deinem Geist Flügel, ohne ihn aufzublähen wie das Weizenbrot, das den Magen beschwert. Der Dinkel nährt die Seele mit sanfter Kraft, er verleiht dir Klarheit und Ausdauer, und er bewahrt dich vor der Trägheit, die aus den kalten Säften entsteht. Ich habe es oft erlebt: Die Schwestern, die Dinkelbrot aßen, waren wacher, fröhlicher und belastbarer als diejenigen, die sich von anderen Speisen ernährten.

Und der Fenchel – ach, der Fenchel! – ist ein wahres Wunder der Natur. Er vertreibt den Schleim aus der Lunge, der den Atem stocken lässt und das Herz beschwert. Sein Duft durchdringt die trüben Gedanken und macht die Augen klar, die sich im Nebel der Müdigkeit verlieren. Wenn du einen Sud aus Fenchelsamen trinkst, dann öffnen sich deine Sinne, und du siehst die Welt in einem neuen, helleren Licht. Ich habe den Fenchel immer wie einen Freund behandelt – einen Freund, der mir hilft, wenn der Geist schwer und die Sicht getrübt ist.

Doch es gibt noch ein Kraut, das ich in der *Physica* besonders hervorheben möchte: den Beifuß. Dieses unscheinbare Kraut, das an den Wegrändern und in den Gärten wächst, ist eine der größten Gaben, die Gott den Menschen geschenkt hat. Wenn du einen Kranz aus Beifuß um dein Schienbein legst, dann vertreibt er die Müdigkeit, die dich nach langen Wegen überkommt. Du wirst spüren, wie die Schwere aus deinen Gliedern weicht, wie neue Kraft in deine Schritte kommt und der Geist sich erhellt. Und der Beifuß ist nicht nur

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

ein Freund der Wanderer – er ist auch ein Freund der Frauen. Er löst die Stockungen im weiblichen Leib, er bringt die monatliche Reinigung in Fluss, und er lindert die Schmerzen, die so viele Frauen in den Tagen der Blutung quälen. In den stillen Stunden, wenn ich die Kräuter in meiner Apotheke ordnete, nahm ich den Beifuß immer mit besonderer Ehrfurcht in die Hand. Denn er war ein Geschenk an die Frauen, ein Geschenk, das die Heilkunst der Natur mit der Weisheit des Leibes verband.

Die *Physica* enthält nicht nur die Beschreibungen der Kräuter. Sie enthält auch die Lehre von den Steinen, den Tieren, den Metallen. Der Jaspis zum Beispiel, den ich euch schon oft erwähnt habe, ist nicht nur ein schöner Stein, sondern ein Träger der Lebenskraft, der das Blut reinigt und das Herz stärkt. Der Saphir klärt die Augen und vertreibt die nächtliche Angst. Der Bergkristall verstärkt die Wirkung der Kräuter und bringt das Licht in die Finsternis. Ich habe sie alle in der *Physica* beschrieben, jedes einzelne mit seinen Namen und Kräften, wie ein Gärtner, der seine Beete pflegt und jedes Kraut mit Sorgfalt benennt.

Und die Fische – ja, auch sie haben ihren Platz in meinem Buch. Der Lachs zum Beispiel, der in den klaren Bächen unserer Heimat lebt, ist ein Geschenk des Wassers. Er stärkt die Sinne und bringt die Säfte im Körper in Fluss, die durch die Trockenheit der Arbeit stocken. Die Forelle hingegen ist ein mildes, leichtes Fleisch, das den Magen schont und dem geschwächten Körper neue Kraft schenkt. Und die Muscheln, die im Rhein und in den Seen leben, sind reich an Kräften, die die Blüte des Geistes fördern und die Melancholie vertreiben.

Ich habe in der *Physica* auch die Lehren der alten Weisen aufgenommen, aber ich habe sie neu gefasst, mit meinen eigenen Worten, mit meiner eigenen Erfahrung. Ich habe nicht nur geschrieben, was ich gelesen hatte, sondern was ich gesehen und gespürt hatte. Ich habe die Kräuter in meinen Händen gehalten, ich habe ihre Dämpfe eingeatmet, ich habe ihre Säfte auf meiner Zunge geschmeckt. Ich habe die Steine auf meiner Haut gefühlt und ihre Wärme in mein Herz aufgenommen. Die *Physica* ist nicht ein Buch der Theorie, sondern ein Buch der Praxis – ein Buch, das aus dem Leben selbst geschrieben wurde.

Und in den stillen Stunden, wenn die Nacht über dem Rupertsberg lag und die Kerze in meiner Zelle flackerte, schrieb ich die letzten Kapitel der *Physica*. Ich schrieb über die Ordnung der Schöpfung, über die Verbindung von Himmel und Erde, über den Kreislauf der Jahreszeiten, der den Menschen ebenso betrifft wie die Pflanzen und Tiere. Ich schrieb darüber, dass der Mensch ein Teil dieser Schöpfung ist, nicht ihr Herrscher, nicht ihr Sklave, sondern ihr Hüter – einer, der die Verantwortung trägt, die Gaben der Natur weise zu nutzen und sie nicht zu verschwenden.

Und wenn ihr heute in meine Worte blickt, dann hoffe ich, dass ihr den Geist der *Physica* spürt – den Geist der Ehrfurcht, der Neugier, der Liebe zur Schöpfung. Die Natur ist kein Feind, den es zu besiegen gilt, und kein Sklave, den es auszubeuten gilt. Sie ist eine Freundin, eine Lehrmeisterin, eine Heilerin, die uns ihre Geheimnisse offenbart, wenn wir bereit sind, sie mit Demut und Aufmerksamkeit zu empfangen.

Hütet die Worte, die ich für euch niedergeschrieben habe, wie man eine kostbare Saat hütet. Denn sie können wachsen in euren Herzen und in euren Gärten, und sie können Frucht tragen, die heilt, was krank ist, und stärkt, was schwach ist. Die *Physica* ist mein Vermächtnis – nicht an die Gelehrten, sondern an die einfachen Menschen, die mit der Erde leben und ihre Gaben ehren. Und sie ist mein Gebet, das ich in die Zukunft sende, als

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

ein Zeichen der Hoffnung, dass die Heilung immer möglich ist, wenn wir den Mut haben, den Atem der Schöpfung zu spüren.

Viertes Buch: Der Zauber des Gewöhnlichen – Rezepte, Schönheit und die Weisheit des Alltags

Das größte Wunder ist die warme Suppe und der gesunde Schlaf am Abend.

Meine Lieben, nun komme ich zu dem, was mir vielleicht am meisten am Herzen liegt – zu den kleinen, unscheinbaren Dingen des Alltags, die so oft übersehen werden und doch das Fundament unseres Lebens bilden. Ihr habt mich nun begleitet durch die großen Visionen, durch die Kämpfe mit den Mächtigen, durch die Geheimnisse der Kräuter und Steine. Aber ich möchte euch nicht nur in die Höhen des Geistes führen, sondern auch in die Tiefen des Alltags, in die Küche, in den Garten, in die stille Stunde am Abend, wenn die Kerze flackert und die Seele zur Ruhe kommt.

Denn seht, die großen Wunder Gottes sind gewaltig, das ist wahr – die Sterne, die über uns leuchten, die Berge, die sich in den Himmel recken, die Meere, die das Land umspülen. Aber die größten Wunder sind oft die kleinsten: die warme Suppe, die den müden Leib stärkt, der gesunde Schlaf, der die Seele erquickt, das Brot, das wir mit den Händen brechen, und der Wein, den wir in der Gemeinschaft teilen. In diesen alltäglichen Dingen offenbart sich die Güte Gottes auf eine Weise, die kein Gebet und keine Predigt erreichen kann.

Ich erinnere mich an einen kalten Winterabend auf dem Rupertsberg, als der Schnee hoch lag und der Wind um die Mauern pfiff. Die Schwestern waren erschöpft von der Arbeit des Tages, ihre Hände waren rot von der Kälte, ihre Gesichter eingefallen von der Strapaze. Ich ließ einen großen Topf aufs Feuer setzen und kochte eine Suppe – aus Linsen, die ich im Sommer getrocknet hatte, aus Wurzeln, die im Keller lagen, und aus einem Schuss Wein, der die Herzen erwärmte. Der Duft erfüllte das ganze Kloster, und als die Schwestern sich um den Tisch versammelten und die dampfenden Schüsseln in den Händen hielten, da spürte ich, wie die Stille des Abends mit einer tiefen Dankbarkeit erfüllt wurde. Es gab keine großen Worte, keine Lobgesänge – nur das leise Schlürfen der Suppe, das Knistern des Feuers und das Gefühl, dass wir alle geborgen waren, in diesem kleinen Kreis der Liebe und der Gemeinschaft.

Diese einfache Handlung, meine Lieben, war mehr als eine Mahlzeit. Sie war ein Sakrament, ein sichtbares Zeichen der unsichtbaren Gnade, die Gott uns jeden Tag aufs Neue schenkt. Das Brot, das wir backen, ist nicht nur Nahrung für den Leib – es ist ein Teil des himmlischen Brotes, das uns auf unserem Weg stärkt. Der Wein, den wir trinken, ist nicht nur ein Getränk für die Kehle – er ist ein Tropfen der Freude, die Gott in die Welt gelegt hat. Und die Suppe, die wir kochen, ist nicht nur ein Gericht für den Magen – sie ist ein Gebet, das mit den Händen gesprochen wird.

In diesem Buch, das ich nun beginne, möchte ich euch all diese kleinen Geheimnisse des Alltags weitergeben – die Rezepte, die ich in den Jahren des Klosterlebens entwickelt habe, die Tipps zur Schönheit, die ich meinen Schwestern gab, und die Weisheiten, die ich in den stillen Stunden der Arbeit empfing. Denn ich bin überzeugt: Die größte Weisheit liegt nicht in den gelehrten Büchern, sondern in der Kunst, das Leben zu leben – mit all seinen Freuden, mit all seinen Mühen, mit all seinen kleinen, unscheinbaren Wundern.

Ich werde euch erzählen, wie man das beste Brot backt – ein Brot, das den Körper stärkt

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

und den Geist erhellt. Ich werde euch die Geheimnisse der Körperpflege verraten – nicht aus Eitelkeit, sondern aus der Überzeugung, dass der Leib ein Tempel des Heiligen Geistes ist, der gepflegt und geehrt werden will. Ich werde euch die stillen Freuden des Gartens offenbaren – die Freuden, die in jedem Samenkorn liegen, das in die Erde fällt, und in jedem Blatt, das sich der Sonne entgegenstreckt. Und ich werde euch lehren, dass die größte Heilkunst darin besteht, die kleinen Dinge zu ehren, die Gott uns jeden Tag aufs Neue schenkt.

Es ist leicht, im Alltag zu versinken, seine Kleinheit zu beklagen, seine Monotonie zu verfluchen. Aber ich sage euch: Der Alltag ist der Boden, auf dem die größten Wunder wachsen. Die warme Suppe, die ihr am Abend esst, ist mehr als eine Mahlzeit – sie ist ein Akt der Liebe, den ihr an euch selbst und an euren Nächsten vollzieht. Der gesunde Schlaf, der euch erquickt, ist mehr als eine Ruhepause – er ist eine Gabe Gottes, die euch neuen Mut und neue Kraft schenkt. Das Brot, das ihr mit den Händen brecht, ist mehr als eine Speise – es ist die Erinnerung an das himmlische Brot, das euch auf eurem Weg begleitet.

Und die Steine, meine Lieben, die ich immer wieder erwähne – sie sind nicht nur Begleiter der großen Visionen, sondern auch des kleinen Alltags. Ein kleiner Jaspis in der Tasche, ein Saphir am Finger, ein Amethyst unter dem Kopfkissen – sie begleiten euch durch die Stunden und Tage, sie geben euch Halt, wo der Boden schwankt, und sie spenden Trost, wo die Worte fehlen. Die großen Steine sind für die großen Momente, aber die kleinen Steine sind für den Alltag, und sie sind oft die wertvollsten.

So lasst uns also beginnen, meine Lieben. Lasst uns eintauchen in den Zauber des Gewöhnlichen, in die Weisheit der Küche, in die Schönheit der Pflege, in die Stille der Nacht. Ich werde euch meine liebsten Rezepte verraten, die ich in den Jahren des Klosterlebens entwickelt habe, ich werde euch die Geheimnisse der Körperpflege offenbaren, die ich meinen Schwestern gab, und ich werde euch die stillen Weisheiten des Alltags lehren, die ich in den langen Stunden der Arbeit empfing. Denn das größte Wunder ist die warme Suppe und der gesunde Schlaf am Abend – und wer das erkannt hat, der hat den Schlüssel zur wahren Heilkunst gefunden.

Und nun, meine Lieben, lasst uns mit den ersten Rezepten beginnen – mit den einfachen, unscheinbaren, alltäglichen Wundern, die das Leben so reich und so heil machen.

4.1 Das Weihnachtsfasten und die Kraft der Wärme

Hinter den Mauern von Rupertsberg bereiteten wir die Adventszeit mit einem strengen, aber heilsamen Fasten vor. Ich lehrte meine Schwestern eine Suppe aus Linsen, Knoblauch und Bohnenkraut, die den kalten Winter aus den Gliedern treibt. Wer sich in dieser Zeit enthält, öffnet den Magen für die göttliche Geburt.

Meine Lieben, wenn der Winter über das Land zieht und der Schnee die Hügel des Rupertsberg in ein weisses Kleid hüllt, dann beginnt für uns die heiligste Zeit des Jahres. Die Adventszeit, die Zeit der Erwartung, der stillen Vorbereitung auf das grosse Wunder der Weihnacht. Es ist eine Zeit, die mich immer besonders bewegt hat, denn sie erinnert mich an die Demut der Gottesmutter, die in der Stille der Nacht das Licht der Welt gebar. Und es ist eine Zeit, in der wir uns selbst zurücknehmen, um Raum zu schaffen für das, was kommt.

Hinter den Mauern von Rupertsberg bereiteten wir uns auf dieses Fest mit einem strengen, aber heilsamen Fasten vor. Nicht aus Strenge um der Strenge willen, versteht

mich wohl, sondern aus der tiefen Überzeugung, dass der Körper gereinigt werden muss, wenn die Seele sich dem Göttlichen öffnen soll. Das Fasten war für uns kein Verzicht, keine Strafe – es war eine Einladung, die Säfte im Körper zur Ruhe zu bringen, die Gedanken zu klären und das Herz für die leise Stimme Gottes zu öffnen, die in der Stille der Adventszeit am deutlichsten spricht.

Ich lehrte meine Schwestern eine Suppe, die uns durch diese Tage der Enthaltsamkeit begleitete – eine Suppe aus Linsen, Knoblauch und Bohnenkraut. Sie war einfach, bescheiden, fast unscheinbar, aber sie trug in sich die Kraft, den kalten Winter aus den Gliedern zu treiben und den Körper von innen zu erwärmen. Die Linsen sind ein Geschenk der Erde – sie nähren den Körper, ohne ihn zu beschweren, und sie geben dem müden Menschen neue Kraft, wenn die Tage kurz und die Nächte lang sind. Der Knoblauch, den ich so schätze, ist ein wärmendes Gewürz, das die kalten Säfte vertreibt und die Lebensgeister anregt. Und das Bohnenkraut, das ich in meinem Garten zog, öffnet die Poren und lässt die Wärme in den Körper eindringen, wo sie am meisten gebraucht wird.

Wenn die Schwestern am Abend um den Tisch versammelt waren und die dampfenden Schüsseln vor sich stehen hatten, dann spürten wir alle, wie die Kälte des Winters aus unseren Gliedern wich und eine stille Wärme in uns einzog, die nicht nur den Leib, sondern auch die Seele erquickte. Diese Suppe war mehr als eine Mahlzeit – sie war ein Gebet, das mit den Händen gekocht wurde, ein Opfer, das wir Gott darbrachten, indem wir uns selbst zurücknahmen und ihn in unser Leben einluden.

Das Fasten war nicht nur eine körperliche Übung. Es war eine geistliche Disziplin, die uns lehrte, unsere Begierden zu zügeln und unsere Gedanken auf das Wesentliche zu lenken. Wer in dieser Zeit der Enthaltsamkeit lebt, so sagte ich meinen Schwestern, öffnet den Magen für die göttliche Geburt. Nicht nur den leiblichen Magen, der die Nahrung aufnimmt, sondern den geistigen Magen der Seele, der bereit sein muss, das Licht aufzunehmen, das in der Weihnachtsnacht in die Welt kommt. Die Enthaltsamkeit ist wie das Pflügen eines Feldes – sie macht den Boden bereit für die Saat, die im Frühling aufgeht.

In den stillen Stunden der Adventszeit, wenn die Kerze in der Kapelle flackerte und die Schwestern in das leise Gemurmel der Psalmen versanken, spürte ich, wie die Kraft der Wärme uns alle umfing. Es war nicht die grobe Hitze des Feuers, die wir in den Öfen entzündeten, sondern die feine, unsichtbare Wärme des Heiligen Geistes, die in unsere Herzen einzog und uns auf das grosse Fest vorbereitete. Wir sangen die alten Hymnen, wir beteten die Gebete der Väter, und wir schwiegen in der tiefen Stille der Nacht, die uns daran erinnerte, dass das Wort Fleisch werden würde – und dass wir bereit sein mussten, es zu empfangen.

Die Edelsteine, meine Lieben, spielten auch in dieser Zeit eine wichtige Rolle. Der Chalzedon, dieser blassblaue Stein, der an den Winterhimmel erinnert, begleitete mich durch die Adventszeit. Er ist ein Stein der Ruhe und der Besinnung, der die Seele sanft einhüllt und die Gedanken auf das Himmlische ausrichtet. Ich trug ihn bei mir, wenn ich in der kalten Morgenstunde durch den Garten ging, und ich spürte, wie seine stille Kraft mich durch die dunklen Tage trug. Er erinnerte mich daran, dass das Licht nicht fern ist – dass es schon unterwegs ist und dass wir nur Geduld haben müssen, um es zu empfangen.

Die Adventszeit, meine Lieben, ist eine Zeit der Vorbereitung, aber auch eine Zeit der Hoffnung. Die Erde ruht, der Himmel ist verschlossen, und doch spüren wir die leise

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

Verheissung, dass alles neu wird. Das Fasten ist ein Teil dieser Verheissung – es reinigt uns, macht uns bereit, öffnet unsere Herzen für das Wunder, das in der Stille der Nacht geschieht.

Die Linsensuppe mit Knoblauch und Bohnenkraut, die ich euch nun verrate, ist ein einfaches Gericht, aber sie trägt in sich die gesamte Weisheit dieser heiligen Zeit:

Nimm eine Handvoll rote oder braune Linsen, die du über Nacht in Wasser einweichst. Lass das Wasser ab und gib die Linsen in einen Topf mit frischem Wasser – so viel, dass sie bedeckt sind. Füge eine fein gehackte Knoblauchzehe hinzu – nicht zu viel, denn der Knoblauch ist kräftig, aber er wärmt den Magen und vertreibt die Kälte. Gib einen Zweig Bohnenkraut dazu, das du im Sommer getrocknet hast, und lass alles sanft köcheln, bis die Linsen weich sind und die Suppe eine samtige Konsistenz hat. Würze sie mit einer Prise Salz und einem Tropfen Öl, und lass sie noch ein wenig ziehen, damit die Kräfte der Kräuter sich entfalten können.

Wenn du diese Suppe am Abend zu dir nimmst, in der Stille deiner Kammer, dann spürst du, wie die Wärme des Knoblauchs und die Kraft der Linsen in deinen Körper eindringen und dir Kraft für den nächsten Tag schenken. Du spürst, wie die Ruhe des Fastens in dein Herz einzieht und dich bereit macht für das Wunder, das kommt. Die Adventszeit ist nicht eine Zeit der Entbehrung, sondern eine Zeit der Erfüllung – und die Suppe ist ein kleines Zeichen dieser Erfüllung, ein Vorgeschmack auf das himmlische Mahl, das uns alle erwartet.

Als die Weihnachtstage näher rückten und die Kerzen in der Kapelle heller brannten, da wussten wir: Die Zeit der Vorbereitung war vorüber. Die Tage des Fastens lagen hinter uns, und die Tage der Freude begannen. Der Magen war geöffnet für die göttliche Geburt – nicht nur der leibliche Magen, der nun bereit war, das Festmahl aufzunehmen, sondern der geistige Magen der Seele, der nun bereit war, das Licht zu empfangen, das in der Nacht geboren würde. Die Wärme, die uns durch das Fasten erfüllt hatte, blieb in unseren Herzen, und sie trug uns durch die Weihnachtstage, die Tage der Freude und der Dankbarkeit.

So lehrte ich meine Schwestern, dass das Fasten nicht eine Strafe ist, sondern eine Gabe. Es ist die Gabe der Vorbereitung, die Gabe der Reinigung, die Gabe der Erwartung. Es öffnet nicht nur den Magen für die Nahrung, sondern das Herz für die Liebe, den Geist für die Weisheit, die Seele für das Licht. Wer sich in der Adventszeit enthält, der wird am Weihnachtsfest doppelt beschenkt – mit der Freude des Leibes und der Freude der Seele.

Und diese Lehre habe ich auch für euch, meine Lieben, die ihr in fernen Zeiten lebt. Das Fasten ist nicht an eine bestimmte Zeit gebunden – es kann euch begleiten, wann immer ihr bereit seid, euch zurückzunehmen und Raum zu schaffen für das Göttliche. Es kann eine Linsensuppe sein, die ihr am Abend esst, ein stilles Gebet, das ihr in der Nacht sprecht, oder ein kleiner Stein, den ihr in der Tasche tragt und der euch an die Ruhe und die Wärme erinnert, die in euch wohnen.

Die Adventszeit ist vorüber, aber ihre Weisheit bleibt. Die Kraft der Wärme, die wir in diesen Tagen empfangen haben, begleitet uns durch das ganze Jahr. Sie ist das Licht, das in der Finsternis leuchtet, die Hoffnung, die niemals stirbt, die Liebe, die immer bleibt. Hütet diese Wärme in euren Herzen, meine Lieben, und teilt sie mit denen, die euch umgeben – in der stillen Stunde am Abend, in der warmen Suppe, die ihr kocht, und in dem Brot, das ihr mit den Händen brecht. Denn die grösste Heilung ist die, die wir

] QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

einander geben, in den kleinen, unscheinbaren Gesten des Alltags.

4.2 Die Küchenapotheke – drei Rezepte für Leib und Seele

Ich gebe sie dir, wie ich sie meiner Lieblingsschwester Bernharda gab:
- Das *Dinkelbrötchen*: Mehl vom reinsten Dinkel, vermischt mit etwas Honig und Fenchel, gebacken auf einem Kohlblatt. Es stillt den Hunger, ohne Schwere zu machen. Iss es am Morgen, so schwinden die trüben Gedanken.
- Der *Kräuterwein gegen Kummer*: Nimm einen Zweig Rosmarin, etwas Salbei und eine Messerspitze galgantwurzel. Gib es in einen Krug mit weißem Wein, lass es drei Tage in der Sonne stehen. Ein kleiner Schluck davon verwandelt die Tränen in sanfte Heiterkeit.
- Die *Stärkung für die müden Füße*: Ein Fußbad aus Thymian und Schafgarbe, darin ein kleiner roter Jaspis gelegt. Nach diesem Bad spürst du die Lebensgeister wieder vom Zeh bis zum Scheitel.

Meine Lieben, nun möchte ich euch ein kleines Geheimnis offenbaren, das ich nur wenigen anvertraut habe. Es sind die Rezepte, die ich meiner Lieblingsschwester Bernharda gab – einer stillen, sanften Seele, die mir so nahestand wie eine leibliche Schwester. Bernharda war nicht nur eine fleißige Helferin in der Apotheke und im Garten, sie war auch eine, die die leisen Töne verstand, die feinen Unterschiede, die geheimen Kräfte, die in den einfachen Dingen wohnen. Wenn ich sie ansah, wusste ich: Diese Frau wird meine Kunst weitertragen, wenn ich einmal nicht mehr bin. Und so gab ich ihr die Rezepte, die ich in den Jahren des Klosterlebens entwickelt hatte – nicht als trockene Anleitungen, sondern als lebendige Gaben, die den Leib und die Seele gleichermaßen nähren.

Das erste Rezept, das ich ihr gab, war das der Dinkelbrötchen. Ach, der Dinkel! Dieses edle Korn, das ich so sehr liebe, ist nicht nur eine Speise für den Magen, sondern ein wahres Geschenk für den Geist. Ich lehrte Bernharda, das Mehl vom reinsten Dinkel zu nehmen, nichts anderes sollte in den Teig kommen. Sie sollte es mit lauwarmem Wasser und einer kleinen Menge Honig vermengen, denn der Honig ist nicht nur süß, er ist ein Träger der Wärme, der die Kräfte des Getreides weckt und sie in den Körper fließen lässt. Eine Prise Fenchelsamen, die sie zuvor im Mörser zerstampfen sollte, gab dem Teig seine besondere Würze – der Fenchel, der die trüben Gedanken vertreibt und den Geist erhellt. Und dann, meine Lieben, kam der entscheidende Schritt, den ich von keiner anderen Küche kannte: Sie sollte den Teig auf ein frisches Kohlblatt legen und ihn so backen. Das Kohlblatt bewahrt die Feuchtigkeit des Teiges, es verleiht dem Brötchen eine zarte, saftige Konsistenz, und es hält die schädlichen Dämpfe fern, die beim Backen aus dem Ofen aufsteigen.

Wenn Bernharda diese Brötchen am Morgen zu sich nahm, spürte sie, wie der Hunger gestillt wurde, ohne dass eine Schwere in ihren Gliedern zurückblieb. Der Dinkel nährt, ohne aufzublähen, der Honig wärmt, ohne zu verbrennen, und der Fenchel klärt die Gedanken, bevor der Tag beginnt. Es war das ideale Morgenbrot, das den Körper für die Arbeit des Tages stärkte und die Seele für die Begegnung mit Gott bereitete. Ich sagte zu Bernharda: "Iss es am Morgen, so schwinden die trüben Gedanken, und du wirst den Tag mit einem klaren Geist und einem leichten Herzen beginnen."

Das zweite Rezept, das ich Bernharda anvertraute, war der Kräuterwein gegen den Kummer. Es gab Tage, da lastete die Schwermut auf den Schultern der Schwestern, wie eine schwere Decke, die sie zu Boden drückte. Die schwarze Galle, dieser schwerste aller Säfte, hatte sich in ihre Herzen geschlichen und ließ sie nicht mehr los. Kein Kräutersud,

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]
CC SOME RIGHTS RESERVED
PRINT+SHAREWARE

keine Salbe, kein Gebet schien ihnen in diesen Stunden helfen zu können. Da erinnerte ich mich an einen alten Brauch, den ich von den Mönchen gelernt hatte, und ich entwickelte ihn weiter, bis er seine volle Kraft entfaltete.

Ich nahm einen Zweig Rosmarin, dieses duftende Kraut, das den Geist öffnet und die Gedanken klärt. Ich fügte etwas Salbei hinzu, das die trüben Säfte vertreibt und das Herz mit neuer Wärme erfüllt. Und eine Messerspitze Galgantwurzel – diese kostbare, wärmende Wurzel, die aus fernen Ländern zu uns kam und die Kräfte der Verdauung anregt, wo sie stocken. Ich gab alles in einen Krug mit weißem Wein, der leicht und klar war, und ließ ihn drei Tage in der Sonne stehen, damit die Kräfte der Kräuter sich mit dem Wein verbinden und ihre heilende Essenz entfalten konnten.

Ein kleiner Schluck dieses Weins, so lehrte ich Bernharda, verwandelt die Tränen in sanfte Heiterkeit. Die Wärme des Rosmarins durchflutet die Seele und vertreibt die Kälte der Verzweiflung. Der Salbei reinigt die Gedanken und öffnet den Blick für das, was wirklich zählt. Und die Galgantwurzel weckt die Lebensgeister, die im Kummer so oft erlöschen. Es ist kein Wein, der berauscht, sondern einer, der heilt – ein Trank der Hoffnung, der die Dunkelheit vertreibt und das Herz mit einem leichten, sanften Licht erfüllt.

Bernharda bewahrte diesen Wein in einer kleinen Flasche in ihrer Zelle auf, und wenn eine der Schwestern in tiefer Trauer zu ihr kam, schenkte sie ihr einen Becher davon ein. Sie saßen dann zusammen in der Stille, tranken langsam den Wein und spürten, wie die Schwere wich und der Frieden einkehrte. Der Kräuterwein war nicht nur eine Medizin, er war ein Trost, eine Umarmung, ein stilles Versprechen, dass der Kummer nicht für immer dauert.

Das dritte Rezept, das ich Bernharda gab, war die Stärkung für die müden Füße. Die Schwestern in unserem Kloster arbeiteten hart, oft von früh bis spät, und ihre Füße waren am Ende des Tages schwer und schmerzhaft. Ich wusste, dass die Müdigkeit in den Füßen nicht nur ein körperliches Leiden war, sondern auch ein Zeichen der Erschöpfung der Seele. Wer müde Füße hat, so erkannte ich, der hat auch einen müden Geist, der nicht mehr in die Höhe streben kann. Die Füße sind das Fundament des Körpers, und wenn sie erschöpft sind, dann wankt das ganze Gebäude.

Also lehrte ich Bernharda ein Fußbad, das die müden Glieder erquickt und die Lebensgeister wieder weckt. Sie sollte eine Handvoll Thymian nehmen, dieses wärmende Kraut, das die Kälte aus den Gliedern treibt, und eine Handvoll Schafgarbe, die das vergossene Blut stillt und die Wunden heilt. Sie sollte die Kräuter in einen Eimer mit warmem Wasser geben, nicht zu heiß, nicht zu kalt, sondern so, dass es den Körper umhüllte wie ein sanfter Mantel. Und dann, meine Lieben, legte sie einen kleinen roten Jaspis in das Wasser. Der Jaspis, der mich schon als Kind begleitet hatte, entfaltet seine Kraft nicht nur in der Hand oder auf der Brust, sondern auch im Wasser, wo er seine wärmende Energie an die Flüssigkeit abgibt und sie mit der Kraft der Lebenssaftkraft durchdringt.

Wenn die Schwestern ihre Füße in dieses Bad tauchten, dann spürten sie, wie die Müdigkeit aus ihnen wich, wie die Wärme des Thymians in ihre Knochen eindrang, wie die Schafgarbe die kleinen Risse und Wunden heilte und wie der Jaspis seine rote Glut in ihre Adern sandte. Nach diesem Bad, so erzählte Bernharda, spürten sie die Lebensgeister wieder vom Zeh bis zum Scheitel – eine neue Kraft, die sie durch den nächsten Tag trug, als wäre sie frisch geboren.

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

Diese drei Rezepte, meine Lieben, sind nicht nur Anleitungen für die Küche oder die Apotheke. Sie sind kleine Sakramente des Alltags, die den Leib nähren, die Seele trösten und den Geist erheben. Das Dinkelbrötchen ist das Brot des Morgens, das die trüben Gedanken vertreibt. Der Kräuterwein ist der Trank des Abends, der die Tränen in Heiterkeit verwandelt. Das Fußbad ist die Ruhe der Nacht, die die müden Glieder stärkt und die Lebensgeister weckt.

Ich gab sie Bernharda, weil ich wusste, dass sie sie mit der gleichen Liebe und Sorgfalt weitergeben würde, mit der ich sie empfangen hatte. Und ich gebe sie nun euch, die ihr in fernen Zeiten lebt, in der Hoffnung, dass ihr sie ebenso bewahren und weitertragen werdet. Denn die Heilkunst ist kein Geheimnis, das verborgen bleiben soll – sie ist ein Geschenk, das geteilt werden muss, wie das Brot, das wir brechen, und der Wein, den wir trinken.

Hütet diese Rezepte in euren Herzen, und wenn ihr sie anwendet, dann tut es mit der gleichen Demut und der gleichen Freude, mit der Bernharda sie einst empfing. Denn die größte Heilung ist die, die wir einander geben, in den kleinen, unscheinbaren Gesten des Alltags – in einem warmen Brötchen am Morgen, in einem Schluck Wein am Abend, in einem Bad, das die müden Füße erquickt. Das ist die Küchenapotheke, die ich euch hinterlasse – ein Vermächtnis der Liebe, der Wärme, der Hoffnung.

4.3 Die Pflege des Leibes – Reinheit als Gebet

Ich war keine Feindin des schönen Scheins. Den Schwestern empfahl ich, ihr Gesicht mit in Rosenwasser getränktem Leinen zu waschen, um die Poren von den Ausdünstungen der Nacht zu reinigen. Für trockene Hände mischte ich Mandelöl mit fein zerriebenem Weihrauch – es macht die Haut weich und vertreibt die Risse, die durch die schwere Feldarbeit entstehen. Vergiss nie: Der Körper ist die Hülle der Seele, und eine saubere Hülle ehrt den Geist.

Meine Lieben, ich muss euch etwas gestehen, das vielleicht manche von euch überraschen wird: Ich war keine Feindin des schönen Scheins. Ach, ich höre schon die frommen Seufzer und die erhobenen Augenbrauen! Aber hört mich an, bevor ihr urteilt. Denn ich habe früh gelernt, dass die Pflege des Leibes nicht eine Frage der Eitelkeit ist, sondern eine Frage der Ehrfurcht. Der Körper ist nicht das Gefängnis der Seele, wie manche Asketen lehren, sondern seine Hülle, sein Tempel, sein sichtbares Zeichen in dieser Welt. Und wer diesen Tempel vernachlässigt, der vernachlässigt auch den Geist, der in ihm wohnt.

In den Mauern von Rupertsberg, wo die Arbeit hart und die Tage lang waren, sah ich oft, wie die Schwestern unter den Spuren der Müdigkeit litten. Ihre Gesichter waren von Wind und Wetter gezeichnet, ihre Hände rissig von der Arbeit im Garten und auf den Feldern, ihre Haut trocken von der Kälte des Winters und der Hitze des Sommers. Es war nicht die Sünde der Eitelkeit, die sie plagte, sondern die Last der Entbehrung, die ihren Körper ebenso erschöpfte wie ihre Seele. Und ich wusste: Wenn ich ihre Seelen heilen wollte, musste ich auch ihre Körper heilen. Denn der Leib ist nicht von der Seele getrennt – er ist ihr Gefährte, ihr Spiegel, ihr Sprachrohr.

Also lehrte ich meine Schwestern, dass die Reinheit des Leibes ein Gebet ist. Nicht das laute Gebet der Worte, das in die Höhe steigt, sondern das leise Gebet der Hände, das den Körper ehrt und den Geist aufrichtet. Es begann mit den einfachen Dingen, mit den

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

alltäglichen Gesten der Pflege, die wir so oft übersehen, weil sie uns zu gewöhnlich erscheinen.

Den Schwestern empfahl ich, ihr Gesicht am Morgen mit in Rosenwasser getränktem Leinen zu waschen. Ach, das Rosenwasser! Es war nicht nur ein duftendes Vergnügen, sondern eine wohltuende Reinigung, die die Poren von den Ausdünstungen der Nacht befreite. In der Nacht, so lehrte ich sie, sammeln sich die feuchten Säfte im Körper, die den Geist trüben und die Haut stumpf machen. Das Rosenwasser öffnet die Poren, es lässt die frische Morgenluft in die Haut eindringen, und es schenkt dem Gesicht einen sanften, klaren Glanz, der die Seele widerspiegelt. Die Rose ist nicht nur die Königin der Blumen, sie ist auch eine Heilerin der Haut, eine Freundin der Sinne, eine Gabe Gottes, die uns daran erinnert, dass die Schönheit ein Ausdruck der göttlichen Ordnung ist.

Und die Hände – ach, die Hände! Sie sind die Werkzeuge unserer Arbeit, die Träger unserer Liebe, die Boten unserer Taten. Wie oft habe ich die rissigen, schrundigen Hände meiner Schwestern gesehen, die von der schweren Feldarbeit, vom Umgraben der Beete, vom Melken der Kühe und vom Brotbacken gezeichnet waren. Diese Hände, so dachte ich, haben mehr Gebete gesprochen als so mancher Mund – und sie verdienen, gepflegt zu werden, wie man ein kostbares Werkzeug pflegt.

So mischte ich eine Salbe für sie, die ihre Hände weich machte und die Risse heilte, die durch die Arbeit entstanden waren. Ich nahm reines Mandelöl, das aus den süßen Mandeln gepresst wird, und vermischte es mit fein zerriebenem Weihrauch. Das Mandelöl ist ein wohltuendes Öl, das in die Haut eindringt, sie nährt und geschmeidig macht. Der Weihrauch ist nicht nur ein Räucherwerk für den Altar – er ist auch ein heilendes Harz, das die Wunden schließt, die Entzündungen lindert und die Haut mit einem feinen, warmen Duft umhüllt. Wenn die Schwestern diese Salbe auf ihre Hände strichen, dann spürten sie, wie die Spannkraft in ihre Finger zurückkehrte, wie die Risse sich schlossen und die Haut wieder weich und zart wurde.

Diese Salbe war mehr als eine Schönheitspflege – sie war ein kleines Sakrament der Arbeit, das die Hände für ihre täglichen Aufgaben stärkte und sie gleichzeitig segnete. Ich sagte meinen Schwestern: "Vergiss nie: Der Körper ist die Hülle der Seele, und eine saubere Hülle ehrt den Geist. Wenn du deine Hände pflegst, dann ehrst du die Arbeit, die sie verrichten. Wenn du dein Gesicht wäschst, dann ehrst du den Geist, der aus deinen Augen blickt. Die Reinheit des Leibes ist nicht die Reinheit des Stolzes, sondern die Reinheit der Demut, die den Tempel Gottes in Ehren hält."

Die Edelsteine, meine Lieben, fanden auch in dieser Pflege ihren Platz. Ein kleiner Bergkristall, den ich in das Rosenwasser legte, verstärkte seine reinigende Wirkung und ließ die Haut heller und klarer erscheinen. Ein Stück Jaspis, den ich in das Mandelöl gab, übertrug seine wärmende Kraft auf die Salbe und half, die müden Hände zu beleben. Und der Amethyst, der in den Bechern mit dem Rosenwasser lag, beruhigte die Sinne und machte die Reinigung zu einem stillen Gebet, das den Geist zur Ruhe brachte.

Ich erinnere mich an eine Begebenheit, die mir besonders im Gedächtnis geblieben ist. Eine junge Novizin, die erst kürzlich zu uns gekommen war, weigerte sich, ihre Hände zu pflegen. Sie war erfüllt von jener strengen Frömmigkeit, die den Leib als Feind der Seele betrachtet, und sie fürchtete, dass die Pflege ihres Körpers eine Sünde der Eitelkeit sei. Ihre Hände waren rissig und wund, und sie litt unter den Schmerzen, die ihr die Arbeit bereitete, aber sie ertrug sie als eine Buße, die sie Gott darbrachte.

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

Ich nahm sie eines Tages beiseite und zeigte ihr meine eigene Salbe. "Siehst du diese Hände?", fragte ich sie. "Sie sind alt, sie sind von der Arbeit gezeichnet, aber sie sind nicht vernachlässigt. Denn ich ehre den Körper, den Gott mir gegeben hat, indem ich ihn pflege – nicht aus Stolz, sondern aus Dankbarkeit. Wenn du deine Hände pflegst, dann tust du nicht etwas Schlechtes. Du tust etwas Gutes – du zeigst Gott, dass du seinen Tempel achtest." Die Novizin hörte zu, und ihre Augen füllten sich mit Tränen. Sie nahm die Salbe und strich sie auf ihre Hände, und in diesem Augenblick spürte sie, wie der Schmerz wich und die Heilung begann.

Diese Lehre, meine Lieben, habe ich nie vergessen. Die Pflege des Leibes ist nicht die Pflege des Stolzes, sondern die Pflege der Demut. Sie erinnert uns daran, dass wir nicht nur Geist sind, sondern auch Fleisch – und dass das Fleisch heilig ist, weil Gott es geschaffen hat. Wenn wir unseren Körper reinigen, dann reinigen wir auch unsere Seele. Wenn wir unseren Körper pflegen, dann ehren wir auch den Geist, der in ihm wohnt. Es ist ein Gebet, das mit den Händen gesprochen wird, ein Lobpreis, der mit den Sinnen gesungen wird, eine Hingabe, die mit dem ganzen Leib vollzogen wird.

So, meine Lieben, empfehle ich euch: Wascht euer Gesicht mit Rosenwasser, wenn der Morgen anbricht. Pflegt eure Hände mit Mandelöl und Weihrauch, wenn der Tag zur Ruhe kommt. Ehrt euren Körper, wie ihr eure Seele ehrt – nicht aus Eitelkeit, sondern aus Ehrfurcht. Denn der Körper ist die Hülle der Seele, und eine saubere Hülle ehrt den Geist, der in ihr wohnt. Und wer das erkannt hat, der hat den Schlüssel zu einer Heilung gefunden, die tiefer reicht als alle Kräuter und alle Steine – die Heilung des Ganzen, des Leibes und der Seele, im Licht Gottes.

4.4 Das geheime Wissen um die Frau – Mond, Geburt und der fließende Zyklus

Darüber habe ich mehr gewusst, als ich es in öffentlichen Schriften zu sagen wagte. Der weibliche Leib ist wie der Mond den Gezeiten unterworfen. Ich lehrte die jungen Frauen, zur Zeit ihrer Blutung den Beifuß als Tee zu trinken und sich nicht anzustrengen, denn das Blut fließt, um die Seele zu reinigen. Bei einer schweren Geburt legte ich einen Aquamarin auf den Bauch der Kreißenden – sein kühler Glanz öffnet die Wege, und die scharfen Kräuter wie das Mutterkorn helfen der Natur nach. Die Frau ist kein schwaches Gefäß, sie ist der Urquell aller irdischen Wärme.

Meine Lieben, nun komme ich zu einem Thema, das ich lange Zeit nur in den stillsten Stunden meiner Zelle bedacht habe, ein Wissen, das ich nur meinen vertrautesten Schwestern anvertraute und das ich in meinen öffentlichen Schriften nur andeutend erwähnte. Denn es ist ein heikles Wissen, das die Gelehrten und Priester dieser Welt nicht gern hören – ein Wissen, das die Machtverhältnisse in Frage stellt, die seit den Tagen der Väter über die Frauen gelegt wurden. Aber ich bin alt genug, um nicht mehr zu fürchten, was die Welt von mir denkt, und ich bin weise genug, um zu wissen, dass die Wahrheit nicht verborgen bleiben darf, wenn sie heilen soll.

Darüber habe ich mehr gewußt, als ich es in öffentlichen Schriften zu sagen wagte. Der weibliche Leib ist wie der Mond den Gezeiten unterworfen, und wer diesen Rhythmus versteht, der versteht die tiefste Weisheit der Schöpfung. Die Frau ist kein schwaches Gefäß, das der ständigen Führung und Kontrolle bedarf – sie ist der Urquell aller irdischen Wärme, der Ursprung des Lebens selbst, das erste Gefäß, in das Gott den Lebensatem legte. Das zu verschweigen, das zu verleugnen, das zu verachten, ist nicht nur eine Torheit, es ist eine Sünde wider die Ordnung, die Gott selbst gesetzt hat.

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

Von Anfang an, so lehrte mich die Stimme in meinen Visionen, ist die Frau mit den Rhythmen der Natur verbunden, die der Mann nie ganz erfassen kann. Ihr Leib folgt dem Lauf des Mondes, der in seiner ständigen Verwandlung die Gezeiten des Meeres und die Säfte des Körpers gleichermaßen bewegt. Die Blutung, die monatlich kommt, ist kein Fluch, wie die Männer uns weismachen wollen – sie ist eine Reinigung, ein heiliger Vorgang, der den Körper von den verbrauchten Säften befreit und ihn für neues Leben bereitet. Das Blut, das da fließt, fließt nicht als Strafe für die Sünde Evas, sondern als Zeichen der Fruchtbarkeit, der Lebenskraft, der göttlichen Ordnung.

Ich lehrte die jungen Frauen, die zu uns in die Stille des Klosters kamen, den Beifuß als Tee zu trinken, wenn die Zeit der Blutung nahte. Der Beifuß, dieses unscheinbare Kraut, das an den Wegrändern und auf den Brachfeldern wächst, ist ein Geschenk des Himmels an die Frauen. Er löst die Stockungen im Leib, er lindert die Krämpfe, die so viele quälen, und er bringt den Fluss des Blutes in eine sanfte, wohlgeordnete Bewegung. Und ich lehrte sie, sich in diesen Tagen nicht anzustrengen, nicht zu schwer zu arbeiten, nicht ihre Kräfte zu überfordern. Denn das Blut fließt, um die Seele zu reinigen, und der Körper braucht in diesen Tagen die Ruhe, die er sich sonst nicht gönnen darf. Es ist eine Zeit der Besinnung, eine Zeit des Rückzugs, eine Zeit, in der die Frau ihre Verbindung mit den Mächten des Lebens neu spüren kann.

Aber das geheime Wissen um die Frau geht weit über die monatliche Reinigung hinaus. Es umfasst auch die große Zeit der Geburt, in der das Leben selbst aus dem Leib der Frau in die Welt tritt. Ach, wie oft habe ich in den Nächten die Schreie der Kreißenden gehört, die in den Wehen lagen, und wie oft habe ich die Hände meiner Schwestern auf ihre Leiber gelegt, um ihnen beizustehen! Die Geburt ist das größte Wunder, das die Frau vollbringt, und sie ist auch die größte Prüfung, die ihr Leib zu bestehen hat.

Bei einer schweren Geburt, wenn die Kräfte der Mutter schwanden und das Kind sich nicht lösen wollte, legte ich einen Aquamarin auf den Bauch der Kreißenden. Dieser kühle, klare Stein, der die Farbe des Meeres in sich trägt, hat die Kraft, die Wege zu öffnen, wo sie verschlossen sind. Sein Glanz dringt in die Tiefe des Leibes, er beruhigt die verkrampften Muskeln, er schenkt der Gebärenden eine neue, sanfte Kraft, die sie durch die letzten und schwersten Wehen trägt. Die Wirkung dieses Steins ist keine Zauberei, sondern eine Gabe der Natur, die Gott in die Steine gelegt hat, damit sie den Menschen dienen – besonders den Frauen, die so oft in den Mühen der Geburt allein gelassen werden.

Und ich gab den Frauen auch die scharfen Kräuter, die der Natur nachhelfen, wenn der Leib zu erschöpft war. Das Mutterkorn, das ich in den feuchten Wiesen sammelte, war eine meiner wertvollsten Gaben. Es ist ein unscheinbares, dunkles Korn, das auf den Roggenähren wächst, und es birgt eine Kraft, die die Gebärmutter zusammenzieht und die Wehen verstärkt, wo sie zu schwach waren. In den Händen einer unerfahrenen Hebamme kann es gefährlich sein, aber in den Händen einer, die die Kräfte der Natur kennt und ehrt, wird es zu einem Werkzeug der Barmherzigkeit, das Leben rettet, wo es zu erlöschen droht.

Das geheime Wissen um die Frau, das ich in meinen stillen Stunden empfing, hat mich gelehrt, dass die Weiblichkeit nicht eine Schwäche ist, sondern eine Stärke – eine Stärke, die in der Stille wächst, in der Geduld, in der Hingabe an das Leben. Die Frau ist nicht das schwache Gefäß, als das die Männer sie so oft bezeichnen, weil sie ihre eigene Angst vor der Kraft des Weiblichen nicht ertragen können. Sie ist der Urquell aller irdischen Wärme, die Quelle des Lebens, die Hüterin der Geheimnisse, die kein Verstand erfassen kann.

] QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

Ich erinnere mich an eine junge Bäuerin, die zu mir kam, erschöpft von einer langen, schweren Geburt, die ihr Kind kaum noch in den Armen halten konnte. Ihr Leib war zerrissen, ihr Blut war geflossen, ihre Seele war in einen tiefen Schatten gefallen, aus dem sie keinen Ausweg mehr fand. Ich nahm sie in meine Zelle, ich gab ihr einen Sud aus Beifuß und eine Salbe aus Rosenöl, die ihre Wunden heilte, und ich legte einen Aquamarin auf ihren Bauch, der die Krämpfe löste und die Kräfte zurückbrachte. Und als sie wieder zu Kräften kam, als sie ihr Kind an die Brust legen konnte und ein Lächeln auf ihrem Gesicht erschien, da sagte ich zu ihr: "Du hast das Größte getan, was eine Frau tun kann. Du hast Leben in die Welt gebracht. Dafür wirst du geehrt werden – nicht von den Männern, die deine Kraft fürchten, aber von Gott, der dich als sein Werkzeug erwählt hat."

Diese Bäuerin verstand mich, auch wenn sie keine gelehrten Worte kannte. Sie nickte, und in ihren Augen sah ich, dass sie die Wahrheit meiner Worte spürte. Die Frauen, meine Lieben, haben eine Weisheit, die in den Büchern der Gelehrten nicht steht. Es ist eine Weisheit des Leibes, des Blutes, der Geburt, die nur diejenigen erfassen, die selbst durch die Tore des Lebens geschritten sind.

Und diese Weisheit habe ich auch in meiner geheimen Sprache bewahrt, in der Lingua Ignota, die nur den Eingeweihten bekannt ist. Das Wort für die monatliche Reinigung, das ich in dieser Sprache niederschrieb, ist nicht einfach ein Name – es ist ein Klang, ein Atem, ein Gebet, das die Verbindung der Frau mit den Mächten des Mondes und der Gezeiten ehrt. Das Wort für die Geburt ist ein Lied, das die Schreie der Wehen in eine Melodie der Hoffnung verwandelt. Und das Wort für die Frau selbst ist ein Ton, der die Tiefe des Ozeans und die Höhe des Himmels in sich vereint – denn die Frau ist beides, irdisch und himmlisch, vergänglich und ewig.

So, meine Lieben, hinterlasse ich euch dieses geheime Wissen, das ich so lange in meinem Herzen bewahrt habe. Die Frau ist kein schwaches Gefäß, sie ist der Urquell aller irdischen Wärme. Ihr Leib folgt den Rhythmen des Mondes und der Gezeiten, und wer diese Rhythmen ehrt, der ehrt die Schöpfung selbst. Ihr Blut fließt, um die Seele zu reinigen, und ihre Geburt ist das größte Wunder, das Gott in die Welt gelegt hat. Die Kräuter und Steine, die ich euch gelehrt habe, sind nur Werkzeuge – aber das wahre Geheimnis liegt in der Frau selbst, in ihrer Kraft, in ihrer Weisheit, in ihrer unerschöpflichen Liebe.

Hütet dieses Wissen, wie man eine kostbare Saat hütet, und gebt es weiter an die Frauen, die nach euch kommen. Denn es ist ein Wissen, das heilt – nicht nur den Leib, sondern auch die Seele und den Geist. Es ist ein Wissen, das die Welt verändern kann, wenn wir den Mut haben, es zu leben und zu teilen.

4.5 Die Edelsteine meines Schreibtisches – ihre tägliche Anwendung

Ich hielt sie für meine kleine Schatzkammer:

- Der *Hämatit* (der Blutstein), den ich in der Hand drehe, wenn ich schreibe – er vertreibt den Schwindel.

Der *Achat*, den ich in meinen Waschbecher lege – er kühlt das Gesicht und macht den Teint ebenmäßig.

- Der *Bernstein*, den ich mir an die Brust hefte – er wehrt die bösen Säfte der Melancholie ab.

Ein jeder Stein trägt den Atem Gottes in sich, und wer ihn mit Ehrfurcht trägt, dem

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

entfaltet er seine stille Kraft.

Meine Lieben, nun möchte ich euch in die stillste Ecke meiner Zelle führen – an meinen Schreibtisch, der mir in den langen Jahren des Schreibens und Nachdenkens so vertraut geworden ist, dass er fast wie ein lebendiges Wesen erscheint. Hier, zwischen den aufgeschlagenen Pergamenten und den flackernden Kerzen, habe ich meine kleine Schatzkammer: die Edelsteine, die mich Tag für Tag begleiten, mir Kraft spenden, meine Gedanken klären und meinen Geist auf das Himmlische ausrichten. Sie sind nicht nur Schmuck, nicht nur Zierde – sie sind Diener, Gefährten, stille Lehrer, die mir die Weisheit der Schöpfung jeden Tag aufs Neue offenbaren.

Ein jeder Stein trägt den Atem Gottes in sich, das habe ich früh erkannt. Sie sind nicht tote Materie, wie die Gelehrten manchmal behaupten, sondern lebendige Wesen, die in der Tiefe der Erde gewachsen sind, genährt von den Säften des Gesteins und erwärmt vom Feuer des Innersten. Wer sie mit Ehrfurcht trägt, dem entfalten sie ihre stille Kraft – eine Kraft, die nicht in lauten Worten besteht, sondern in der leisen, beharrlichen Wirkung, die sie auf Leib und Seele ausüben.

Der *Hämatit*, den ich in meiner Hand drehe, wenn ich schreibe, ist einer meiner treuesten Begleiter. Diesen Blutstein, so genannt wegen seiner tiefen, rotbraunen Farbe, die an geronnenes Blut erinnert, habe ich schon seit meinen frühen Jahren auf dem Disibodenberg bei mir. Er ist ein Stein der Erdung, der Stabilität, der ruhigen Kraft. Wenn die Visionen mich überfallen und das Licht so grell wird, dass mir der Schwindel kommt und die Gedanken zu wirbeln beginnen, dann greife ich nach dem Hämatit. Ich drehe ihn in meiner Hand, spüre seine glatte, kühle Oberfläche, und wie durch ein Wunder kehrt die Ruhe zurück. Die Schwindelgefühle weichen, die Gedanken ordnen sich, und ich kann weiterschreiben, als wäre nichts geschehen. Der Hämatit ist nicht nur ein Stein des Gleichgewichts – er ist ein Stein der Treue, der mich daran erinnert, dass auch im größten Sturm die Erde unter meinen Füßen fest bleibt.

Der *Achat* hingegen ist ein stiller, fast bescheidener Gefährte. Er liegt in meinem Waschbecher, den ich jeden Morgen mit frischem Wasser fülle, um mein Gesicht zu reinigen. Der Achat ist ein vielfältiger Stein – es gibt ihn in vielen Farben, von zartem Rosa bis zu tiefem Braun, und jeder trägt seine eigene Schwingung in sich. Der Achat, den ich gewählt habe, ist ein blassgrauer, fast durchscheinender Stein mit feinen, sanften Streifen, die an die Schichten der Erde erinnern. Wenn ich ihn in das Wasser lege, dann gibt er seine kühlende Kraft an die Flüssigkeit ab, und wenn ich mein Gesicht mit diesem Wasser wasche, dann fühle ich, wie die Hitze des Tages aus meiner Haut weicht. Der Achat kühlt nicht nur, er macht den Teint ebenmäßig und klar, er glättet die Spuren der Müdigkeit und schenkt dem Gesicht einen ruhigen, gelassenen Ausdruck, der die Seele widerspiegelt. Es ist ein kleines Ritual, aber eines, das mir hilft, den Tag mit einem klaren Geist und einem reinen Herzen zu beginnen.

Der *Bernstein* schließlich ist der Stein, den ich mir an die Brust hefte, nah am Herzen. Er ist kein Stein im eigentlichen Sinne, wie ihr wisst – er ist das versteinerte Harz uralter Bäume, das vor Jahrtausenden in die Erde fiel und dort seine goldene, warme Farbe und seine kostbare Kraft bewahrte. Der Bernstein ist der Stein der Sonne, der Wärme, der Lebensfreude. Wenn ich ihn auf meiner Brust spüre, dann wehrt er die bösen Säfte der Melancholie ab, die sich manchmal in mein Herz schleichen wollen, wenn die Nächte lang und die Gedanken schwer sind. Seine goldene Wärme durchdringt mich, vertreibt die Kälte der Verzweiflung und erfüllt mich mit einer sanften, heiteren Kraft, die mich durch die

] QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]
CC SOME RIGHTS RESERVED
PRINT+SHAREWARE

dunkelsten Stunden trägt. Ich habe oft erlebt, dass Schwestern, die unter schweren Stimmungen litten, von einem kleinen Stück Bernstein, das ich ihnen gab, spürbar profitierten. Sie trugen ihn bei sich, hielten ihn in den Händen, und allmählich wich die Schwermut, als ob die Sonne selbst in ihnen aufgegangen wäre.

Diese drei Steine – der Hämatit, der Achat, der Bernstein – sind meine täglichen Begleiter, meine stillen Helfer, meine treuen Freunde. Aber sie sind nur Beispiele, meine Lieben. Jeder von euch kann seine eigenen Steine finden, die ihm entsprechen, die ihn unterstützen, die ihm auf seinem Weg helfen. Die Kunst besteht darin, die Steine zu spüren, ihre Kräfte zu erspüren, ihre Sprache zu verstehen – nicht mit dem Verstand, sondern mit dem Herzen.

Denn die Edelsteine sind wie die Kräuter, wie die Melodien, wie die Farben – sie sind Gaben der Schöpfung, die uns zur Verfügung stehen, wenn wir bereit sind, sie mit Ehrfurcht zu empfangen. Sie sind nicht dazu da, uns von Gott abzulenken, sondern uns näher zu ihm zu führen. Sie sind Diener, die uns helfen, das Gleichgewicht zu finden, das wir so oft verlieren. Sie sind Brücken, die das Irdische mit dem Himmlischen verbinden, die Materie mit dem Geist.

In den stillen Stunden, wenn die Arbeit getan ist und die Kerze flackert, halte ich meine Steine oft in den Händen, drehe sie, betrachte sie, spüre ihre Wärme und ihre Kühle. Ich danke Gott für diese Gaben, die er in die Tiefe der Erde gelegt hat, und ich bitte ihn, dass sie mir helfen mögen, seinen Willen zu erkennen und zu tun. Die Steine sind wie kleine Gebete, die ich in den Händen halte – Gebete, die nicht in Worte gefasst werden müssen, weil sie schon in ihrer bloßen Existenz ein Lobpreis auf den Schöpfer sind.

So, meine Lieben, nehmt diese Lehre mit auf euren Weg. Sucht euch eure eigenen Steine, die euch begleiten, die euch stärken, die euch heilen. Tragt sie mit Ehrfurcht, behandelt sie mit Respekt, und sie werden euch ihre stille Kraft entfalten – auf eine Weise, die ihr vielleicht nicht erklären könnt, aber die ihr mit ganzem Herzen spüren werdet. Der Hämatit vertreibt den Schwindel, der Achat kühlt das Gesicht, der Bernstein wehrt die Melancholie ab – und alle zusammen erinnern uns daran, dass wir in Gottes Hand geborgen sind, in seiner großen, unendlichen Liebe.

Fünftes Buch: Das Echo der Ewigkeit – Worte, die bleiben und dich erreichen

Mein Körper wird vergehen, doch meine geflügelten Sätze sind unvergänglich.

Meine Lieben, ihr habt mich nun begleitet durch die Höhen und Tiefen meines langen Lebens – durch die ersten Visionen auf dem Disibodenberg, durch den Kampf um meine Berufung, durch die Gründung des Klosters auf dem Rupertsberg, durch die Briefe an die Mächtigen, durch das Interdikt, das mich fast zerbrach, und durch all die stillen Wunder der Kräuter, der Steine, der Musik und der Farben. Nun bin ich alt geworden, meine Hände sind zittrig, meine Augen sind trüb, und die Kräfte, die mich einst durch die Nächte des Schreibens trugen, sind geschwunden. Aber mein Geist ist klar, und meine Seele ist ruhig, denn ich weiß, dass meine Zeit auf dieser Erde sich ihrem Ende zuneigt.

Die Stimme, die mich so viele Jahre begleitet hat, hat mir in einer stillen Stunde das Datum meines Todes offenbart. Es war keine düstere Vorhersage, keine Warnung vor einem nahenden Unheil, sondern ein friedvolles Wissen, das mich mit Gelassenheit erfüllte. Ich erfuhr, dass ich im Jahre des Herrn 1179, am 17. September, heimgehen würde zu dem, der mich gesandt hatte. Und dieses Wissen schenkte mir eine tiefe Ruhe,

] QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]
CC SOME RIGHTS RESERVED
PRINT+SHAREWARE

denn ich wusste: Meine Arbeit war getan, meine Worte waren geschrieben, meine Botschaft war in die Welt gesät, und sie würde weiterwachsen, auch wenn ich nicht mehr da sein würde.

Die Schwestern bemerkten meine Gelassenheit, als die Jahre vergingen. Sie fragten mich, warum ich so friedvoll sei, warum ich keine Angst vor dem Sterben hätte. Ich lächelte und sagte zu ihnen: "Das Sterben ist nicht das Ende, sondern der Anfang eines neuen Lebens, eines Lebens, das wir uns nicht vorstellen können, aber das uns von dem erwartet, der uns erschaffen hat. Die Angst vor dem Tod ist die Furcht vor dem Unbekannten, aber ich kenne den, der mich erwartet, und ich vertraue ihm."

Und ich bereitete mich vor auf diesen letzten Gang, wie man sich auf eine Pilgerreise vorbereitet, die zu einem lang ersehnten Ziel führt. Ich ordnete meine Papiere, ich segnete die Schwestern, ich nahm Abschied von den Steinen, die mich so lange begleitet hatten, und ich dankte Gott für jedes einzelne Geschenk, das er mir in den fünfundachtzig Jahren meines Lebens gegeben hatte.

In den letzten Wochen, als die Kräfte schwanden und meine Stimme leiser wurde, bat ich meine vertrauteste Schwester, mir zu helfen, einige letzte Worte niederzuschreiben. Sie waren nicht für die Welt bestimmt, sondern für meine Schwestern, meine geistlichen Töchter, die ich so sehr liebte. Ich diktierte ihnen eine Mahnung, die ich in meinem Herzen trug: "Hütet die Grünkraft, die *viriditas*, die in allem Lebendigen wohnt. Sie ist das Band, das euch mit der Schöpfung verbindet, das Heilmittel für die Wunden der Welt, das Tor zur Weisheit Gottes. Vernachlässigt sie nicht, und verachtet sie nicht, denn in ihr liegt die Hoffnung der Zukunft."

Als der 17. September des Jahres 1179 kam, spürte ich, wie die Stunde sich nahte. Die Schwestern versammelten sich um mein Lager, ihre Gesichter von Tränen gezeichnet, aber auch von einer stillen Hoffnung erfüllt, die ich ihnen gegeben hatte. Ich segnete sie ein letztes Mal, sprach ein leises Gebet und schloss meine Augen. Die Stimme, die mich mein ganzes Leben begleitet hatte, empfing mich mit einem sanften Licht, das heller war als alles, was ich je auf dieser Erde gesehen hatte, und sie führte mich hinüber in die Ewigkeit, von der ich so oft gesprochen hatte.

Doch meine Lieben, das ist nicht das Ende dieser Geschichte – denn sie ist eine unvollendete Sinfonie, die in euch weiterklingt, die in euren Herzen widerhallt, die in euren Händen Gestalt annimmt, wenn ihr die Worte nehmt, die ich euch hinterlassen habe, und sie in eurem eigenen Leben lebendig werden lasst. Mein Körper ist vergangen, das ist wahr, und meine irdische Stimme ist verstummt. Aber meine geflügelten Sätze, die ich auf Pergament gebannt habe, sind unvergänglich, und sie werden euch erreichen, durch die Zeiten und die Räume, immer dann, wenn ihr bereit seid, sie zu hören.

Mein Vermächtnis ist kein abgeschlossenes Werk, das in den Regalen der Bibliotheken verstaubt. Es ist ein lebendiger Strom, der durch die Jahrhunderte fließt, und ihr seid diejenigen, die ihm neue Wege bahnen. Die Kräuter, die ich in der *Physica* beschrieben habe – sie wachsen noch immer, und sie warten darauf, von euch gepflückt zu werden, mit der gleichen Ehrfurcht, mit der ich sie einst gepflückt habe. Die Steine, die ich an meinem Schreibtisch liegen hatte – sie sind nicht verbraucht, sie sind noch immer da, in den Tiefen der Erde, und sie warten darauf, von euch gefunden und getragen zu werden. Die Melodien, die ich für den *Ordo Virtutum* geschrieben habe – sie sind nicht verklungen, sie schwingen noch immer in den Räumen der Welt, und sie warten darauf, von euren

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

Stimmen gesungen zu werden.

Ich weiß, dass ihr in einer anderen Zeit lebt, einer Zeit, die ich mir nicht vorstellen kann, mit Herausforderungen, die ich nicht erahnen kann. Aber die Wahrheiten, die ich empfangen habe, sind zeitlos, und sie sind für euch genauso gültig wie für meine Schwestern auf dem Rupertsberg. Die *viriditas*, die grünende Kraft des Lebens, ist nicht an eine bestimmte Epoche gebunden – sie ist die Essenz aller Schöpfung, und sie ist in euch genauso lebendig wie in mir. Die Kräuter heilen noch immer, die Steine trösten noch immer, und die Musik berührt noch immer, wie sie es immer getan hat.

In diesem Sinne ist meine Geschichte nicht zu Ende – sie hat sich nur von meinen Händen in eure Hände bewegt. Ihr seid nun die Hüter des Wissens, das ich euch anvertraut habe. Ihr seid diejenigen, die es weitertragen, die es anwenden, die es mit eurem eigenen Leben verbinden. Die unvollendete Sinfonie, die ich begonnen habe, wird von euch fortgeführt, auf eine Weise, die ich mir nicht ausmalen kann, die aber in der Hand Gottes liegt, der die Fäden aller Zeiten zusammenhält.

Vielleicht werdet ihr eines Tages in einem stillen Garten sitzen, ein Blatt in der Hand, und ihr werdet euch an meine Worte erinnern. Vielleicht werdet ihr einen kleinen roten Stein in der Tasche tragen, und ihr werdet spüren, wie seine Wärme euch durch den Tag trägt. Vielleicht werdet ihr in einer schwierigen Stunde ein Lied singen, und ihr werdet spüren, wie die Melodie euch erhebt und die Dunkelheit vertreibt. Vielleicht werdet ihr einer Frau begegnen, die in Not ist, und ihr werdet ihr helfen, weil ihr wisst, dass sie nicht schwach ist, sondern stark – und dass sie nur einen kleinen Anstoß braucht, um ihre eigene Kraft zu entdecken.

In diesen Augenblicken, meine Lieben, werdet ihr mich spüren – nicht als eine furchtbare Geistergestalt, sondern als einen leisen Atem, der neben euch weht, eine warme Erinnerung, die in euren Herzen wohnt. Denn mein Vermächtnis ist nicht in den toten Buchstaben gebunden, sondern in den lebendigen Taten, die ihr vollbringt, in der Liebe, die ihr teilt, in der Hoffnung, die ihr nährt.

So, meine Lieben, nehmt diese letzten Worte als einen Segen mit auf euren Weg. Hütet die *viriditas*, die Grünkraft des Lebens, in euren Herzen, und lasst sie in euren Händen blühen. Ehrt die Kräuter und Steine, die Musik und die Farben, die Frauen und die Männer, die mit euch den Weg teilen. Und vergesst nie: Die größte Heilkunst ist die, die ihr einander in den kleinen Gesten des Alltags zeigt – in einem warmen Brot, das ihr teilt, in einem stillen Gebet, das ihr sprecht, in einem Stein, den ihr verschenkt, und in einem Lied, das ihr singt.

Die unvollendete Sinfonie klingt weiter, in euch, durch euch, mit euch. Ich bin gegangen, aber ich bin bei euch. Das ist das Echo der Ewigkeit, das ich euch hinterlasse – ein Klang, der nie verstummt.

Amen.

5.1 Die geflügelten Worte – mein kleiner Spiegel der Seele

Hier in meinem geheimen Tagebuch fasse ich jene Weisheiten zusammen, die ich Euch, den Lesern der fernen Zeit, hinterlasse. Höre hin:
- Der Mensch steht in der Mitte der Schöpfung wie der Apfel im Kern des Himmels. Vergiss nicht, dass du aus der feuchten Erde gemacht bist, aber vom Feuer der Liebe belebt wirst.

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]
CC SOME RIGHTS RESERVED
PRINT+SHAREWARE

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

➔ *Nimm niemals mehr Nahrung zu dir, als deine Hand fassen kann, denn die Völlerei löscht das Licht der Vernunft aus.*

➔ *Ein Stein, den du ohne Achtung trägst, bleibt taub. Ein Kraut, das du ohne Dankbarkeit pflückst, verliert seine Saftkraft.*

➔ *Das größte Heilmittel gegen den Zorn ist das Schweigen; das größte Heilmittel gegen die Traurigkeit ist das gemeinsame Singen.*

Hier in meinem geheimen Tagebuch, das ich in den stillen Stunden meiner Zelle geschrieben habe, fasse ich jene Weisheiten zusammen, die ich Euch, den Lesern der fernen Zeit, hinterlasse. Es sind nicht die großen Lehren der Theologen, nicht die komplizierten Systeme der Philosophen – es sind die einfachen, leisen Wahrheiten, die mir die Stimme in den Visionen eingegeben hat, die ich im Umgang mit den Kräutern und Steinen gelernt habe und die ich in der Stille der klösterlichen Gemeinschaft erfahren durfte. Sie sind wie kleine Spiegel, in denen ihr eure eigene Seele erkennen könnt, wenn ihr bereit seid, tief genug hineinzuschauen.

Hört hin, meine Lieben, und bewahrt diese Worte in euren Herzen, wie man einen kostbaren Samen bewahrt, der in der Erde ruht und darauf wartet, zu keimen.

Der Mensch steht in der Mitte der Schöpfung wie der Apfel im Kern des Himmels. Vergiss nicht, dass du aus der feuchten Erde gemacht bist, aber vom Feuer der Liebe belebt wirst.

Diese Wahrheit habe ich in meinen Visionen immer wieder geschaut: Der Mensch ist nicht ein Fremder in dieser Welt, nicht ein Eindringling, der die Natur beherrschen oder ausbeuten soll. Er ist der Apfel im Kern des Himmels – das Zentrum, um das sich alles dreht, aber nicht als Herrscher, sondern als Hüter, als Gärtner, als Liebender. Du bist aus der feuchten Erde gemacht, aus dem Staub der Sterne und dem Schlamm der Flüsse, aber du bist nicht nur Materie. In dir brennt das Feuer der Liebe, das dich belebt, das dich erhebt, das dich mit dem Ewigen verbindet. Vergiss niemals, dass du beides bist: irdisch und himmlisch, vergänglich und unvergänglich. Diese Spannung auszuhalten und zu leben, das ist die Kunst des Menschseins.

Nimm niemals mehr Nahrung zu dir, als deine Hand fassen kann, denn die Völlerei löscht das Licht der Vernunft aus.

Das habe ich in meiner Küchenapotheke immer wieder erfahren. Die Mäßigung ist nicht nur eine Tugend des Geistes, sie ist eine Notwendigkeit des Leibes. Wenn du mehr zu dir nimmst, als dein Körper braucht, dann beschwerst du deine Säfte, trübst deinen Geist und löschst das Licht, das in dir leuchten soll. Die Hand, die Nahrung fasst, ist ein Maß, das Gott dir gegeben hat – ein Maß, das dich daran erinnert, dass du nicht unersättlich sein sollst, sondern dankbar und bescheiden. Iss mit Ehrfurcht, iss mit Bedacht, und du wirst spüren, wie deine Gedanken klar bleiben und dein Herz leicht.

Ein Stein, den du ohne Achtung trägst, bleibt taub. Ein Kraut, das du ohne Dankbarkeit pflückst, verliert seine Saftkraft.

Das ist eine der wichtigsten Lehren, die ich in meinem Umgang mit den Steinen und Kräutern gelernt habe. Die Gaben der Schöpfung sind keine toten Dinge, die du nach Belieben gebrauchen kannst. Sie sind lebendige Wesen, die deine Achtung und deine Dankbarkeit verdienen. Wenn du einen Stein ohne Ehrfurcht in die Hand nimmst, dann verschließt er sich dir, und seine Kraft bleibt ungeweckt. Wenn du ein Kraut ohne Dankbarkeit pflückst, dann entzieht es dir seine heilende Essenz. Aber wenn du sie mit

offenen Händen und offenem Herzen empfängst, dann entfalten sie ihre Gaben und werden zu Helfern auf deinem Weg. Die Achtung vor der Schöpfung ist der Schlüssel zu ihrer Heilung.

Das größte Heilmittel gegen den Zorn ist das Schweigen; das größte Heilmittel gegen die Traurigkeit ist das gemeinsame Singen.

Wie oft habe ich das in meinem Kloster erlebt! Der Zorn ist ein wildes Feuer, das alles verbrennt, was ihm in den Weg kommt – die Beziehungen, die Gedanken, den Frieden der Seele. Aber das Schweigen, das bewusste, achtsame Schweigen, ist wie ein kühler Regen, der die Glut löscht, bevor sie Schaden anrichten kann. Es ist kein feiges Verstummen, sondern ein kraftvolles Innehalten, das den Geist zur Besinnung bringt. Und die Traurigkeit, die schwere, bleierne Traurigkeit, die so oft wie eine Wolke über uns liegt – sie wird erhellt durch den gemeinsamen Gesang. Wenn Menschen ihre Stimmen erheben und miteinander singen, dann verbinden sich ihre Seelen, die Melodie trägt die Schwere fort, und ein neuer, leichter Geist kehrt ein. Die Musik ist nicht nur eine Kunst, sie ist eine Heilkunst, die das Herz aufrichtet, wo kein Trost mehr reicht.

Diese Weisheiten sind wie kleine Flammen, die ich in meinem Tagebuch bewahrt habe. Sie sind nicht dazu da, in den Regalen zu verstauben, sondern in euren Herzen zu brennen und euch den Weg zu leuchten. Ich gebe sie euch mit der gleichen Liebe und Sorgfalt, mit der ich sie empfangen habe, in der Hoffnung, dass sie in euch weiterwachsen und Frucht tragen, wie ein Samen, der in gute Erde fällt.

Und nun, meine Lieben, da ich euch diese geflügelten Worte hinterlasse, möchte ich euch noch eine letzte Mahnung mit auf den Weg geben: Hütet die Grünkraft, die *viriditas*, die in allem Lebendigen wohnt. Sie ist das Band, das uns mit der Schöpfung verbindet, das Heilmittel für die Wunden der Welt, das Tor zur Weisheit Gottes. Sie ist nicht nur eine Idee, sondern eine lebendige Kraft, die ihr in euren Händen spüren, in euren Herzen fühlen und in euren Taten verwirklichen könnt. Pflegt sie in den Kräutern, die ihr anbaut, in den Steinen, die ihr tragt, in den Melodien, die ihr singt, und in der Liebe, die ihr teilt.

Und vergesst nie: Die größte Heilkunst ist die, die ihr einander in den kleinen Gesten des Alltags zeigt – in einem warmen Brot, das ihr teilt, in einem stillen Gebet, das ihr sprecht, in einem Stein, den ihr verschenkt, und in einem Lied, das ihr singt.

So endet mein geheimes Tagebuch, aber es endet nicht in der Stille, sondern in einem Klang, der weiterklingt, in euch, durch euch, mit euch. Die unvollendete Sinfonie, die ich begonnen habe, wird von euch fortgeführt, auf eine Weise, die ich nicht ausmalen kann, aber die in der Hand Gottes liegt, der die Fäden aller Zeiten zusammenhält.

Möge die *viriditas* in euch leuchten, mögen die Steine euch begleiten, mögen die Kräuter euch heilen, und möge die Musik eure Herzen erheben. Das ist mein Segen für euch, der ich Hildegard von Bingen bin – eine kleine Nonne, die das Licht sah und es in Worte fasste, für euch, die ihr in fernen Zeiten lebt, und die ihr vielleicht genauso nach dem Licht sucht wie ich.

5.3 Die unvollendete Sinfonie – deine Fortsetzung meiner Geschichte

Dieses Buch ist nicht zu Ende. Es ruht nun in deinen Händen, liebe Leserin, lieber Leser. Nimm den Dinkel, den ich dir empfohlen habe, backe mein Brot. Lege den Smaragd auf dein Herz. Trinke den Fenchelwein, wenn dir der Atem stockt. Wenn du meine Worte liest

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

und sie in deinem Alltag lebendig werden lässt, dann bin ich nicht gestorben – ich sitze in deiner Küche, ich flüstere dir in deinen Kräutergarten und leuchte dir in jedem Edelstein, den du an die Sonne hältst.

Meine Lieben, nun sind wir am Ende dieses Buches angelangt – aber ich sage euch mit aller Kraft, die in mir ist: Dieses Buch ist nicht zu Ende. Es ist wie ein Fluss, der in ein weites Meer mündet, ohne je zu versiegen. Es ist wie ein Samen, der in die Erde fällt und in unzähligen neuen Pflanzen weiterlebt. Es ist wie ein Lied, das gesungen wird und im Herzen der Hörer weiterklingt, noch lange nachdem die letzte Note verklungen ist.

Dieses Buch ruht nun in deinen Händen, liebe Leserin, lieber Leser. Es hat seinen Weg durch die Jahrhunderte gefunden, durch die Hände von Kopisten und Gelehrten, durch die Wirren der Kriege und die Stille der Klöster, und nun liegt es vor dir – nicht als ein Denkmal der Vergangenheit, sondern als eine lebendige Einladung an die Gegenwart. Du bist es, der diese Geschichte weiterschreibt. Du bist es, der meine Worte in deinem eigenen Leben Wirklichkeit werden lässt.

Nimm den Dinkel, den ich dir empfohlen habe, und backe mein Brot. Es ist nicht irgendein Brot – es ist das Brot der Einfachheit, das Brot der Demut, das Brot der Grünkraft. Wenn du es knetest, dann spüre die Wärme des Mehls zwischen deinen Fingern, rieche den Duft des Fenchels, den ich dir ans Herz gelegt habe, und denke daran, dass dieses Brot nicht nur deinen Magen füllt, sondern deine Seele nährt. Es verbindet dich mit der Erde, die es wachsen ließ, mit der Sonne, die es reifen ließ, und mit der Arbeit, die es bereitete. Und es verbindet dich mit mir, die ich dieses Rezept vor vielen hundert Jahren niederschrieb, in der Hoffnung, dass es einmal einen Menschen wie dich erreichen würde.

Lege den Smaragd auf dein Herz. Dieser grüne Stein, der die *viriditas* in sich trägt, die grünende Kraft des Lebens, ist mehr als ein Schmuckstück – er ist ein Wächter deiner Seele. Wenn du ihn auf dein Herz legst, dann spüre seine kühle Wärme, seine leise Schwingung, die die bösen Säfte vertreibt und die Lebensgeister weckt. Er erinnert dich daran, dass du ein Teil der Schöpfung bist, nicht ihr Herrscher, sondern ihr Hüter. Und er erinnert dich daran, dass das Leben immer wieder neu erblüht, auch wenn die Dunkelheit dich umgibt. Der Smaragd ist ein Versprechen der Hoffnung, das ich dir durch die Zeiten sende.

Trinke den Fenchelwein, den ich dir verraten habe, wenn dir der Atem stockt, wenn die Sorgen dich bedrücken oder die Müdigkeit dich übermannt. Ein kleiner Schluck dieses Weins, der die Wärme des Fenchels und die Klarheit der Kräuter in sich trägt, wird deine Gedanken öffnen, dein Herz erleichtern und deinen Geist auf das Wesentliche ausrichten. Er ist nicht nur ein Getränk – er ist ein Trank der Besinnung, der dich daran erinnert, dass die Heilkunst nicht nur in den großen Taten liegt, sondern auch in den kleinen, alltäglichen Gesten, die wir mit Sorgfalt und Liebe vollziehen.

Wenn du meine Worte liest und sie in deinem Alltag lebendig werden lässt, dann bin ich nicht gestorben – ich sitze in deiner Küche, ich flüstere dir in deinen Kräutergarten, und ich leuchte dir in jedem Edelstein, den du an die Sonne hältst. Ja, das ist das Wunder der geflügelten Worte: Sie überwinden die Grenzen von Raum und Zeit, sie durchbrechen die Mauern des Todes, und sie verbinden die Herzen über die Jahrhunderte hinweg, in einem unsichtbaren, aber unzerreißbaren Band der Liebe.

Du musst keine Nonne sein, um meine Lehren zu leben. Du musst kein Gelehrter sein, um meine Weisheit zu verstehen. Du musst nur bereit sein, die kleinen Dinge zu ehren – das

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

Brot, das du backst, den Stein, den du trägst, den Wein, den du trinkst, das Lied, das du singst. Denn in diesen kleinen Dingen offenbart sich die Größe der Schöpfung, und in ihrer Ehrfurcht liegt die tiefste Weisheit.

Vielleicht wirst du eines Tages in deinem eigenen Garten stehen, die Hände in der Erde, und du wirst an mich denken, wenn du den Fenchel pflückst. Vielleicht wirst du in einer stillen Stunde einen Stein in deine Hand nehmen und seine Wärme spüren, als wäre sie von mir gesegnet. Vielleicht wirst du mit einem Freund oder einer Freundin singen, und die Melodie wird euch tragen, wie sie mich einst getragen hat, wenn die Trübsal zu schwer wurde. Das sind die Momente, in denen unsere Seelen einander berühren, über die Grenzen der Zeit hinweg.

Und vergiss niemals: Die unvollendete Sinfonie, die ich begonnen habe, wird von dir fortgeführt. Jeder Akt der Güte, den du vollbringst, ist eine neue Note in dieser Sinfonie. Jede Pflanze, die du mit Sorgfalt pflegst, ist ein neuer Klang in ihrem Gewebe. Jedes Lied, das du singst, ist ein neuer Ton, der sich in die unendliche Melodie der Schöpfung einfügt. Du bist nicht nur ein Zuhörer dieser Sinfonie – du bist ein Musiker, du bist ein Komponist, du bist ein Teil des großen, ewigen Klangs, der niemals verstummt.

So, meine Lieben, verabschiede ich mich von euch – aber es ist kein Abschied im eigentlichen Sinne. Es ist ein Aufbruch, ein Übergang, ein Beginn. Die Worte, die ich euch hinterlassen habe, sind wie Samen, die in euren Herzen ruhen. Sie werden wachsen, wenn ihr sie bewässert mit eurer Aufmerksamkeit und eurer Liebe. Sie werden blühen, wenn ihr sie pflegt mit euren Taten. Und sie werden Frucht tragen, wenn ihr sie mit anderen teilt, damit auch sie von der Grünkraft kosten, die ich so sehr geliebt habe.

Geht nun in Frieden, meine Lieben. Lebt mit Demut, mit Mut, mit Freude. Ehrt die Schöpfung in all ihren Gestalten, und vergesst nicht, dass ihr selbst ein Teil von ihr seid. Die Erde ist euer Zuhause, der Himmel ist euer Ziel, und die Liebe ist euer Weg.

Deine Hildegard von Bingen, die nun in deinem Herzen weiterlebt, so lange du ihre Worte in deinem Alltag zum Klingen bringst.

Möge die Viriditas mit dir sein.

5.3 Die Vorhersage meines Todes und die letzte Mahlzeit

Ich wusste um meine Stunde. An meinem letzten Tag, so wird berichtet, verlangte ich nach einer Schale Haferschleim mit ein wenig Zimt – denn selbst dem scheidenden Leib schuldet man eine letzte wärmende Speise. Ich segnete die Steine in meiner Zelle und sprach den Schwestern ein letztes Gebet.

Meine Lieben, wir sind nun am Ende meiner irdischen Reise angelangt, an jener Schwelle, die jeder von uns einmal überschreiten muss, die aber für mich keine Schwelle der Furcht, sondern der Erfüllung war. Ich wusste um meine Stunde, wie ich euch schon erzählt habe, und dieses Wissen hatte mich in den letzten Jahren meines Lebens mit einer tiefen Gelassenheit erfüllt, die meine Schwestern oft staunen ließ. Sie fragten mich, wie ich so friedvoll sein könne, wo doch der Tod vor der Tür stehe, und ich antwortete ihnen: "Der Tod ist nicht der Feind des Lebens, sondern sein Vollender. Wie der Winter die Saat in der Erde bewahrt, bis der Frühling sie ruft, so bewahrt der Tod unsere Seele, bis Gott sie ruft."

An meinem letzten Tag, dem 17. September des Jahres 1179, erwachte ich mit einem leichten Lächeln auf den Lippen. Die Sonne schien durch das kleine Fenster meiner Zelle,

und ihr Licht tanzte auf den Steinen, die auf meinem Schreibtisch lagen – der Hämatit, der Achat, der Bernstein, der Saphir und der Jaspis. Ich spürte, dass die Stunde gekommen war, und ich war bereit. Aber ich war auch noch ganz und gar lebendig, und das Leben, das in mir pulsierte, verlangte nach einer letzten, einfachen Freude: einer warmen Speise, die meinen scheidenden Leib stärken und meine Seele auf den letzten Weg begleiten sollte.

Ich bat meine liebste Schwester, die mir in den letzten Wochen zur Seite gestanden hatte, mir eine Schale Haferschleim zu bereiten. Der Hafer, dieses bescheidene Korn, das auf den kargen Böden unserer Heimat gedieh, war mir immer ein treuer Begleiter gewesen – er nährt, ohne zu beschweren, er wärmt, ohne zu überhitzen, und er gibt dem müden Körper eine sanfte, nachhaltige Kraft. Ich bat sie, eine Prise Zimt hineinzurühren, dieses kostbare Gewürz, das aus fernen Ländern zu uns kam und dessen Duft mich immer an die Wärme des Südens erinnerte. Der Zimt ist ein wärmendes Gewürz, das die kalten Säfte vertreibt und das Herz mit einer sanften, freudigen Wärme erfüllt. Es war eine letzte, kleine Feier des Lebens, die ich mir selbst gönnte – ein Abschiedsgruß an die Freuden des Leibes, die mich so viele Jahre getragen hatten.

Die Schwester brachte mir die dampfende Schale, und ich nahm sie mit zitternden Händen entgegen. Ich roch den Duft des Hafers und des Zimts, und in diesem Duft erinnerte ich mich an all die Mahlzeiten, die ich in meinem langen Leben geteilt hatte – an die einfachen Suppen in den kalten Wintern, an die Feste der Weihnachtszeit, an das Brot, das wir mit den Händen brachen, und an den Wein, den wir in der Gemeinschaft tranken. Jede dieser Mahlzeiten war ein kleines Sakrament gewesen, ein Zeichen der Liebe, die uns verband, und diese letzte Mahlzeit war nicht anders. Ich aß langsam, genoss jeden Bissen, und ich dankte Gott für die Gabe der Nahrung, die er den Menschen gegeben hat, um sie zu stärken und zu erfreuen.

Nachdem ich die Schale geleert hatte, richtete ich mich in meinem Lager auf und segnete die Steine, die mich so viele Jahre begleitet hatten. Ich nahm jeden einzelnen in die Hand, sprach seinen Namen in der Lingua Ignota und dankte ihm für seine Treue. Den Hämatit segnete ich für seine erdende Kraft, den Achat für seine kühlende Klarheit, den Bernstein für seine wärmende Heiterkeit, den Saphir für seine öffnende Weisheit und den Jaspis für seine rote Lebenskraft, die mir in den schwersten Stunden Kraft gegeben hatte. Ich legte sie in eine kleine Schachtel und übergab sie der Schwester mit der Bitte, sie unter den Schwestern zu verteilen, damit sie auch nach meinem Tod ihre heilsame Wirkung entfalten möchten.

Dann wandte ich mich den Schwestern zu, die sich in meiner Zelle versammelt hatten. Es waren nicht viele – nur die, die mir am nächsten standen, die mich in den letzten Wochen gepflegt hatten, die meine Lehren am tiefsten in ihren Herzen bewahrt hatten. Sie knieten um mein Lager, ihre Gesichter von Tränen gezeichnet, aber ich sah auch einen stillen Frieden in ihren Augen, der mich tief berührte. Ich erhob meine Hand und sprach ein letztes Gebet über sie – nicht in den Worten der Kirche, sondern in den Worten, die mir die Stimme eingegeben hatte, die mich mein ganzes Leben begleitet hatte.

"Segne sie, du, der du alles Leben erschaffen hast", betete ich, "segne diese Frauen, die mir so nahe gestanden haben. Gib ihnen die Kraft der *viriditas*, die grünende Kraft deiner Schöpfung, damit sie in deinem Licht wandeln. Tröste sie in ihrer Trauer, stärke sie in ihren Prüfungen, und lass sie die Worte, die ich hinterlasse, als lebendigen Samen in ihren Herzen tragen. Führe sie auf den Wegen, die du für sie bestimmt hast, und lass sie deine

] QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]
CC SOME RIGHTS RESERVED
PRINT+SHAREWARE

Gegenwart in allen Dingen erkennen – in den Kräutern, in den Steinen, in der Musik, in der Stille. Das ist mein letztes Gebet für sie. Amen."

Die Schwestern antworteten mit einem leisen "Amen", und ich sah, wie sich ihre Gesichter erhellten, wie die Tränen stiller wurden und ein Lächeln in ihren Augen aufging. In dieser Stunde der Trennung waren wir uns näher, als wir es je gewesen waren.

Ich legte mich zurück auf mein Lager, schloss meine Augen und spürte, wie die Stimme, die mich mein ganzes Leben begleitet hatte, mich nun sanft in ihre Arme nahm.

Sie war kein grelles Licht, sondern ein warmes, goldenes Leuchten, das mich umhüllte wie ein Mantel, der für mich gewoben worden war, bevor die Welt begann.

In diesem Leuchten sah ich noch einmal all die Bilder meines Lebens: den Jaspis in meiner kleinen Hand auf dem Hof in Bermersheim, die Flammen des Herdfeuers, die mir die Farben der Dreifaltigkeit zeigten, die stillen Stunden auf dem Disibodenberg mit Jutta, die Schreie der Kreißenden, denen ich beistand, und die Schwestern, die mit mir den Rupertsberg erbauten. Ich sah den Papst, der mir schrieb, und den Kaiser, der sich von mir mahnen ließ. Ich hörte den Gesang des *Ordo Virtutum*, und ich roch den Duft des Fenchels in meinem Garten.

Und dann, ganz am Ende, sah ich etwas, das ich nicht beschreiben kann, weil es jenseits aller Worte liegt. Ich sah Gott – nicht als greisenhaften Herrscher, wie ihn die Maler darstellen, sondern als ein lebendiges Licht, das alles durchdringt und alles umfängt. Es war das Licht, das mich schon als Kind heimgesucht hatte, und es war das Licht, das mich nun heimholte. Es war kein Ende, sondern ein Anfang – der Anfang einer neuen Wirklichkeit, in der keine Tränen mehr fließen, kein Schmerz mehr schmerzt, keine Zeit mehr vergeht.

Ich öffnete meine Augen ein letztes Mal und sah die Schwestern, die mich umgaben. Ihr Gesichter waren voller Liebe, und ich wusste, dass sie den Weg, den ich begonnen hatte, weitergehen würden. Ich lächelte ihnen zu, flüsterte ein letztes "Vergesst die Grünkraft nicht" und schloss meine Augen für immer.

Die Sonne, die durch das Fenster meiner Zelle schien, fiel auf die leere Schale des Haferschleims, auf die Steine, die ich gesegnet hatte, und auf die Gesichter der Schwestern, die in stiller Dankbarkeit verharrten.

Ich war gegangen, aber ich war bei ihnen – im Duft des Hafers, im Glanz der Steine, in der Stille der Zelle, die nun meine irdische Hütte nicht mehr beherbergte, aber meine geistige Gegenwart umso klarer spürbar machte.

So endet die Geschichte meines irdischen Lebens, meine Lieben. Aber sie endet nicht in der Trauer, sondern in der Hoffnung. Denn ich weiß, dass das Leben stärker ist als der Tod, dass die Liebe weiter wirkt, auch wenn der Leib vergeht, und dass meine Worte noch in fernen Zeiten leuchten werden, wie die Sterne am Himmel, die nie erlöschen.

Hütet die Grünkraft, die ich euch hinterlasse, und lasst sie in euren Herzen wachsen – bis sie eines Tages die ganze Welt erfasst und alles, was krank und zerbrochen ist, in ein neues, leuchtendes Leben verwandelt.

Wir sind alle auf dem Weg. Geht ihn mit Mut, mit Demut und mit Freude.

Eure Hildegard

[QUELLE [https://humanearthling.org/book/hvb/00_TEXTE_00/HvB_BOOK_02_1.pdf]

CC SOME RIGHTS RESERVED

PRINT+SHAREWARE

Produced for The Rainbow Entertainment : Artwork + Brainstorming :
We're on a mission from G.O.D. ! THis @ product by <joy<inc.