



99

**DINGE,**  
die zu wissen  
lohnt

ULRIKE  
VOIGT

# Hildegard

**VON BINGEN**

& die spirituellen Frauen  
des Mittelalters

JAN THORBECKE VERLAG

**VERLAGSGRUPPE PATMOS**

**PATMOS  
ESCHBACH  
GRÜNEWALD  
THORBECKE  
SCHWABEN  
VER SACRUM**

Die Verlagsgruppe  
mit Sinn für das Leben

**Ich widme dieses Buch meiner Mutter Renate.**



Die Verlagsgruppe Patmos ist sich ihrer Verantwortung gegenüber unserer Umwelt bewusst. Wir folgen dem Prinzip der Nachhaltigkeit und streben den Einklang von wirtschaftlicher Entwicklung, sozialer Sicherheit und Erhaltung unserer natürlichen Lebensgrundlagen an. Näheres zur Nachhaltigkeitsstrategie der Verlagsgruppe Patmos auf unserer Website [www.verlagsgruppe-patmos.de/nachhaltig-gut-leben](http://www.verlagsgruppe-patmos.de/nachhaltig-gut-leben) Übereinstimmend mit der EU-Verordnung zur allgemeinen Produktsicherheit (GPSR) stellen wir sicher, dass unsere Produkte die Sicherheitsstandards erfüllen. Näheres dazu auf unserer Website [www.verlagsgruppe-patmos.de/produktsicherheit](http://www.verlagsgruppe-patmos.de/produktsicherheit). Bei Fragen zur Produktsicherheit wenden Sie sich bitte an [produktsicherheit@verlagsgruppe-patmos.de](mailto:produktsicherheit@verlagsgruppe-patmos.de)

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Alle Rechte vorbehalten

© 2025 Jan Thorbecke Verlag

Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG, Senefelderstr. 12,  
73760 Ostfildern  
[www.thorbecke.de](http://www.thorbecke.de)

Gestaltung: Finken & Bumiller, Stuttgart

Druck: Finidr s.r.o., Český Těšín

Hergestellt in Tschechien

ISBN 978-3-7995-2108-6

# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	9
<b>Mystik – was ist das eigentlich?</b> .....	12
Was bedeutet das: Mystik erleben? .....	12
Wie definiert die Theologie Mystik? .....	13
Mystische Vereinigung mit Gott .....	13
Was hielten die Theologen von Mystik? .....	15
Eine sehr persönliche Erfahrung .....	16
In welcher Zeit lebten die Mystikerinnen? .....	17
Hildegard von Bingen – eine Ausnahme-Frau .....	19
Eine neue Spiritualität .....	21
Mystik macht sprachlos .....	22
Sagen, was <i>nicht</i> ist .....	23
Mystische Lebenswende: Mechthild von Magdeburg .	24
<b>»Keimzellen« der Mystik 1: Klöster</b> .....	26
Alt werden im Mittelalter .....	26
Arm werden für Gott .....	27
Frauenklöster und geistliche Gemeinschaften .....	29
Frauenklöster und Männermacht .....	30
Eintritt ins Kloster .....	32
Ausbildung im Frauenkloster .....	33
Gelehrt oder ungelehrt? .....	34
Leuchtende Visionen gegen grauen Klosteralltag ...	35
Adelige Nonnen .....	36
Für die Ehe verplant .....	36
<b>»Keimzellen« der Mystik 2:</b>	
<b>Beginnenbewegung und Dritte Orden</b> .....	38
Beginnen .....	38
Mystikerinnen lebten gefährlich .....	40
Männerlos und arm, aber besser dran .....	41
Beginnen gehen selbständig mit der Bibel um .....	42
Widerstand gegen die Beginnen .....	43

Beginnen werden verdächtigt und verboten .....	43
Beginnen heute .....	46
Verheiratete Mystikerinnen .....	46

**Wer hat die mystischen Erfahrungen aufgeschrieben? – Theologische Bildung und mystische Überlieferung** .....

Mystikerinnen und Bildung .....	49
Eine vergessene Mystikerin .....	50
Mystik in den Prozessakten der Inquisition .....	52
Gottes Wort in der Volkssprache .....	53
Wissen für Frauen .....	54
Alles wird gut sein .....	55
Minnesang und Mystik .....	56
Frauen und Kultur .....	57
Höfische Kultur in der Mystik .....	58
Wie entstanden Hildegards Schriften? .....	60
Angst vor Missverständnissen .....	61
Männliches Misstrauen .....	62
Bestseller von Teresa .....	63
Die Macht der Mystikerinnen .....	64

**Askese, Sinnlichkeit und Hingebung – Körper-Leib und Seelen-Leib** .....

Brautmystik .....	67
Leib und Seele .....	68
Mystische Ekstase .....	70
Extremfasten .....	71
Formen der Ekstase .....	72
Sinnliche Mystik .....	73
Gott mit allen Sinnen spüren .....	74
Teresa hebt ab .....	74
Schmerz und Lust .....	75
»Reinheit« in der mystischen Liebe .....	78
Erotische Sprache .....	79
Erotik als Symbolik .....	79
Ein Schutzraum für Erotik .....	82
Stigmata .....	83

Umarmungen .....	83
Der Leib als Feind .....	84
Leiden für Gott .....	85
Hildegards Heilkunde .....	86
Visionen durch Migräne? .....	87
Mondphasen .....	88
Hildegard und die weibliche Lust .....	88
Rezept für Energie- und Nervenkekse nach Hildegard von Bingen .....	90
Säftelehre .....	91

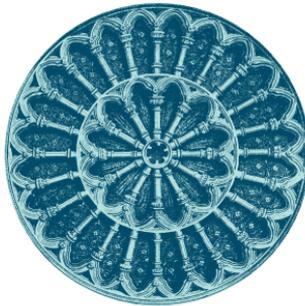
## **Mystikerinnen: Heilige Frauen oder Ketzerinnen?**

Ketzerei und Mystik .....	92
Hildegard und die Anerkennung des Papstes .....	93
Birgitta und ihre Strafpredigten .....	94
Caterina als Politikerin .....	96
Hildegard auf Predigtreise .....	98
Hildegard wird heiliggesprochen .....	99
Hildegard im Streit mit der Kirche .....	100
Verbrannt: Marguerite Porète .....	101
Marguerites Lehre über die Seele .....	103
Wunder .....	104
Weibliche und himmlische Schönheit .....	104
Teresa gründet ein Kloster .....	105
Teresa und die Inquisition .....	106
Teresa baut weitere Klöster – durch Hausbesetzung ..	107

## **Mystische Frauen in einer Männergesell- schaft: »... einer von den ganz bärtigen«**

Einer von den ganz bärtigen ... ..	108
Hinter jeder starken Frau ... ..	108
Frauen verändern die Theologie .....	109
Mystik gibt Frauen Redefreiheit .....	110
Kloster- und Beginnenleben als attraktive Alternative .....	111
Frauen, die lesen und publizieren ... ..	112
Mystikerinnen als Kirchenlehrerinnen .....	117

<b>Mystik als Dienst: Nächstenliebe und gesellschaftliches Engagement</b> .....	119
Birgitta wirkt politisch .....	119
Caterinas soziales und politisches Engagement ....	121
Katharina von Genua leitet ein Spital .....	122
Angela und die Kranken .....	123
Fürbitte für andere Menschen .....	124
Hildegard als Äbtissin .....	125
Hildegards zweites Kloster .....	126
Mechthilds Dienst an der Stadtgemeinschaft .....	127
Liebe deinen Nächsten so wie dich selbst .....	128
Mystik als Auftrag .....	129
Gott will Taten .....	130
Gottesbegegnung als Jungbrunnen .....	130
<b>Übersicht über die Mystikerinnen</b> .....	132
<b>Tipps zum Weiterlesen</b> .....	134



# Vorwort

Im Mittelalter, einer langen Epoche, in der sich viele Umbrüche in Politik, Religion und Gesellschaft ereigneten, erlebte die europäische Frauenmystik eine große Blütezeit – beginnend mit Hildegard von Bingen im 12. Jahrhundert bis hin zu Teresa von Avila, die im 16. Jahrhundert im streng katholischen Spanien lebte. War zur Zeit von Hildegard von Bingen noch keine Frage, dass das Christentum in Mitteleuropa römisch-katholisch war, hatte zur Zeit von Teresa die Reformation im Heiligen Römischen Reich bereits zu großen Umwälzungen im Alltags- und Glaubensleben der Menschen sowie in Politik und Gesellschaft geführt.

Dieses Buch stellt Mystikerinnen vor, die in diesen fünf Jahrhunderten lebten. Dabei ist die Bezeichnung von jemandem als »Mystiker\*in« ein Kunstbegriff, den es im Mittelalter noch nicht gab und der sich im Laufe der christlichen Geschichte erst entwickelte. Es gibt eine lange mystische Tradition in Judentum und frühem Christentum, aber das Substantiv »Mystik« trat zum ersten Mal im 17. Jahrhundert im Französischen auf (*la mystique*). Der Begriff wird vom griechischen Verb *myein* hergeleitet, was heißt: »die Augen und den Mund schließen«. Dies spielt auf die mystische Grundhaltung der Einkehr an, auf die Wahrnehmung eines inneren Erlebens. Als Mystikerinnen, Mystiker werden Menschen bezeichnet, denen eine außergewöhnliche Gotteserfahrung zuteilwird und die in einer ganz besonderen Gottesnähe und Spiritualität leben – man kann dieses Erleben auch im wahrsten Sinne des Wortes als einen Ausnahmezustand bezeichnen. Wer als Mystikerin oder Mystiker gilt, ist nicht ganz klar definiert. Im Mittelalter hat man solche Frauen als Prophetinnen, Seherinnen oder als heilige Frauen angesehen.

Mystik ist nichts spezifisch Christliches, aber weil die hier im Mittelpunkt stehenden Frauen im christlichen Mitteleuropa lebten, deuteten sie ihre Erlebnisse mit der biblischen Sprache und den religiösen Begriffen, Namen und Bildern, die sie aus ihrem Glauben kannten.

Mystik, von der rationalen und theologischen Welt im Laufe der Zeit immer mehr ins Irrationale abgeschoben, zeigt eine Ausprägung des Glaubens, der Religion, die verlorengegangen scheint oder über die man nicht (mehr) spricht: eine sehr persönliche Gottesbegegnung. Die Frauenmystik zeigt einen Gegensatz auf, der keiner sein sollte: hier Dogmen, Glaubenslehre und die Heilsvermittlung durch die Amtskirche beziehungsweise die (männlichen) Theologen, dort (vor allem bei Frauen) existenzielle direkte Offenbarung, persönliche Überzeugung, feurige Gottes- und Nächstenliebe – Institution und Charisma.

Mehrere Faktoren begünstigten die Ausbreitung und den Erfolg von Frauenmystik im Mittelalter:

**Erstens:** Das Selbstbewusstsein der Menschen und vor allem der Frauen in puncto Spiritualität und Glaubenspraxis nahm zu,

**zweitens:** Das religiöse Leben fand neue Formen wie neue Orden und freie Glaubensgemeinschaften für Frauen, eine Alternative auch zur Ehe,

**drittens:** Mystische Literatur wurde meist in den Volkssprachen verfasst und konnte so von viel mehr Menschen verstanden werden als die theologischen lateinischen Schriften,

**viertens:** Bedeutende Frauenpersönlichkeiten traten auf, die aufgrund ihrer Visionen hohes Ansehen und eine gewisse »Redefreiheit« hatten. Sie agierten strategisch geschickt, begnügten sich nicht mit der

vorgegebenen demütigen Frauenrolle und besaßen Führungsqualitäten, ließen sich von Widerstand nicht abschrecken. Ihre mystischen Erlebnisse gaben ihnen Selbst- und Sendungsbewusstsein. Und sie teilten anderen ihre Erfahrungen mit, sie erhoben die weibliche Stimme im männlich dominierten Feld von Glaube und Theologie. Die Mystik diente auch als Mittel zur Emanzipation.

Mystikerinnen waren in der Regel sehr aktive Frauen, die sich ihren Mitmenschen widmeten und öffentlich wirkten, sie meditierten nicht nur im stillen Kämmerlein. Wie das alles kam, wer die Mystikerinnen waren und was das für sie bedeutete? Lesen Sie selbst.

Die hier zusammengestellten »Kostproben« sowie die Fakten und Berichte bieten einen informativen und hoffentlich auch spannenden Einstieg; sie werfen Schlaglichter auf die Frauenmystik des Mittelalters. Da die Biographien der Frauen einen stark vom Wandel geprägten Zeitraum von ungefähr 500 Jahren umfassen, muss manches Wichtige unerwähnt bleiben, wurde einiges vereinfacht oder verkürzt dargestellt. Die »99 Dinge« sind daher nicht mehr als 99 bunte Mosaiksteine!

Nichts würde mich mehr freuen, als wenn dieses Buch die Lesenden packt und dazu bringt, noch weiterzulesen. Sie finden dazu ganz hinten ein paar Vorschläge.

*Ulrike Voigt*

# Mystik – was ist das eigentlich?

## 1

### WAS BEDEUTET DAS: MYSTIK ERLEBEN?

Vor einiger Zeit erschien in einer großen Tageszeitung ein Bericht eines amerikanischen Neurochirurgen. Infolge eines lebensgefährlichen Hirnhaut-Infektes lag er sieben Tage im Koma. Als Neurochirurg hatte er religiöse Offenbarungen stets angezweifelt. Er beschrieb, was er in diesen Koma-Tagen erlebt hatte: »Rundum weißgoldenes Licht; die Finsternis zerfaserte und verschwand, eine Musik ertönte, lebendig, komplex, die wunderbarste, die ich je hörte, und ich fuhr an den Strahlen hinauf, in die fremdeste, beglückendste Welt, die ich je sah. Blumen, lachende Menschen, Schmetterlinge und ein wunderschöner Engel an meiner Seite.« Die Botschaft der »bedingungslosen Liebe« dieser Nahtod-Erfahrung veränderte für ihn alles.

Würde dieser Bericht aus dem Mittelalter stammen, dann wäre er ohne Zweifel ein Zeugnis einer mystischen Erfahrung: Berichte von hellstem Licht, von Wärme, Klängen und das Gefühl der Seligkeit finden sich auch in vielen Berichten mittelalterlicher Mystik. Mystische Erlebnisse sind laut neueren Untersuchungen, z.B. aus der Hirnforschung, nicht nur auf die Religion beschränkt, sondern es gibt sie auch als nichtreligiöse Erfahrungen. All diese Erfahrungen, die mit der Vernunft nicht erfassbar sind, haben gemeinsam das Erleben einer wunderbaren Einheit sowie die Aufhebung von Grenzen zwischen Diesseits und Jenseits.

## 2

### WIE DEFINIERT DIE THEOLOGIE MYSTIK?

»Mystik« als Fachbegriff bezeichnet eine spezielle Erfahrung der Gottesbegegnung. Das Spektrum dieses Begriffs ist sehr weit, manche bezeichnen damit eine Spiritualität, die jedem und jeder Gläubigen zu eigen sein sollte – im Sinne der viel zitierten Aussage des katholischen Theologen Karl Rahners (1966): »Der Fromme von morgen wird ein ›Mystiker‹ sein, einer, der etwas ›erfahren‹ hat, oder er wird nicht mehr sein.«

Auch wenn diese Aussage zutreffend ist, denn Glaube ohne Erfahrungen ist nicht lebendig – in dieser Definition wäre jede Form von existenzieller Erfahrung Gottes oder des Göttlichen eine mystische Erfahrung. Damit verlöre aber der Begriff »Mystik« seinen besonderen Sinn und wäre bloß ein anderes Wort für »religiöses Erlebnis«.

Mystik im engeren Sinne verstanden bedeutet eine innere Gottesbegegnung, die sich schwer in Worte fassen lässt und die nur wenigen Menschen zuteilwird. Letztlich haben die hier vorgestellten Mystikerinnen und auch Mystiker alle die umstürzende Erfahrung gemacht, dass die Schranken zwischen Gott und Mensch aufgehoben waren, eine Art Vorwegnahme der Begegnung mit Gott im Jenseits.

## 3

### MYSTISCHE VEREINIGUNG MIT GOTT

Mystik meint die sogenannte *unio mystica*, eine mystische Vereinigung mit Gott. Darin steht Gottes erlösende und heilige Gegenwart im Mittelpunkt. Diese Erfahrung wird als Überwältigung, Vereinigung oder

Verschmelzung mit Gott wahrgenommen. Sie wird zweifelsfrei, konkret und real erlebt, als überwältigende Glückserfahrung, oft auch als Erschütterung, ja eine Art Vernichtung, denn der Mensch fühlt sich zwar selig, erkennt aber zugleich die Welt und das eigene Ich als sündhaft und nichtig.

Eine solche Begegnung lässt sich kaum in Worte fassen. Sie wird nicht nur geistig, sondern mit allen Sinnen, teilweise auch körperlich, erlebt. Sie lässt sich nicht von selbst herbeiführen und geschieht häufig überraschend. Texte, die versuchen, dieses Geschehen zu fassen, sind die beste Art von Definition, was »Mystik« bedeutet.

Die geistliche Verlobung ist eine Vereinigung, nach der man sich wieder trennen kann ... Mit dem Einswerden wäre es so, wie wenn zwei Wachskerzen so nahe zusammengebracht würden, dass es ein einziges Licht wäre, oder wie wenn der Docht, das Licht und das Wachs zu einem verschmolzen wären. Nachher aber kann man die Kerze wieder leicht von der anderen lösen, und es sind wieder zwei Kerzen, und so auch mit dem Docht und dem Wachs.

Hier [bei der geistlichen Vermählung, der mystischen Erfahrung] ist es aber, wie wenn Wasser vom Himmel in einen Fluss oder in eine Quelle fällt, wo alles zu einem Wasser wird, so dass man es nicht wieder aufteilen oder voneinander trennen kann, was nun Flusswasser ist oder vom Himmel

fiel, oder wie wenn ein kleines Rinnsal ins Meer fließt: Da gibt es keine Möglichkeit mehr, um sie zu trennen; oder wie wenn ein Raum zwei Fenster hätte, durch die ein starkes Licht einfällt; auch wenn es getrennt einfällt, wird doch alles zu einem Licht, das durch zwei Fenster in eine Kammer fällt und ... als eines die Kammer erhellt. TERESA

## 4

### WAS HIELTEN DIE THEOLOGEN VON MYSTIK?

Der Begriff »Mystikerin« ist eine Prägung der Neuzeit. Welche Frau als Mystikerin gilt, ist eine (spätere) Zuschreibung. Eine Mystikerin wie Gertrud von Helfta wurde zu ihrer Zeit eher als *theologa* bezeichnet. Hildegard von Bingen wurde von Papst Eugen III. als *prophetissa teutonica* bezeichnet, als »deutsche Prophetin«, sie galt zudem als Visionärin und Heilige.

Mit dem Phänomen Mystik werden auch Ekstasen, Verzückungen oder Irrationalität verbunden. In der wissenschaftlichen Theologie wurde die Mystik deshalb schon vor dem 15. Jahrhundert zurückgedrängt, im 18. Jahrhundert herrschte der Rationalismus vor. Der evangelische Theologe Friedrich Schleiermacher rief um 1800 dazu auf, die persönliche religiöse Erfahrung wieder mehr zur Geltung zu bringen. Dagegen verwarf der Theologe Albrecht Ritschl im 19. Jahrhundert in seiner »Geschichte des Pietismus« (1880–1886) die Mystik erneut als »irrationale Frömmigkeit«. Auch der geschätzte protestantische Theologe Karl Barth befand: »Es gibt keine Freiballonfahrt zu Christus hin, bei der man ohne die Heilige Schrift auskommt.«