

Breve presentazione di Ildegarda di Bingen



A cura di Paolo Bellavite

Medico, ricercatore, docente

Si ringrazia il dr. Maurizio Italiano per la collaborazione



SOMMARIO



- Vita ed opere
- Le visioni
- Musica
- Medicina Ildegardiana

Ildegarda di Bingen (1098-1179)





**Badessa benedettina,
profetessa, mistica, scrittrice,
filosofa, studiosa di medicina e
botanica, musicista e
compositrice di canti.
Dottore della Chiesa
universale**

**Una delle più grandi figure femminili del
medioevo**



Nata nel 1098, decima figlia di una nobile famiglia, entra in convento ancora bambina e comincia ad avere le prime visioni profetiche all'età di nove anni.

Hildegarda, dal suo monastero di Bingen, nel XII secolo, corrispondeva con papi e principi, santi e filosofi: Eugenio III, Bernardo di Chiaravalle.

Non ebbe un'istruzione scolastica, e il suo sapere era modellato dalla sua particolarissima sensibilità, sviluppata dalle malattie fisiche e dalle sofferenze della prima infanzia. Per questo esprime il suo pensiero in immagini, che possano essere comprensibili da tutti, così come Dio si manifesta a lei.



«Ho ricevuto i miei insegnamenti all'interno, nella mia anima, ed è di qui che ti parlo.»

Ildegarda raggiunse **un'approfondita conoscenza della botanica e dell'uso terapeutico dei cibi e delle erbe.**

Da tutt'Europa, principi ed ecclesiastici si rivolgevano a lei per consigli e suggerimenti.

Viene popolarmente considerata santa, ma non fu mai canonizzata



Per Ildegarda la **salute** è intesa come fisica e spirituale insieme, riguarda il corpo e l'anima, i quali devono essere in un costante equilibrio.



Ildegarda di Bingen è stata proclamata **Dottore della Chiesa** nel 2012 da Benedetto XVI

«E veramente, sull'orizzonte della storia, questa grande figura di donna si staglia con limpida chiarezza per santità di vita e originalità di dottrina».

« Anzi, come per ogni autentica esperienza umana e teologale, la sua autorevolezza supera decisamente i confini di un'epoca e di una società e, nonostante la distanza cronologica e culturale, il suo pensiero si manifesta di perenne attualità.»

Dalla Lettera Apostolica di proclamazione, 7 ottobre 2012



Ildegarda di Bingen è stata proclamata **Dottore della Chiesa** nel 2012 da Benedetto XVI

*«L'attribuzione del titolo di Dottore della Chiesa universale a **Ildegarda di Bingen** ha un grande significato per il mondo di oggi e una straordinaria importanza per le donne».*

*«In **Ildegarda** risultano espressi i più nobili valori della femminilità: perciò anche la presenza della donna nella Chiesa e nella società viene illuminata dalla sua figura, sia nell'ottica della ricerca scientifica sia in quella dell'azione pastorale.»*

Dalla Lettera Apostolica di proclamazione, 7 ottobre 2012

Vita di Ildegarda di Bingen (1098-1179)

- Estate 1098 d.c. Ildegarda nasce da nobile famiglia a Bermersheim.
- 1106 d.c. Entra come allieva nell'eremo adiacente al monastero benedettino di Disibodenberg
- 1113 c.a. pronuncia i voti, diventa monaca benedettina ma non di clausura.
- 1136 assume la guida del convento.
- 1141 riceve da Dio l'ordine di scrivere e rendere pubbliche le sue visioni
- 1146-1148 inizia una corrispondenza con Bernardo da Chiaravalle. Il Papa Eugenio terzo invita Ildegarda a proseguire nei suoi scritti confermandone le doti di veggente.
- 1150 decide di fondare un nuovo convento a Rupertsberg.
- 1151-1158 Nonostante i suoi impegni e la salute malferma Ildegarda, dopo la conclusione dello Scivias, si dedica alla stesura delle sue opere mediche: *Physica* (storia naturale) e *Causae et Curae* (cause e rimedi)
- 1152 Scrive una lettera di congratulazioni e di buoni consigli a Federico Barbarossa
- 1158-1161 intraprende lungo il Reno il primo dei suoi viaggi di predicazione: le tappe sono Magonza, Wertheim, Würzburg e Bamberg.
- 1163 Inizia la terza opera teologica: *Liber Divinorum Operum*
- 1165 Fonda il convento di Eibingen sulla riva opposta del Reno rispetto a Bingen
- 1170 Compie un viaggio di predicazione in Svevia: Maulbronn, Hirsau, Zwiefalten.
- 1178 Disputa con il clero di Magonza
- 17 settembre 1179 Ildegarda muore nella notte dopo avere predetto alle monache la sua prossima fine. La morte è accompagnata da segni straordinari e luci nel cielo.



Hildegarda riceve l'ispirazione divina



«Scriveva di sua mano, e dichiarava a voce le cose che aveva visto e udito interiormente, in compagnia di quell' uomo a lei fedele, che trascriveva secondo le regole della grammatica, che essa ignorava, ma non osava aggiungere né togliere niente al loro significato»

(Vita Sanctae Hildegardis, PL 197, 101)

Vita Sanctae Hildegardis, PL 197, 101:
Ildegarda riceve l'ispirazione divina





Fondatrice di monasteri



Rupertsberg



Bingen



Hildegarda: opere

Libri profetici :

- Scivias (Conosci le vie),
- Liber Vitae Meritorum (il Libro dei meriti della vita)
- Liber Divinorum Operum (il Libro delle opere divine)

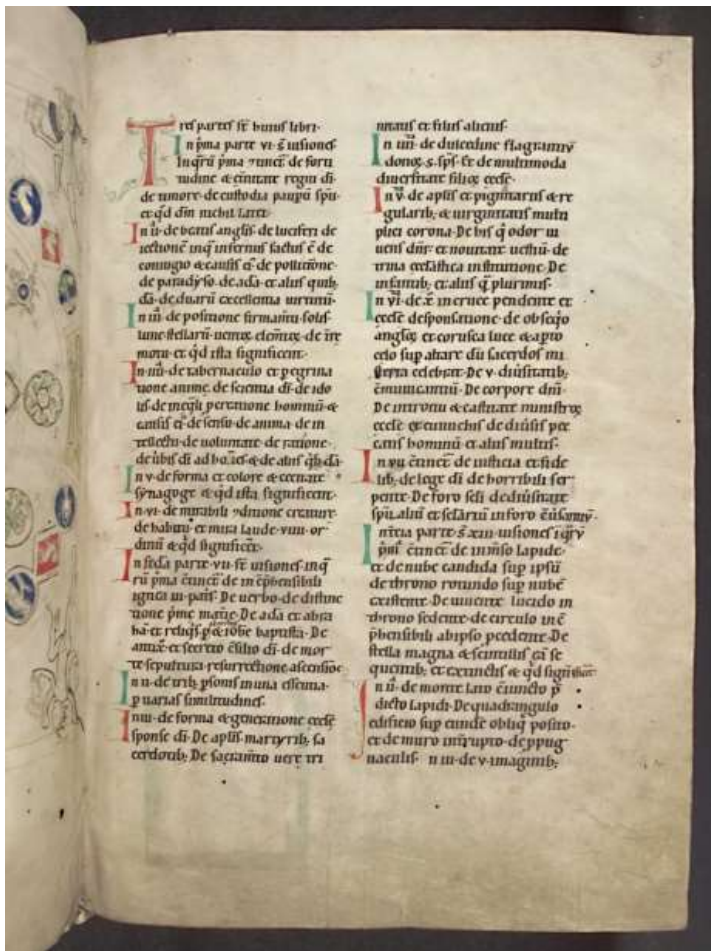
Lavori musicali ("Symphonia harmoniae celestium revelationum",):

- "Carmina" (canti)
- "Ordo Virtutum" (La schiera delle virtù, opera drammatica musicata).

Scienze naturali:

- "Physica" ("Storia naturale o Libro delle medicine semplici") e
- "Causae et curae" ("Libro delle cause e dei rimedi o Libro delle medicine composte").

Più di 300 lettere a vari destinatari, in cui Hildegarda trattò di diversi argomenti, soprattutto in riferimento a richieste di consigli di ordine spirituale.





SOMMARIO



- Vita ed opere
- Le visioni
- Musica
- Medicina Ildegardiana



**«Il cosmo in
forma di uovo»
Liber Scivias, I
vis. 3:**



*"Per mezzo di
questa grande
figura a forma
di uovo, che è
l'universo,
vengono resi
visibili gli
invisibili segreti
dell'eterno"*

Visioni



La visione di Hildegarda nel suo insieme è una iper-metafora creata dall'interscambio fra due sistemi metaforici, uno teologico e uno scientifico. Questa metafora--radice è: "l'essenza è luce", che teologicamente suona come "Dio è luce" e scientificamente "il cosmo è luce" ... La luce nella visione di Hildegarda è la luce della fiamma, del fuoco, è luce incorporata.

Più che come radiazione essa si trasmette secondo il principio stoico di contiguità, di diffusione.

I corpi luminosi nel cielo sono chiamati "faculae" (piccole torce) e "ignes" (fuochi), che si trasmettono la luce e la fiamma l'uno con l'altro ...

E se guardiamo all'interpretazione allegorica del passo, troveremo che vi è presente la stessa idea di diffusione - questa volta di una luce non fisica, ma spirituale.

(Di Michela Pereira)

Visioni



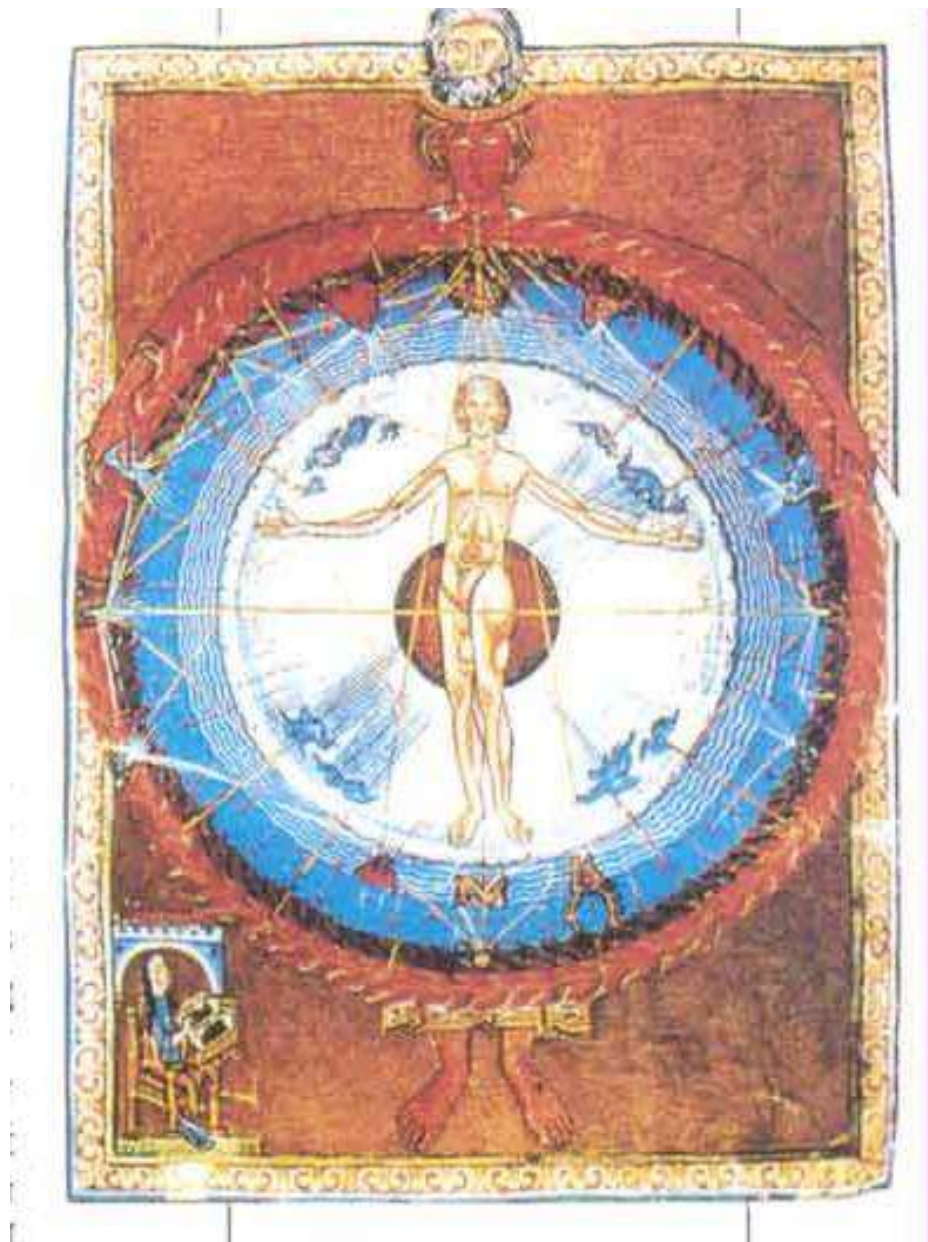
«Nove
cerchi
concentrici»



Engelschöre
Liber Scivias, Kopie ehem. Rupertsberger Kodex, um 1180;
Abtei St. Hildegard, Eibingen



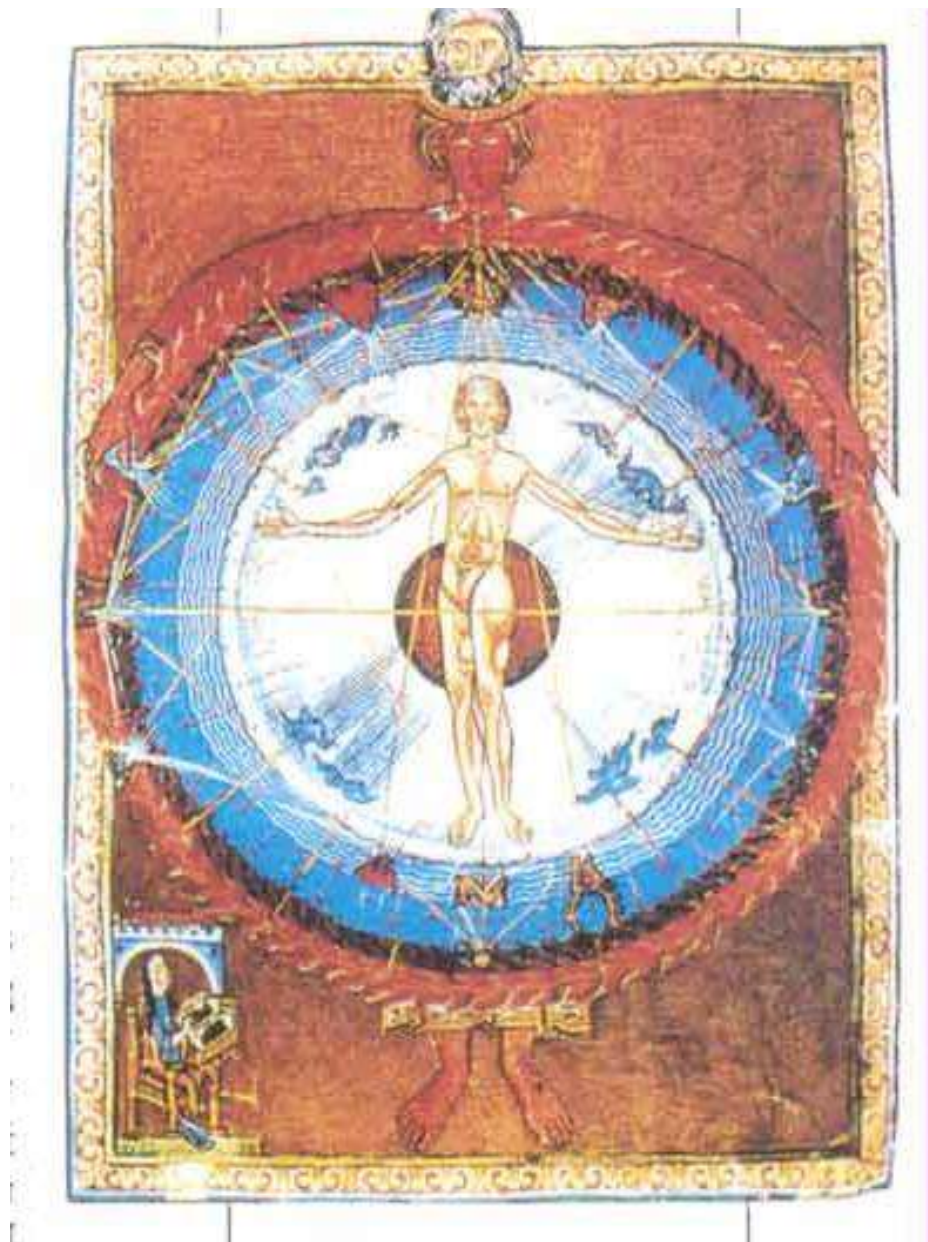
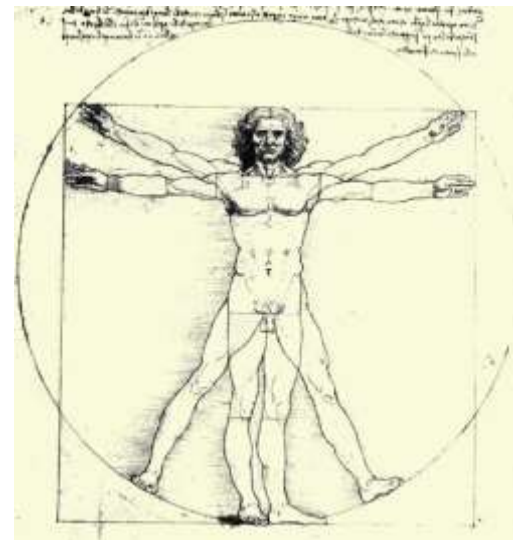
«L'Uomo
al centro
del
Cosmo»



Miniatura dal *Liber
divinorum operum* di
Ildegarda di Bingen
(XII secolo),
conservato nella
biblioteca statale di
Lucca

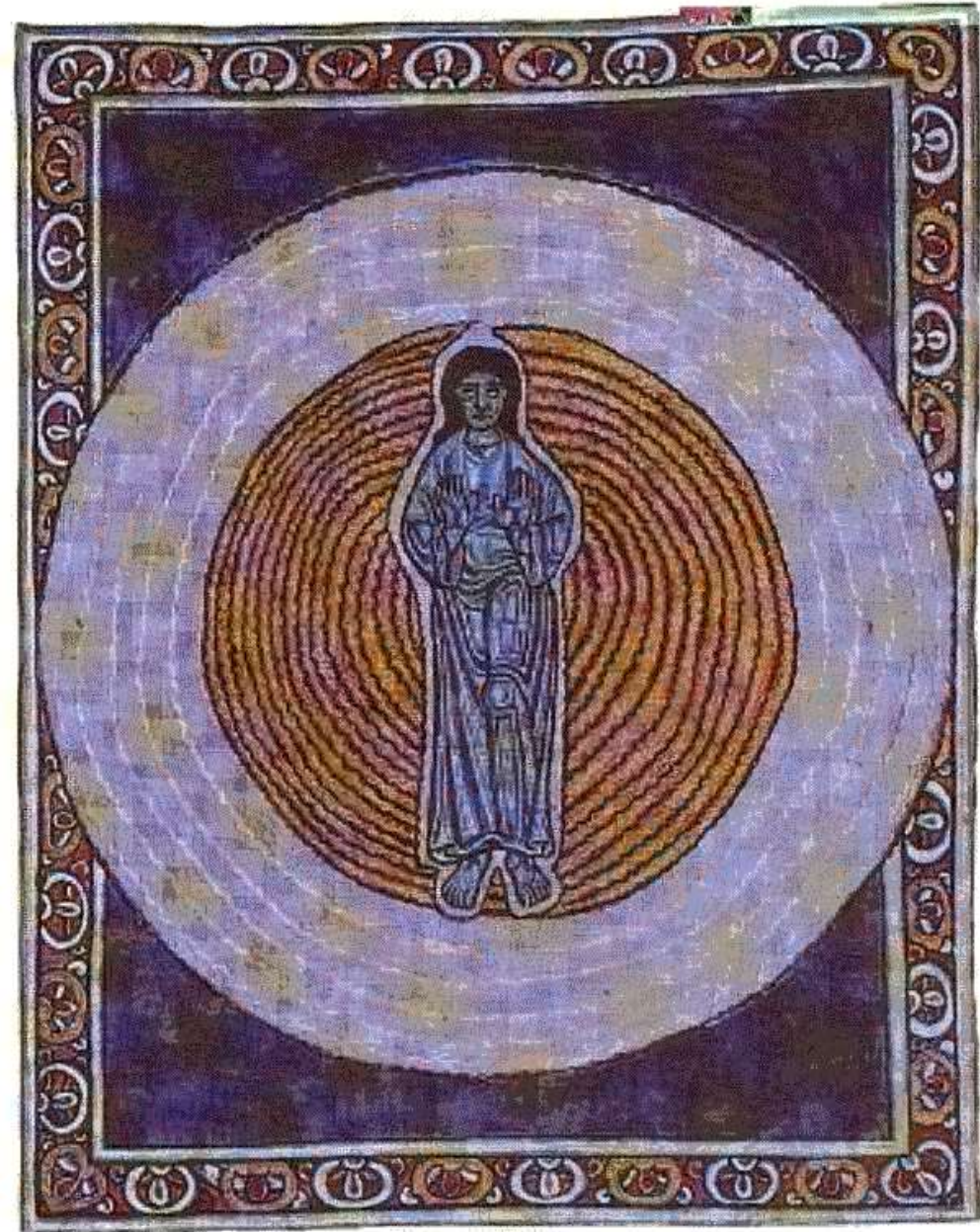


«L'Uomo
al centro
del
Cosmo»



L'uomo vitruviano è un
disegno di Leonardo da
Vinci, conservato nel
Gabinetto dei Disegni e
delle Stampe delle
Gallerie dell'Accademia
di Venezia.
1490 circa

«L'uomo nel blu zaffiro»
Scivias [*Conosci le vie*], 1140-50
(luce: Padre, Uomo: Figlio, Aria: Spirito)





«L'uomo
nel blu
zaffiro»



Scivias [Conosci le
vie], 1140-50
(luce: Padre, Uomo:
Figlio, Aria: Spirito)



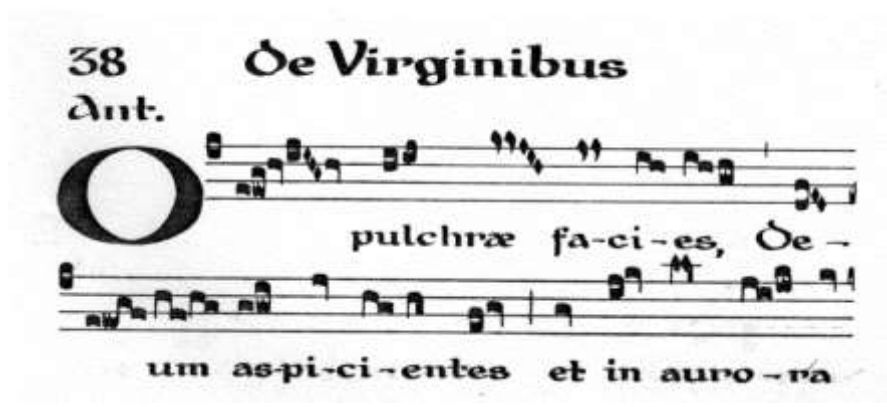
SOMMARIO

- Vita ed opere
- Le visioni
- Musica
- Medicina Ildegardiana



Esempi di musiche e canti di Ildegarda:

[Norma Gentile - Healing Chants by Hildegard of Bingen \(hearnow.com\)](http://hearnow.com)

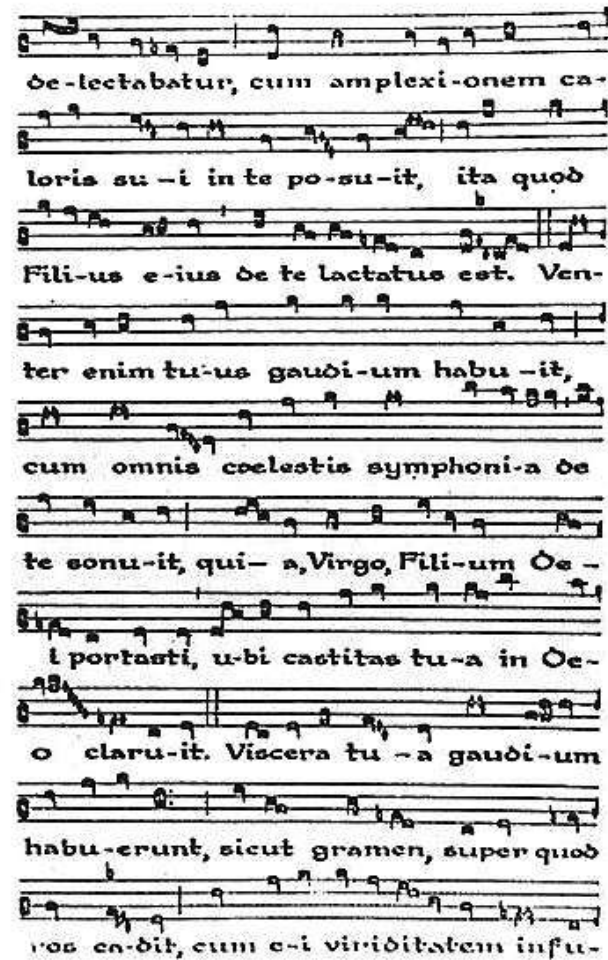


*«Nel canto lo spirito ritrova
l'armonia con il corpo.
Per questo pare che la voce
di Adamo prima della caduta
fosse soave come quella
degli angeli.»
(Ildegarda di Bingen)*



12 Oe Sancta Maria

Hymn.

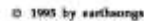


De Sancta Maria, inno all'intacta puella

<https://www.youtube.com/watch?v=1HmAGapRBB4>

in memory of Craig Edwall

Janika Vandervelde



<https://www.youtube.com/watch?v=p2Og0uasO7o>



O Ignis Spiritus

O Vos Felices Radices



Le torri delle cinque virtù





SOMMARIO

- Vita ed opere
- Le visioni
- Musica
- Medicina Ildegardiana



NOTA IMPORTANTE: Quanto riferito sulla medicina ildegardiana ha interesse culturale e storico e non deve rappresentare in alcun modo un consiglio terapeutico. L'autore declina ogni responsabilità per un uso non conforme di queste informazioni.



Comitato Nazionale di Bioetica (CNB)

*“La medicina è **l'arte** e la **scienza** della diagnosi e del trattamento della malattia, nonché del mantenimento della salute”*

In: “Scopi, limiti e rischi della medicina” (2001)



Comitato Nazionale di Bioetica (CNB)

*“La malattia è un fenomeno spesso non riconducibile a schemi predefinibili e si presta, di conseguenza, a **valutazioni soggettive** a causa dell'**individualità** del malato e delle specifiche caratteristiche con cui la malattia si manifesta. (...)*

*Non è facile, di conseguenza, separare il certo dall'incerto, le procedure convalidate, riconducibili ad uno standard fisso, da quelle che il singolo terapeuta deve stabilire caso per caso, secondo la formula condivisibile ma generica dell'agire secondo "**scienza e coscienza**".*

In: “Scopi, limiti e rischi della medicina” (2001)



J. François Millet (1814-1875),
Studio per La Bambina malata, 1858,
matita su carta.

Alexis Carrel
Le rôle futur de la
médecine.
Plon, Paris vol.1, 1945



*“L'avvenire della medicina è subordinato al
concetto di uomo.
La sua grandezza dipende dalla ricchezza
di questo concetto.
Anziché limitare l'uomo a certi suoi aspetti,
deve abbracciarlo tutto quanto, cogliendo il
corpo e lo spirito nell'unità della loro realtà”*

CORPO E ANIMA SECONDO ILDEGARDA

*"L'anima è la forza verdeggiante del corpo;
l'anima opera per mezzo del corpo, il corpo
per mezzo dell'anima: ecco la vera essenza
dell'uomo."*

*"Tutte le cose che possiamo vedere, toccare
e percepire con il gusto sono state create da
Lui."*

*Ed Egli le ha viste tutte in qualche modo
indispensabili per l'uomo: per l'amore
totale, per la paura, l'ubbidienza o la
prudenza in ogni occasione."*



CORPO E ANIMA SECONDO ILDEGARDA

*«L'uomo non deve assolutamente avere
solo desideri che si rivolgono al cielo.
L'uomo deve preoccuparsi di soddisfare i
bisogni della carne.»*

*«Sulla nuda roccia cresce solo sterpaglia
spinosa.*

*Proprio in questo modo l'astinenza
esagerata dal cibo indebolisce l'uomo. Lo
secca.*

*In tutto ciò che fa, l'uomo deve stabilire da
sè la giusta misura.»*

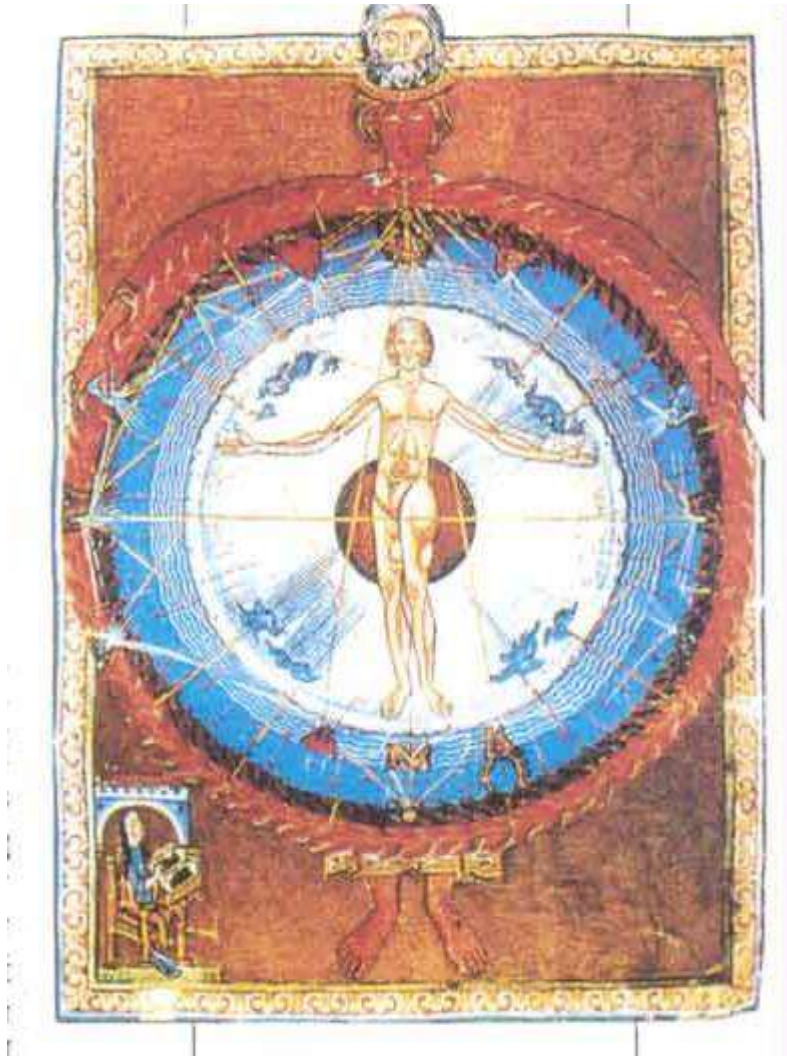


CORPO E ANIMA SECONDO ILDEGARDA

- *«L'anima si rallegra per un'opera buona e allo stesso modo il corpo gode di un buon dolce...»*
- *«Quando l'anima nella sua saggezza non scorge nell'uomo più nulla di triste, crudele ed avverso, allora può aprirsi alla gioia, come i fiori si aprono ai raggi solari.*
 - *Immediatamente questa gioia si trasmette al fegato che la trattiene proprio come lo stomaco trattiene il cibo.»*



Ritrovare l'armonia tra anima e corpo



"Nella natura c'è posto per gli uomini e le donne con il loro corpo, che ripropongono nella fecondazione l'atto creatore di Dio.

Gli esseri umani prima del peccato erano un tutto armonico e vivevano in armonia con la natura. Il peccato spezzò quest'armonia, e contrappose l'anima al corpo."

"In questa composizione duplice risiede l'imperfezione della creatura umana"

Noce moscata



- *La **noce moscata** possiede un enorme calore e una buona miscela di forze.*
- *Ha la capacità di aprire il cuore di chi la mangia, purificarne l'anima e donargli una buona facoltà di comprensione.*

Aglione



- *L'**aglio** contiene il giusto calore e trae vigore dalla rugiada; inoltre ha uno sviluppo che si realizza dall'inizio della notte fino a quando sta per sorgere il sole e poi anche quando è già mattina.*
- *Bisogna mangiarlo crudo, perché chi lo fa cuocere trasforma, per così dire, il vino in aceto..."*
- *"Se ne assuma però con moderazione affinché il sangue nell'Uomo non si riscaldi oltre la giusta misura."*

Benefici dell'aglio anche nella prevenzione dei tumori



- *Challier B, Perarnau JM, Viel JF. Garlic, onion and cereal fibre as protective factors for breast cancer: a French case-control study. Eur.J Epidemiol. 1998; **14**: 737-747.*
- *The role of diet on breast cancer risk was investigated in a case- control study of 345 patients diagnosed with primary breast carcinoma.*
- *Breast cancer risk was shown to decrease as consumption of fibre and garlic and onions increased (p value for trend <10⁻⁶).*

IL LIBRO DELLE PIETRE



- Ildegarda usava anche pietre e cristalli nelle sue terapie: lo **smeraldo** rappresenta nel mondo minerale il concetto di forza vitale, perché è come se avesse assorbito il verde della natura, la sua *viriditas*.
- Il **diamante** è invece la pietra della purezza e della luce divina, purifica il corpo e favorisce la liberazione dell'anima. Ecco cosa scrive nel suo trattato "Il libro delle pietre" (Parte della più vasta opera "Fisica")

IL LIBRO DELLE PIETRE



- *«Esistono persone che per loro indole o per influenza del demonio hanno uno sguardo tagliente e talvolta escono quasi di senno, come se fossero pazze, ma riassumono poi velocemente il loro contegno.*
- *Queste persone devono tenere in bocca spesso un **diamante**. La sua forza è tale e talmente grande che cancellerà la cattiveria e il male che si annida dentro di loro.»*

Da “Il Libro delle Pietre” di S. Ildegarda,

Cotogno



- *«... Chi è malato di gotta mangi spesso questo frutto lesso e arrosto e questo scaccia in lui la gotta cosicché i suoi sensi non si ottundono e le sue membra non si spezzano, né resta privo di aiuto.*
- *E chi secerne molta saliva mangi spesso questo frutto lesso o arrosto e lo asciugherà interiormente cosicché la saliva in lui diminuirà.*
- *E se una persona ha piaghe o punti maleodoranti lessi o arrostiti questo frutto e lo ponga con altri mezzi su ogni piaga e guarirà».*

Finocchio



- *«Comunque lo si mangi rende allegro l'uomo e gli conferisce un piacevole calore e favorisce la digestione.*
- *Infatti a chi mangia quotidianamente del finocchio o i suoi semi a digiuno si riducono il muco cattivo o le putrefazioni in lui e scaccia l'odore cattivo del suo alito.*
- *Se qualcuno vede in qualche modo offuscato e gli occhi gli dolgono, macini del finocchio o i suoi semi, ne prenda il succo e la rugiada che trova sull'erba giusta e un pò di farina fina e ne faccia una tortina e la notte la ponga sugli occhi e starà meglio»*

Finocchio



- *«... Comunque lo si mangi rende allegro l'uomo e gli conferisce un piacevole calore e favorisce la digestione..*
- *Infatti a chi mangia quotidianamente del finocchio o i suoi semi a digiuno si riducono il muco cattivo o le putrefazioni in lui e scaccia l'odore cattivo del suo alito.*
- *Se qualcuno vede in qualche modo offuscato e gli occhi gli dolgono, macini del finocchio o i suoi semi, ne prenda il succo e la rugiada che trova sull'erba giusta e un pò di farina fina e ne faccia una tortina e la notte la ponga sugli occhi e starà meglio. ».*

Farro



- *“Il Farro è il grano migliore, caldo, sostanzioso, ricco di virtù, più gradevole di tutti gli altri tipi di grano, nutre correttamente e dà sangue a colui che lo mangia, porta letizia e gioia al cuore dell’Uomo; e comunque lo si mangi, nel pane o in altri cibi, è buono e gradevole.*
- *Si prendano grani interi di Farro, si cuociano in acqua, con aggiunta di grasso o di un tuorlo d’uovo, perché possa essere assunto più volentieri in virtù del migliore sapore, e si dia da bere al malato; questo preparato, come un unguento buono e sano, risana in modo più profondo.”*

Lino



- *«Il lino è caldo e non è buono da mangiare.*
- *Chi ha dolori al fianco faccia bollire il seme di lino nell'acqua, immerga un panno di lino in quell'acqua calda e senza i semi si ponga il panno sul fianco e quel dolore, per quanto forte, sarà mitigato e passerà...*
- *E chi si è scottato con il fuoco in qualche parte del corpo, faccia bollire forte il seme di lino nell'acqua, immerga un panno di lino in quest'acqua e lo ponga caldo sul punto dove si è scottato e questo gli toglierà la scottatura».*

LAVANDA



(De Lavendula – I, XXXV):

- *“La Lavanda è calda e secca, poiché contiene poco succo, non è utile all’Uomo da mangiare, possiede tuttavia un forte profumo.*
- *L’Uomo che ha molti pidocchi, se odora frequentemente la Lavanda riuscirà a farli morire.*
- *Il suo profumo rende gli occhi limpidi”*



Salvia

- *“La Salvia è utile per gli umori deboli, dato che è secca. Infatti, sia cruda che cotta va bene da mangiare per chi è tormentato da umori dannosi, che fa diminuire.*
- *Prendi dunque della Salvia, riducila in polvere e mangiala con del pane: farà diminuire in te l’eccesso di mali umori.*
- *Se qualcuno soffre per eccesso di flegma o se qualcuno ha l’alito pesante, cuocia della Salvia nel vino, la filtri attraverso un panno, ne beva spesso: i mali umori ed il flegma diminuiranno.”*

ILMESSAGGIO DI ILDEGARDA

Il cosmo è un organismo vivente, le parti si armonizzano con il tutto, il vivente con il non vivente, la terra con l'acqua, l'aria con il fuoco.

Il mondo, il nostro mondo è una realtà positiva da amare e rispettare.

Ildegarda sa vedere l'invisibile nel visibile, e comunica ai suoi contemporanei ed a noi ancora dopo secoli di storia, i significati profondi e il senso del mondo in cui viviamo.