

Francesca Santucci

ILDEGARDA DI BINGEN

(estratto dal libro)



In copertina “*Citharoeda*, di Aniello Scotto

*O uomo, guarda l'uomo: egli contiene in sé il cielo e le altre creature;  
è una forma e in lui tutte le cose sono implicite.*

Ildegarda di Bingen, *Vita*

In un piccolo monastero benedettino situato sulle rive del Reno, in Germania, nel Medioevo visse una monaca, di salute malferma, che, coniugando fede e scienza, si dedicò allo studio dell'uomo e del cosmo. Convinta che fra i due ci fosse uno stretto legame, che, come insegnava la sapienza medica dell'antichità, ci fosse corrispondenza fra le parti del corpo umano e l'universo, che l'uomo fosse un universo in miniatura, che l'universo fosse simile ad un gigantesco uomo, che il sole, la luna e il firmamento ne costituissero la testa e gli occhi, la gabbia toracica il luogo d'origine dei venti, l'addome quello dei mari, la terra i piedi, elaborò un sistema di cura basata sui principi essenziali della medicina del tempo, ma anticipatori dell'odierna medicina olistica, considerando la salute dell'essere umano nella sua globalità psico- fisica: Ildegarda di Bingen.

*Paupercula foeminae forma*, poverissimo essere femminile, così si percepiva, da adolescente era stata malinconica e timida, *le (sue) vene e il (suo) midollo non avevano forza*, più avanti nel tempo fu colpita da fortissimi dolori, la vista le si annebbiava, ma dimostrò di possedere grandissima forza fisica e visse più di ottant'anni. Profetessa, filosofa, scienziata, poetessa, musicista probabilmente la prima donna musicista della storia cristiana, chiamata santa, ma mai canonizzata, nei documenti dell'epoca indicata come *abbatissa*, generalmente indicata come *magistra, domina o praeposita* (ma lei si definiva *l'ombra della luce vivente*), Ildegarda nacque nel 1098 a Bermesheim, in una nobile e numerosa famiglia renana, e morì al Rupertsberg nel 1179, esattamente il 17 settembre, così come le era stato predetto. A sette anni fu mandata da una zia che viveva in clausura nel convento benedettino di Disibodenberg, e qui fu educata. Pur non abbracciando la clausura, a quattordici anni prese il velo monacale (ma anche un'altra sorella prese il velo, ed aveva pure un fratello canonico), e nel 1116 fu nominata badessa. Staccatasi, poi, dal monastero di Disibodenberg, fondò quello di Rupertsberg, presso Bingen. A quarantatré anni ricevette l'ordine divino di divulgare il contenuto delle visioni soprannaturali, che le appariva fin da quando aveva cinque anni, e di cui solo pochi intimi erano a conoscenza e, ricevuta l'approvazione del papa Eugenio III, che, nel 1148, ordinò ad una commissione d'interrogarla, e di Bernardo da Chiaravalle, le più eminenti figure della Chiesa del tempo, così fece.

*[...]Ecco nel quarantesimo anno della mia esistenza, mentre ero avvinta dalla visione celeste, spaventata e tremante, vidi una gran luce dalla quale usciva una voce che mi diceva\_ O fragile essere umano, cenere di cenere, putredine di putredine, parla e scrivi, secondo quanto ascolti e vedi[...]Le parole che dico non provengono da me, ma io le vedo in una suprema visione...Fin dalla mia infanzia, quando ero debole di ossa e di nervi e soffrivo nel sangue, sempre fin da allora, ho ricevuto le visioni... (Ildegarda di Bingen, Vita).*



Tali visioni non erano fantasie o visioni oniriche, ma si manifestavano quando era perfettamente in sé, e per trascriverne i contenuti, incapace di scrivere in lingua tedesca, e poco padrona del latino, si serviva di collaboratori, uomini e donne (il più importante, Volmar, amico e segretario, *il mio diletto figlio*, la seguì per moltissimi anni, con fedeltà e precisione, aiutandola nella stesura ed anche nella correzione dei testi). Fu così che, ispirata dalla voce divina, tormentata da violente crisi di malessere contemporaneamente fisico e psichico, che accompagnavano sia le visioni che la stesura dei libri, fra il 1141 ed il 1170 compose opere mistiche poderose, come “Scivias”, “Liber vitae meritorum”, “Liber divinorum operum”.

Famosa è la miniatura del XII secolo che la ritrae, presente il fedele Volmar, proprio mentre scrive sotto l'effetto delle rivelazioni, con il volto toccato da un fuoco proveniente dall'alto.



Oltre alle opere di carattere mistico, molto apprezzate pure da San Bernardo, che la definì *la diletta figlia in Cristo*, scrisse anche prediche, che spesso, evento raro di quei tempi per una donna, teneva non in chiesa ma davanti al popolo, e lettere (circa trecento) talvolta di tono imperioso, ai più importanti sovrani (Corrado III, Federico Barbarossa, Enrico II d'Inghilterra) e ai pontefici che si succedettero nel corso del XII secolo (Eugenio III, Anastasio IV, Adriano IV), quando non decideva addirittura di affrontarli personalmente lasciando momentaneamente il convento.

In altre opere Hildegarda, in contrasto con le sue affermazioni di essere ignorante, dimostrò di avere buona conoscenza non solo della Bibbia, ma anche degli autori latini, della filosofia neoplatonica e delle scienze

naturali, come in “Causae et curae” una specie di manuale di medicina pratica e farmacologia su tematiche mediche, filosofiche e astrologiche, come in “Physica”, sulle proprietà delle piante, delle pietre e degli animali.

E compose anche canzoni e melodie in onore di Dio e dei santi, inni, sequenze e antifone in versi (la sua opera musicale più conosciuta è “Symphonia harmoniae celestium revelationum” (La sinfonia dell’armonia delle celesti rivelazioni), esprimendo precise e avanzate idee sulla musica, pur non avendo ricevuto alcun insegnamento musicale, perché riteneva che attraverso il canto si esprimesse la gioia sonora e fisica verso il creato e l’amore verso Dio, e pure elaborò una sorta di dizionario relativo a 900 vocaboli di un linguaggio artificiale da lei stessa inventato, con molti nomi di erbe e piante, legati alla sua ricerca medica.

Ildegarda, in consapevolezza della missione che era chiamata a svolgere nel mondo, superò anche l’innata timidezza, affrontando autorevolmente, spesso con successo, molte difficoltà esterne, come quando sfidò la comunità maschile del monastero gemello di Disibodenberg, che nel 1150 voleva impedirle di fondare un nuovo convento femminile a Rupertsberg, vicino Bingen, e seppe fronteggiare i potenti, come Federico Barbarossa (incontrato di persona quando lui la invitò nel suo palazzo in Inghilterra), scrivendogli parole dure allorché, nel 1164, nominò per la seconda volta un antipapa, Pasquale III, contro il pontefice Alessandro:

*[...]Dinanzi agli occhi nella visione mistica ho chiaro che ti comporti come un bambino, anzi come un pazzo: ...Sta’ attento a comportarti in modo che la grazia di Dio non si allontani da te.*

E ancora, di nuovo parole di fuoco contro il potente quando, quattro anni dopo, morto Pasquale III, per la terza volta il Barbarossa elesse un antipapa:

*[...]Io posso abbattere la malizia degli uomini che mi offendono. O re, se ti preme vivere, ascoltami o la mia spada ti trafiggerà.*

Un anno prima della sua morte Ildegarda diede ulteriore prova della sua forza, opponendosi ai prelati di Magonza che le avevano ordinato di dissepellire e gettare il cadavere di un nobile scomunicato, sepolto nel suo monastero, pena la scomunica del monastero; con il suo bastone tracciò una croce nell’aria sulla tomba, poi fece in modo che sul terreno non restasse alcun segno che potesse farla identificare e ordinò di far tacere canti e melodie nel suo monastero.

*Vidi nell’anima mia che se avessi obbedito e buttato il cadavere fuori dal cimitero, tale azione avrebbe minacciato la nostra dimora come una grande nube nera, ci avrebbe avvolto come un nembo tonante che preannuncia la tempesta...*

Fu, poi, provato che, prima di morire, al nobile era stata tolta la scomunica, e la questione si risolse, ma intanto Ildegarda aveva offerto una nuova testimonianza della sua forza interiore.

Grande fama ebbe nel Medioevo, soprattutto per le visioni che le provenivano da Dio e che le indicavano come strutturare un nuovo sistema di cura. Infatti la sua medicina ebbe due anime: quella mistica (le visioni rivelatrici divine, *il veder dentro nella luce divina*), e l'altra scientifica, quella che la portava ad osservare direttamente la natura, raccogliendo le erbe più rare, osservando i decorsi delle malattie delle sorelle e degli infermi dei dintorni di Bingen, elaborando rimedi, cure, anche ricette (convinta che l'alimentazione fosse importante per l'equilibrio dell'individuo, elaborò un vero e proprio libro di ricette; molto conosciute sono quelle al farro, *che purifica la mente, fa buon sangue e rende lieta e serena la mente*), spesso validi ancora oggi.

Conoscendo bene la sofferenza, a causa della sua salute malferma, Ildegarda, in straordinaria modernità d'intuizione, era convinta che, proprio per la stretta relazione fra l'uomo e l'universo, inscindibilmente legati, il malessere dell'uno si ripercuotesse sull'altro, perciò, per raggiungere o riacquisire il benessere psico-fisico, l'essere umano doveva ri/atingere le energie necessarie dal mondo circostante, essendo parte del tutto, giacché i suoi disturbi dipendevano proprio dalla perdita dell'armonia con l'ambiente esterno.

Ildegarda attinse al mondo vegetale, descrivendo anche la forma delle piante, le caratteristiche del rimedio, gli effetti prodotti, la diversa efficacia e i diversi utilizzi, personalizzando la cura, a secondo che se a riceverlo era un uomo o una donna. Molti dei suoi rimedi basati, secondo l'uso del tempo, sulla dottrina dei temperamenti,<sup>1</sup> sul caldo e sul freddo, sull'umido e il secco e sul loro bilanciamento, in eccesso o in difetto per riequilibrare gli umori causa del disturbo, ancora oggi vengono usati nella fitoterapia contemporanea; ad esempio, per la cefalea e il mal di stomaco Ildegarda suggeriva la mentuccia, ebbene nella fitoterapia moderna si adopera la sua parente stretta, la menta; contro la nausea suggeriva il cumino, ancora oggi usato; per la tosse e il raffreddore trovava efficace il tanaceto e, in caso di epistassi, l'aneto e l'achillea millefoglie, erbe similmente adoperate ai giorni nostri.

Ildegarda fu anticipatrice anche della cristalloterapia; convinta che pure nelle pietre risiedesse la *viriditas*, "l'energia verdeggiante", il soffio vitale presente in tutto il creato, attribuiva loro poteri curativi, e in alcune sue opere, come il "Libro della semplice medicina" o "Phisica", che include un erbario, un bestiario e un lapidario, e il "De Lapidibus", suggerì diversi modi per catturarne i benefici effetti, indossandole o variamente preparandole. Ad esempio, ai mentitori e alle persone inclini alla collera per guarire suggeriva di tenere in bocca un diamante; il topazio, invece, messo in una bevanda, neutralizzava qualsiasi veleno; la perla, sciolta in poche gocce d'aceto, ingerito, era efficace contro il mal di testa; l'ametista, strofinata sulle zone interessate, eliminava le macchie dal viso. Per il dolore al cuore bisognava mettere una pietra di diaspro freddo sul petto fino a quando il calore del corpo non l'avesse riscaldato, poi toglierla e lasciarla raffreddare ancora, ripetendo il trattamento sino a quando non si fosse avuto il miglioramento; per i sogni agitati e gli incubi, invece, suggeriva di tenere la pietra di diaspro accanto a sé mentre si dormiva: i suoi influssi avrebbero donato serenità al sonno. E per gli occhi dolenti Ildegarda consigliava di mettere un

topazio a bagno nel vino per tre giorni e tre notti e poi, prima d' andare a dormire, di appoggiare la pietra bagnata di vino sugli occhi.

Ai giorni nostri, soprattutto in Germania, per i suoi molteplici aspetti Ildegarda è molto conosciuta, e per le sue conoscenze delle erbe e dei cristalli e per i suoi componimenti musicali grandemente apprezzata dalle medicine alternative e dalla new-age, ma anche il nostro Giovanni Paolo II ne restò conquistato e, in occasione dell' 800° anniversario della sua morte, le dedicò una lettera in cui la esaltò, quale *luce del suo popolo e del suo tempo, fiore della Germania, donna esemplare e donna forte*.

- 1) Secondo le teorie mediche di Ippocrate e Galeno, ad ogni "umore" è associato un preciso elemento cosmico, una stagione, un carattere psicologico, al sangue corrisponde la primavera, l'aria, il caldo-umido e il temperamento sanguigno; alla bile gialla il fuoco, il caldo-secco, l'estate e il temperamento bilioso; alla bile nera l'autunno, la terra, il freddo-secco e il temperamento malinconico; al flegma l'inverno, l'acqua, il freddo umido e il temperamento flemmatico.
- 2) Lettera di Giovanni Paolo II al cardinale Hermann Volk, vescovo di Mainz, in occasione dell'800° anniversario della morte di Santa Ildegarda.