

**Incontro SAE**

**13 novembre 2014**

**Ildegarda di Bingen**

## Premessa

Il percorso formativo del Gruppo locale SAE – Segretariato Attività Ecumeniche di quest'anno, che ha per tema

***“L'amore divino delle donne nella storia della salvezza”***,

si snoda su tre linee: - **Le donne nell'PT, le donne nel NT, le donne nella storia della chiesa.**

Sembra opportuno precisare che la lettura “al femminile” che ci proponiamo di portare avanti non è mossa da una finalità rivendicativa, che voglia contendere spazi allo strapotere maschilista, bensì dall'esigenza di liberare dall'ombra in cui per secoli è stato celato il contributo attivo delle donne al dinamismo costruttivo di un'umanità rispondente al piano d'Amore di un Dio madre e padre.

Oggi iniziamo la riflessione sul ruolo che le donne hanno esercitato nella chiesa dalla fine dell'età apostolica al XII secolo. Se rivediamo con attenzione il racconto del cammino umano, scopriamo quanto le donne sono state protagoniste anche nell'età medioevale, nei secoli in cui l'organizzazione ecclesiale, adeguandosi alle strutture patriarcali del tempo, le estrometteva via via dai posti di comando e le relegava nei ruoli subordinati.

Donne che hanno avuto un ruolo determinante nella storia del cristianesimo come **Elena, madre di Costantino, Monica, madre di Agostino, Scolastica, sorella di Benedetto.**

Donne evangelizzatrici di popoli come **Clotilde regina dei Franchi e Teodolinda regina dei Longobardi.**

Donne che, escluse dalla gestione del sacro, non si sono chiuse nell'inerzia ma, in risposta all'emarginazione, hanno intrapreso un generoso e alacre cammino di fede, di povertà, di carità (v. **ordine delle vedove, monachesimo femminile, movimento delle beghine**) e, mettendo in pratica l'invito evangelico a scegliere l'ultimo posto, hanno saputo custodire i valori essenziali del messaggio di Gesù, la mitezza e l'umiltà.

Eppure, nella chiesa post costantiniana e romano barbarica, non tutte le donne sono rimaste immuni dalla sete di potere: uno dei sintomi più evidenti è lo svuotamento del primitivo significato del titolo diaconale che diventa titolo onorifico e viene usato per le badesse di alcuni grandi monasteri che godevano di enormi ricchezze e di privilegi che li svincolava dal controllo vescovile (v. **le badesse mitrate di Puglia e Spagna, le principesse-badesse dell'area germanica**). Prevalde, però, la fedeltà delle donne al messaggio evangelico, e lo dimostra il grande numero di quelle che la chiesa, sia pure con grandi ritardi, ha proclamato sante.

Tra esse spicca **Ildegarda di Bingen** che, pur trovandosi collocata in un posto di grande rilievo, non si è insuperbita ma ha messo a frutto i talenti di cui era stata dotata e con totale abbandono si è lasciata condurre là dove l'unica legge è quella dello Spirito che è amore e libertà.



Chi era  
Ildegarda  
di  
Bingen?



Una suora benedettina tedesca, nata a Bermersheim von der Höhe nel 1098 e morta nel monastero di Rupertsberg, presso Bingen, nel 1179.

Ma non solo: fu filosofa, poetessa, musicista, farmacista, artista, guaritrice, mistica, profetessa, cosmologa, visionaria, linguista...





Una donna con i controciochi nel cuore del Medioevo: basti a delineare la sua figura straordinaria il fatto che fondò il monastero e che si pose in contrasto con la chiesa di allora rovesciando la struttura monastica di clausura in un'apertura verso l'esterno e la predicazione. Una donna che parlava da pari con il clero, i vescovi, i maestri di teologia, l'imperatore!



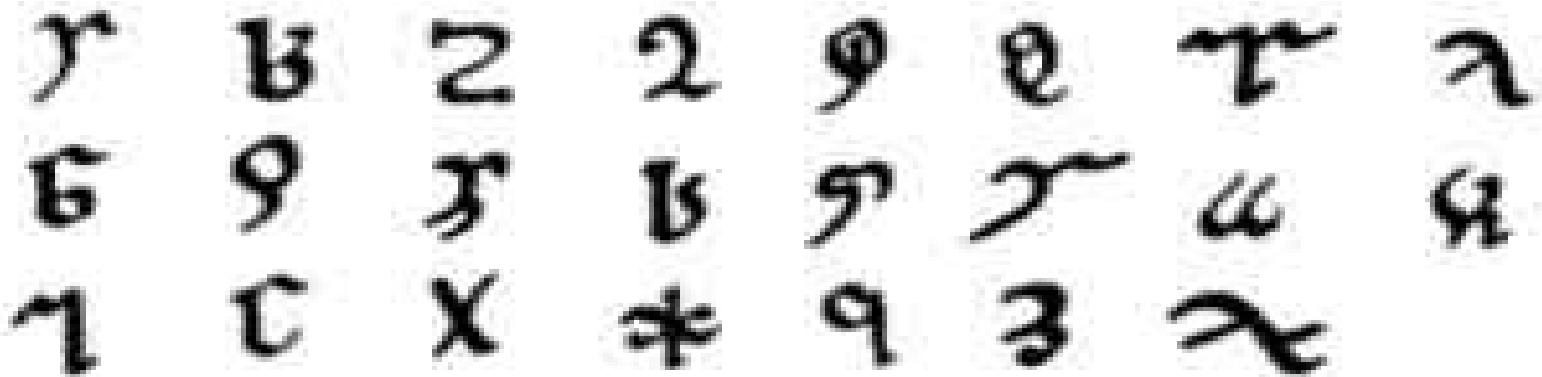
Una donna che seppe scuotere gli animi e le coscienze: nel 1147 fu chiamata dal papa Eugenio III al sinodo di Treviri a leggere alcuni suoi scritti davanti ai vescovi, d'abitudine predicava nelle chiese di Treviri e Colonia, fatto inusuale non solo per allora!



Hildegard von Bingen con Richardis von Stade (a destra) e Volmar (a sinistra).  
Miniatura del 1230; Lucca, Biblioteca Statale

# La lingua ignota

Nel XIX secolo alcuni credevano che Ildegarda avesse ideato il suo linguaggio per proporre una lingua universale che unisse tutti gli uomini (per questo motivo santa Ildegarda è riconosciuta oggi come la patrona degli esperantisti con San Pio X). Tuttavia oggi è generalmente accettato che la Lingua Ignota sia stata concepita come un linguaggio segreto, simile alla "musica inaudita" di Ildegarda, della quale ella avrebbe avuto conoscenza per ispirazione divina. Questa lingua, essendo stata ideata nel XII secolo, può essere considerata come una delle più antiche lingue artificiali oggi conosciute.



ſ	Ḅ	z	2	9	0	ſ	λ
Ḅ	9	ſ	Ḅ	9	ſ	4	9
λ	Ḅ	X	†	9	3	λ	



Ildegarda, è tornata d'attualità, grazie alla procedura canonica di santificazione con la quale Benedetto XVI l'ha iscritta nella lista dei santi e nel 2012 è stata dichiarata Dottore della Chiesa. Universale.



La riscoperta di Ildegarda ci invita a rivalutare l'apporto delle donne alla costruzione della storia anche in quel periodo così misconosciuto come il Medioevo e quindi a impegnarci ad estendere e ad approfondire la ricerca su altre figure femminili rimaste nell'ombra nel racconto storico «al maschile».

La produzione letteraria di Ildegarda si accompagnò a quella musicale. Le sue composizioni sacre si adattano alla lettura dei salmi e alle poesie. Ci ha lasciato **settanta poesie e nove libri**, ma le sue opere principali sono tre libri di teologia: **“Scivias”** (Conosci le vie), **“Liber Vitae Meritorum”** (Libro dei meriti della vita), e **“De Operatione Dei”** (Libro delle opere divine). E **trecentonovanta lettere** nelle quali si rivolge ad abati, a sacerdoti, a laici, a persone semplici, all’Imperatrice di Bisanzio, al re d’Inghilterra, a membri di tutte le classi sociali con una franchezza, una chiarezza e un coraggio indicibile. Scrisse anche a Bernardo di Chiaravalle e all’imperatore Federico Barbarossa.





## Il **Cosmo** in forma di uovo

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

(**Scivias**)

## Psicologia e religione cosmica

- Hildegarda allarga e approfondisce la nostra comprensione e pratica della psicologia. Per lei la psicologia non è solo collegata con i problemi dell'ego ma una relazione fra microcosmo e macrocosmo. Ella vede il corpo umano e la psiche umana come una creazione- in- miniatura.

**Noi siamo il cosmo e il cosmo è in noi.**

- La legge dell'universo per Hildegard è che: *<Dio ha fatto tutte le cose nel mondo in considerazione di tutte le altre>*
- E' da notare che il famoso psicologo Carl Jung scrisse che "gli uomini del XX secolo hanno fatto proprio il potere cosmico dell'atomo ma mancano di un cosmico senso morale e di una comprensione cosmica psichica e hanno bisogno disperatamente di una psicologia del microcosmo/macrocosmo».

Infatti, ogni oggetto del creato per lei è connesso da un unico filo, che ne tesse la trama straordinaria; tutto è messo in moto da un'energia suprema, che Ildegarda esprime attraverso il termine, quasi intraducibile, di **viriditas** (l'energia verdeggiante). Questa forza, riconoscibile a tutti i livelli, sia fisico che spirituale del cosmo, si palesa in modo evidente e immediatamente percepibile nelle cose naturali, come principio che conferisce il potere terapeutico alle sostanze naturali; mentre nell'uomo è l'anima o principio di vita e movimento. Inoltre secondo la sua visione, la salute dell'essere umano si regge sul benessere non solo corporeo ma anche mentale, anticipando così la medicina olistica o psicosomatica moderna, perché anche preoccupazioni e cattivi pensieri possono condurre alla malattia.

## Viriditas

O viriditas nobilissima,  
che hai radici nel sole,  
e in candida serenità riluci  
nella ruota  
che nessuna altezza terrena  
contiene,  
tu sei circondata  
dall'amplesso dei divini misteri.  
Risplendi come la rossa aurora  
e ardi come la fiamma del sole.





L'uomo e l'universo, secondo il pensiero di Ildegarda, sono così indissolubilmente legati che lo stato di salute o di malattia dell'uno si ripercuote sull'altro. L'interdipendenza, infatti, rende il cosmo un'unità e per questa ragione la causa dei disagi dell'uomo e della donna sono dovuti alla perdita di questa connessione con l'ambiente che lo circonda. Con questo stesso spirito Ildegarda si dedica alle ricerche in campo medico e terapeutico, convinta che le malattie, fisiche o psichiche, da cui l'umanità spesso è afflitta, siano la conseguenza visibile di una rottura di quel legame meraviglioso, che trasmette la sua carica vitale e tiene unite insieme tutte le cose esistenti.



Il simbolo fondamentale d'Ildegarda per l'unità del corpo con l'anima è la crescita e la figura dell'albero:

“Ciò che è la linfa nell'albero, lo è l'anima nel corpo ed essa sviluppa le sue forze spirituali come l'albero sviluppa i rami e le foglie. L'intelletto è come il verde dei rami e delle foglie, la volontà, come i suoi fiori, l'animo, come i frutti appena formati, la ragione, come quelli pienamente maturi, i sensi si possono assomigliare al suo estendersi in altezza e larghezza“



Nel suo **“Causa e curae”** spiega come si generano le malattie e cosa fare per riacquistare la salute. La badessa utilizza un metodo completamente innovativo per l'epoca: non descrive solo la forma delle piante e le caratteristiche del rimedio, come si usava nei trattati di erboristeria del Medioevo, ma illustra anche l'effetto che la sostanza produce quando entra in relazione con l'uomo, distinguendo l'efficacia del rimedio in base al sesso, alla costituzione, e allo stato di salute o di malattia di chi lo riceve.

Le visioni che gli derivavano da Dio le indicavano anche come strutturare il suo sistema di cura. La medicina di Ildegarda, infatti, ha due anime: una scientifica come dimostra il fatto che alcune sue preparazioni sono ancora attuali e una mistica, perché crede che il suo sapere abbia origine divina.





# L'uso delle erbe: alcune ricette

**Febbre**, viene consigliata l'**aquilegia** che

Ildegarda descrive come una pianta di natura fredda, che può contrastare il calore della febbre.

Anche oggi si raccomanda l'aquilegia in caso di febbre alta.

**Mal di testa e mal di stomaco**, suggerisce della **mentuccia**

descrivendola come una pianta di natura temperata che

in sé il caldo e il freddo che si bilanciano e possono riequilibrare gli umori che causano i disturbi. Oggi è risaputo che la menta è utile contro il mal di testa e di stomaco.

**Nausea**, è utile il **cumino** di calore moderato e secco, che serve ad asciugare l'eccesso di umori responsabili della nausea. Oggi il cumino è ritenuto efficacissimo contro la nausea e i disturbi gastrointestinali. La spezia viene utilizzata come rimedio casalingo masticandola al momento dell'insorgenza del disturbo.

**Sangue da naso**, Ildegarda consiglia **aneto e millefoglie** che sono piante di natura moderatamente calda e secca qualità utili per asciugare le perdite di sangue e per ristabilire la corretta circolazione. Anche oggi, in erboristeria aneto e millefogli sono utilissimi contro l'epistassi (sangue da naso).

**Tosse e raffreddore**: contro questi malanni della stagione fredda la monaca consigliava già nel Medioevo il **tanaceto**, pianta di natura calda e umida che aiuta a fluidificare il muco e a riscaldare per combattere il raffreddamento. Anche nel ventesimo secolo il tanaceto è indicato negli stati di raffreddamento.

Ildegarda non proponeva dosaggi rigorosi per curare i suoi pazienti, in quanto stabiliva ad personam i dosaggi e la concentrazione dei rimedi.



## Ildegarda e il cibo

Il più amato era il farro che Ildegarda descrive così nel volume **Physica**: "è un ottimo cereale, ricco di sostanza e benefico e più gradevole degli altri cereali. A chi se ne ciba, purifica la carne, fa buon sangue, rende lieta e serena la mente. Se si è tanto malati da non poter mangiare, bisogna prendere dei chicchi integrali di farro... lo guarirà come un unguento buono e salutare".



Tra le varie ricette di santa Ildegarda di Bingen si trova quella dei biscottini rinforzanti del sistema nervoso. Per prepararli occorrono: 300 gr di farina di farro, 2 cucchiaini di cannella in polvere, 100 gr di mandorle tritate, 1 uovo, 4 cucchiaini di miele e 4 cucchiaini di olio extra vergine di oliva.

La preparazione è semplice: basta mescolare tutti gli ingredienti, dare ai biscotti una forma di bastoncini e cuocere in forno preriscaldato a 180 gradi per quindici minuti circa. Sono da mangiarne un po' al mattino. Se anche non dovessero fare bene al sistema nervoso, di certo son molto buoni!



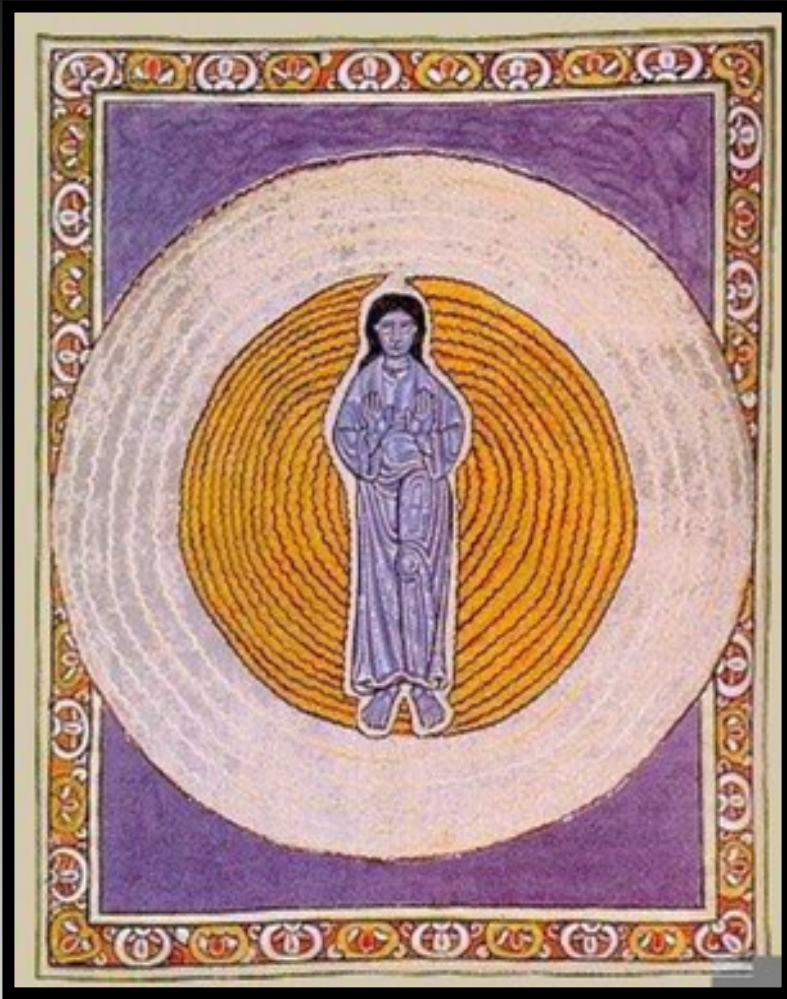
Hildegarda fu nel contempo una persona molto vivace e vitale : ella amava i bei vestiti, i suoni armoniosi, le fragranze profumate e le gemme scintillanti infatti attribuiva anche alle pietre un effetto curativo, proprio perché anch'esse possiedono l'energia verdeggiante diffusa in tutto il creato, anticipando quella che oggi è chiamata la “cristalloterapia”. In generale, Ildegarda suggeriva di usare i cristalli indossandoli oppure preparandoli in modi diversi a seconda dei casi.



Tra le opere rimaste a noi ci sono oltre un centinaio di lettere a imperatori, a papi, vescovi, suore, e a nobili, ha scritto 72 canzoni tra cui una commedia in musica, fatto questo straordinario in quel tempo, dal titolo “**Ordo Virtutum**” dove mostra come un animo umano si allontana dalla Virtù per seguire il Diavolo, non potendo trovare la felicità torna alla Virtù.



## Alcune poesie



### LAUS TRINITATI

Antiphona

Laus Trinitati,

quae sonus et vita

ac creatrix omnium in vita ipsorum est.

Et quae laus angelicae turbae

et mirus splendor arcanorum,

quae hominibus ignota sunt, est,

et quae in omnibus vita est.

Lode alla Trinità / che è suono e vita / e  
creatrice di tutto e di tutto fonte di vita, /  
perché è la lode delle schiere angeliche /  
ed il meraviglioso splendore dei misteri  
arcani, / ignoti agli uomini, / ed è la  
vita / di tutte le creature.

"Vidi una luce chiarissima ed in essa una figura umana color zaffiro, che rifletteva tutta quanta il soavissimo splendore della luce fiammeggiante" (Scivias)

## L'AMORE ABBONDA

L'amore (divino) abbonda  
in ogni cosa  
dal punto più profondo  
a quello più sublime  
oltre le stelle  
e pieno è d'amore verso  
tutto  
che al supremo Re  
donò il bacio della pace.

## O STUPENDI VISI

O stupendi visi  
voi che ammirate Dio e vi ergete  
nell'aurora (edificate all'aurora)  
o beate vergini, voi che siete di  
grande nobiltà.  
In tutto ciò il Re si è contemplato  
e su di voi ha previsto tutti gli  
ornamenti celesti  
come anche siete voi un giardino  
molto gradevole  
odoroso di ogni bellezza.

## O ROSSO SANGUE

O rosso sangue  
che scorri dall'alto  
dove la divinità ti seduce.  
Tu sei un fiore  
che il respiro gelido del serpente  
non può mai ferire.

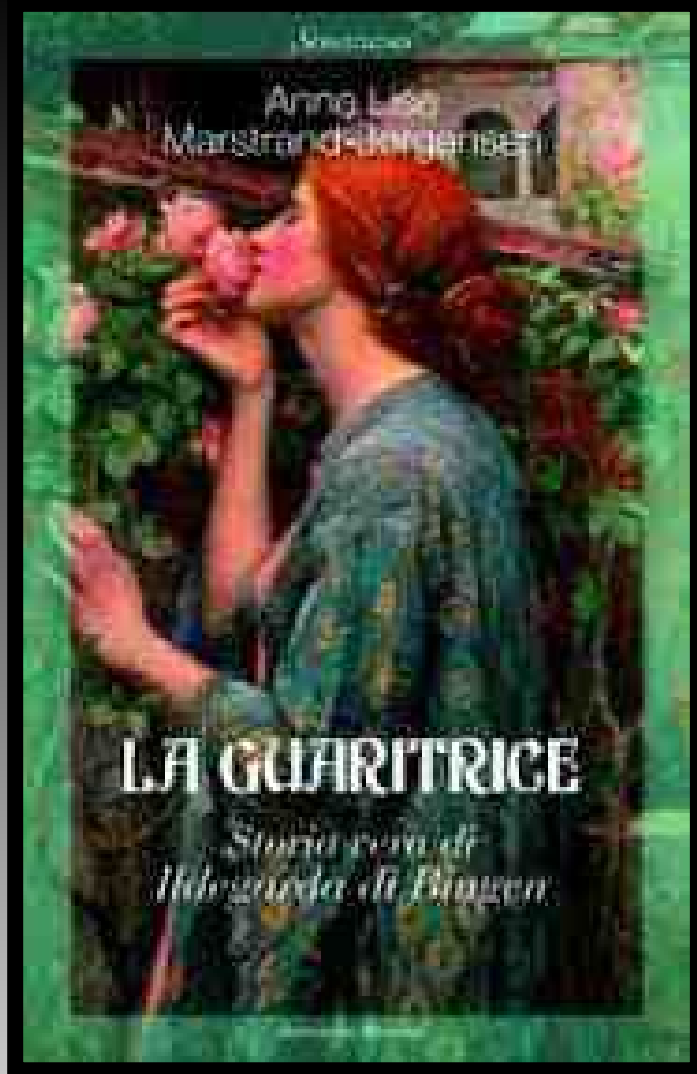


**Donna, stilla di mare.**

**O strumento di vita  
ornamento di gioia,  
miele di tutti i piaceri  
che dentro di te mai manca.  
Difendici attraverso il tuo corpo  
Donna, stilla di mare.**



**Onore al Prima, al Dopo, e al Sacro Respiro.  
Difendici attraverso il tuo corpo  
Donna, stilla di mare.**



La scrittrice danese Anne Lise Marstrand-Jørgensen ne ha fatto la protagonista di due romanzi, *La guaritrice* e *La sognatrice* (in Italia editi da Sonzogno): una figura di pioniera e paladina come Ildegarda non poteva certo sfuggire alla fiction sul Medioevo.



Margaret von Trotta regista del film  
**VISION**

La regista è d'accordo con il neurologo  
Olivier Sachs  
nel considerare le visioni di Hildegarda  
una forma di epilessia.



## Le visioni di Hildegarda

**Ildegarda si definiva “una piuma mossa dall’alito di Dio”.**

- "Nel mio quinto anno di vita vidi una luce così grande che la mia anima ne fu scossa, però, per la mia tenera età, non potei parlarne..."
- "Uno dei musulmani rimasti si convertirà, diventerà prete, vescovo e poi cardinale, e quando verrà eletto il nuovo Papa questo cardinale ucciderà il Papa prima che sia incoronato, a causa della gelosia, perché lui stesso desidera essere Papa; allora quando gli altri cardinali eleggeranno il Papa successivo, questo cardinale si proclamerà anti-Papa e i due terzi dei cristiani lo seguiranno".
- "... Prima che la cometa arrivi, molte nazioni, tranne quelle buone, saranno flagellate da povertà e carestia...la grande nazione nell'oceano che è abitata da popoli di tribù e origini diverse sarà devastata da terremoti, uragani e inondazioni. Sarà divisa e, in gran parte, sommersa..."
- "...La pace ritornerà nel mondo quando il Fiore Bianco prenderà nuovamente possesso del trono di Francia. Durante questo periodo di pace, alla gente sarà vietato portare armi, e il ferro sarà usato solo per costruire utensili per l'agricoltura e attrezzi. Durante questo periodo, anche la terra sarà molto produttiva e molti ebrei, pagani ed eretici entreranno nella Chiesa".

## Ildegarda ormai anziana dà una lunga descrizione delle sue visioni in una lettera a Gilberto di Gembloux:

"Fin dall'infanzia, quando ancora i miei nervi, le ossa e le vene non avevano raggiunto la pienezza della forza, e sino al tempo presente, ho sempre avuto nell'anima queste visioni, ed oggi ho più di settantadue anni; in queste visioni la mia anima, secondo il volere di Dio, ascende fino agli estremi del firmamento e segue le correnti dei diversi venti, e raggiunge genti diverse, anche lontane e sconosciute. E poiché nell'anima vedo tutte le cose in questo modo, nella mia visione soffro la mutevolezza delle nubi e degli altri elementi del creato. Queste cose non le percepisco con le orecchie esteriori, né le penso segretamente fra di me, né le apprendo mediante l'uso congiunto dei cinque sensi; posso dire soltanto che le vedo nell'anima, e che i miei occhi esteriori sono aperti, cosicché mai in esse ho subito il mancamento dell'estasi; io le vedo di giorno e di notte, ma sempre da sveglia. E sempre sono oppressa dalle infermità, e spesso soffro di così gravi dolori, che mi pare che minaccino di uccidermi; ma fino ad oggi Dio mi ha guarita.

La luminosità che vedo non è racchiusa in un luogo, ma risplende più della nube che sta davanti al sole; non so distinguere in essa altezza, lunghezza e larghezza; ed essa per me ha nome 'Ombra del Vivo Splendore'. E come il sole, la luna e le stelle appaiono riflessi nell'acqua, così le scritture, i discorsi, le virtù e le opere degli uomini risplendono per me in essa. Tutto quello che vedo e apprendo nelle visioni lo conservo nella memoria per lungo tempo, cosicché ricordo quello che un tempo vidi; e vedo, ascolto e apprendo nello stesso istante, e quasi istantaneamente comprendo ciò che ho appreso; ma quello che non vedo non lo conosco, perché sono ignorante ed ho imparato a malapena a leggere. Le cose che scrivo delle visioni sono ciò che ho visto e udito; e non aggiungo altre parole oltre a quelle che sento e che riferisco in un latino imperfetto, come le ho udite nella visione;

poiché nelle mie visioni non mi si insegna a scrivere come scrivono i filosofi, e le parole udite nella visione non sono come quelle che risuonano sulla bocca degli esseri umani, ma come fiamma che abbaglia o come una nube che vaga nella sfera dell'aria più pura.

Di questa luminosità non posso conoscere la forma, non più di quanto si possa guardare direttamente la sfera del sole. Talvolta - ma non accade di frequente - vedo all'interno di questa luminosità un'altra luce, che chiamo 'Luce Vivente'. Non so dire quando e come io la veda; ma, allorché la vedo, si allontanano da me tristezza e dolori, e mi comporto allora con la semplicità di una fanciulla, e non come una donna ormai vecchia."



**Il cerchio di  
fuoco che  
circonda e  
contiene la figura  
è l'amore di Dio.**

# Profezia di Ildegarda sulla chiesa

«Nell'anno 1170 dopo la nascita di Cristo ero per un lungo tempo malata a letto. Allora, fisicamente e mentalmente sveglia, vidi una donna di una bellezza tale che la mente umana non è in grado di comprendere. La sua figura si ergeva dalla terra fino al cielo. Il suo volto brillava di uno splendore sublime. Il suo occhio era rivolto al cielo. Era vestita di una veste luminosa e raggiante di seta bianca e di un mantello guarnito di pietre preziose. Ai piedi calzava scarpe di onice. Ma il suo volto era cosparso di polvere, il suo vestito, dal lato destro, era strappato. Anche il mantello aveva perso la sua bellezza singolare e le sue scarpe erano insudiciate dal di sopra. Con voce alta e lamentosa, la donna gridò verso il cielo: “Ascolta, o cielo: il mio volto è imbrattato! Affliggiti, o terra: il mio vestito è strappato! Trema, o abisso: le mie scarpe sono insudiciate!” E proseguì: “Ero nascosta nel cuore del Padre, finché il Figlio dell'uomo, concepito e partorito nella verginità, sparse il suo sangue. Con questo sangue, quale sua dote, mi ha preso come sua sposa. Le stimmate del mio sposo rimangono fresche e aperte, finché sono aperte le ferite dei peccati degli uomini. Proprio questo restare aperte delle ferite di Cristo è la colpa dei sacerdoti. Essi stracciano la mia veste poiché sono trasgressori della Legge, del Vangelo e del loro dovere sacerdotale. Tolgono lo splendore al mio mantello, perché trascurano totalmente i precetti loro imposti. Insudiciano le mie scarpe, perché non camminano sulle vie dritte, cioè su quelle dure e severe della giustizia, e anche non danno un buon esempio ai loro sudditi. Tuttavia trovo in alcuni lo splendore della verità”. E sentii una voce dal cielo che diceva: “Questa immagine rappresenta la Chiesa. Per questo, o essere umano che vedi tutto ciò e che ascolti le parole di lamento, annuncialo ai sacerdoti che sono destinati alla guida e all'istruzione del popolo di Dio e ai quali, come agli apostoli, è stato detto: ‘Andate in tutto il mondo e proclamate il Vangelo a ogni creatura’ (Mc. 16,15)”» (Lettera a Werner von Kirchheim e alla sua comunità sacerdotale).



Quello che rende Santa Ildegarda una figura affascinante è l'ecletticità del suo spirito e la modernità del suo pensiero. Ringraziamo l'Amore divino per il dono di questa mirabile donna.





L'anima è il fuoco che pervade tutto il  
corpo umano e lo rende vivo. H. di B.

Presentazione a cura di Francesca Mele e di Mimma Iannò