

## Il contributo di Ildegarda di Bingen alla medicina del futuro

***Siamo un tutt'uno con l'universo che ci circonda: sulle basi di questa convinzione Ildegarda di Bingen ha basato la sua medicina che torna d'attualità; un convegno a Stresa approfondirà il perché.***

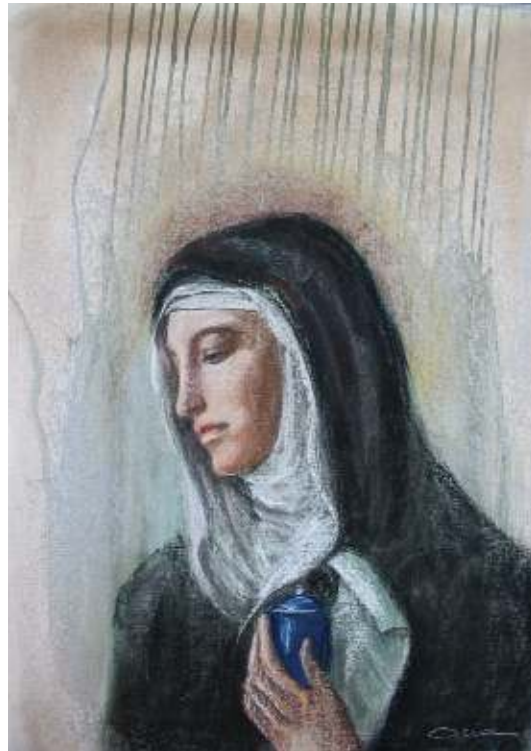
### Vita e opere di Santa Ildegarda di Bingen

Santa Ildegarda di Bingen, badessa benedettina vissuta dal 1098 al 1179, è ultima figlia di una famiglia aristocratica, entrò in convento all'età di 8 anni e vi rimase fino alla morte, avvenuta all'età di 81 anni.

Fu consigliera di papi, imperatori e dei potenti del suo tempo. Ildegarda è stata un genio assolutamente poliedrico, multiforme e originalissimo: mistica, scrittrice, veggente, musicista, drammaturga, linguista, filosofa, poetessa, consigliera politica, profetessa, naturalista, farmacista, guaritrice.

Con la protezione di Bernardo di Chiaravalle e con l'autorizzazione di Papa Eugenio III, scrisse importanti opere profetiche e visionarie, alcune delle quali frutto di uno studio tanto approfondito quanto concreto della Natura e dei suoi impieghi in medicina, come il *Liber Subtilitatum Diversarum Naturarum* (Le sottili differenze delle diverse nature delle creature), in seguito diviso in *Physica* (Il libro della medicina semplice) e *Causae et Curae* (Il libro della medicina composta, che tratta delle cause delle malattie, dei loro segni e delle cure).

Nelle sue opere Ildegarda rielaborò il patrimonio culturale dell'epoca, che trova le fondamenta nella tradizione ippocratico-galenica. Tema ricorrente era che il principio essenziale del corpo umano fosse il calore, a sua volta temperato dal freddo. Si pensava infatti che l'equilibrio tra caldo, freddo, secco e umido fosse alla base del benessere. Questo sistema si fonda sulla dottrina tradizionale dei quattro elementi o radici del mondo: Fuoco, Aria, Terra, Acqua di cui è costituito il creato e quindi l'uomo stesso. Quest'ultimo vive in virtù dei quattro umori che sono: bile gialla (flegma secco), bile nera o melanconia (flegma tiepido), sangue (flegma schiumoso) e flegma (flegma umido). Sulla base della proporzione con cui i quattro umori sono presenti nell'organismo e della prevalenza di uno di essi, si distinguono



*Una rappresentazione di Santa Ildegarda*

quattro diverse costituzioni fondamentali il bilioso, il melanconico, il sanguigno, il flemmatico). Ildegarda fornisce una descrizione di ciascuna distinguendone anche le diversità rispetto all'uomo e alla donna.

Ildegarda trasmette un sapere profondo e una visione della realtà in cui Macrocosmo e Microcosmo sono strettamente interdipendenti, perfettamente integrati in un tutto armonico, sempre in movimento.

Proprio per la corrispondenza di uomo e universo, inscindibilmente legati, il malessere dell'uno si ripercuote sull'altro, perciò nella visione ildegardiana per raggiungere o riacquistare il benessere psico-fisico, l'essere umano deve attingere le energie necessarie dal mondo circostante, essendo parte del tutto, giacché i suoi disturbi dipendono proprio dalla perdita di armonia con sé stessi e con l'ambiente esterno.



Sabrina Melino

### **Dalla farmaceutica ai rimedi di Ildegarda, incontro con Sabrina Melino**

Sabrina Melino, chimica e tecnologa farmaceutica, ha iniziato la sua carriera professionale nelle grandi multinazionali farmaceutiche. Amante delle terapie naturali, ha in seguito conseguito specializzazioni con il master in fitoterapia e il master in aromaterapia. Dopo un approfondito e appassionato studio sulla vita e la medicina di Ildegarda di Bingen ha lasciato la carriera aziendale per creare la linea di prodotti Thesaura Naturae ispirati ai rimedi fitoterapici di Ildegarda di Bingen. Attualmente ha un'erboristeria a Stresa (Verbania) e collabora con medici e terapeuti.

### **Dalla farmaceutica ai rimedi medievali di Santa Ildegarda di Bingen. Sembra un passo indietro nella storia della medicina, o non lo è?**

Non si tratta di un passo indietro ma di un ritorno al passato per uno slancio verso il futuro, verso una nuova medicina.

Ildegarda può essere considerata a tutti gli effetti l'antesignana della moderna medicina integrata o della «medicina del futuro» che considera non solo l'individuo rispetto al puro sintomo e alla malattia circoscritta ad un organo ma anche il rapporto fondamentale con l'ambiente in cui viviamo. L'epigenetica conferma che le cellule rispondono a stimoli energetici oltre che fisici; e che è la membrana cellulare il vero «cervello» della cellula ed è anche la parte più a contatto con l'ambiente.

In Ildegarda è fondamentale l'intimo rapporto tra tutte le creature: c'è una perfetta corrispondenza tra macrocosmo e microcosmo, tra ambiente e salute dell'uomo. Tutto è pervaso, sostenuto, alimentato dalla Viriditas, dice Ildegarda, ovvero da un'energia che potremmo identificare con la quota particellare del Sè, con quell'energia che anima tutte le cose create e che è unica per ciascuna di esse.

La modernità della sua figura e del suo pensiero medico appaiono sempre più evidenti. Oggi la psiconeuroendocrinoimmunologia (pnei) e la fisica quantistica confermano il legame tra mente, anima e corpo in modo scientifico: ciò che accade a livello del sistema nervoso e quindi sia a livello mentale che emozionale si trasmette al sistema metabolico, immunitario, endocrino, neurovegetativo.

In un momento storico in cui si è scoperta l'essenza vibrazionale della vita, comprendiamo quanto sia importante il concetto di Viriditas. Tutto il creato ha una natura energetica, tutto vibra a partire dal DNA: lo stato fisico e quello emozionale sono intimamente legati.

Esiste una completa interconnessione, una matrice che sottende la materia in cui le leggi spazio-temporali non esistono più. Esistono vibrazioni e possibilità di trasformazione istantanee.

### **Per quale motivo, tra le tante possibilità in ambito fitoterapico, si è concentrata espressamente sul lavoro di Ildegarda?**

È difficile per me rispondere a questa domanda, pur operando in ambito scientifico non sono arrivata ad Ildegarda basandomi semplicemente

su studi, letture o analisi. Il mio avvicinamento ad Ildegarda è avvenuto attraverso un percorso del tutto personale. Ho inoltre sentito il bisogno di svolgere un'attività che fosse generatrice non solo di prodotti e servizi ma che mi permettesse di trasmettere anche dei valori. La medicina di Ildegarda mi consente tutto questo.

**A settembre si terrà a Stresa Il Femminile: da Ildegarda di Bingen ad oggi. Scienza, coscienza e spiritualità verso una nuova medicina; primo convegno di medicina Ildegardiana. A chi si rivolge la manifestazione? Che cosa offrirà al pubblico?**

L'evento è rivolto a medici, terapisti ma anche a quanti hanno capito che la risposta alla malattia non è soltanto prendere un rimedio, curare un sintomo ma è innanzitutto chiedersi «Perché sono malato» e da qui intraprendere un percorso guidato dal dialogo tra mente, anima e corpo. È comprendere che la malattia ci dà un messaggio e che coglierlo permette di evolversi, comprendere il significato del nostro passaggio sulla terra. Dunque scienza, coscienza e spiritualità come corpo, mente e anima. Questo è il fulcro della nuova medicina e il messaggio che questo evento vuole trasmettere.



*I rimedi di Ildegarda sono anche oggi d'aiuto*

L'evento

**Il Femminile da Ildegarda di Bingen ad oggi. Scienza, coscienza, spiritualità: verso una nuova medicina.** Primo convegno di medicina Ildegardiana.

Centro Congressi Hotel La Palma Lungolago Umberto I, 33 - Stresa (VB)

Relatori: Lucia Tancredi, Maria Emanuela Tabaglio, Katia Vignoli, Marie Noelle Ulrech, Fabio Gabrielli, Carlo Montinaro, Marco Sarandrea, Elena Modena e Ilario Gregoletto, Sabrina Melino. Tutte le informazioni su: [thesauranaturae.com](http://thesauranaturae.com).