



HILDEGARD VON BINGEN. WANDTAPIJT IN DE HEILIG-GEIST-KIRCHE TE RIEDERWALD
(FRANKFURT AM MAIN). ©URMELBEAUFTRAGTER

Inleiding

Het lange en rijkge vulde leven schetsen van de middeleeuwse Duitse benedictines Hildegard von Bingen (1098-1179), is geen eenvoudige klus. Deze getalenteerde, veelzijdige kloosterlinge staat bekend als het boegbeeld van de Duitse middeleeuwse mystiek. Haar visioenen beschreef ze in haar trilogie *Scivias* ('Ken de wegen') uit 1151 of 1152, een spirituele reisgids voor de gelovige op weg naar het hemelse Jeruzalem. Wat Hildegard ooit zag in een van haar visioenen, beschreef ze als een 'groot instrument' en ze liet dit uitbeelden in een kleurrijke miniatuur. Sommige auteurs zien hierin een kosmisch ei, anderen meer een baarmoeder waarin zich een nieuw leven kan ontwikkelen. Deze miniatuur heeft ook wel iets van een Tibetaanse mandala. In een ander visioen zag de mystica een kosmisch rad. Hildegards 'grote instrument' is een verwijzing naar Gods schepping. In haar holistische visie beschouwde zij God, de kosmos en de mens als één werkelijkheid, een soort heilige ruimte waarin alles plaatsgrijpt. Lichaam, geest en ziel hangen volgens haar samen.

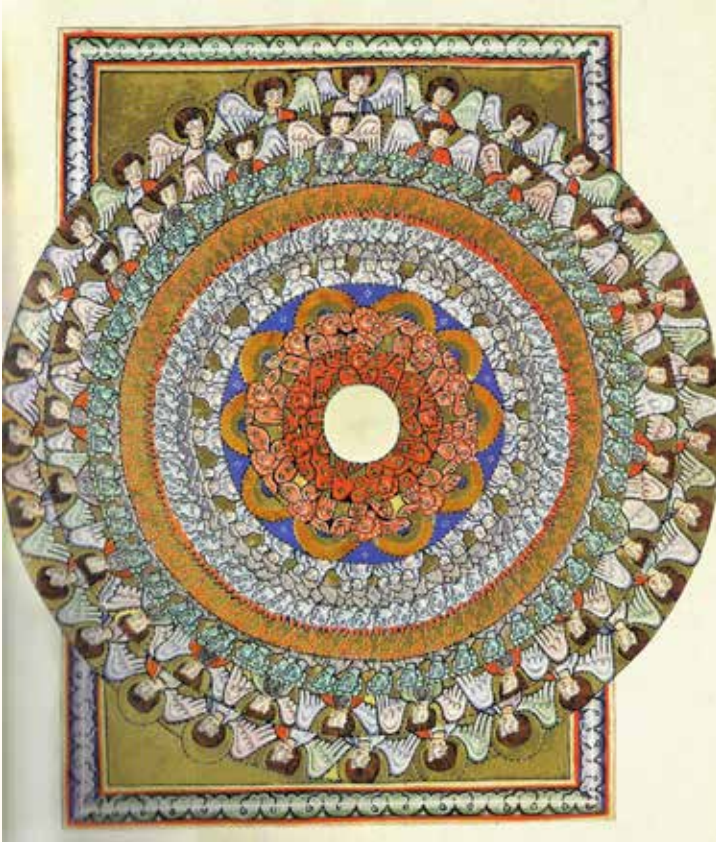
Hildegard wilde weten of haar visioenen authentiek waren en besloot in 1146 haar mystieke ervaringen voor te leggen aan een invloedrijke geestelijke tijdgenoot (en latere kerkleeraar) die men aanzag als de rechterhand van de paus, namelijk Bernardus van Clairvaux (1090-1153). Die beroemde Franse abt steunde haar en dat bleef niet zonder gevolg. Een jaar later erkende



HILDEGARD VON BINGEN ONTVANGT
EEN GODDELIJKE INGEVING EN
GEEFT DEZE DOOR AAN EEN
SCHRIFTGELEERDE. MINIATUUR UIT
DE RUPERTSBERG SCIVIAS-CODEX
(CA. 1151). ©ANONIEME AUTEUR

Paus Eugenius III (1087-1153) haar mystieke gaven en gaf hij Hildegard niet alleen een officiële toestemming om haar visioenen op te schrijven, maar ook zelfs om er met gezag over te spreken in het openbaar, iets wat een vrouw in die tijd nog niet overkomen was. Al spoedig kreeg ze bijnamen als ‘Duitse profetes’ en ‘Sybille van de Rijn’.

Verschillende neurologen hebben gesuggereerd dat men de visioenen van Hildegard kan beschouwen als een gevolg van het flikkerscotoom (scotoma scintillans) bij migraine. Anderen meenden dat haar hallucinaties het gevolg waren van een epilepsie-aanval. Het blijft onbekend of Hildegard von Bingen werkelijk leed aan een geestesziekte, dan wel dat ze intuïtieve, spirituele ervaringen had. Laat ons ook niet vergeten dat sommige van haar ‘godelijke planten’, zoals alruin en wolfskers, hallucinaties kunnen opwekken! Voor zover de auteur van dit boek weet, werd aan die belangrijke botanische eigenschap nog geen aandacht besteed in de literatuur.



MINIATUUR UIT DE RUPERTSBERG SCIVIAS-CODEX, FOL. 38R. (CA. 1151):

HET ENGELENKOOR. © ANONIEM

Eveneens vermaard is haar kruidenkennis. Misschien had Hildegard zich toegelegd op de kruidengeneeskunde, omdat ze haar hele leven ziek is geweest en talloze gezondheids crises heeft moeten overwinnen.

Mogelijk steunde haar botanische kennis zowel op de toenmalige reguliere geneeskunde als op de volksgeneeskunde, maar volgens de theologe kwam die van God zelf.

Minder bekend is dat Hildegard al een soort pre-renaissancevrouw was met heel gevarieerde interesses en ervaringen. Zo hield ze zich ook nog bezig met muziek, theologie, mineralogie, kosmologie, filosofie, taalkunde en ethiek ...



VISUALISERING VAN HET KLOSTER RUPERTSBERG IN HET MUSEUM AM STROM,
BINGEN AM RHEIN. ©ANONIEM

Haar adellijke ouders, Hildebert en Mechthild von Bermersheim, droegen de achtjarige Hildegard voor haar opvoeding in 1106 over aan Jutta von Sponheim (1091-1136), de abdis van Disibodenberg. Deze leerde haar onder meer schrijven, psalmen zingen en harp spelen. Op veertienjarige leeftijd deed Hildegard al haar intrede in de benedictinessenabdij Kloster Disibodenberg. Na de vroegtijdige dood van Jutta – ze was slechts 45 jaar – kreeg Hildegard meteen de leiding over haar kloostergemeenschap. Later stichtte ze in Bingen am Rhein het Kloster Rupertsberg aan de Nahe, een zijrivier van de Rijn. Daarna stichtte ze aan de nabijgelegen Rijnsoever een tweede abdij: Kloster Eibingen (bij Rüdesheim).

Ondanks haar status als geestelijke bleef Hildegard toch sterk verbonden met de seculiere wereld. Door haar uitstraling zochten politieke en religieuze leiders haar op als raadgeefster. Zo kreeg ze veel invloed op belangrijke personen uit haar tijd, onder wie koningen en bisschoppen.

Hildegard begon rond 1160 ook in het openbaar te preken, wat helemaal niet zo evident was voor een vrouw, laat staan een kloosterzuster. Zo reisde ze onder andere naar Bamberg, Keulen, Metz, Trier en Würzburg om daar te verkondigen wat God wilde. In Andernach, Ebersbach, Hagen, Hirschau, Hordt, Kitzinge, Kraufthal, Maulbronn, Rothenkirchen, Siegburg, Werden, Winkel en Zwiefalten openbaarde Hildegard wat goed is voor de verlossing van de ziel volgens 'datgene wat God aan haar had geopenbaard'.

In haar brief 15R staat hoe lang ze ging preken: *'Ik vrezende en armoedige, heb me twee jaar lang bekommerd met preken voor leermeesters, doctoren en andere geleerden in enkele grotere plaatsen waar ze zich hebben gevestigd. Maar omdat de Kerk in twee kampen is gespleten, heb ik mijn stem niet langer meer verheven.'*

Met 'twee kampen' bedoelde Hildegard het pausenschisma in 1159. Na de dood van paus Adrianus IV (ca. 1100-1159) werden immers twee pausen gekozen: paus Alexander III (ca. 1100/1105-1181) en paus Victor IV (1095-1164). Beide geestelijken beschouwden zich als de rechtmatige opvolgers van Petrus. De machtspolitiek van de Duitse keizer Frederik I (1122-1190), bijgenaamd Barbarossa ('Roodbaard'), wakkerde de verdeeldheid in de christelijke wereld nog eens extra aan. Hildegard nam het op voor de legitieme paus Alexander III. Zij ging zelfs zover om de keizer te vermanen en hem eraan te herinneren dat hij zich ooit eens voor God zal moeten verantwoorden.

Hildegard nam immers geen blad voor de mond en wees zowel de geestelijke als de wereldlijke overheden op hun plichten. Zo verweet ze de hebzucht van de priesters die voor het zielenheil van hun onderdanen voor veel geld aflaten verkochten, ofwel klaagde ze hun grensoverschrijdend gedrag aan, enz. Ze was geen bange haas en deinsde niet terug voor conflicten met de keizer, de bisschoppen en zelfs niet met de paus.

Door haar groot prestige gingen heel wat vooraanstaande geestelijken en edellieden de bijzondere kloosternon opzoeken in haar kloostergemeenschap in Bingen am Rhein. Dergelijke hoogwaardigheidsbekleders bezaten rijkge vulde bibliotheken vol met de toenmalige kennis of ze hadden er toch alleszins toegang toe. Zo kon Hildegard op de hoogte blijven van de stand van de toenmalige wetenschap, onder andere ook over geneeskruiden en geneeskunst.

In de Duitstalige bisdommen en ook in de benedictijner orde vereert men reeds jaar en dag deze mystica als een heilige. Omdat Hildegard echter nooit officieel heilig werd verklaard, deed de Duitse paus Benedictus XVI (1927-2022) dit nu wel op 6 oktober 2012 en riep hij haar enkele maanden later zelfs uit tot kerklerares. De H. Hildegard is daarmee de vierde vrouw die deze eretitel kreeg, na Catharina van Siena (1347-1380), Theresia van Avila (1515-1582) en Theresia van Lisieux (1873-1897). In totaal kent de Katholieke Kerk nu 35 kerkleraren.

Over Hildegard von Bingen verschenen al tal van boeken, vooral over haar visioenen, muziek en gezondheidsleer. Dit boek zal zich vooral toespitsen op haar natuurwetenschappelijke visies, in het bijzonder op haar kruidenkennis. De leidraad ervan vormen de originele Latijnse beschrijvingen door Hildegard. Haar vermeende kruidenkennis zal in dit boek voor het eerst vergeleken worden met die van een keur aan historische kruidenboeken, zoals *De Historia naturalis* (Plinius, 77), *Herbarijs* (Jan Yperman, 1351), *Herbarius* (Anoniem, ca. 1500), *Cruydeboek* (Rembert Dodoens of Dodonaeus 1554 en postuum 1644), het *Kruydtboek* (Matthias de l'Obel of Lobelius, 1581), de *Flora Batava* (uitgever Jan Christiaan Sepp en anderen, 19^{de}-20^{ste} eeuw), naast de hedendaagse kruidengeneeskunde, de homeopathie en de huidige populaire 'Hildegard-geneeskunde'. Op die manier wordt het belang van Hildegards geneeskunde op een originele manier opnieuw bekeken.

Hildegards werken

Physica

Volgens Hildegard zelf zou ze slechts één natuurwetenschappelijk werk hebben geschreven. Het is daarom merkwaardig dat men sinds de vroege middeleeuwen toch regelmatig spreekt over twee relevante werken van deze non: de *Liber simplicis medicinae* (ook bekend onder de naam *Physica*) en de *Liber compositae medicinae* (ook bekend als *Causae et Curae*). Men vermoedt daarom dat beide werken deelopkopies zijn van haar intussen verloren gegane oorspronkelijke tekst. Het was vooral haar *Physica* die men tijdens de late middeleeuwen meermaals kopieerde. Op die manier zijn in totaal dertien min of meer volledige teksten overgebleven. Hildegard beschrijft in het bijzonder de heilzame kracht van planten, bomen, dieren, metalen en edelstenen met bijna tweeduizend voorschriften. De teksten van Hildegard over gezondheid en gezondheidszorg beschouwen sommige aanhangers als de basis van de premoderne Europese geneeskunde. Ze schreef onder andere over epilepsie, slaapstoornissen, menstruatieklasten, lepra, hondsdolheid, jicht en krankzinnigheid. Haar behandeling van epilepsie bestond uit kruiden, dierlijke producten en (half)edelstenen. Haar opvattingen over epilepsie lijken wel sterk geworteld te zijn in het middeleeuws medisch denken, waarin de leer van de levenssappen (humorenleer) centraal stond.

De non zag ook een verband tussen de gemoedstoestand van iemand en zijn/haar ziekten. Wie niet vergeven kan, houdt zo zijn/haar boosheid in stand en wordt uiteindelijk ziek. Hoe meer angst men heeft, hoe meer zwarte gal in het lichaam zou komen.

Uit andere medische teksten blijkt dat Hildegard ook een originele en vernieuwende denker was. Zo beschouwde zij een menstruatieklacht niet als een straf van God, zoals men in haar tijd aannam, maar als een kwaal die genezen kan worden.

Causae et Curae

De vijf delen van dit werk gaan over de geschiedenis van de schepping, allerlei elementen, voortplanting, ziekte en behandelingsmogelijkheden. Verbazingwekkend is dat de seksualiteit van mannen en vrouwen er een relatief grote plaats inneemt. De aloude theorie van de levenssappen (humorenleer) van de Griekse arts Hippocrates (ca. 460 Chr.-ca. 375 v. Chr.) speelt er nog steeds een centrale rol, onder andere bij haar opvattingen over epilepsie.

Humorenleer

Volgens Hippocrates wordt een ziekte veroorzaakt door de aanwezigheid van ziektestoffen die voortkwamen uit een verkeerde vermenging van de lichaamssappen (humores): gele gal, zwarte gal, bloed en slijm. Gele gal ontstond in de lever, zwarte gal in de milt, bloed in het hart en slijm in de hersenen. De behandeling moest erop zijn gericht de schadelijke stoffen naar buiten af te voeren. Laxeer-, zweet- en braakmiddelen waren dan ook belangrijke hulpmiddelen. Deze humorenleer is tot het midden van de negentiende eeuw bepalend geweest voor de volksgeneeskunde en de officiële geneeskunde. De ideeën van de Duitse geneesheer Rudolf Virchow (1821-1902), die de cel centraal stelde bij het denken over ziekte, maakten een einde aan de humoraalpathologie. De volksgeneeskunde bleef echter in heel wat aspecten nog trouw aan die leer, evenals sommige hedendaagse natuurgeneeswijzen, waaronder ook de zogenoemde Hildegard-geneeskunde, die vooral in Duitsland, Oostenrijk, Zwitserland en België toegepast wordt.

Naast de humorenleer nam de abdis ook het systeem van de vier klassieke elementen (vuur, water, lucht en aarde) op in haar diagnose en behandeling. Voor haar zijn deze beide visies trouwens onlosmakelijk met elkaar verbonden.

Een belangrijk deel van Hildegards werk heeft betrekking op het effect van kruiden, struiken, bomen, fruit en groenten op het lichaam. In sommige hoofdstukken vermeldt Hildegard voor het eerst enkele inheemse soorten als geneeskrachtige planten, zoals de akkergoudsbloem.



AKKERGOUDSBLOEM. ©ZACHI EVENOR



ABSINTALSEM IN BLAD. ©AFROBRAZILIAN

Absintalsem

Artemisia absinthum L.

Voor Hildegard is absintalsem ('wermuda') het belangrijkste kruid tegen alle uitputting. Absintalsemsap gemengd met wijn gebruikte ze tegen hoofdpijn. Het gebruik van een wollen hoed of muts die een nacht in een mengsel van alsem gedrenkt werd, zou hoofdpijn verlichten. Ook bij melancholie, hartzwakte, longziekten, maag- en spijsverteringsproblemen beval Hildegard een drankje aan, bereid met vers absintalsemsap, wijn en honig.

Andere toepassingen in de vorm van een zalf paste de kruidennon toe om hoest of pijnlijke ledematen te verlichten, veroorzaakt door jicht. Zo schreef ze het volgende recept: *'En als iemand pijn heeft in de borst of rond de borst, zodat hij ervan hoest, zalf hem dan op de borst ermee. En als iemand pijn heeft in zijn zijde, zalf hem daarmee en het zal zowel van binnen als van buiten genezen. En een man die getroffen is door zeer ernstige jicht, zodat zijn ledematen zelfs dreigen te breken, zalf hem ermee bij het vuur waar het pijn doet, en hij zal genezen.'*

De huidige officiële kruidengeneeskunde past het kruid toe bij een gebrekkige werking van maag, darmen en galwegen, leveraandoeningen, weinig eetlust, slechte spijsvertering, winderigheid en opgezwollen buik. Hildegards visie vindt men vandaag de dag dus niet meer terug.

De enige overeenkomst tussen onze bestudeerde middeleeuwse kruidenboeken en Hildegards toepassing van de absintalsem, was het gebruik als geneesmiddel bij maagproblemen. Maar dit beschreef Plinius de Oudere ook al in het jaar 79 n. Chr. (zie tabel).

In de homeopathie gebruikt men de plant soms bij de behandeling van hallucinaties, nachtmerries, nervositeit, slapeloosheid, duizeligheid en epileptische aanvallen.

VERGELIJKENDE TABEL MET MEDISCHE TOEPASSINGEN VAN ABSINTALSEM
DOOR DE EEUWEN HEEN.

	HILDEGARD (12E EEUW)	PLINIUS (77)	HERBARIJUS (1351)	HERBARIJUS IN DYEYSCH (1500)	DODOENS (1554)	LOBELLJUS (1581)	DODOENS (1644)	FL. BATAVA (19E EEUW)	FYTOTHERAPIE NU
KEEL/MOND	.	.	.	*	.	.	*	.	.
NEUS
OOR	*	.	.
HOOFDPIJN	*
OOG	.	.	.	*
HART	*
MAAG	*	*	*	.	*	*	*	*	*
WORMEN	.	.	.	*	.	*	*	*	.
AAMBEI
REUMA/JICHT	*
DARM/AARS	*
DIARREE
BLAAS
NIER
LONG	*
LEVER	*
BAARMOEDER
KOORTS
HOEST	*
MENSTRUATIE
ZENUWEN	*
STENEN
WATERZUCHT
HUID/HAAAR
WOND
OBSTIPATIE
MOEIZAME PLAS

Agrimonie

Agrimonia eupatoria L.

Hildegard von Bingen beschouwde agrimonie als een geneesmiddel tegen oogziekten: *‘Stamp de agrimonie fijn in een vijzel en leg het ’s avonds op je ogen als ze verduisterd zijn. Bind er dan een doek overheen. Maar pas op dat er niets in het oog komt, en het zal werken op de verduistering en maakt de ogen helder.’*

De huidige kruidengeneeskunde past agrimonie toe bij milde diarree, mond-, tandvlees- en maagslijmvliesontsteking, oogbindvliesontsteking, keelpijn, dikkedarmontsteking, aambeien, vaginale afscheiding, galblaaslijden, leverstoornissen (onder andere geelzucht), moeilijke spijsvertering, blaasontsteking, bedplassen, reuma, diabetes, acute pijnlijke heesheid, slecht genezende wonden, eczeem, kloven ...

Hildegards gebruik van agrimonie bij oogziekten vindt men ook nog terug in de *Herbarijs* (1351), de *Herbarius in Dyetsche* (ca. 1500) en de hedendaagse kruidengeneeskunde. Maar de meeste toepassingen slaan wel op andere aandoeningen.

De homeopathie past de plant toe om gezwollen slijmvliezen te laten slinken (decongestivum), om haar ontstekingsremmende eigenschappen.

VERGELIJKENDE TABEL MET MEDISCHE TOEPASSINGEN VAN AGROMONIE
DOOR DE EEUWEN HEEN.

	HILDEGARD (12E EEUW)	PLINIUS (77)	HERBARIUS (1351)	HERBARIUS IN DYETSCHHE (1500)	DODOENS (1554)	LOBELLUS (1581)	DODOENS (1644)	FL. BATAVA (19E EEUW)	FYTOTHERAPIE NU
KEEL/MOND	*
NEUS	.	*
OOR
HOOFDPIJN
OOG	*	.	*	*	*
HART
MAAG	*
WORMEN
AAMBEI	*
REUMA/JICHT	.	.	.	*	*
DARM/AARS	.	*	.	*	.	*	.	.	*
DIARREE	*	*	.	.	.
BLAAS	*	.	.	.
NIER	*	.	.	.
LONG	*	.	.	.
LEVER	*	*	*	.	*
BAARMOEDER	.	.	.	*
KOORTS
HOEST
MENSTRUATIE
ZENUWEN	.	.	.	*
STENEN
WATERZUCHT
HUID/HAAR	.	*	*
WOND	.	.	*	*
OBSTIPATIE
MOEIZAME PLAS	.	.	*

