



HILDEGARDE DE BINGEN, LA NATURE QUI SOIGNE

Bien avant que la médecine ne s'intéresse au lien entre le corps, l'alimentation, les émotions et l'environnement, une abbesse allemande proposait déjà une vision globale de la santé. Huit siècles après sa mort, sa pensée continue d'étonner par sa modernité.

PAR CORA MILLER

Au printemps 1141, une religieuse bénédictine de 42 ans hésite à coucher sur le parchemin les visions qui l'accompagnent depuis l'enfance. Elle craint le ridicule, redoute l'accusation d'hérésie et se juge indigne d'une telle mission. Selon son propre récit, une voix finit par rompre ses hésitations : « *Écris ce que tu vois.* » Cette femme s'appelle Hildegarde de Bingen. Son nom traversera les siècles.

Née en 1098 dans une famille de la petite noblesse de Rhénanie, elle est confiée très jeune au monastère de Disibodenberg. Le cloître est alors l'un des rares lieux où une femme peut accéder à l'instruction. Hildegarde y apprend le latin, la musique, les Écritures, mais aussi l'observation du monde vivant. Les jardins monastiques deviennent son premier laboratoire. On y cultive les plantes médicinales, on y prépare les remèdes, on y soigne les malades. C'est là que se forge un regard qui ne cessera de relier la nature à l'être humain.

Visions lumineuses

Très tôt, elle affirme être traversée par des visions lumineuses. Contrairement à beaucoup de mystiques médiévaux, elle insiste sur leur étonnante clarté : elle ne tombe pas en extase, ne perd pas connaissance. Elle voit, dit-elle, « *dans l'ombre de la lumière vivante* ». Longtemps gardées secrètes, ces expériences finissent par être reconnues par l'Église. En 1147, le pape Eugène III autorise officiellement la diffusion de ses écrits. Une consécration exceptionnelle pour une femme du XII^e siècle.

Hildegarde ne se contente pourtant pas de commenter les textes sacrés. Elle fonde son propre monastère, voyage pour prêcher à travers l'Allemagne, correspond avec des empereurs, des évêques et des papes, compose plus de septante pièces musicales d'une audace remarquable et rédige une œuvre encyclopédique qui embrasse la théologie, la cosmologie, la médecine et les sciences naturelles. À une époque où les savoirs sont encore largement cloisonnés, elle refuse de séparer le spirituel du matériel, le corps de l'âme ou l'homme de son environnement.

Cette intuition irrigue particulièrement ses deux grands ouvrages médicaux, *Physica* et *Causae et Curae*. Hildegarde y décrit les propriétés de centaines de plantes, d'arbres, de pierres, d'animaux et d'aliments. Mais ces livres ne constituent pas de simples herbier ou bestiaire. Ils dessinent une véritable philosophie du soin. Pour elle, la maladie n'est jamais un phé-

nomène isolé. Elle résulte d'une rupture d'équilibre entre le corps, l'esprit, les habitudes de vie et le monde naturel. Soigner consiste donc moins à combattre un symptôme qu'à restaurer une harmonie perdue.

Élan vital

Au cœur de cette pensée se trouve un mot qu'elle affectionne particulièrement : *viriditas*. Difficile à traduire, le terme évoque la verdure, la sève, l'élan vital qui traverse toute la création. Cette énergie anime aussi bien les plantes que les êtres humains. Lorsqu'elle circule librement, elle nourrit la santé, la créativité et la joie. Lorsqu'elle s'épuise, le corps comme l'esprit se dessèchent. Huit siècles avant que l'écologie ou la médecine intégrative ne deviennent des disciplines reconnues, Hildegarde de Bingen pressent déjà que la vie forme un immense réseau d'interdépendances. Bien sûr, nombre de ses traitements appartiennent pleinement à la médecine médiévale. Certaines de ses prescriptions relèvent davantage de la tradition que de la science expérimentale. Les connaissances médicales contemporaines ont invalidé une partie de ses explications. Pourtant, ce serait une erreur de réduire son œuvre à une collection de remèdes anciens. Ce qui frappe aujourd'hui, c'est la cohérence de son regard. L'importance accordée à l'alimentation, au sommeil, au mouvement, aux émotions, à la prévention ou encore à l'environnement rejoint des préoccupations qui occupent désormais une place centrale dans les politiques de santé publique.

Grande intellectuelle

Cette redécouverte explique l'intérêt croissant que lui portent historiens, philosophes, médecins, musicologues et écologues. Canonisée en 2012 par Benoît XVI, qui la proclame également docteur de l'Église, Hildegarde apparaît aujourd'hui comme l'une des plus grandes intellectuelles du Moyen Âge. Ses compositions musicales sont régulièrement interprétées, ses manuscrits étudiés dans les universités et sa pensée continue d'alimenter les débats sur notre rapport au vivant. Hildegarde de Bingen rappelle que réparer l'humain ne consiste pas seulement à guérir un organe ou à combattre une maladie, mais à restaurer l'équilibre entre le corps, l'esprit et la nature. Une intuition née au cœur d'un monastère rhénan au XII^e siècle, et qui résonne avec une étonnante actualité dans un XXI^e siècle en quête d'une médecine toujours plus humaine. ■