

Wie was de heilige Hildegard (van Bingen)?



Haar leven

Hildegard, bijgenaamd 'van Bingen', werd geboren in 1098 in Bermersheim ten noorden van het stadje Alzey, gelegen in het Hoensruggebergte in Midden-Duitsland. Ze leefde in de twaalfde eeuw, namelijk van 1098 tot 1179. Was het tiende kind van graaf Hildebert van Bermersheim en zijn gemalin Mechtild. Werd op achtjarige leeftijd als tiendoffer opgedragen aan God, zoals de ouders bij haar geboorte hadden beloofd. Het kleine meisje was zwak en ziekelijk, maar ook bijzonder begaafd en vroegrijp. Reeds als kind bezat Hildegard een ongewone gave, die van "het tweede gezicht". Zij zag en hoorde dingen die andere mensen niet konden zien of horen.

Haar ouders brachten hun tiende kind op achtjarige leeftijd naar de Benedictijnenabdij op de Disibodberg. Het eigenlijke klooster bestond uit een mannengemeenschap. De aangebouwde "kluis" had slechts een paar simpele vertrekken en een kleine ommuurde tuin om in de buitenlucht te kunnen vertoeven. Hildegards opvoedster was een verwante, Jutta van Sponheim. Nadat deze Hildegard en een meisje van haar leeftijd had opgenomen, werd de deur achter hen dichtgemetseld. Er bleven drie openingen in de kluis: een raam dat uitzag op de kerk en het altaar en een ander dat de verbinding vormde met de buitenwereld, waardoor de nodige levensbehoeften konden aangereikt worden. Er was ook een deur naar de kleine tuin. Er werd geleefd naar de Regel van de heilige Benedictus. Meesteres Jutta leerde de meisjes lezen, schrijven en psalmen zingen. De eerste drieëndertig jaar van haar kluizenaars- en later kloosterleven bracht Hildegard veilig en onopgemerkt voor de buitenwereld, door binnen deze muren. Onder leiding van Jutta evolueerde de kluis tot een benedictinessenklooster. Na de dood van Jutta in 1136 werd Hildegard verkozen tot abdis. Veel adellijke dochters traden die dagen in.

Haar kloosters

Door plaatsgebrek moesten de kloostervrouwen, op goddelijk bevel, verhuizen van de Disibodberg naar de Rupertsberg bij Bingen, daar waar de Nahe in de Rijn stroomt. Jarenlang werd er gebouwd aan dit nieuwe klooster, dat kon omschreven worden als modern voor zijn tijd en dat werd opgericht op de plaats waar ooit de heilige Rupert, en zijn moeder, de heilige Bertha, hadden geleefd. In elke kamer was er waterleiding; het scriptorium bevond zich boven de keuken, zodat het ook op koude dagen te gebruiken was. De vertrekken waren ruim en licht. Er was plaats voor vijftig zusters en daarnaast voor gasten en bedienden. Er was er een kloostergang voor gebed en meditatie, een bakhuis, kruidentuin, boomgaard, moestuin, wijngaarden op gunstig gelegen hellingen, stallingen voor vee en paarden, een ziekenafdeling en een kerkhof.

Helaas werd dit prachtige bouwwerk in 1632 tijdens de Dertigjarige Oorlog door Zweedse troepen verwoest en niet weer opgebouwd. Later kwam er een spoorlijn door dit gebied, waardoor ook de ruïnes moesten weggehaald worden.

- Nu ligt daar het stadsdeel Bingerbrück, een deel van de stad Bingen. Boven de gewelven bevinden zich markt en parkeerplaats, met de heropgebouwde Hildegardkerk waarin gebrandschilderde ramen taferelen uit Hildegards leven tonen. Toen ook dit klooster te klein werd nam zij nog een leegstaand klooster over te Eibingen, op de andere Rijnsoever, bestemd voor niet-adellijke vrouwen.

Haar visioenen en geschriften

De benedictines Hildegard was een geniale vrouw. Vandaag staat ze opnieuw in de belangstelling omwille van haar geschriften. Ze was mystica, schrijfster van boeken, brieven, gedichten en liederen. Haar leven lang kreeg ze visioenen, vooral over geestelijke dingen (boeken Scivias, Vitae Meritorum, Divinorum Operum), maar ook over geneeskunde en natuurkunde en de daarbij behorende voedingsleer. Ze liet omvangrijke werken na. In haar medisch leerboek, Causae et Curae, leert zij een voor alle tijden geldende natuurgeneeskunde. Ze beschrijft als eerste en enige ook de geneeskracht van voedingsmiddelen. Hildegard wijst de geneeskrachten aan die in de natuur voor de mens verborgen liggen en dus eigenlijk voor het oprapen zijn, en geeft aanwijzingen voor een totale verzorging van de mens.



Het belangrijkste graangewas waarop zij de aandacht trekt is het geneeskrachtige oergraan **spelt**. Dit is heel gezond en licht verteerbaar. Een gezegde van haar luidt: "Spelt maakt gezond vlees en goed bloed en zorgt bovendien voor een opgewekt humeur."

- Hildegards informatie over spelt vormt een waardevolle bijdrage op het gebied van voeding en geneeskunde. Twee Duitse natuurgeneesheren, Dr. Gottfried Hertzka en zijn opvolger, Dr. Wighard Strehlow, hebben reeds 50 jaar lang onderzoek gedaan naar de oorzaak van ziekten en de invloed van levensmiddelen op het genezingsproces, aan de hand van geschriften van de heilige Hildegard.

Hildegard-gezondheidscentra veroveren de wereld

In veel landen worden Hildegard-gezondheidscentra gesticht, studiegroepen en vriendenkringen opgericht. Het Hildegard-Centrum in Allensbach aan de Bodensee is het oudst en het nieuwste zou zich bevinden in Singapore (zuid-Aziatisch schiereiland).

Nieuw: Spelt-informatiecentrum in Pieterburen, Noord-Nederland

Om meer voorlichting te kunnen geven over het "wondervoedsel spelt" is een Spelt-informatiecentrum ondergebracht in de theeschenkerij van de botanische tuin 'Domies Toen', Hoofdstraat 76 te Pieterburen. Naast het geven van informatie over spelt worden er ook speltproducten aangeboden evenals lectuur over deze materie, zoals brochures met als titel: "Wondervoedsel Spelt" en "Gezond oud worden" en binnenkort ook een "Speltkookboek". Dit zijn uitgaven van de **Hildegard-vriendenkring uit Kortrijk in Vlaanderen** (zie apart hoofdstuk), die al jaren schrijft over deze geneeskunde en voedingsleer. De accommodatie in Pieterburen is bovendien geschikt om groepen tot 35 personen te ontvangen voor voorlichting. Daarnaast kunnen kooksessies met uiteraard vooral spelt worden georganiseerd.

Het herontdekken van spelt op de gezondheidsmarkt over de gehele wereld veroorzaakt op vele plaatsen opwindning, niet alleen vanwege de heilzame werking ervan, maar ook omwille van de goede graan- en meelkwaliteit en de gunstige smaak-, voedings- en bakeigenschappen.

Middeleeuwse kruidenroute

De botanische tuin 'Domies Toen' en de geschriften van de heilige Hildegard 'van Bingen' spelen op elkaar in, wat betreft de interesse voor geneeskrachtige kruiden. Deze kruiden zijn volop te vinden tussen de ruim honderd met uitsterven bedreigde inheemse plantensoorten die de tuin rijk is. De Pieterbuurse heemtuin biedt zijn publiek een middeleeuwse kruidenroute aan. Daar kunt u de soorten die Hildegard rond 1150 beschreef met eigen ogen aanschouwen.