Etoile notre dame
339 impasse de la Fosse - BP 60434
53104 Mayenne cédex
Lundi au vendredi : journées continues 8h à 18h

Tél : (+33) 02 43 30 45 67
Fax : (+33) 02 43 30 45 68
Email : contact@etoilenotredame.org
Email : librairie@etoilenotredame.org
Internet : www.etoilenotredame.org

Hildegarde, médecin

Hildegarde de Bingen est médecin, et l'un des plus renommés de son temps. Ses ouvrages pressentent les idées à venir sur la physiologie humaine. Elle a une grande connaissance de la pharmacopée et, utilise tout ce que la nature pouvait lui offrir en matière de traitements : les simples bien sûr, mais aussi les minéraux.

Hildegarde nous donne cette vision de «l'homme total» (corps, âme et esprit), en nous conduisant aux sources de la santé. Elle nous enseigne que nous ne pouvons vivre en pleine santé sans retrouver notre unité intérieure. Cette vision de la santé nous conduit donc à considérer l'être humain sous trois aspects : physique, psychique et spirituel.

Bien qu'elle nous indique de nombreux remèdes pour nous soigner, elle met à la première place la prévention, qui repose principalement sur une alimentation correcte avec des aliments purs. Ces aliments sont non seulement source de bien-être et de vitalité pour le corps, mais aussi source de jouvence pour l'âme qui vit alors dans la sérénité et la joie.

En consommant surtout les aliments et les plantes de la joie tels que l'épeautre, le fenouil, les châtaignes... conseillés par Hildegarde, il est possible de nous transformer, dans notre fonctionnement organique, tissulaire et cellulaire et nous donner une vitalité totale (corps, âme et esprit) et rayonnante.