

NO JARDIM DE HILDEGARDA

MAGALHÃES de, Eloísa Cavassani Pimentel

Grupo Viriditas

Resumo: A utilização de plantas para tratamento de enfermidades remonta a história da humanidade, cada povo, gregos, romanos, árabes contribuíram com a descrição do uso de suas plantas. No século XII esse conhecimento foi guardado nos mosteiros, repositórios do conhecimento na época. Nos mosteiros surgiram os jardins dos simples. O presente estudo visa conhecer e resgatar o uso de plantas medicinais feito por *Hildegarda de Bingen* (1098-1165). Beneditina nascida na Alemanha, que escreveu vários livros sobre saúde, com orientações sobre alimentação e plantas medicinais e nos apresenta mais de 2.000 preparações medicinais. O Grupo de estudos sobre a saúde segundo Hildegarda de Bingen-VIRIDITAS estuda os ensinamentos sobre as plantas medicinais deixados e procura viabilizar o emprego destes conhecimentos na saúde nos tempos atuais. Além do conhecimento prático o grupo estuda também a filosofia de Hildegarda. Segundo ela, boa parte das doenças dos seres humanos é consequência da perda da harmonia com a Natureza, e da não integração entre Criador e criatura. Aplica a teoria dos humores e classifica a natureza das plantas e alimentos como, quentes ou frios e utiliza chás, preparações com vinhos e mel. Para tanto o grupo realiza encontros mensais e estudos individuais, consulta literaturas nacionais e internacionais de cunho popular e científico e especialistas da área científica de plantas medicinais. O grupo realizou encontros para divulgação e oficinas de culinária com receitas específicas de Hildegarda. Um exemplo de planta estudada é a galanga (*Alpinia officinarum*) utilizada para fraqueza, dores no peito, estômago e febre, que tem ações terapêuticas comprovadas cientificamente para doenças dos sistemas circulatório, respiratório e digestório. O presente trabalho está em andamento, mas já atingiu parte do seu objetivo de estudo e divulgação de Hildegarda. “O ser humano é corresponsável para cuidar desse grande jardim, que é a Vida na Terra!”

Palavras-chaves: planta medicinal, fitoterapia, Hildegard von Bingen