



UEPB

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS III
CENTRO DE HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE HISTÓRIA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM HISTÓRIA**

JANILMA SALUSTINO DA SILVA

**SAÚDE DE CORPO E ALMA: APROPRIAÇÕES DOS SABERES DE
HILDEGARDA DE BINGEN NO INSTAGRAM (2021-2024)**

GUARABIRA

2024

JANILMA SALUSTINO DA SILVA

**SAÚDE DE CORPO E ALMA: APROPRIAÇÕES DOS SABERES DE
HILDEGARDA DE BINGEN NO INSTAGRAM (2021-2024)**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentada ao Departamento de História
da Universidade Estadual da Paraíba,
como requisito parcial à obtenção do título
de licenciada em História.

Área de Concentração:

Orientador: Pr^a Dr^a Alômia Abrantes da
Silva.

GUARABIRA

2024

É expressamente proibida a comercialização deste documento, tanto em versão impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que, na reprodução, figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

S586s Silva, Janilma Salustino da.

Saúde de corpo e alma [manuscrito] : apropriações dos saberes de Hildegarda de Bingen no *instagram* (2021-2024) / Janilma Salustino da Silva. - 2024.

28 p.

Digitado.

Artigo Científico (Graduação em História) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Humanidades, 2024.

"Orientação : Prof. Dra. Alômia Abrantes da Silva, Departamento de História - CH". 1. Hildegarda de Bingen. 2. Corpo e alma. 3. Equilíbrio. 4.

Instagram. I. Título

21. ed. CDD 128.1

JANILMA SALUSTINO DA SILVA

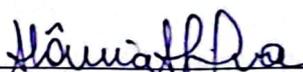
**SAÚDE DE CORPO E ALMA: APROPRIAÇÕES DOS SABERES DE
HILDEGARDA DE BINGEN NO INSTAGRAM (2021-2024)**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentada ao Departamento de História
da Universidade Estadual da Paraíba,
como requisito parcial à obtenção do título
de licenciada em História.

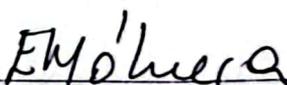
Área de Concentração:

Aprovado em: 10/10/2024

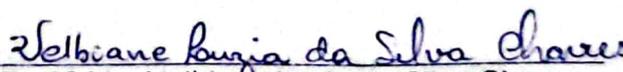
BANCA EXAMINADORA.



Pr^a Dr^a Alômia Abrantes da Silva (Orientadora)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof.^a Dr.^a Elisa Mariana de Medeiros Nóbrega
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof.^a Ma. Veibiane Luzia da Silva Chaves
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

AGRADECIMENTOS

Início esse texto agradecendo a Deus pela oportunidade de estar concluindo a graduação em História. Sem Ele, nada disso seria possível! Depois de Deus, existem duas pessoas que foram essenciais na minha formação como ser humano, os meus avós, João e Neuza (*in memoriam*). Infelizmente, vocês não estão mais aqui entre nós, e eu não terei a oportunidade de dividir esse momento tão sonhado da minha vida com vocês dois; contudo, tenho certeza de que vocês celebrarão a minha conquista aí do céu. Como prometido, estou concluindo a minha graduação por vocês. A vocês, toda a minha gratidão e amor. Amo-vos!

Quero agradecer também aos meus pais, Jailson e Eliane, e aos meus dois irmãos, Juan e Edmilson. Vocês são meus tudo! Amo vocês!

Durante os últimos quatro anos da minha vida eu trilhei um caminho que me conduziu ao autoconhecimento e entendimento de si mesma. A graduação de História veio como uma possibilidade de aprendizados e de (des) construção de quem eu era; pude quebrar preconceitos, aprender sobre a vida, amizade, política, docência e, sobretudo, sobre mim mesma. Só me resta agradecer a UEPB pelas inúmeras experiências, risadas, pelos afetos e os bons encontros que a vida me proporcionou durante esses anos no mundo acadêmico.

Agradeço à minha querida orientadora, Alômia Abrantes, que potencializou minhas qualidades e meu faro de pesquisadora. Eu não seria a mesma pesquisadora/historiadora sem os seus conselhos e orientações, que me ensinaram/ensinam muito sobre a vida e a importância de levar a sensibilidade para o meu ofício. Obrigada por ter me concedido a oportunidade de ter sido aluna bolsista no PIBIC, além de ter me ensinado tanto sobre a história e a vida. Gratidão!

Agradeço às professoras Elisa Mariana e Velbiane Chaves, que prontamente aceitaram colaborar com a leitura de meu trabalho, participando da banca de defesa.

Agradeço aos meus queridos professores: Carlos Adriano, Luciana Calissi, Dmitri Bichara, Francisco Fagundes, Naiara Ferraz, Elisa Mariana, Waldeci Chagas, Dayane Sobreira, Edna Nóbrega, Susel Rosa, Joedna Reis, Jaqueline Leandro, Cristiano Luiz, Velbiane Chaves, Luiz Mário, Sinuê Neckel, e a todos que estiverem envolvidos na minha formação enquanto docente. Vocês foram essenciais em minha vida!

De modo muito especial, quero agradecer aos meus amigos e companheiros de profissão: Mércio Brasil, Bianca Barbosa, Susanne Ramiro, Crislane Barbosa, Suênia Freitas, Vital, Mayra Genuíno, Clara Firmino, Antônio Marques, Pedro Macêdo, Marcos Pontes, Ramil Santos, Aniele Karine, Josélio Martins, Thalyta Gomes, Lucas Silva, Pricila Freire, Priscila (arquivista), Danilene, Lucas Santos, Andreza, e de modo muito particular, agradeço à minha amiga/Irmã, Mariane Barbosa. Mari, você foi mais que uma amiga para mim; o que seria de mim sem a sua amizade na universidade? Ter você para me acalmar e lançar luz sobre minhas dúvidas e medos foi imprescindível. Eu amo você, amiga. Minha eterna gratidão!

Agradeço também aos meus grandes amigos que sempre estiveram acompanhando a minha trajetória na universidade: Jailson Duarte, Tasiona Farias, Rodrigo Farias, Fabíolo Miguel, Cesário Abreu, Elenilson Ferreira, Pedro Ramos, Luan Santos, Jakeline Santos, Adriana Rodrigues, Renatinha Duarte, Jaguifaildo Albuquerque, Ana Paula Almeida, Natiele Silva e a todos que me ajudaram a permanecer na universidade diante as intempéries da vida.

Agradeço a coordenação de História, e de modo particular, a Diego Paulino e Rilane Torres, que sempre atenderam minhas demandas enquanto estudante, além de compartilhar experiências, cafés e boas risadas no dia a dia.

Agradeço a todos que fazem parte do NDH, do SEDUP, da direção da UEPB na pessoa de Pricila Freire e a todos funcionários da universidade que fazem um belíssimo trabalho, diga-se de passagem. Não poderia deixar de citar aqui a figura de Dona Lúcia e Géssica Santos, da Natural Lanches. O que seria de mim sem a deliciosa comida de vocês? A vocês, o meu muito obrigada!

Faço uma menção especial também, ao grupo do EJC, da paróquia Nossa Senhora da Conceição, que me sustentou nos meus momentos de dúvidas e medos. Ademais, sou muito grata aos meus amigos de caminhada na fé e, a todos que estiverem acompanhando minha trajetória na universidade, ainda que em alguns momentos perto, e em outros distantes.

Por fim, gostaria de agradecer a minha querida turma de 2020.2 e a turma de 2021.1 da qual tive oportunidade de ser monitoria da disciplina de História Medieval. Ademais, só resta agradecer a todos que estiveram comigo durante esses 4 anos de caminhada; aos que passaram por minha vida e aos que permaneceram, eu só tenho a dizer meu MUITO OBRIGADA. Sem vocês, a graduação de História não teria o mesmo significado.

LISTA DE FIGURAS

| | |
|--|----|
| Figura 1: Postagem sobre remédios naturais contra tristeza e melancolia e elementos naturais indicados como medicinais. | 20 |
| Figura 2: Postagem apresentando as consequências da bile negra e possíveis sintomas da bile negra. | 21 |
| Figura 3: Postagem sobre o vinho de Psyllium e indicações para tratamento com a bebida. | 22 |
| Figura 4: Postagem sobre Remédios Desintoxicantes e lista de elementos da natureza desintoxicantes..... | 23 |
| Figura 5: Postagem sobre o jejum e o significado do jejum. | 25 |
| Figura 6: Postagem sobre o uso de pedras para memória e explicação sobre o uso de pedras para melhorar a memória. | 26 |

SUMÁRIO

| | |
|---|-----------|
| 1 INTRODUÇÃO | 10 |
| 1.1 Hildegarda de Bingen e a relação corpo e alma no medievo | 12 |
| 1.1.1 Hierarquia entre corpo e alma e a perspectiva hildegardiana..... | 14 |
| 1.2 Equilíbrio nas obras de Hildegarda de Bingen..... | 16 |
| 1.3 Apropriações do pensamento de Hildegarda de Bingen no Instagram..... | 18 |
| CONSIDERAÇÕES FINAIS | 27 |
| REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS | 28 |

RESUMO

Este trabalho objetiva apontar e discutir significados atribuídos a relação entre corpo e alma, através das apropriações dos saberes de Hildegarda de Bingen (1098-1179) presentes no perfil digital @lilianviriditas, na rede social *Instagram*. O perfil, criado em 2021, é responsável por divulgar a figura de Santa Hildegarda no Brasil e alguns aspectos relacionados a sua vida. Nesse sentido, foi possível verificar que o perfil referido, tem como um dos temas centrais das postagens a relação do corpo, alma e equilíbrio que, em outrora, já podia ser constatado nas obras da abadessa que viveu na Alemanha, no período da Idade Média Central. As narrativas construídas buscam constantemente atribuir o estado de equilíbrio à relação harmoniosa do corpo e alma, estando este condicionado ao que se considera boas práticas cotidianas, a exemplo da espiritualidade e alimentação, o que, dentre outras coisas, atualiza regras e preceitos que alinham a saúde e a conduta cristã. Para apoiar a discussão, busca-se um diálogo entre os campos de pesquisa da História Digital e dos estudos do Medievalismo.

Palavras-Chave: Hildegarda de Bingen, Corpo e Alma, Equilíbrio, *Instagram*.

ABSTRACT

This paper aims to analyze the appropriations of the Middle Ages in our present from the social network Instagram, and more precisely, from the digital profile of @lilian.viriditas. The profile, which was created in 2021, is responsible for publicizing the figure of Hildegard of Bingen in Brazil and some aspects related to her life. In this sense, it was possible to verify that one of the central themes of the posts of the profile in question is the relationship between body, soul and balance, which in the past could already be seen in the works of the abbess, in the Middle Ages. To this end, we will seek to promote a dialogue between the research fields of Women's History, Digital History and the concept of medievalism. As a conclusion of this work, we can see that Lilian Viriditas' profile constantly seeks to attribute the state of balance to the harmonious relationship between body and soul that can be achieved through good daily practices, such as spirituality and nutrition.

Keywords: Hildegard of Bingen, Body and Soul, Balance, Instagram.

1 INTRODUÇÃO

Este trabalho objetiva apontar e discutir aspectos da relação entre corpo e alma através das apropriações dos saberes de Hildegarda de Bingen (1098-1179), presentes no perfil digital @lilianviriditas¹ na rede social Instagram. Criado em 2021 com a intenção de divulgar a figura de Hildegarda de Bingen no Brasil, o referido perfil se destaca por ressaltar esse tema, que segundo as atribuições feitas a esta personagem histórica do século XII, é um dos princípios fundamentais para que o indivíduo possa atingir o equilíbrio e moderação na vida cotidiana.

No período da Idade Média a relação entre corpo e alma, como se sabe, era um assunto constante nos discursos religiosos e se tornou um dos objetos de estudo nas obras desta abadessa beneditina que viveu na região de Bingen, na Alemanha. Acerca disso, a religiosa buscou expandir suas discussões para outras dimensões, onde ressaltava a relação do homem com a natureza e com todos os elementos que o cercava. Ademais, foi possível verificar a partir de um mapeamento prévio² que o perfil digital criado por Lilian Viriditas³ se preocupa em divulgar a personalidade da abadessa, ressaltando a importância da espiritualidade, da alimentação e da medicina holística como uma alternativa para uma criar um *ethos* que nos leve a atingir o equilíbrio de forma integral, ou seja, do corpo, alma e mente.

O perfil digital selecionado figura, entre outros que foram criados no período de 2020/2021, justamente durante a pandemia da COVID-19, com o propósito de divulgar aspectos relacionados a vida desta santa católica para um público mais amplo e fora do mundo acadêmico. Observamos que além das abordagens virtuais, em razão do crescente interesse na vida e nas obras de Hildegarda de Bingen (1098-1179), uma

¹ A criadora do perfil se apresenta como Lilian Aparecida, sem divulgação do sobrenome, e define-se como católica e como uma das tradutoras e divulgadora dos textos de Hildegarda de Bingen no Brasil. Em seu perfil digital, podemos ter acesso a algumas informações sobre a sua vida e seu trabalho nas redes sociais. Informa que mora na Itália há mais de duas décadas e declarou conhecer Hildegarda em 2012, ano em que a religiosa foi proclamada Doutora da Igreja. Quando concluíamos este trabalho, em setembro de 2024, ela renomeou o perfil para @lilianaparecida

² Este mapeamento foi realizado durante o desenvolvimento do Projeto PIBIC (cota 2022-23), quando dentre uma série de perfis dedicados à Hildegarda, o de Lilian se destacou pela sua abordagem referente ao tema recortado para este trabalho.

³ Hildegarda de Bingen (1098-1179) foi canonizada oficialmente em 2012, durante o pontificado de Bento XVI. A contribuição da religiosa foi considerada tão rica que a mesma foi reconhecida pela Igreja Católica como Doutora da Igreja – um título que é conferido aos homens e mulheres que, de algum modo, deixam profundas contribuições à doutrina da Igreja.

significativa bibliografia sobre a vida da abadessa vem sendo desenvolvida, na qual destacamos os trabalhos de Mirtes Pinheiro (2017), Maria Cristina Martins (2022), Luiz Carlos Susin (2014), Maria van de Poll (2009), entre outros.

O propósito de investigar as apropriações do conhecimento de Hildegarda de Bingen, notadamente no que diz respeito a relação corpo e alma no tempo presente, através de um perfil em rede social, nos aproxima do campo da História Digital que tanto “tem a ver com as pesquisas que passam a ser feitas à distância, acessando acervos ou procurando fontes disponíveis na *internet*, quanto à pesquisa que se baseia no próprio ambiente virtual”. (Dornelles, Grosse e Gedoz, 2020, p. 03). No caso, alinhamo-nos sobretudo com esta última perspectiva, como coloca Giliard Prado (2021, p.06), que embora não se exclua do interesse deste campo os estudos que privilegiam o suporte digital, destaca-se a importância dos estudos cujos objetos são próprios ou natos da própria ambiência digital, “portanto, mais do que os suportes nos quais estão registradas, são as próprias experiências humanas digitais – sociais, políticas, culturais, econômicas, científicas etc. – que devem ser definidoras desse campo de estudos”.

Prado (2021, p. 19) ainda nos fala que “as mudanças mais expressivas provocadas pelas plataformas e redes sociais digitais dizem respeito ao público, que já não é apenas receptor, mas produtor e disseminador de conteúdo.” Assim, com o uso dos recursos digitais difundiu-se, para além de instituições, a possibilidade de cada indivíduo escrever sobre sua história, a do seu grupo social, do seu espaço. Não apenas, a se tornarem ativos na produção de conteúdos acerca de eventos e personagens históricas. Em particular ao que nos interessa, isso é muito visível quanto aos temas referentes à Idade Média, o que vem ampliando a perspectiva do medievalismo que, como bem define Bertarelli e Amaral (2020, p. 112), “trata-se de estudar o contínuo processo de recriar, reviver, rememorar ou se reapropriar do passado medieval, considerando o processo sempre através da relação com o presente”, campo do qual também nos aproximamos para pensar as questões aqui abordadas.

Buscando um diálogo com tais perspectivas, este trabalho divide-se em três seções: no primeiro momento é feita uma breve apresentação de Hildegarda e da relação do corpo, alma e equilíbrio no medievo e em sua obra; posteriormente discutiremos aspectos do discurso de equilíbrio nas obras de Hildegarda para, por fim,

estabeleceremos uma relação das publicações no perfil digital de Lilian Viriditas com os ensinamentos que já haviam sido pensados por Hildegarda em sua época.

1.1 Hildegarda de Bingen e a relação corpo e alma no medievo

Hildegard von Bingen (em português, Hildegarda de Bingen) é uma das personalidades ligada à Igreja Católica, mais conhecida na Europa, em especial devido ao seu legado e estudos referentes à medicina, compreendida como uma abordagem holística⁴. No Brasil, duas das suas obras foram traduzidas para o português, o *Scvias* (Conhece os caminhos do Senhor) e o *Physica* (Física), que permitiram um acesso maior aos escritos da abadessa além do desenvolvimento de muitos trabalhos sobre a medicina e espiritualidade.

Hildegarda, também reverenciada como Santa, viveu quase toda sua vida em um monastério, tornando-se mestra no Mosteiro de Ruperstberg, em Bingen, cidade próxima ao Reno. Tornou-se, ainda em vida, popular por suas visões consideradas místicas e deixou uma vasta produção escrita, com temáticas que vão desde o caráter místico/visionário, a exemplo do *Scvias* (Conhece os Caminhos do Senhor), além das obras de caráter medicinal como *Physica* (Física) e *Causae et curae* (Causas e Curas) que descrevem as inúmeras propriedades da natureza como plantas, ervas, pedras, entre outros elementos da natureza.

Para reforçar a importância da figura histórica da abadessa em seu contexto histórico, Mirtes Pinheiro (2015) destaca a capacidade de Hildegarda de estar atenta às demandas do seu tempo influenciando uma sociedade através dos seus estudos profundos e impactantes no seu contexto. Além de saber conciliar suas obrigações monásticas, ao mesmo tempo que cultivava relações políticas com personalidades tão diferentes – religiosas e não religiosas - e ainda ser solidária às demandas do público que a procurava em busca de auxílio.

Considerando o período da Idade Média que, assim como outros períodos, relegava às mulheres principalmente um espaço no âmbito doméstico, é bastante significativo que uma mulher tenha estudado e registrado suas próprias observações

⁴ A medicina holística é uma abordagem de cuidados de saúde que considera o paciente como um todo, integrando os aspectos físicos, emocionais, mentais e espirituais. O objetivo é promover o equilíbrio e a saúde geral, focando na prevenção de doenças.

sobre tantos temas importantes desenvolvendo as suas próprias interpretações sobre medicina, cosmologia, teologia e outros temas.

O contexto no qual Hildegarda de Bingen estava inserida reflete algumas das transformações que a sociedade medieval vinha experimentando durante a transição da Idade Média Central para a Baixa Idade Média. Este período marca o desenvolvimento mais expressivo da vida religiosa, sendo caracterizado por uma nova configuração social e econômica e pela dinâmica da urbanização, que exigia um maior investimento na educação e na formação das pessoas para atuar nos cargos da administração pública e na defesa do Cristianismo (Marcondes, 2004).

De acordo com Danilo Marcondes (2004), é nesse contexto que os filósofos cristãos incorporam os conceitos da filosofia grega à dinâmica do Cristianismo e, desse modo, a filosofia passa a fazer parte dos debates entre os pensadores cristãos, abrindo espaço para outras discussões no seio da Cristandade. É nesse cenário que a personalidade de Hildegarda de Bingen está situada, e onde a mesma consegue destaque ao desenvolver seus estudos sobre temas tão pertinentes para a época e atualizados em nossa contemporaneidade. Ademais, cabe ainda mencionar que a trajetória da abadessa está totalmente atrelada à religião e à ordem religiosa a qual ela pertencia: os Beneditinos.

A Ordem Beneditina⁵ foi a responsável por oferecer uma educação formal e religiosa a Hildegarda. Sobre esse ponto, Georges Duby (2013) e Règine Pernoud (1996) ressaltam a importância dos mosteiros como espaços de formação, construção e preservação do conhecimento advindo do mundo antigo. Ainda se referindo ao pensamento herdado da Antiguidade, Jean Delumeau (1983) nos ajuda a desconstruir a visão da Idade Média como um tempo obscuro, de ignorância e de distanciamento do pensamento grego, pois como aponta o autor, "os homens do Renascimento simplificaram a História, porque a Idade Média nunca perdera completamente o contato com a Antiguidade (Delumeau, 1983, p. 85)

Os homens e mulheres da Idade Média sempre estiveram em contato com pensamento da Antiguidade não apenas recepcionando as discussões da filosofia

⁵ A Ordem de São Bento, ou Ordem Beneditina, é uma ordem religiosa católica que se baseia na observação de preceitos que regulam a convivência social. É considerada a mais antiga ordem religiosa católica de clausura monástica e a iniciadora do movimento monacal. A Ordem de São Bento foi fundada por São Bento de Núrsia no Monte Cassino, na Itália, há mais de 1550 anos. A Regra de São Bento, escrita por volta de 503, é seguida por milhares de monges e monjas em todo o mundo.

grega, mas buscando aprender e desenvolver suas próprias discussões. (Delumeau, 1983). Sem dúvidas, o interesse de Hildegarda pelas discussões e conhecimentos do mundo grego serviu para afirmar que a Cristandade não era indiferente a esses debates que se referiam ao ser humano e tudo que o cercava.

Sendo assim, a sua personalidade ultrapassou as fronteiras da Europa, e nas últimas décadas, temos presenciado novos olhares de historiadores(as) e pesquisadores(as) de outras áreas que estão interessados na sua história (Pernoud, 1995). Cabe ainda acrescentar que as inquietudes e observações da religiosa lhe permitiram “analisar, pesquisar e depois usar o que aprendeu para ajudar aos que a rodeavam e que a ela recorriam em busca de auxílio para a cura de seus males físicos e espirituais” (Pinheiro, 2015, p. 32).

1.1.1 Hierarquia entre corpo e alma e a perspectiva hildegardiana

A Filosofia, desde a Antiguidade Clássica, tem se preocupado em debater variadas questões que afetam a vida e o cotidiano das pessoas. A relação entre o corpo e a alma é um dos temas que mais provocaram divergências e debates entre os filósofos, sobretudo no período da Idade Média. No entanto, antes de adentrar nessa relação propriamente dita, é importante mencionar que, ao longo da história, a filosofia buscou primeiro apontar a existência dessas duas dimensões e, só posteriormente, foi discutida a relação entre ambas.

As discussões acerca da relação entre corpo e alma foi e ainda é um dos assuntos que ultrapassou as fronteiras da reflexão filosófica, embora tenha sido o campo da Filosofia que mais se preocupou em elaborar reflexões sobre essa temática. Segundo Mazioli e Gati (2021) foi na sociedade grega que houve os primeiros levantamentos de questões sobre o funcionamento do corpo, da mente e a ligação entre ambos. Ainda na Antiguidade Clássica, Tales de Mileto chegou a pontuar que a alma confere ao ser humano um sentido vital e que gera movimento. Desse modo, o pensamento de Tales teria sido o ponto de partida para outras contribuições acerca desta temática que ainda se faz tão atual e marcada por acalorados debates.

No campo da Filosofia, os filósofos se preocuparam, primeiramente, em definir a existência do corpo e alma, além de estabelecer que as duas dimensões compõem o ser humano. Com isso, o ser humano é visto de forma fragmentada e muitas vezes,

as partes que o compõem são classificadas de maneira hierárquica, onde a alma teria um papel de maior destaque perante o corpo (Silva, 2017, p. 888).

Marcondes (2004) pontua que, muito embora não tenha sido cristão, Filon de Alexandria abre o caminho para o diálogo entre a fé cristã e o pensamento grego, que acontece especificamente à medida que foi se sistematizando o pensamento Teológico, pois várias ideias do pensamento grego foram fazendo parte de sua estruturação, tomando parte como meios pelos quais os pais da Igreja usaram para explicar questões ligadas à fé (Silva, 2017, p. 890).

Em razão da necessidade de justificar o Cristianismo como uma religião legítima e dotada de uma identidade própria, a relação entre corpo e alma ganhou espaço em meio aos escritos dos filósofos na Idade Média, sendo definitivamente introduzida no Cristianismo pelos "Pais da Igreja" e foi com Gregório de Nissa (335-394 d.C.) e com Agostinho de Hipona (345-430 d.C.) que esse tema se fez presente da filosofia cristã, que nas palavras de Schmitt (2002):

Para o bispo de Hipona, influenciado pelos ideais platônicos, a alma é uma substância racional criada por Deus para reger o corpo, visto que cada homem é portador das consequências da simbologia do pecado Original. Uma vez que o homem já nasce corrompido, a alma reside no corpo para o seu bom funcionamento, pois o primeiro pecado fora visto anteriormente a Agostinho como um pecado da alma, em que o desejo culpável é uma expressão da alma pecadora. (Schmitt, 2002, p. 02).

Santo Agostinho, influenciado pelas ideias de Platão, buscou valorizar o aspecto da dimensão espiritual, ou seja, o mundo celestial, relegando ao corpo uma posição menos importante que a alma para o plano de salvação de Deus. (Marcondes, 2004). Ao longo da história, o corpo foi entendido como o cárcere da alma, afinal, muitos exegetas interpretam o pecado original como um pecado da carne (Pinheiro, 2015).

Assim, a Idade Média ocidental, cronologicamente situada entre os séculos V e XV, foi marcada pela recepção desses debates intensos sobre o ser humano e a sua constituição, e mais que uma mera recepção desta discussão que emerge no mundo grego, os filósofos cristãos que viveram neste período buscaram oferecer novos elementos para tal debate. Santo Agostinho e, adiante, Tomás de Aquino são os pensadores que mais se destacam neste debate, mas ainda que ambos acreditassem na dualidade do corpo e alma, existindo uma hierarquia que busca

sobrepor à alma ao corpo, para o primeiro, como visto, o corpo é uma espécie de prisão da alma, enquanto para o segundo é uma casa, uma morada.

A interpretação dual do corpo foi respaldada por novas abordagens e esse debate não passou despercebido nas análises de Hildegarda de Bingen que buscava realizar suas investigações partindo do pressuposto de que a harmonia entre o corpo e alma se expressava na "relação entre a condição da vida espiritual e a correta relação com tudo o que está disposto na vida terrestre" (Blasi e Shaper, 2020, p. 403).

Jimenez e Oliveira (2023) também mencionam que Hildegarda expressa a ideia de que o ser humano é composto por corpo e alma, além de ressaltar como os pecados afetam o corpo e as orações seriam um caminho possível para ajudar a curar as doenças físicas, ao mesmo tempo que determinados alimentos ajudam a curar males espirituais, como a tristeza.

Desse modo, a abadessa defendia que "boa parte das doenças humanas resulta da perda da harmonia entre o corpo e alma, que formam o homem, e deste com a natureza" (Costa e Costa, 2019, p. 73). A preocupação de Hildegard com a dimensão global do ser humano é um dos principais aspectos que marcam a sua medicina, por sua vez intimamente relacionada à religiosidade, enaltecendo o que compreendia como equilíbrio.

1.2 Equilíbrio nas obras de Hildegarda de Bingen

Hildegarda de Bingen buscava realizar suas investigações partindo do pressuposto que o equilíbrio se expressava na harmonia entre o corpo e alma, ou seja, seria resultante da "relação entre a condição da vida espiritual e a correta relação com tudo o que está disposto na vida terrestre" (Blasi e Shaper, 2020, p. 403). A constante menção da relação do ser humano com o cosmo aparece diversas vezes nos seus trabalhos e se expressa na variedade de assuntos que a abadessa buscou abordar nas suas obras, cujos temas variavam entre a filosofia, teologia e questões relacionadas à saúde e as doenças. Ela reuniu este conjunto de conhecimentos médicos num livro que, redigido de 1151 a 1158, recebeu o nome de *Liber Subtilitates diversarum creaturarum* (Livros das propriedades naturais das coisas criadas). Após a morte da religiosa, o livro foi fragmentando em duas partes: *Physica* (Física) e *Causae et Curae* (Causas e Curas).

Estas obras merecem destaque em nosso trabalho, pois o conteúdo expresso nesses dois livros de Hildegarda de Bingen evidenciam a sua preocupação com a saúde das pessoas e, desse modo, ele faz considerações acerca das causas e sintomas, indicando remédios naturais para o tratamento de diversas patologias. "Além disso, tratou da prevenção das enfermidades por meios naturais, especialmente por meio de um modo de vida moderado e saudável" (Blasi e Schaper, 2020, p. 401).

Strehlow e Hertzka, dois médicos alemães que estudam a medicina holística/hildegardiana, desenvolveram vários trabalhos sobre a medicina holística e sobre a sua utilidade no cotidiano das pessoas. Estes defendem que esse tipo de abordagem é a melhor alternativa para prevenir e curar doenças, além de eliminar os excessos da nossa vida cotidiana, pois segundo essa compreensão, o desequilíbrio do homem com a natureza é uma das causas que leva as pessoas a adoecerem, seja física, mental ou espiritualmente (Strehlow e Hertzka, 2023).

Maria Cristina Martins (2022) também buscou estudar a medicina holística, sendo importante na tradução de alguns trechos da obra de Hildegarda – *Physica* (Física) – que nos ajudou a melhor compreender o pensamento de Hildegarda e/ou o sentido que ela conferiu a palavra equilíbrio. Nesse sentido, a discussão sobre o equilíbrio foi ampliada para outras dimensões, para além da relação do ser humano com a natureza, se fazendo necessário também buscar usar as propriedades que a natureza dispõe em nosso favor (Martins, 2022).

Reginé Pernoud (1996), por sua vez, descreveu alguns elementos que caracteriza o pensamento de Hildegarda em relação à medicina holística. Conforme a autora:

Pode-se dizer que, de fato, do ponto de vista médico, alimentar e ambiental, Hildegarda nos fez apreciar virtudes ignoradas ao nosso redor: animais, plantas, (ervas, madeiras), e pedras. Ela nos convida a renovar nossa visão. Porque aos seus olhos é o valor curativo, benéfico, que as plantas, as frutas, os animais, os peixes, etc. Podem proporcionar ao homem que é o que mais interessa. Uma vez que cada elemento da natureza possui, assim, o seu valor, salutar ou prejudicial, é isto que os trabalhos da abadessa nos ensinam a discernir. (Pernoud, 1996, p. 86).

Desse modo, podemos notar como a abadessa se preocupava com o ser humano e com a relação que o mesmo estabelecia com a natureza. O aspecto médico, alimentar e ambiental são imprescindíveis para manter o equilíbrio do ser humano em sua forma integral. Ademais, essa relação do ser humano com a natureza é um tema

muito forte nas obras de Hildegarda, pois a mesma compreende que “o semelhante pode curar o semelhante” (Pinheiro, 2015).

1.3 Apropriações do pensamento de Hildegarda de Bingen no Instagram

Neste tópico nos debruçaremos na análise de algumas das publicações do perfil de @lilianviritas. É importante mencionar a quantidade de conteúdos que circulam na *internet* acerca de tantas temáticas que remetem à Idade Média e sobre tantos temas que podem nos ajudar a pensar a relação da História com o mundo virtual. Acerca disso, é necessário refletir sobre as transformações que as plataformas digitais tem gerado no mundo acadêmico e na relação historiador, historiografia e o público, que podem suscitar perguntas como: quem é historiador hoje? O que é a historiografia no tempo presente? E o que entendemos por público? (Malerba, 2017).

Pensar na relação da *internet* com a História é considerar que essa relação ampliou-se e se tornou muito mais complexa em nossa contemporaneidade. As relações sociais foram modificadas, provocando uma nova dinâmica não apenas nas relações interpessoais, mas também dentro do mundo acadêmico.

O saber histórico não está apenas sendo escrito e divulgado pelos historiadores(as), este saber é recepcionado pelo público. Ao mesmo tempo, as próprias pessoas estão escrevendo sobre suas experiências no mundo digital e lançando novas questões sobre o ofício dos historiadores(as), que de agora em diante, este tema terá que ser incorporado nos debates no que diz respeito a construção do conhecimento histórico.

Estas são algumas das questões que devem ser mais bem refletidas pelos historiadores(as). No caso deste trabalho, o *Instagram*⁶ é abordado como um espaço significativo, onde essas apropriações estão sendo propagandas pelas pessoas interessadas ou mesmo fascinadas pelo período da Idade Média. Considerando que é neste espaço onde as coisas estão acontecendo em nosso presente, este trabalho busca analisar as apropriações da Idade Média a partir de demandas que estão surgindo no presente, o que reafirma o compromisso do historiador com o passado e presente (Bloch, 2002).

⁶ Instagram é uma rede social visual que permite a seus usuários postar e compartilhar fotos e vídeos, além de interagir com outras pessoas.

O perfil selecionado para observação, como já dito, leva o nome da sua idealizadora, Lillian, acrescido do termo em latim "Viriditas", traduzido para o português como "viridez", termo conceituado por Hildegarda como sendo a "punjança da vida" (Pernauld, 1999). No *Instagram*, durante um pequeno destaque incluído no perfil, a criadora afirma que, um motivo em especial lhe despertou interesse para que pudesse pesquisar sobre a santa, cujo legado é muito conhecido na Itália. Inspirada na figura da religiosa e na curiosidade de estudar a respeito, resolveu criar uma página dedicada exclusivamente a divulgação da medicina e espiritualidade de Hildegarda. Assim, o perfil, que no mês de setembro de 2024 alcançou 35 mil seguidores, tem como característica a divulgação das obras da santa e através de suas traduções outras pessoas tiveram acesso à leitura em latim, italiano e até mesmo em inglês. Por fim, a página oferece diálogos entre a hermenêutica bíblica contida nos escritos de Hildegarda, e a Teologia mais contemporânea.

O recorte da nossa análise vai desde a criação da página em 2021 até publicações mais recentes do perfil. Buscamos, no primeiro momento, selecionar postagens que tivessem relação com o corpo e alma, espiritualidade, alimentação e a relação entre ambos. Observamos que, temas relacionados à alimentação, a espiritualidade e a medicina e a interdependência entre os mesmos são tomados como elementos centrais na busca do equilíbrio que recebem uma atenção especial nas publicações de @lillianviriditas. Em razão disso, identificamos a insistência no tema da relação entre corpo e alma e o destaque à concepção de equilíbrio, que segundo Hildegarda, pode ser alcançado a partir da relação estabelecida pela tríade "Deus, ser humano e a natureza", e a interdependência entre eles (Jimenez e Oliveira, 2023).

Antes de passar aos exemplos, faz-se necessário ressaltar mais uma vez a preocupação de Hildegarda em persistir na relação do ser humano com o cosmo. Segundo Pinheiro (2015) Hildegarda pode ser uma das precursoras dos homeopatas⁷, que se baseia no princípio de que "o semelhante cura o semelhante", ou seja, abordando medicamentos extraídos da própria natureza que podem curar as doenças nos indivíduos:

⁷ Homeopatia é uma especialidade médica e farmacêutica que se baseia em princípios como a lei dos semelhantes e a diluição infinitesimal. O médico homeopata é aquele que atende pacientes, avalia os sintomas e realiza o tratamento, com o objetivo de restabelecer o equilíbrio da saúde do indivíduo.

Quando o assunto é bem estar, Hildegarda se preocupa com o ser humano em sua plenitude, pois conforme a sua concepção, o homem necessita ser curado em todas as esferas, em todo o seu conjunto. É por isso que em sua obra estão contidos os fundamentos de farmacologia e botânica aplicados à medicina, na qual de destaca o uso de produtos caseiros como óleo de oliva, lanolina, vinho, vinagre, ópio, bem como o uso de inúmeras plantas como o funcho, lavanda, noz moscada, camomila entre outros. (Pinheiro, 2015, p. 41-42).

Na perspectiva hildegardiana, é de extrema importância cuidar do corpo e alma a partir da relação com o que está disposto ao nosso redor. Nos seus preceitos medicinais há uma valorização constante dos remédios caseiros que outrora eram indicados para curar os doentes no mundo doméstico, destacando a mulher que era responsável por diagnosticar e aplicar os medicamentos a quem necessitasse (Costa e Costa, 2019).

Partindo dessa compreensão identificamos as ressonâncias dessas ideias no perfil de @lilianviriditas que insiste em abordar como o cosmo e a natureza podem nos oferecer as propriedades que nos proporciona cura, equilíbrio e a possibilidade de viver em harmonia com tudo que envolve “a condição da vida espiritual e a correta relação com tudo o que está disposto na vida terrestre” (Blasi e Shaper, 2020, p. 403).

A medicina hildegardiana tomava como ponto central para sua investigação aquilo que gerava desequilíbrio no ser humano. No primeiro *post* analisado veremos que a tristeza, o excesso, o desequilíbrio com a natureza são causadores de doenças físicas e espirituais.

Figura 1: Postagem sobre remédios naturais contra tristeza e melancolia e elementos naturais indicados como medicinais.



Fonte: @lilian.viriditas (10 nov. 2022).

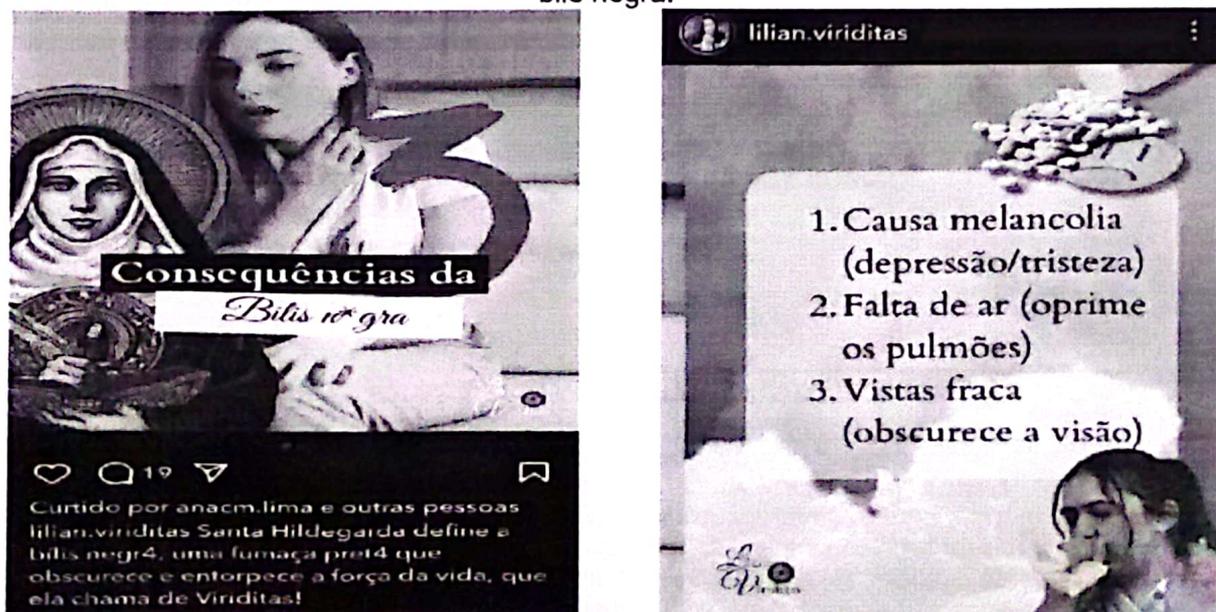
Na Figura 1, à esquerda, podemos destacar como a página aborda o tema da tristeza e da melancolia. Logo em seguida, na Figura 1, à direita, temos a

recomendação de certos alimentos e propriedades da natureza para curar o mal da tristeza. A segunda imagem destaca as propriedades do funcho, sálvia e hissopo, que também aparece em outras publicações como sendo fonte de energia, equilíbrio e de controle dos fluidos do corpo, e sobretudo dos desequilíbrios emocionais.

Mirtes Pinheiro (2015) aponta que na medicina hildegardiana, quando uma pessoa que se encontrava triste, acabrunhada, oferecia mais dificuldade em apresentar melhoras em seu estado de saúde. O contrário se dá com quem é feliz, pois este se encontra motivado para alcançar o mais rápido possível a cura de suas enfermidades (Pinheiro, 2015, p. 33). Ademais, podemos perceber como a página de Lilian aborda a questão da bile negra com um elemento responsável por gerar desequilíbrio emocional e doenças variadas.

Um dos conceitos-chave na medicina hildegardiana é o da bile negra, substância produzida na região do baço, em que a produção desordenada pode gerar desequilíbrios no funcionamento do corpo humano. Na publicação abaixo, podemos visualizar alguns elementos importantes que estão contidos na imagem. De um lado, temos uma mensagem importante apontando para as “consequências da bile negra” e de como ela pode afetar a vida dos sujeitos. Logo em seguida, a página apresenta as consequências de ter uma bile desequilibrada que segundo essa compreensão, o indivíduo pode apresentar tristeza ou melancolia, e conseqüentemente depressão, além de doenças físicas como falta de ar nos pulmões e problemas na visão.

Figura 2: Postagem apresentando as consequências da bile negra e possíveis sintomas da bile negra.



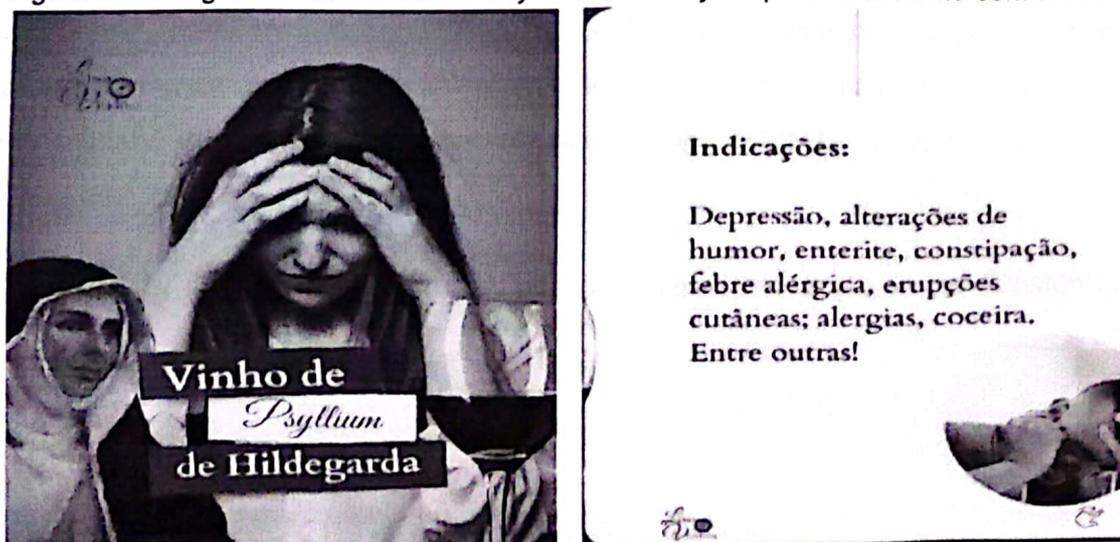
Fonte: @lilian.virditas (11 jun. 2024).

Essa compreensão da bile negra como esse elemento gerador de desequilíbrio também tem relação direta com a medicina hildegardiana, que conforme as palavras de Mirtes Pinheiro (2015):

De acordo com a medicina Hildegardiana, o estado de espírito melancólico era algo extremamente perigoso e maléfico à saúde do ser humano, pois compromete todo o seu sistema imunológico, retirando o desejo de viver. Este estado procedia da bilis negra, que produzia maus humores, contribuindo para desestruturar a pessoa. Para resolver este problema, a solução era relativamente simples: mudar os hábitos alimentares e utilizar o que a natureza tem a oferecer, agindo no sentido de manter o equilíbrio físico, mental e espiritual do indivíduo. (Pinheiro, 2015, p. 42-43)

Desse modo, o controle da substância da bile negra era imprescindível para que o indivíduo chegasse ao equilíbrio. Como veremos mais adiante, o pensamento da abadessa estava muito conectado com a teoria dos humores de Hipócrates⁸ que se refere ao controle dos fluidos do corpo, responsáveis por manter o funcionamento do corpo em perfeito equilíbrio com todas as dimensões, seja ela física, mental ou espiritual. Abaixo veremos uma publicação que se refere ao vinho de *Psyllium* que, como a própria postagem nos indica, este possui propriedades de cura e deve ser indicado para várias situações.

Figura 3: Postagem sobre o vinho de *Psyllium* e indicações para tratamento com a bebida.



Fonte: @lilian.viriditas (14 fev. 2023).

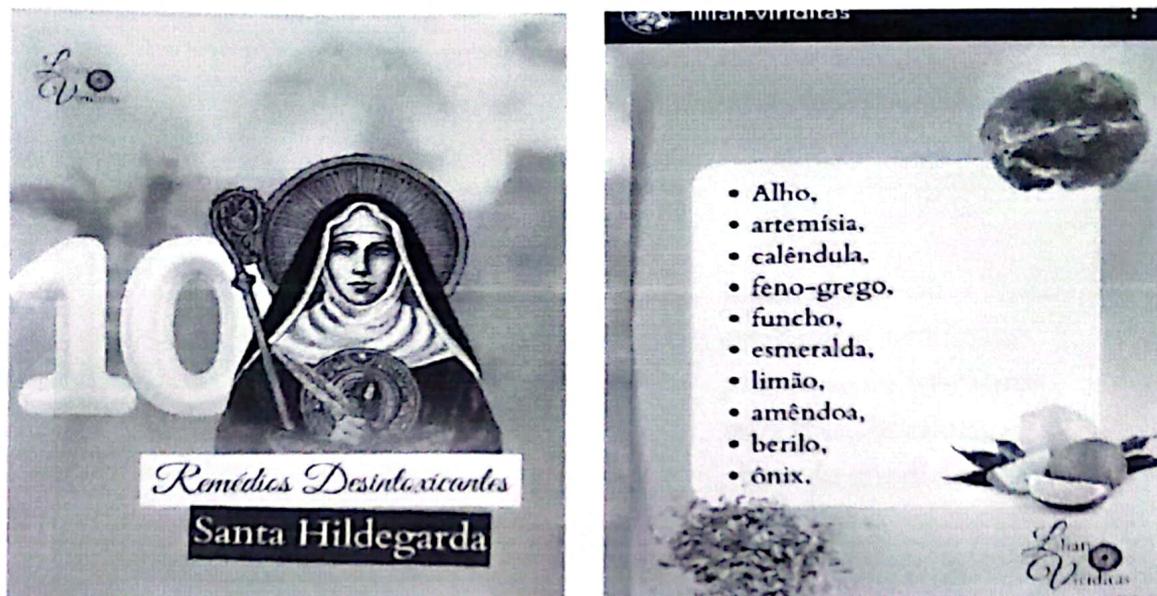
⁸ A teoria humoral, a idéia de que a saúde está relacionada ao equilíbrio dos humores corporais, ou seja, que eles estejam nas quantidades certas e nos lugares corretos e que a doença é decorrente do excesso, falta ou acúmulo de humores em lugares errados, é atribuída normalmente a Hipócrates, um médico que teria vivido durante a Antigüidade por volta do século IV a.C. (3) e escrito uma série de obras que constituem o chamado Corpus Hippocraticum ou Coleção hipocrática. (Martins, Silva e Mutarelli, 2008, p. 10)

O vinho de *Pysillum* é recomendado para combater diversas doenças físicas e emocionais. As doenças citadas na publicação se referem a alterações de humor, febre alérgica, alergias e tantas outras. Como aponta Le Goff “a doença pertence não só à história superficial dos progressos científicos e tecnológicos, como também à história profunda dos saberes e das práticas ligadas às estruturas sociais, às instituições, às representações, às mentalidades (Le Goff, 1985, p. 8).

As doenças atribuídas ao desequilíbrio alimentar ou, nesse caso, a falta do consumo de uma propriedade da natureza, reflete bem a finalidade da medicina holística e como a mesma se preocupa em colocar o ser humano em contato constante com o cosmo e com tudo o que faz parte da natureza. Conforme Strehlow e Hertzka (2023), a dieta de Hildegarda é uma maneira de vida mais apropriada para prevenir e curar doenças do que quaisquer outros métodos de tratamento.

Como já foi destacado em outros momentos do trabalho, a medicina hildegardiana explodiu na Europa devido, principalmente, ao consumo de alimentos que, segundo as atribuições feitas à Hildegarda no *Instagram*, ajudam a estabelecer a saúde do indivíduo, além de agir como propriedades de cura e prevenção para o corpo (Martins, 2022). O interessante é que aqui no Brasil vários produtos típicos da Europa começaram a ser sugeridos na dieta dos brasileiros(as) a partir da divulgação de algumas páginas que abordam o tema da alimentação na medicina holística. Adiante, veremos uma publicação em relação a uma série de propriedades que podem ser tomadas como medicamentos desintoxicantes úteis para combater doenças físicas e espirituais.

Figura 4: Postagem sobre Remédios Desintoxicantes e lista de elementos da natureza desintoxicantes.



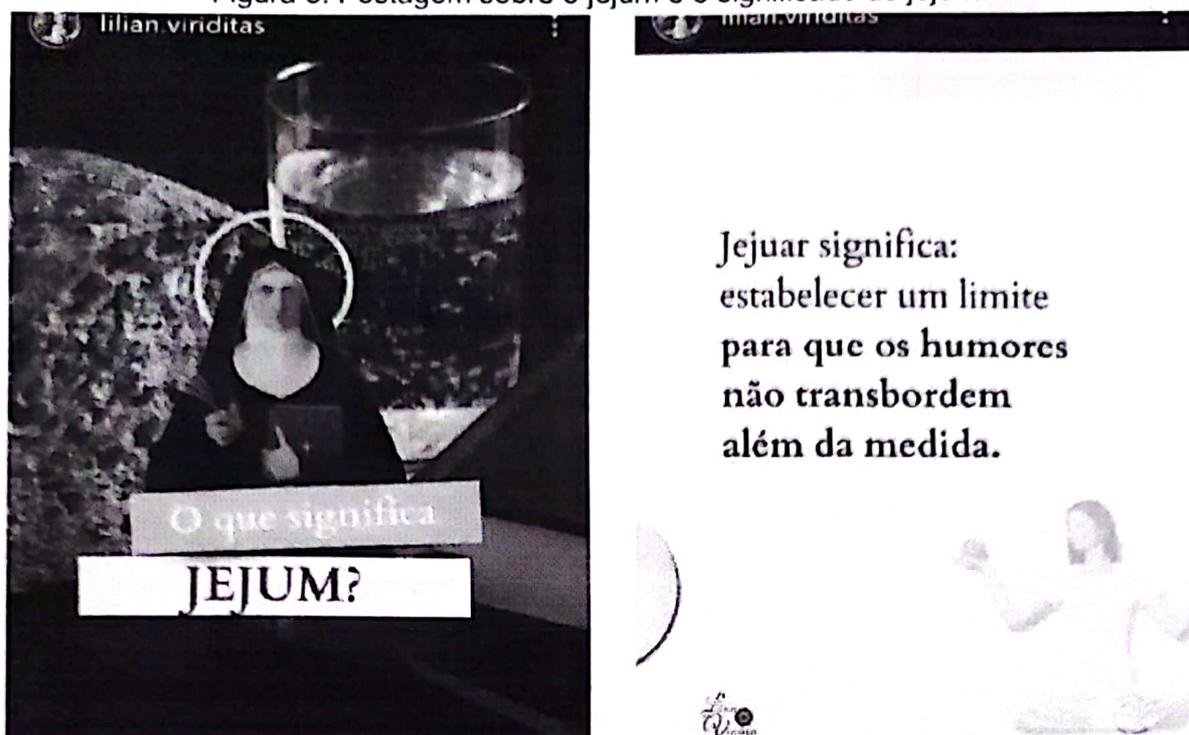
Fonte: @lilian.viriditas (9 mai. 2024).

Esta publicação se torna bem interessante em vários aspectos: primeiro que, há a indicação de propriedades da natureza como o funcho, limão, amêndoa e, por outro lado, temos a indicação de pedras com fins terapêuticos, a exemplo das pedras ônix e esmeralda. Estas propriedades são tomadas por @lilianviriditas como essenciais para o controle dos humores, doenças intestinais e infecções de diversos tipos. Como afirmou Le Goff (1985), isso tudo está incluído dentro da compressão que os indivíduos também conferem significados as doenças e os diversos mecanismos de cura que são variados.

Conforme já tratamos em outros momentos, a alimentação ocupa um lugar especial nas obras de Hildegarda de Bingen e no perfil de @lilianviriditas. Por outro lado, temos a prática do jejum como um dos temas recorrentes em sua abordagem na rede social. O jejum, tema muito debatido hoje e na Idade Média, estava muito conectado com a espiritualidade das pessoas, sobretudo nos mosteiros, afinal, esta prática era tida como uma espécie de mortificação do corpo e era visto como um dos principais caminhos para atingir ao autocontrole de si (Rodarte, 2022).

Assim, a prática de jejuar também ganhou um espaço nas publicações de @lilianviriditas. Nesse sentido, o jejum não é apenas tido como uma espécie de sustento, mas também como fonte de prevenção e cura de doenças (Rodarte, 2020). Podemos notar na publicação abaixo uma referência a teoria dos humores de Hipócrates onde se buscava analisar o equilíbrio ou desequilíbrio dos sujeitos a partir dos fluidos que circulam no corpo humano.

Figura 5: Postagem sobre o jejum e o significado do jejum.



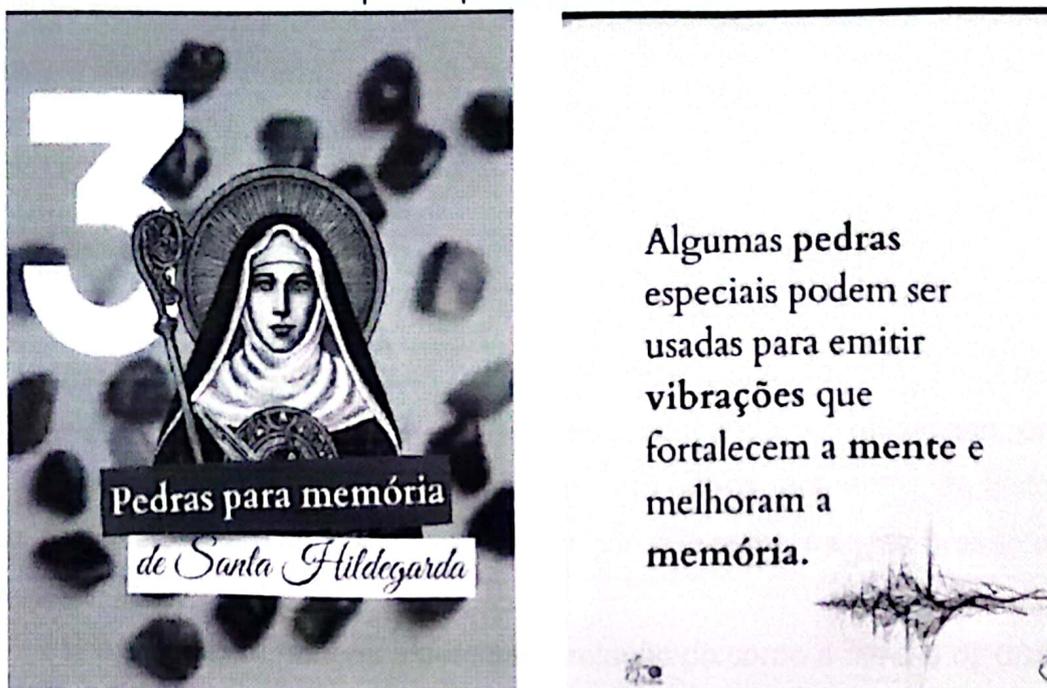
Fonte: @lilian.viriditas (25 out. 2023).

Ainda conforme Rodarte (2020, p. 35), “um código de conduta alimentar foi oferecido a toda sociedade, não apenas como meio de identificação de um grupo, mas como esperança e modo de se alcançar a recompensa celestial”. Strehlow e Hertzka (2023) também vêm corroborar com essa visão de que o jejum pode ser uma fonte de cura, um estimulante para o sistema digestivo se autorregular, que ajuda na eliminação de toxinas nocivas ao corpo. Conforme apresentado na publicação, o jejum pode ajudar a equilibrar os humores, e deste modo, evitar que os humores transbordem além da medida.

Por último, mas não menos importante, destacamos uma publicação da página que se refere ao uso de pedras como propriedades terapêuticas. Hildegarda, em seu livro *Physica* (Física) destaca o uso de algumas pedras como esmeralda, ametista, topázio, ônix, calcedônia e tantas outras (Martins, 2022). A utilização de pedras como meio alternativo para o tratamento de enfermidades, conforme prescrito por Hildegarda, tem sido estudado e aplicado de forma pioneira pelo médico Dr. Gottfried Hertzka, pelo mineralogista Michael Gienger e pelo químico e ex-pesquisador da indústria farmacêutica Dr. Wighard Strehlow, ambos alemães

Na publicação abaixo podemos visualizar como o uso de pedras está sendo abordado no *Instagram*.

Figura 6: Postagem sobre o uso de pedras para memória e explicação sobre o uso de pedras para melhorar a memória.



Fonte: @lilian.viriditas (18 dez. 2023).

As pedras aqui são entendidas como uma opção que nos ajuda a melhorar a memória e emitem boas energias, além de ter propriedades que ajudam a combater a ansiedade e outros desequilíbrios emocionais, como a ansiedade. Desse modo, as publicações que foram analisadas evidenciam como o pensamento de Hildegarda está presente em nosso cotidiano e na contemporaneidade. Como mencionado no início do texto, a página @lilian.viriditas explora e busca atualizar no presente a perspectiva de Hildegarda quando estabelece uma relação de equilíbrio a partir da tríade espiritualidade, ser humano e natureza.

Observamos que, de modo geral, todas as publicações corroboram para as atualizações dos conhecimentos que vêm desde a Idade Média e, de forma mais precisa, esse conhecimento se relaciona diretamente com a discussão do corpo e alma na perspectiva de Hildegarda. Se antes o corpo e alma eram vistos a partir da perspectiva hierarquizada - que foi estabelecida pelos predecessores da abadessa - a incorporação desta discussão nos estudos de Hildegarda conferiu um novo sentido a esta relação que pode ser entendida a partir de uma relação dual e de interdependência. Certamente, a medicina holística nos aponta um caminho onde ressalta a necessidade de desenvolver um estilo de vida moderado que também está

correlacionado com as práticas cristãs. De fato, todos esses elementos são responsáveis por atualizar esses conhecimentos que buscam gerar harmonia na relação com tudo o que envolve o mundo terrestre e o mundo espiritual (Blasi e Shaper, 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao final deste trabalho, foi possível verificar que a Idade Média continua sendo um dos períodos históricos que sempre está buscando ser atualizado, um fato que acontece desde o período Renascentista e em outros momentos da história. Essas atualizações buscam criar e recriar um período que sempre se faz presente (Bertarelli e Amaral, 2020).

Nossa análise buscou investigar a relação do corpo e alma e os discursos que atualizam essa concepção na nossa contemporaneidade. Se em outrora esse discurso era visto a partir de uma visão hierarquizada, como já era atestado por alguns autores na Idade Média, o envolvimento de Hildegarda de Bingen nesta discussão trouxe novas possibilidades de compreensão para este debate, em que podemos compreender como uma relação dual e de interdependência entre ambas as partes.

Esta relação de interdependência é um dos pressupostos para chegar ao equilíbrio e uma vida moderada, que também se faz presente em todo o pensamento holístico da abadessa. Para além de abordar a relação do corpo e alma, objeto central dessa pesquisa, o perfil @lilian.viriditas atualiza várias práticas tomadas como condutas cristãs, a exemplo do jejum, da alimentação regrada e de um estilo de vida moderada, práticas estas, que estão muito presentes no Cristianismo. Esta discussão também se faz atual em nossa sociedade onde, cotidianamente, as pessoas buscam melhorar suas práticas rotineiras em busca de equilíbrio e moderação, o que torna esta discussão imprescindível para os nossos dias.

Por outro lado, algumas questões ainda podem ser melhor analisadas futuramente, tomando como ponto de partida a relação da História com a *internet*, bem como a complexibilidade da relação do historiador, historiografia e o público em nossa contemporaneidade. Diante de tantas possibilidades e análises futuras, também é possível buscar investigar, a partir das demandas em nosso presente, o

crescente interesse pela medicina holística entre um público mais diversificado na sociedade, inclusive pelos próprios médicos que tem buscado atualizar os significados da medicina holística em nosso contexto histórico.

Como já destacamos em outros momentos, a medicina holística se tornou um dos objetos de maior interesse no Brasil na última década. Trabalhar com a medicina holística abre espaço para pensar como essa bibliografia de Hildegarda aumentou na academia e como a figura da abadessa tem sido expandida para outros setores da sociedade, alcançado um público mais amplo que não necessariamente é religioso. Em razão disso, trabalhar com a figura de Hildegarda é sempre imaginar novas possibilidades e outras facetas que marcam a vida da religiosa. Este trabalho buscou analisar um aspecto específico do legado de abadessa que foi justamente a relação do corpo e alma dentro da compressão da medicina holística na vida dos sujeitos.

Ademais, à medida que estamos trabalhando com mulheres que pensam, escrevem e divulgam seu conhecimento, é importante pensar que outras mulheres também fizeram isso, talvez não do mesmo modo que Hildegarda, entretanto, também escreveram sobre tantos tempos que merecem atenção dos pesquisadores. Desse modo, este trabalho poderá vir a ser grande contribuição para os estudos do medievalismo e para o campo da História Digital.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, F. C. (2011). **O Historiador E As Fontes Digitais: Uma Visão Acerca Da Internet Como Fonte Primária Para Pesquisas Históricas**. Revista Do Corpo Discente Do Ppg-História Da Ufrgs, 3(8), 9-30.

BERTARELLI, Maria Eugênia; AMARAL, Clinio Oliveira. **Long Middle Ages Or Appropriations Of The Medieval? História Da Historiografia: International Journal Of Theory And History Of Historiography**, [S.L.], V. 13, N. 33, P. 97-130, 7 Ago. 2020. Sociedade Brasileira De Teoria E História De Historiografia.

BINGEN, Hildegarda De. **Scvias (Scito Vias Domini): Conhece Os Caminhos Do Senhor**. São Paulo: Paulo, 2017.

BLASI, M., & SCHAPER, V. G. (2020). **Saúde E Religião Em Perspectiva De Gênero – Reflexões A Partir De Hildegard Von Bingen E Katharina Von Bora**. Caminhos, 18(2), 396. Disponível Em: <https://doi.org/10.18224/Cam.V18i2.7907>.

BRASIL, E. & NASCIMENTO, L. F. (2020). **História Digital: Reflexões A Partir Da Hemeroteca Digital Brasileira E Do Uso De Caqdas Na Reelaboração Da Pesquisa Histórica.** Estudos Históricos, 33(69), 196-219. Doi: <https://doi.org/10.1590/S2178-14942020000100011>.

BLOCH, Marc. **Apologia Da História Ou O Ofício Do Historiador.** Rio De Janeiro; Zahar, 2001.

CÂMARA, Sérgio Antônio; BENICIO, Milla. **História Digital: Entre As Promessas E Armadilhas Da Sociedade Informacional.** Revista Observatório, Palmas, V.3, N.5, ago. 2017. P. 38-56.

COSTA, Roberto Nunes; COSTA, Rafael Ferreira. **Mulheres Intelectuais Na Idade Média: Entre A Medicina, A História, A Poesia, A Dramaturgia, A Filosofia, A Teologia E A Mística.** Porto Alegre, RS: Editora Fi, 2019.

DEPLAGNE, Luciana Eleonora De Freitas Calado. **As Intelectuais Na Idade Média: Pensadoras, Místicas, Cientistas E Literatas.** João Pessoa: Editora Da UFPB, 2015.

DUBY, Georges. **Damas do século xii / Georges Duby ; Tradução Paulo Neves E Maria Lúcia Machado. — 1ª Ed. — São Paulo : Companhia das Letras, 2013.**

GOFF, Jacques Le; TRUONG, Nicolas. **Viver E Morrer Na Idade Média.** In: Goff, Jacques Le; Truong, Nicolas. **Uma História Do Corpo Na Idade Média.** Tradução Marcos Flamínio; Revisão Técnica Marcos De Castro. – Rio De Janeiro. São Paulo: Civilização Brasileira, 2006. Cap. 2. P. 91-130.

DELUMEAU, Jean. **A Civilização do Renascimento.** Lisboa: Estampa, 1987.

JIMENEZ, Michele de Oliveira; OLIVEIRA, Terezinha. **A tríade de Hildegarda de Bingen: Deus, ser humano e natureza.** REVER. São Paulo, v.23, n. 2, 2023. DOI: <https://doi.org/10.23925/1677-1222.2023vol23i2a8>.

LUCCHESI, A. (2014). **Por Um Debate Sobre História E Historiografia Digital.** Boletim Historiar, (2), 45-57.

MARINHO, Nogueira, Maria Simone; G. C. VASCONCELOS, Ana Rachel De. **Ciência E Fé Em Hildegard Von Bingen.** Basiliade. Revista De Filosofia, Curitiba, Fasbam, V.4, N.8, P.57–72, 2022. Doi:10.35357/2596-092x.V4n8p5772/2022. Disponível: <https://fasbam.edu.br/pesquisa/periodicos/index.php/basiliade/article/view/411>. Acesso Em: 6 set. 2024.

MARCONDES, Danilo. **Iniciação À História Da Filosofia: Dos Pré-Socráticos A Wittgenstein.** – Rio De Janeiro: Jorge Zahar Ed., 1998.

MALERBA, Jurandir. **Os Historiadores E Seus Públicos: Desafios Ao Conhecimento Histórico Na Era Digital.** Revista Brasileira De História, São Paulo, V.37, Nº 74, 2017. P. 135-154.

MENDES, Claudinei Magno Mendes. **A Importância Da Pesquisa De Fontes Para Os Estudos Históricos.** Acta Scientiarum. Education, V. 33, N. 2, Maringá, P. 205-209, 2011.

PERNOUD, Regine. **Hildegard de Bingen: a consciência inspirada do século XII.** Tradução : Eloa Jacobina. Rio de Janeiro: Rocco, 1996. 134p.

PERNOUD, Regine. **Hildegard de Bingen: a consciência inspirada do século XII.** Tradução : Eloa Jacobina. Rio de Janeiro: Rocco, 1996. 134p.

PRADO, Giliard Da Silva. **Por Uma História Digital: O Ofício Do Historiador Na Era Da Internet.** Tempo E Argumento, Florianópolis, V.13, N.34, E0201, set./dez. 2021. Disponível

em:<https://www.revistas.udesc.br/index.php/tempo/article/view/2175180313342021e0201/13895>. Acesso Em 30/09/24.

PINHEIRO, Mirtes Emilia. **Desvendando Eva: O Feminino Em Hildegarda De Bingen.** 2017.

STREHLOW. Wighard; GOTTFRIED, Hertzka. **A medicina de santa Hildegarda..** Tradução de Michele Pestana Siquiera –PR: Calvariae Editorial, 2023. 228 P.