

# Douze préparations d'Hildegarde de Bingen confrontées à la recherche scientifique moderne

**Auteure :** Noémie Achet-Piret

**Tutrice :** Mélody Molins

**Année :** Année 2017

**École :** Institut Hildegardien

## Résumé

Une approche naturopathique datant du Moyen-Âge est-elle susceptible d'intéresser les naturopathes du XXI<sup>e</sup> siècle ? Telle est la question face aux écrits d'Hildegarde de Bingen. Pourtant, les succès thérapeutiques obtenus par cette approche invitent à se demander quels éclairages scientifiques modernes peuvent aider à comprendre les raisons de son efficacité.

Les préparations de plantes préconisées par Hildegarde de Bingen au XII<sup>e</sup> siècle ont été redécouvertes au milieu du XX<sup>e</sup> siècle par un médecin allemand, le Dr Hertzka. Face à l'efficacité de ces mélanges de plantes dans sa pratique médicale, il a consacré sa vie à les vulgariser. Aujourd'hui, ces préparations sont toujours utilisées et leur efficacité est attestée de manière empirique par de nombreux naturopathes.

Mais, qu'en est-il des principes actifs des plantes qui donneraient une explication scientifique de ces résultats ? Les avancées modernes en matière de recherches scientifiques peuvent-elles aider à comprendre l'efficacité de ces synergies de plantes ?

Ce travail confronte les indications données par Hildegarde de Bingen pour douze préparations, aux études scientifiques modernes sur les principes actifs des plantes qui les composent. Les préconisations d'Hildegarde de Bingen sont extraites de ses écrits, traduits par Pierre Monat et des livres du Dr Wighard Strehlow. Les écrits scientifiques ont été cherchés et consultés en ligne sur la plateforme Pubmed.

Notre recherche aboutit à deux constatations. D'une part, si les recherches scientifiques modernes ont étudié de nombreuses plantes, certaines restent tout à fait ou presque inexistantes de ces études. Parmi ces plantes non étudiées et qui ont une grande importance dans les préparations d'Hildegarde de Bingen, nous pouvons citer : *Asplenium scolopendrium*, *Arum maculatum* et *Meum athamanticum*. D'autre part, dans de nombreux cas, les indications données par Hildegarde de Bingen sont corroborées par les recherches modernes sur les principes actifs des plantes. Nous soulignerons que les explications scientifiques confirment l'intelligence et la justesse des synergies de ces préparations.



Credit photo: DR

Noémie Achet-Piret est naturopathe et formatrice en naturopathie hildegardienne. Diplômée en naturopathie à l'Institut Hildegardien en 2016, elle s'est spécialisée dans l'approche d'Hildegarde de Bingen. Elle exerce cette discipline ainsi que la réflexologie plantaire et le massage Amma en cabinet à Rennes et Nantes. Formatrice en naturopathie hildegardienne depuis 2017, elle enseigne au sein de l'Institut Hildegardien, anime des séjours de revitalisation et propose des journées de découverte de l'approche hildegardienne.



institut  
hildegardien

— CENTRE HILDEGARDE DE BINGEN —

Premier centre francophone dédié à l'approche d'Hildegarde de Bingen depuis 13 ans, agréé par la FÉNA, l'Institut Hildegardien propose une formation de naturopathie inspirée du cursus allemand de Heilpraktiker. La formation, dispensée par une équipe européenne de professionnels, garantit aux étudiants un bagage solide ouvrant les portes du monde du travail. Les diplômés sont aussi formés pour travailler en collaboration avec le corps médical.

[www.institut-hildegardien.com](http://www.institut-hildegardien.com)

*Envie d'en savoir plus ? Vous pouvez consulter la version complète d'un mémoire par simple demande à votre revue Hippocrate.*

Contact : [contact@hippocrate-larevue.com](mailto:contact@hippocrate-larevue.com)