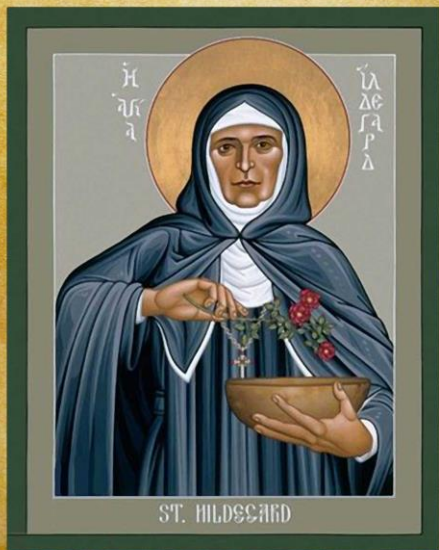


Е.В. Свитко

Рецепты св. Хильдегарды



Книга «Рецепты Святой Хильдегарды» является бесценным источником уникальных методик лечения выдающейся целительницы Св. Хильдегарды фон Бинген, жившей 900 лет назад.

Жизненный путь Св. Хильдегарды фон Бинген поразителен: получив божественный дар, аббатиса с точностью, поражающей даже современных медиков, познала действие на организм человека тех или иных специй, трав, вина, камней или металлов.

Ее дар прозорливости и целительства получил широкое признание современников, был признан самим Папой Римским. Свидетельством этого является то, что св. Хильдегарда была канонизирована как святая еще при жизни. Это очень редкое явление в христианстве и свидетельствует об огромном ее авторитете как целительницы.

Благодаря действенности рецептов Св. Хильдегарды, описанных в этой книге, во многих странах Западной Европы сегодня стали открываться клиники, которые используют ее методы, появляются многочисленные аптеки, продающие лекарства по ее рецептам.

Эта книга — совершенно уникальное, адаптированное для современного читателя собрание рецептов аббатисы Св. Хильдегарды фон

Бинген — стала результатом многолетнего изучения ее наследия известной целительницей и специалистом по натуропатии Еленой Витальевной Свитко.

Елена Свитко

Рецепты св. Хильдегарды

Вступительное слово

К рецептам, с которыми вы познакомитесь в этой книге, я пришла совершенно случайно. (Хотя некоторые считают, что просто так ни одно событие не происходит, все мы ведомы по жизни некоей силой). В один чудесный ноябрьский вечер 1986 года меня пригласил к себе монсеньор Чешской республики (это очень высокий сан священнослужителя) для лечения. Когда я прибыла в его замок, ловила на себе удивленные взгляды молодых священников — мол, как это она допущена к столь высокой особе. Пан Франек Званецкий жил возле города Повашская Быстрица, где я тогда работала. Он узнал обо мне из публикаций местной прессы и пригласил для лечения натуропатическими методами. У него болели ноги, не столько от недугов, сколько от старости. Я делала ему массаж, ванночки, другие процедуры, в общем, неоднократно бывала в его апартаментах. Это была большая честь, ведь монсеньор был очень уважаемым человеком, к нему сложно было попасть на прием. Когда мы познакомились ближе, он сказал, что сам имеет

большую коллекцию лечебных рецептов, среди которых самыми ценными являются рецепты Св. Хильдегарды. Он собирает их более 20 лет.

Он вынес мне рукопись из старинной библиотеки, принадлежавшей когда-то папе римскому, частично страницы были утеряны, часть рукописи была долго засекречена, ибо духовенство считало, что методы лечения, применяемые святыми, в том числе нашими киевскими целителями из лаврского монастыря, не нужно знать простым смертным. Тем не менее, для нас они являются огромную ценность, причем не только историческую, но и практическую. Ведь сейчас многие врачи изучают средства, использовавшиеся для исцеления в древности. Там же были рецепты Хильдегарды из Бингена, дотоле мне неизвестные.

Так началось мое знакомство с теорией и практикой Хильдегарды. Меня эти рецепты привлекли, в первую очередь, тем, что они получены по неким божественным каналам, скажем так. В последующих главах вы, уважаемые читатели, найдете описание того, как Хильдегарда получала и расшифровывала божественные послания. Ведь сама она ничего не вымышляла. Мне это близко, ведь я сама иногда спонтанно надиктовываю пациентам методы лечения, а когда они просят повторить, ибо не успели записать, то не могу вспомнить — это был миг вдохновения,

который миновал. Кроме того, это были совершенно новые рецепты, отличавшиеся от тех, что применяли лекари — современники Хильдегарды. Поражало также то, что география используемых средств была слишком обширной для того времени. Никого не удивляют поклонники индийской йоги в наши дни, но в средние века знание Целительных свойств, например, восточных специй, или далеко от Европы произрастающих растений, меня просто поразили. Также Хильдегарда получила знания по анатомии человека, в то время запрещенные для распространения, она понимала значение эндокринологии, хотя и термина такого в ту эпоху не существовало. Хильдегарда не лечила одну болезнь или отдельный орган. Она всегда применяла комплекс средств — бальнеология, литотерапия, диетология, уделяла внимание гармоничным взаимоотношениям между мужчиной и женщиной, учила здоровому образу жизни, правильному пониманию жизненных процессов, позитивному мироощущению, так сказать. Хильдегарда говорила, что прежде всего надо лечить злость, снедающую человека, зависть, отвращение к жизни, депрессии.

Мне было близко ее учение, я считаю ее натуропатом, практиковавшим почти тысячу лет тому назад. Я, благодаря знакомству с ее учением,

пришла к выводу, что иду правильным путем, хотя мои методы лечения нередко вызывают скепсис у представителей традиционной медицины.

Также удивляет то, насколько точны и действенны эти старинные рецепты. Хильдегарда знала, на какой орган действует пища, специи, травы, потребляемые человеком. В то время на это никто из лекарей не обращал внимания. Также она использовала для лечения вина, считая их полезными для организма, а ведь позитивное влияние на организм красного вина уже подтверждено наукой.

Хильдегарда очень интересно работала с монахинями своих монастырей. Те были красиво одеты, носили драгоценные камни, украшения, они медитировали, управляли энергетическими потоками, могли изменить ауру.

Сейчас учение Св. Хильдегарды получило во многих странах Европы широкое распространение. Изданы записи ее божественной музыки, репродукции ее картин, изображения мандал, открыты аптеки, где можно купить изготовленные по ее рецептам снадобья, причем поражает их обилие и разнообразие ассортимента. Изготовлены, к примеру, соли Хильдегарды для купания, приправы, вина для лечения сердца, напитки с афродизиакальным действием — они очень дорого стоят, но быстро раскупаются. Делают даже

различные мыла с добавками масел и трав, подбираются их цвета соответственно цвету чакр: голову следует мыть фиолетовым, область ниже пояса — красным и так далее.

Во многих частных клиниках проводятся исследования практических методов Хильдегарды, получены позитивные результаты, ведь у больных нет побочных явлений, вызванных действием фитопрепаратов. Лично я работала с Вольфгангом Луисбархом в клинике св. Елизаветы, где мы получили хорошие результаты комплексного лечения психосоматических расстройств.

Все больше современный человек в Западной Европе приходит к пониманию, что его заболевания находятся в тонких материях, высших сферах, а Хильдегарда ведала об этом уже в те далекие времена. Наши же современные врачи не могут прийти к признанию этого.

При жизни Хильдегарда была канонизирована как святая. Это очень редкое явление в христианстве и свидетельствует об огромном авторитете целительницы, монахини, общественного деятеля, популярного в свое время.

Биография Хильдегарды фон Бинген



Она родилась в 1098 году и была десятым ребенком Хильдерберта и Мехтиды из города Бермерштейна. По законам того времени, десятый ребенок в каждой семье должен был посвятить свою жизнь служению Богу. Поэтому в 8 лет Хильдегарда была отдана в обучение монахиням. В монастыре она прошла полный курс обучения всем доступным в то время наукам. Тогда же проявились и ее удивительные способности. Хильдегарда от

рождения была слаба здоровьем, зато была наделена даром ясновидения. Ей казалось, что все остальные люди, подобно ей, видят тайны природы, но со временем она узнала, что это не так. Во время своих видений, а они случались и днем и ночью, Хильдегарда не впадала в транс и не входила в экстаз. Свою подаренную Богом исключительность она осознала в 15-летнем возрасте. Признавшись в особом видении своей наставнице-монахине, Хильдегарда вняла ее совету никому не рассказывать об этом даре. Поэтому она вела обычную для монастыря жизнь, расширяла свои знания. Их монастырь со временем разросся в большой комплекс, которым с 1136 года стала управлять сама Хильдегарда. Его название — Дизибоденбергский монастырь.

А через пять лет произошло событие, полностью изменившее жизнь Хильдегарды и определившее будущее всего Дизибоденбергского монастыря. Хильдегарда, по ее словам, получила призвание от Бога письменно фиксировать свои видения. Переживания и сомнения по этому поводу она описывает в предисловии к своему первому труду «Liber Scivias»: «Это случилось в 1141 году после «очеловечивания» сына Божьего Иисуса Христа, когда мне исполнилось 42 года и семь месяцев. С чистого неба молниеносно спустился огненный Свет. Он пронзил мой мозг, зажег мое

сердце и всю грудь огнем. Но не обжигал, а грел, как солнце греет то, на что попадают его лучи». Голос с небес обязывает ее словами: «Говори и записывай то, что видишь и слышишь».

Хильдегарда видит лики не во сне, не в экстазе, не в духовном вдохновении, и воспринимает их не с помощью зрения, слуха, и не находясь в одиночестве. Нет, они настигали ее бодрствующей и выполняющей свои обязанности, окруженной людьми. Будучи в здравом уме, Хильдегарда получала видения опосредованно, они возникали в ее подсознании независимо от ее желаний или усилий, как то было угодно Богу.

Из-за страха перед непониманием и осуждением людей с одной стороны, и из-за боязни неточно и не полностью передать увиденное и услышанное с другой, Хильдегарда медлит исполнить божественное призвание. И в результате тяжело заболевает.

Только после повторных наказов писать принимает она для себя решение подчиниться. И это влияет на ее состояние — она выздоравливает! Так она начинает писать свою первую книгу «Liber Scivias». Хильдегарда пишет на восковых дощечках и прибегает к помощи дизибоденбергского монаха Вольмара, который был ее помощником, советником, секретарем и посвященным в секреты аббатисы. Будучи человеком для своего времени

высокообразованным, Вольмар помогает Хильдегарде расшифровывать записи, составлять тексты на латинском языке и переписывает их на пергамент.

В течение 10 лет, до 1151 года, пишет Хильдегарда свое теологическое, космологическое собрание видений «Liber Scivias». Этот труд включает в себя три основных пункта священной истории: сотворение мира, спасение сына божьего и конец света. Хильдегарда пишет о неразрывной связи человека и космоса, а космос неразделим с Богом. В книгу также входят описания 26 видений, весьма красноречиво и подробно описанных Хильдегардой.

Несмотря на успешную работу над книгой и поддержку собратьев по монашескому ордену, Хильдегарду снова и снова мучают сомнения по поводу божественного призвания. Поэтому в 1146 году она пишет послание влиятельному французскому аббату Бернару Клерво, преобразовавшему католический монашеский орден цистерцианцев (в дальнейшем члены ордена стали также называться бернардинцами). Она описывает свои сомнения, но надеется на подтверждение своих способностей ясновидения и проповеднического призвания. Ответ Клерво разочаровал Хильдегарду: аббат поздравляет ее с открывшимся даром ясновидения, но не рассеивает

сомнений.

Это был первый шаг Хильдегарды фон Бинген на пути к общественному признанию. Следующий она сделала годом позже. В 1147 году под председательством папы Евгения III на трирский синод собирается высшее духовенство со всей Европы. На нем также присутствует Бернар Клерво. По просьбе дизибоденбергского аббата Куно, майнцкий архиепископ Генрих информирует присутствующих о Хильдегарде фон Бинген и ее удивительных видениях. Узнав об этом, Евгений III посылает следственную комиссию в Дизибоденберг по проверке дара ясновидения у местной аббатисы.

Результаты проверки оказались положительными. Ознакомившись с выводами комиссии, папа римский читает уже готовые части «Liber Scivias». После этого Бернар Клерво призывает папу не останавливаться на общем одобрении. «Такой сильный свет не должен быть сокрыт молчанием. Ту благосклонность, которую Бог послал Хильдегарде во время Вашего правления церковью, Вам следует укрепить и подтвердить своим авторитетом», — заявил он.

Папа Евгений III в письме к Хильдегарде воодушевляет ее на продолжение трудов и подтверждает этим ее дар ясновидения. Итак, божественное происхождение пророческого дара Хильдегарды признано и подтверждено

высочайшей на тот момент инстанцией. Ясновидящая становится все более и более известной и влиятельной.

Признание папы римского невозможно переоценить. Ведь оно, с одной стороны, освобождало Хильдегарду от ее собственных сомнений, с другой стороны, защищало ее от обвинения в ереси. Так работы аббатисы бенедиктинского монастыря становятся доступными людям, а сама она приобретает вес в обществе.

Получил пользу от успеха своей настоятельницы и женский монастырь в целом. Вскоре Евгений III жалует месту, где Хильдегарда определилась как ясновидящая, охранную грамоту. Она выдана 18 февраля 1148 года. Растет поток паломников в Дизибоденберг, что обеспечивает монастырю материальную прибыль. Также обитель пополняется послушницами из дворянских, благородных семей. В монастыре становится тесно.

И Хильдегарда принимает решение оставить Дизибоденберг. Причиной этого была не только постоянно растущая женская община, уже не помещавшаяся в старом монастыре, но и стремление аббатисы к самостоятельности и независимости.

Хильдегарда планирует создание своего монастыря на горе Рупертсберг, на необжитом

холме, что на берегу Рейна возле Бингена. Это место находится примерно в 30 километрах от Дизибоденберга, именно здесь жил во времена раннего средневековья святой Рупертус. Это место было указано Хильдегарде в одном из видений. Оно имеет выгодное положение на карте, ведь тут пересекаются водные и наземные пути, связывающие между собой епископские города Кельн, Майнц и Трир. Кроме того, Рупертсберг расположен неподалеку от тогдашних центров не только духовной, но и светской власти: в Ингельхайме жил кайзер.

Однако реализовать план оказалось не так просто. Нежелание создать независимый монастырь проявили дизибоденбергские монахи. Им не хотелось оставлять обжитое, с плодородными полями и виноградниками, к тому же весьма живописное место, чтобы начинать все с нуля. Монастырь богател на глазах, а перспектива на новом месте была неясной. К тому же Куно, аббат, которому подчинялась Хильдегарда, не намеревался отказываться от принадлежавшей Хильдегарде известности, а также связанных с этим пожертвований и подарков от паломников и ищущих совета больных людей. От этих перипетий Хильдегарда снова заболевает.

О причинах и симптомах болезни писали очевидцы: «Ноги полностью отказывались служить

ей, она не могла даже самостоятельно перевернуться, лежа на кровати — была неподвижна, как скала. Она страдала от приступов этой болезни всякий раз, когда из страха, присущего женщинам, сомневалась и медлила следовать воле Божьей».

Однако на помощь парализованной провидице пришла светская дама, ее дальняя родственница, влиятельная маркграфиня фон Штаде. Она ходатайствовала перед архиепископом майнцким Генрихом о создании нового монастыря. И преуспела в этом. Отныне Генрих поощряет и поддерживает деятельность по созданию монастыря на холме Рупертсберге. Благодаря финансовой поддержке своих светских покровителей, Хильдегарда покупает земли на Рупертсберге и начинает строительные работы. В 1147–1151 годах происходит поэтапное переселение аббатисы и двадцати монахинь из Дизибоденберга на новое место.

Первые годы пребывания в новом монастыре были полны нужды и лишений. Возникали конфликты и разногласия между монахинями — часть из них получили разрешение отделиться от Хильдегарды. В это время она заканчивает написание первой книги. Одновременно завершается сооружение монастырского храма.

Хильдегарда не падала духом, хотя после

переселения монахи Дизибоденберга отказались отдать имущество, принадлежавшее сестрам-сподвижницам Хильдегарды. Затем, когда они пытаются отозвать и Вольмара, советника и секретаря Хильдегарды, она пишет письмо в старый монастырь. В нем указывает: ей было видение, что имущество действительно принадлежит сестрам-бенедектинкам, а дизибоденбергские братья ведут себя как разбойники и будут наказаны Богом.

Вскоре после этого умирает аббат Куно. Последующие переговоры Хильдегарда ведет с его преемником аббатом Хеленгером. Со временем она добивается не только законной передачи имущества, но и полной независимости (конвента) от Дизибоденберга. Она удостоивается и защиты кайзера, а также освобождается от обложения податями.

Бедность, от которой страдал рупертбергский монастырь, сменяется благоденствием и процветанием.

В 1177 году монастырь вызывал восхищение современников. Ведь он был основан не богатым и влиятельным духовным либо светским лицом, а слабой женщиной. В то же время он был красив не вычурной красотой, отличался практичностью построек — они были крепкие и просторные.

Еще о жизни в монастыре писали следующее: «Здесь заметно чудесное соревнование

добродетелей. Мать окружает своих дочерей такой любовью, а дочери подчиняются ей с таким почитанием, что трудно определить, кто кого опережает в усердии: мать дочерей или дочери мать».

Однако не все наблюдатели положительно отзывались о монастырских порядках, кое-кто считал, что в монастыре не придерживаются строго реформированных правил ордена. Найдено письмо от влиятельного духовного лица — магистра Тенгвиха, адресованное Хильдегарде. Там есть такие строки: «Также слух об одном заведенном у вас необыкновенном обычае донесся до нас. А именно, ваши монахини в праздничные дни при пении псалмов стоят в хоре с распущенными волосами, в белых платьях, подола которых касаются пола. Головы их украшают золотые венки, в которые вплетены с боков и сзади кресты, а спереди изображен агнец. Также и пальцы сестер украшены золотыми кольцами. Все это вопреки тому, что первый пастух народов запрещает подобное, говоря и напоминая, что «женщины должны вести себя скромно, не украшать головы венками, а себя золотом и жемчугом и дорогим платьем». И, кроме того, нам кажется странным, что вы берете в общину женщин только из знатного дворянского рода, напротив, не дворянкам и менее имущим отказываете в принятии в общину».

Магистр, писавший письмо, изъявлял желание знать, на каких основаниях вводит у себя эти обычаи Хильдегарда.

В своем ответе Хильдегарда защищает дворянские привилегии и объясняет: Бог также делает различие между людьми на земле. «Кто из людей собирает все свое стадо у себя в хлеву — волов, ослов, коз, не разделяя их?» Поэтому и здесь нужно сохранять различия, чтобы происходящие из различных слоев населения, когда они будут собраны в одну общину, из-за гордой заносчивости, сконфуженные различием происхождения, не разбрелись бы в разные стороны».

Уверенно обосновывает она обычай рупертсбергских монахинь надевать в праздники шелка и украшения особенным положением освященной девы. «Для дев нет предписания скрывать красоту своих волос, но только из собственной свободной воли покрывают они свои главы в глубокой покорности».

Переписка с Тенгвихом относится к раннему периоду существования монастыря, когда там еще терпели лишения. Но даже тогда Рупертсберг не был местом аскетизма и самобичевания.

Тогда же появляются упоминания о музыкальном творчестве Хильдегарды. Она писала песни для ежедневного пения, основа их — в средневековом григорианстве. Однако композиции

Хильдегарды выходят за рамки традиционных форм. Так, они имеют большие интервалы, богатую колоратуру, мелодические украшения, а прежде всего — большое разнообразие мотивов. Ее тексты обращены к Богу, Христу, Св. Духу, Деве Марии и ангелам, к пророкам и патриархам, святым мученикам. Ее наибольшим творением является духовная опера «Игра сил», в которой говорится о вечной борьбе добра и зла.

Помимо всей остальной деятельности по управлению монастырем, Хильдегарда работает над собранием своих рецептов по целительству «Physica» и «Causae et curae». В них целительница описывает защитную и целительную силу растений, металлов, драгоценных камней и элементов, а также других даров природы. Ее познания базируются на личных наблюдениях за флорой и фауной, а также на изучении античных и средневековых рукописей. Она исследовала причины различных недугов, поражающих человека, а также искала средства, приносящие излечение. Медицина Хильдегарды также уходит корнями в знание целостной картины мироздания — человек неотделим от Космоса.

Аббатиса Хильдегарда умерла в ночь на 17 июля 1179 года, прожив почти 80 лет. Есть сведения, что в момент ее смерти на небе высветилась радуга. Вот что пишут об этом монахи-

бенедиктинцы Готфрид и Теодорих, которые были летописцами своего времени: «Когда святая отдала Богу свою счастливую душу, на небе высветились две прекрасные радуги. Они тянулись во все четыре стороны света и источали чудесное свечение. В месте их пресечения на землю лился свет. Как нам казалось, он должен был изгнать из наших душ все черное, из наших голов все греховные мысли. В этом свете виднелся крест, он опускался к дому, где жила святая. Это великолепное знамение было свидетельством того, что Бог взял свою верную слугу к себе для вечного блаженства».

Кое-что об истории старинных методов целительства

Труды аббатисы бенедиктинского монастыря Хильдегарды в свое время были найдены знаменитой французской предсказательницей мадмуазель Ленорман. Последняя обнаружила рукописи целительницы в библиотеке монастыря, куда ее отдали учиться. Как вспоминала она впоследствии, в богатом хранилище книг учеными были даже мыши, наевшиеся старинных фолиантов, которые хранили мудрость веков. Анна Мария Ленорман очень многое узнала об удивительной женщине, жившей за семь веков до нее. Когда Ленорман попала в библиотеку, ей показалось, что

это — необыкновенный мир. От некоторых полок будто бы веяло чем-то особым, энергия исходила от них. Приблизившись к ним, она и обнаружила труды Хильдегарды, а также те старинные источники, которыми пользовалась святая. Окунувшись в изучение трудов, чудесные видения пронеслись перед ее очами — она как бы переступила временной порог и перенеслась в средневековье. Какие же картины предстали перед ее воображением!

...Хильдегарде открывались иные миры, ей являлись некие личности, коим были доступны знания о зримом и незримом мирах. Но самое главное для Анны Марии было то, что у Хильдегарды открылся так называемый третий глаз.

Незаурядные способности аббатисы не укладывались в прокрустово ложе христианской догматики, и ее на некоторое время даже отлучили от церкви. Однако со временем она вновь была принята в церковное лоно, а после смерти — канонизирована. Ее новации, не устраивающие окружающих, заключались в том, что она спокойно и откровенно писала о необходимости совокупления мужчин и женщин, видела в этом полный таинственного значения божественный акт природы, венчающий деятельность Творца. Кроме того, она замечательно лечила травами и знала их

тайное символическое значение. Позже Ленорман воспользуется этими знаниями, чтобы обозначить каждую из придуманных ею карт каким-нибудь определенным видом цветка.

Аббатиса настолько умело использовала возможности лекарственных трав, что современные ученые не перестают удивляться. Как могла она иметь столь обширные знания о разных видах флоры, если не путешествовала по земному шару, а находилась в стенах монастыря? Думается, ей были известны психоделические свойства растений, которые она почерпнула из древних манускриптов, где описывались тайны друидов. Друиды — это жрецы природы, проживавшие в лесах Англии и Ирландии, знавшие магические свойства растений.

Известно, что Хильдегарда очень любила зеленый цвет и писала о его благотворном влиянии на тело и душу человека. Известно даже ее поэтическое произведение о зеленом цвете. Она имела свою теорию: именно этот цвет «правит» миром. Под влиянием этой идеи аббатиса написала труд в зеленом переплете, где подробно описывала цветовую гамму, свойства радуги, иерархию цветов и их влияние на душу или? как сказали бы мы сегодня, на психику человека.

Интересно, что в минуты мистических откровений перед глазами Хильдегарды представал экран зеленоватого цвета (наверное, он был

подобен экрану компьютерного монитора), где ей демонстрировалось устройство внутренних органов человека, давалось понятие об эндокринной системе, появлялись надписи на латинском языке — описывались методы лечения. Эти надписи она читала и надиктовывала специально предоставленному ей секретарю — высокообразованному по тем временам монаху. Так и возникали один за другим ее труды. Конечно, такой метод получения информации мог принести аббатисе много бед, но она находилась под покровительством влиятельных людей того времени, пользовавшихся не только ее умением лечить, но и ее прорицательскими способностями. Чтобы иметь представление об особенностях ее литературного стиля, процитирую отрывок из поэмы о зеленом цвете — властелине мира.

...О благодатная зелень,
Ты даруешь миру власть и солнце,
Ты правишь всем миром,
И тебя обволакивают
божественные объятия тайн.

Современные ученые, знакомясь с работами Хильдегарды, пытаются найти объяснения этим чудесам. К примеру, наркологи, знакомые с действием галлюциногенов, утверждают: видение

мира в зеленом цвете возникает при употреблении выжимки из растений семейства пасленовых. В некоторых средневековых записях есть упоминания, будто бы Хильдегарда вдыхала пары отвара конопли, чтобы войти в транс и принимать божественные послания. Однако такое объяснение не устраивает поклонников хильдегардовой методики — вряд ли состояние наркотического опьянения могло помочь особому видению. Наоборот, чтоб запомнить и понять научные сведения, надо быть предельно собранным и абсолютно трезвомыслящим человеком. Поэтому современный ученый из Германии, где рецепты Хильдегарды пользуются особой популярностью, Сергиус Головин считает, что целительница развила у себя способность воспринимать мир обоими полушариями головного мозга, благодаря чему обладала даром особого видения, но при этом всегда оставалась в мире реальности.

Сама Хильдегарда писала следующее: «Лица, которые я вижу, приходят ко мне не в сновидениях, не в состоянии помешательства, я их воспринимаю в состоянии бодрствования, вижу ясно, как если бы они имели физическое тело. Рассудок мой ясен, а не помрачен».

Также Хильдегарда и пророчествовала, могла жестко высказаться о владыках Европы. Им это, разумеется, было не по вкусу, но Хильдегарда

уверяла, что высказываться ее призывает Господь. Случалась, она говорила самому королю: «Мои глаза смотрят на мир, мои чувства обнажены. Я говорю с Богом — Он отвечает на мои вопросы». Спасали от расправы Хильдегарду известность и почетная должность настоятельницы нескольких монастырей.

Подобные видения являлись и упомянутой Ленорман. Очевидно, она тоже обладала способностью воспринимать поступающую информацию левым и правым полушариями мозга. Известно: за наши «сонные видения» отвечает правое полушарие, активизирующееся во сне, а за рациональное мышление — левое, обеспечивающее «трезвый» взгляд на мир. И лишь некоторые люди — их единицы — обладают замечательной возможностью одинаково использовать ресурсы обеих полушарий головного мозга. Иногда такие способности называют патологическими. Очевидно, они имелись и у Хильдегарды, и у Марии Ленорман.

Есть еще одно предположение: возможно, Хильдегарда была знакома со старинной книгой Тота — бога, создавшего таротовы карты. Это — особая страница в истории прорицания, предвидения, так как эти карты открывают свои свойства не всем, а лишь тем, кто одарен даром ясновидения. Ленорман ощущала карты то

теплыми, то холодными; иногда они меняли окраску, светились.

Анна Мария писала о них так: «Если осторожно взять карты в руки и начать их рассматривать, сердце наполнялось особыми чувствами. Каждая из карт — будто дверь в мироздание, но пока оно является сложным лабиринтом, по которому предстоит путешествовать. В картах зашифрованы основные законы Космоса, а по его лабиринтам перемещаются человеческие судьбы». Иногда она их видела: лицо, фигура человека, иногда цветы, обозначающие то или иное жизненное событие. Возможно, и Хильдегарда, и Ленорман видели вместо картин на картах изображение растений и цветов, причем они могли менять свою окраску. Растения будто говорили на некоем таинственном языке: чабрец вдруг начинал светиться лиловым цветом, а болиголов золотым свечением свидетельствовал о возможном исцелении. Алел ярче прежнего мак, белели лютики, а синий василек повествовал, как вылечить болезни глаз.

Ясновидящим не дано видеть то или иное событие, как представляют некоторые, им приходится решать сложные головоломки, поэтому они должны знать, как именно цвет или число влияют на судьбу человека.

Влияние чисел на судьбу

Согласно теории Св. Хильдегарды, числа имеют такие «тайны».

ЕДИНИЦА — символ абсолютной законченности. Таковая возникает крайне редко, но если случается, то состояние человека напоминает райское блаженство. В то же время единица — разграничитель добра и зла, предшествует дуализму. Единичная система исчисления выражает простоту и ясность мироустройства. Она также является символом первого человека — Адама, по другим толкованиям — символом Христа.

Числу один соответствуют люди, родившиеся 1, 10, 19 и 28 числа каждого месяца. Самыми удачными для них являются воскресенье и понедельник. Их счастливые камни — топаз, янтарь, желтый бриллиант. В личной символике Хильдегарды единица означала всадника либо человека, одержавшего победу.

ДВОЙКА — символизирует Луну и означает противоположность или исцеление, а также переживания человека, ведущего уединенный, замкнутый образ жизни с сопутствующими проблемами (бесконечным самокопанием, внутренней раздвоенностью, борьбой с самим собой или кем-либо). Влияние двойки несут на себе

рожденные 2, 11, 20 и 29 числа. Их камни — жемчуг, нефрит, изумруд и другие, имеющие зеленый оттенок.

Число два в видениях и прорицаниях Хильдегарды означает цветок клевера.

ТРИ — символизирует планету Юпитер и означает завершение эволюции, как бы обретение полной меры желаемого. И прежде всего — биологический синтез, рождение ребенка, разрешение конфликта. Тройка имеет очень сильное влияние на историю Древнего мира. Первые три патриарха, от которых произошли все народы — Сим, Хам и Яфет. Люди, живущие под знаком этого числа (их даты рождения — 3, 12, 21 и 30) способны достигнуть высот на любом поприще. Им приносит счастье аметист.

Для Хильдегарды тройка означала корабль.

ЧЕТЫРЕ — символ порядка, означающий, однако, некую избыточность по отношению к тройке. Именно четвертая жена великого царя стала символом распущенности и безнравственности. Ребенок от подобной женщины будет вором или разбойником.

Четыре — устойчивое число, служащее опорой. Тело и душа человека также разделены на четыре стихии. Известны такие виды темперамента:

сангвиник, холерик, меланхолик, флегматик. Четыре вида жидкости течет в теле человека: желчь, кровь, лимфа, вода. Четыре стороны имеет окружающий нас мир: север, юг, запад и восток.

Счастливым камнем для людей с числом четыре — сапфир. Это родившиеся 4, 13, 22 и 31 числа. В предсказаниях Хильдегарды 4 — это дом.

ПЯТЬ — символ Меркурия, число огня, часто использовалось алхимиками. Оно означает торжество жизни и справедливости в противоположность жестокости, смерти. В этом числе присутствует также эротический смысл.

Людьми с числом пять являются те, кто родился 5, 14, 23 числа. Это, как правило, люди духовные, благородные.

Камнем этого числа — флюорид.

Пятерка в видениях Хильдегарды ассоциировалась с деревом.

ШЕСТЬ — символ Венеры, знак слабости, число двусмысленное — 3×2 или 2×3 . Однако, в отличие от пятерки, имеет устойчивость и лишен мистического начала, имеющегося у семерки. Люди этого числа родились 6, 15 и 24 дня каждого месяца.

Камнем — кварц. Люди, подпадающие под это число, связаны с физическим, материальным

миром. Могут быть удачливы в бизнесе.

Шестерка в видениях Хильдегарды — тучи.

СЕМЬ — символизирует Нептун. Еще один символ семерки — вода. Некоторые источники также называют цифру семь символом бесконечности, поскольку вода течет постоянно и также может символизировать вечность. Подобно всем простым числам (которые делятся лишь сами на себя) эти цифра выражает конфликт или сложное единство. Иногда 7 ассоциируется с Луной ($7 \times 4 = 28$ — столько дней в лунном месяце). Цифра семь имеет редукцию в сторону пятерки. У семи библейских братьев было пятеро детей; из семи земных царей лишь пятеро имели детей и т. д. Семь царей означают семь планет, а их дети — спутники. В видениях Хильдегарды семерка соответствует змее. Камень — метеорит.

Эта цифра — для тех, кто родился 7, 16 и 25 числа каждого месяца. Эти люди — мудрые и посвященные в тайны, идущие путем знаний.

ВОСЕМЬ — символ Сатурна. Печать восьмерки носят на себе все люди, родившиеся 8, 17, 26 числа. Родившиеся в эти дни либо великие коммерсанты, либо неудачники, склонные к оккультным наукам. Их особенность — эксцентричность, им желательно носить горный

хрусталь или бриллиант.

В представлениях Хильдегарды эта цифра означала либо гроб, либо начало новой жизни.

ДЕВЯТЬ — знак Марса. Печать воинственности носят на себе люди, родившиеся 9, 18 или 27 числа. Цифра 9 обладает любопытными свойствами. Это единственное число, которое при умножении на любое число воспроизводит самое себя. Например, $9 \times 2 = 18$. Сумма чисел, составляющий результат, дает: $1 + 8 = 9$. Девятка является самым сильным числом. С ней связано наибольшее число символических обрядов. У христиан считается, что на девятый день душа покидает тело, язычники хоронили своих покойников также на девятый день после кончины. Христос умер на девятом часу пребывания на кресте.

Если номер квартиры кратен 9, это к счастью. Людям, родившимся под знаком девятки, Хильдегарда рекомендовала носить желтый топаз — камень ясновидящих.

В ее мистическом опыте девятка означала букет цветов, что всегда сулило удачу.

ДЕСЯТЬ — иногда используется как символ супружества. В откровениях Хильдегарды был знак, что 10 — это коса. Это число означает

предупреждение.

НОЛЬ — десятичный множитель, увеличивает качественную силу числового символа. В чисто психологическом аспекте число повторяющихся нулей указывает на страсть к большим вещам.

Для Хильдегарды ноль означал зеркало.

Глава для прекрасной половины человечества

В работах Хильдегарды фон Бинген имеются не только медицинские рецепты, но и философские мысли. В частности, много внимания уделяла она вопросу, который значительно позднее был назван «женским». Будучи сама женщиной с нетипичными для того времени политическими и научными взглядами, Хильдегарда осмеливалась не только лечить, но и давала советы своим ученым современникам-мужчинам, князьям, правителям, представителям высшего духовенства. Не подумайте только, что она, монахиня, придерживалась взглядов, подобных нынешним феминистским, но все-таки удивительно знакомиться с ее мыслями о месте женщины в жизни общества. Ведь ее мировоззрение базировалось не на социальном либо экономическом анализе, как у современных

поборников прав человека, а на религиозных взглядах того времени. Церковники же вплоть до последнего столетия не только обвиняли женщину в грехопадении, но и жаловались на тяжкие последствия этого. Хильдегарда оценивает эту библейскую легенду более прагматично, она пытается представить, что было бы, если б Адам, а не Ева, нарушил запрет Бога.

«Если бы Адам нарушил заповедь Бога раньше Евы, тогда это преступление считалось бы слишком тяжелым, человек впал бы в страшное ожесточение. Он не хотел бы и не мог быть спасен. Так как Ева первая преступила заповедь, вина могла быть легче искуплена, ведь женщина слабее, чем мужчина», — таковы размышления средневековой монахини.

Эта слабая Ева была для Хильдегарды фон Бинген не негативным образом, а просто иным творением Божьим, нежели Адам. Он сотворен из Земли, значит, состоит из ее элементов, потому чрезвычайно сильный. А Ева создана из плоти Адама. «У нее были нежные и сильные чувства и ощущения, полная наслаждений жизнь, пока тяжесть Земли не начала давить на нее. Она сама произошла от мужчины, а от нее — весь род человеческий», — считала Хильдегарда.

После изгнания из рая женщина столкнулась с трудностями деторождения. В конце своего труда

«Causae et cutae» Хильдегарда весьма впечатляющим образом описывает связь женщины с раем. «Первая мать человечества была произведена на свет так же, как было сотворено звездное небо. И так же, как небо несет на себе все звезды, так и она несла в себе зачатки рода человеческого. И было первой человеческой паре сказано: «Плодитесь и размножайтесь, но будет происходить это в сильной боли»».

При всевозможных телесных недомоганиях, могущих случаться у женщин, Хильдегарда проявляет сочувствие и понимание. Менструацию и климакс она, конечно, знала из собственного опыта, поэтому неудивительно, что дает практические советы тем, у кого есть проблемы с этими проявлениями женственности. Но как член монашеского ордена, давшая обет безбрачия и не имевшая детей, с удивительной прозорливостью дает рекомендации по проблемам беременности и родов. Наверное, в этом ей помог опыт повитухи, ведь она помогала детям появиться на свет. Но мне лично кажется: она была просто высокого мнения о женщине, считала ее равноправной с мужчиной, что в те далекие времена было далеко не само собой разумеющимся.

А теперь рассмотрим «женские» рецепты Хильдегарды.

Рождение человека

Родовспоможение представляло собою проблему со времен нашей прародительницы Евы. Появление на свет новой жизни являлось таинством. Суеверный страх перед этим процессом не изжит и в наши дни. Св. Хильдегарда при всей своей образованности также начинала работу в качестве акушерки с молитв и некоторых мистических действий. К примеру, она приносила специальные камни. И, поглаживая роженицу по бедрам, приговаривала: «Так, как ты, камень, засиял в первом ангеле, так и ты, ребенок, выходи, как сияющий человек и оставайся в Божьей милости». После этого камень прикладывался к промежности, и читалась следующая молитва: «Откройте, пути и ворота в том виде, через которые Христос как Боги Человек явился; так выходи и ты, ребенок, без того, что умрешь ты или твоя мать». После этого полагалось камень положить в платок или шарф и обвязать им роженицу.

В средние века люди боялись влияния темных сил на мать и новорожденного, так как считалось: во время родов они совершенно беззащитны. Поэтому использовались различные защитные символы. Св. Хильдегарда, в частности, рекомендовала приготовить ветки папоротника.

«Если положить вокруг женщины, когда она рождает ребенка, а также в кроватку новорожденного ветки папоротника, лукавый не сможет их преследовать», — писала она.

Но папоротник защищал не только от злых сил, но и уменьшал, по преданию, различные боли, в том числе родовые. Поэтому в середине лета, когда семена становятся зрелыми, в полдень, когда высохла роса, собирали папоротник. Листики сжигали, а основания веток высушивали и зашивали в подушку.

При трудных родах Хильдегарда готовила компресс для снятия болей из фенхеля и копытня европейского. Две полные горсти высушенных или свежих растений заливали водой, 10 минут кипятили, остужали, накладывали на полотенце и обматывали роженицу по спине и бедрам. Хильдегарда доступными ей терминами объясняла, что эти растения помогают суженым родовым путям раскрыться.

Облегчите критические дни

Спасибо рекламе, придумавшей для женской тайны эвфемистическое выражение. Теперь можно беззастенчиво говорить об этих проблемах, не ломая зря голову. А проблемы с этими самыми днями были у всех поколений прекрасных дам.

Одна из них — аменорея, то есть скудные, нерегулярные месячные. Причин этого явления множество: различные гормональные нарушения, сильные физические и психические нагрузки, ожирение, проблемы с сосудами. Поэтому такое заболевание должен лечить врач. Но если вы уже установили причину, получаете адекватное лечение, можете дополнить комплекс фитотерапией от Хильдегарды.

***Для внутреннего потребления
рекомендуется:***

Настойка руты желтой по 10 капель под язык три раза в день.

Чай из аниса, душистой гвоздики (известной у нас как приправа), руты, шалфея, тысячелистника и цветов коровяка. Все компоненты взять в равных долях, заварить из расчета 20 г на 200 мл воды. Пить по 2 стакана в день перед ожидаемыми месячными вплоть до их появления.

Наружно Хильдегарда назначала такие процедуры:

Компресс на крестец из распаренных семян аниса, корней хрена и петрушки, цветов коровяка. Все ингредиенты в равном количестве распарить, положить как компресс на область крестца на 30

минут.

Теплая сидячая ванна на ночь с отваром тех же трав, которые используются для чая. Температура ванны — 37,4 °С, принимать 10 минут. Затем принять прохладный душ и сразу же лечь в постель.

Помогала вызвать месячные, прекратившиеся не в силу возрастных причин, а из-за гормональных нарушений, по мнению Хильдегарды, такая система.

Дважды в день делать контрастные ванночки для ног.

Паровая баня из трав: аниса и ромашки. По 100 г трав залить 0,5 л воды, кипятить на слабом огне 10 минут. Распаренные травы отжать, сделать из них компресс на низ живота и промежность. После компресса отвар трав вскипятить, вылить в ведро и присесть над ним на некоторое время, чтоб получить паровую ванну. Хильдегарда считала: анис приводит «соки» организма в движение, а ромашка оказывает лечебное действие.

Исключить жесткую воду, пить только мягкую (в наши дни это означает отказ от газированной минеральной воды).

Потребление красного вина в умеренном количестве.

Вино из плодов черешни и лекарственных трав. 100 г черешни, 30 г тысячелистника, 10 г руты пахучей, 30 г ясенца, 1 ст. ложка гвоздики пряной, 1 ч. ложка белого перца, мед по вкусу, 1 л красного вина. Черешню без косточек и травы истолочь в ступке, проварить в вине 10 минут. Добавить мед и специи, снова довести вино до кипения. Процедить. Пить по 20–30 мл натощак и после завтрака.

Диета, исключая тяжелую пищу, в частности, говядину (как тормозящую ожидаемые кровотечения).

Обильные месячные кровотечения

По понятиям Хильдегарды, при слишком обильных месячных (а также при нерегулярных) следует избегать тяжелой физической работы. В наши дни к этому совету следует добавить необходимость ограничить занятия спортом и энергичными танцами, которые демонстрируют рекламные ролики, прославляющие надежность предметов женской гигиены. Также целительница дает рекомендации по диете: не есть грубую, плохо

усвояемую пищу, отдавая предпочтение легким блюдам. Зато она рекомендует пить вино и пиво, по ее мнению, укрепляющие организм настолько, чтоб «кровь могла в нем задержаться, а не выходить наружу». Из специй должны использоваться фенхель, съедобные каштаны, а также зерно злаковых, не имеющих аллергенного действия.

Чтобы облегчить состояние в «критические» дни, Хильдегарда советовала делать холодные компрессы. Льняное полотенце намочить в холодной воде, обернуть вокруг бедер. Если захотите воспользоваться советом, соблюдайте осторожность, чтоб не простудиться.

А вот компресс из сельдерея более безопасен. Корень сельдерея очистить, нарезать кольцами, отварить, сразу же положить на льняное полотенце, обернуть по низу живота.

В то время готовили для женщин с сильными месячными кровопотерями такое вино.

2–3 ст. ложки буквицы залить 1 л красного вина, настаивать в плотно закрытой посуде одну неделю. Процедить. Выпивать по 20–30 мл три раза в день перед едой.

Хильдегарда так объясняет действие этого напитка: «Тепло буквицы, вобрав в себя тепло вина, задерживает неправильное течение крови».

А вот еще один рецепт из книг целительницы.
Уксус с яйцом.

2 яичных желтка, 1 ст. ложка сока ромашки, 4 ст. ложки яблочного уксуса, 0,5 чайной ложки корицы, немного куркумы. Смешать все компоненты, слегка подогреть на водяной бане, выпить натощак и после завтрака. Можно уменьшить количество уксуса, чтоб не испортить слизистую желудка.

Этот рецепт рекомендуется при любых кровотечениях.

При обильных и длительных — свыше 4–5 дней — месячных Хильдегарда также рекомендовала принимать чай из такого сбора трав.

Буквица лесная, трава земляники, крапива, семена укропа и сельдерея, трава золототысячника, тысячелистника и клевера лугового. Всех трав взять в равном количестве, запарить, пить во время месячных.

А вот еще один метод избавления от этой проблемы по Хильдегарде.

Трава пастушьей сумки — 20 г, трава тысячелистника 10 г, водяной перец — 10 г, цвет калины 10 г, кора калины — 10 г, крапива — 10 г, полевой хвощ — 10 г.

Все травы перемолоть до состояния мелкого порошка, просеять через сито. Принимать 2 раза в день по 0,5 ч. ложки, запивая водой. Начинать прием за 5 дней до предполагаемых месячных. Принимать в течение критических дней и пять

дней после них. Обычно достаточно двух месяцев лечения.

Также Хильдегарда рекомендует легкий массаж во время месячных. «Женщина должна массировать все сосуды на руках ногах, бедрах, животе и груди, чтобы они сузились, и кровь перестала сильно течь».

Болезненные месячные

Кроме общих рекомендаций беречь себя, вести правильный образ жизни и с осторожностью принимать любое лечение, Хильдегарда дает конкретные советы. При любых спазмах, а значит, и при болезненных месячных, нужно использовать мазь из ромашки.

100 г сухих или свежих цветов ромашки, 200 г сливочного масла без примесей.

Масло растопить, вымешать с измельченной ромашкой, дать остыть. Не процеживать! Разложить по банкам, хранить в холодном месте. Смазывать область крестца в критические дни.

Эту же мазь можно использовать для лечения кожных проблем. Наносить на проблемные места по мере необходимости.

При болезненных и нерегулярных месячных Св. Хильдегарда назначала такой сложный сбор.

Лапчатка гусиная (травя), листья ежевики,

тысячелистник, мята перечная, корень валерианы, кора калины, трава руты, цвет шалфея.

Все травы перемолоть, смешать в равных количествах. 1 ст. ложку смеси залить стаканом кипятка, 10 минут настоять, процедить. Настой выпить в течение дня небольшими порциями. Курс лечения — три-четыре месяца. После двухмесячного перерыва лечение при необходимости повторить.

Мягким обезболивающим средством при болезненных месячных является чай из ромашки, а также компрессы из распаренного сырья. Ромашковый чай Хильдегарда также советовала пить при болях в желудке и кишечнике. Она также учила варить ромашковый суп.

40 г ромашки, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка муки, 250 мл овощного бульона.

Приготовить из масла и муки пассировку золотистого цвета, залить ее овощным бульоном, добавить туда промытые цветы ромашки, дать настояться. При желании ромашку можно измельчить в ступке Хильдегарда советовала есть такой суп ежедневно, так как он действует на внутренности подобно мази.

Фибромиома матки. мастопатия

Следующие рецепты из трудов Хильдегарды

фон Бинген проверены в клинике немецкого гинеколога Клауса Шхульдта. Лечение упомянутых проблем начинается с налаживания питания. Надо исключить продукты, содержащие животные белки и крахмал, ведь эти вещества «подкармливают» новообразования в организме человека. Зато нужно ввести в рацион блюда из злаковых растений, орехов, овощей (особенно содержащих витамин А), фруктов. Также необходимо регулировать количество потребляемой жидкости: за день ее должно быть выпито рассчитанное количество — 35 мл на 1 кг веса женщины. В период лечения надо воздержаться от спиртных напитков, кофе, а также ярко окрашенной сладкой газированной воды, особенно «кока-колы».

А вот эликсиром от Св. Хильдегарды воспользоваться надо.

Понадобятся такие компоненты.

Трава тысячелистника — 20 г, корень имбиря — 10 г, цвет мускатного дерева — 10 г, семена сельдерея — 10 г, мед пчелиный — 50 г, белое натуральное вино — 500 мл.

Все ингредиенты смешать, залить вином, нагреть на медленном огне до закипания. Дать остыть, процедить. Принимать после консультации с врачом по 1 ст. ложке три раза в день.

При болях в молочных железах Хильдегарда

рекомендует мазь из фиалок.

Настойка фиалок — 5 мл, оливковое масло — 10 мл, свиной жир (смалец) — 30 г.

Растопить смалец в эмалированной посуде, влить оливковое масло, добавить настойку фиалок, тщательно вымешать. Натирать молочные железы несколько раз в день.

При воспалениях молочных желез, которые могут начаться при беременности или кормлении ребенка, Хильдегарда рекомендует компрессы из отвара вербены лекарственной.

100 г вербены, 250 мл воды.

Проварить траву на медленном огне в течение нескольких минут, процедить. В отваре намочить два полотенца и приложить к груди. Повторять так до тех пор, пока боли не утихнут.

Фибромиома при соблюдении правил приема эликсира и диеты сначала останавливает рост, а затем постепенно рассасывается. Кроме того, надо делать компрессы на низ живота.

Сделать смесь из равных частей семян петрушки, аниса, льна, травы тысячелистника, измельченного корня имбиря. Запарить ее горячей водой до образования кашицы, охладить до 37 °С, вложить в марлевый мешочек и приложить к нижней части живота. Держать 40 минут.

Дорогие читательницы! Такое лечение следует обязательно проводить под наблюдением

врача. Это же касается и рецептов следующего раздела.

Дисфункциональные маточные кровотечения, фибромиома матки с геморрагическим синдромом

Попробуйте применить такую настойку.

Марьин корень (пион склоняющийся) — 20 г, софора японская (плоды) — 20 г, корень цикория — 10 г, клубника садовая (корень) — 10 г, бадан толстолистный (корень) — 10 г, конский щавель (корень) — 10 г, лабазник прямостоящий (корень) — 20 г, шалфей мускатный — 5 г, чистотел (трава) — 10 г.

Корни тщательно подробить, траву мелко порезать. Все растения перемолоть и сложить в трехлитровую банку. Залить 70° спиртом, настаивать 14 дней, ежедневно взбалтывая. Процедить. Принимать под контролем лечащего врача по 1 ст. ложке за час до еды три раза в день течение двух-трех месяцев.

Св. Хильдегарда при фибромиомах рекомендует полностью исключить из рациона картофель во всех видах, а также другую пищу, содержащую крахмал. Потреблять надо как можно больше моркови и свеклы в сыром и вареном виде, а также пить соки из этих овощей. Больным следует

проводить регулярные очистки печени и не злоупотреблять тепловыми процедурами и солнечными ваннами. Кроме того, целительница рекомендовала ставить влагалищные тампоны из луково-медовой смеси (их рецепт вы найдете в разделе «Лук репчатый» этой же главы). Ставить тампоны надо два раза в неделю, а еще — делать компрессы из семени льна на нижнюю часть живота.

1 стакан семян льна, 0,5 л молока, 1 средняя луковица, 20 мл водки, 20 мл подсолнечного масла.

Семена льна отварить в молоке до образования густой каши. Остудить до 36 °С. Лук потереть на мелкой терке, добавить его в кашу, туда вымешать водку и масло. Все выложить в льняной мешок и приложить к низу живота. Мысленно желать себе выздоровления, представлять, что болезнь уходит. Пройти контрольное обследование, чтоб убедиться: фибромиома уменьшилась.

Если же вы страдаете хроническими воспалениями половой сферы, познакомьтесь с рецептом серебряного вина.

Хильдегарда считала: если организм человека населен какими-либо организмами (микробы, вирусы, грибы-кандиды всех видов и т. п.), они могут вызывать воспаления в любом органе и затем мигрировать в другие. Так, например, не только

воспалительные заболевания с выделениями у женщин, но и кашель с мокротами, трофические язвы и многое другое она лечила с помощью серебряного вина.

Для его приготовления нужно качественное красное вино и монета из чистого серебра весом 5–7 г, разумеется, продезинфицированная.

Возьмите монету пинцетом и подержите над огнем свечи, чтоб она хорошо нагрелась. Налейте стакан вина, опустите в него монету — она должна зашипеть и образовать пар. Когда остынет, начинайте пить небольшими порциями: первую — натощак, следующие — перед каждым приемом пищи. Принимать в течение длительного периода.

При воспалении яичников целительница назначала своим пациенткам паровую ванну с алтеем аптечным.

1 горсть корня алтея, 2 л воды.

Корень алтея всыпать в эмалированную посуду, залить холодной водой, настоять не менее 1 часа. Затем воду довести до кипения, но не кипятить. Перелить настой в ведро. Сесть на него, укутать низ туловища одеялом, чтобы не выходил пар. После 15-минутной процедуры вытереться, тепло одеться, а еще лучше — сразу лечь в постель.

Хорошим дополнением к этой процедуре

является следующая.

15 г крапивы, 250 мл оливкового масла.

Крапиву растереть в порошок, всыпать в оливковое масло, вскипятить. Влить в темную бутылку, пока масло теплое, массировать бутылкой низ живота.

Такое масло с крапивой Хильдегарда применяла еще и для лечения подагры.

При кольпитах, вульвитах, цервитах Хильдегарда назначала ванночки и спринцевания таким настоем.

Взять по 1 ст. ложке листа шалфея, цветов ромашки, цвета календулы, залить 1 кипятка, 20 минут настоять, процедить. Спринцеваться по мере необходимости.

При кистах Хильдегарда рекомендовала женщинам есть как можно больше орехов, семечек, петрушки, то есть, с точки зрения современной медицины, советовала насыщать организм витамином Е. Также она назначала пить два раза в день настой семян конопли.

20 г семян конопли, 200 мл воды.

Семена конопли перемолоть на кофемолке. Залить кипятком и настоять не менее часа. Не процеживать. Самая ценная часть настоя — масляная пленка на поверхности. Аккуратно соберите ее и съешьте, затем выпейте «молочка», осадок вылейте.

Климакс: лестница, которую не перепрыгнешь

Слово «климакс» в переводе с греческого означает «лестница». Но по ней не избежишь, прыгая через две ступеньки — возраст не тот... Это, разумеется, шутка, но в наши дни проблема патологического протекания климакса стоит острее, чем при жизни аббатисы Хильдегарды, ведь сейчас средняя продолжительность жизни женщины гораздо больше, вот и дают о себе знать все «прелести» гормональной перестройки. Однако, уже тогда было замечено: облегчает жизнь женщины в этот период умеренное потребление красного вина.

Лист и цветы шалфея мускатного — 100 г, вино красное — 2 л.

Лучше использовать вино типа «Кагор». Вино вылить в эмалированную кастрюлю, вскипятить, охладить до 50 °С, добавить свежий или сухой шалфей. Еще раз довести вино до кипения. Когда остынет, не процеживая перелить в бутылки. Принимать по 20 мл три раза в день до или после еды.

В постклимактерическом периоде у женщин наблюдается слабость мочевого пузыря. Для избавления от этой проблемы Хильдегарда

прописывала фруктовый уксус — его следовало добавлять во все первые и вторые блюда, а также, при возможности, в холодные закуски.

Для лечения вполне подойдет популярный у нас яблочный уксус. Его можно пить, разведя 1 ст. ложку в стакане воды.

Такое же действие, по мнению Хильдегарды, оказывает теплое вино. Она объясняла такое действие напитков «теплом, которое они несут в себе, и способностью лучше переваривать пищу и выводить ее из организма».

При приливах помогает чай из шалфея.

1 ст. ложка шалфея, 1 стакан воды.

Залить шалфеем кипятком и настоять несколько минут в посуде, закрытой крышкой, затем выпить. Употреблять в день по две чашки такого чая.

Еще можно приготовить ванну с шалфеем. Горсть травы залить литром кипятка, настоять 15 минут, влить в ванну для купания.

Наряду с шалфеем можно воспользоваться рутой пахучей, содержащей вещество рутин, используемое современной гомеопатией.

1 ч. ложка руты душистой, 200 мл кипятка.

Траву залить кипящей водой, настоять 2–3 минуты, выпить пока настой теплый. Пить 1 — 2 чашки в день.

Св. Хильдегарда знала: гинекологические

заболевания протекают при нарушении работы нескольких систем организма: нервной, эндокринной, сосудистой, половой. Она также подчеркивала немалое влияние печени на работу женских половых органов. Целительница объясняла это следующим образом. Печень поставляет «элемент плодородия» (так величала она витамин А, открытый наукой гораздо позднее). Именно от этого элемента в понимании аббатисы зависело здоровье либо патология многих органов.

Кроме того, она заботилась о душе своих пациенток, причем не только как духовная наставница, но и как целительница недугов физических. Также серьезное значение она придавала профилактике болезней, а для этого использовала широкодоступные продукты питания. Далее речь пойдет именно о них, причем все эти дары природы показаны не только при женских заболеваниях, но и при многих других недугах.

Абрикос обыкновенный

(ARMENIACA VULGARIS)

Семейство розовых. Растет повсеместно. Используют спелые плоды, созревающие в июне-июле. Плоды содержат большое количество калия,