

# OS EXERCÍCIOS ESPIRITUAIS DE PIERRE HADOT E A EXPERIÊNCIA RELIGIOSA DE HILDEGARDA DE BINGEN: A ARTE DO BEM VIVER.

Felipe Pizzinato <sup>1</sup>  
Renato Kirchner <sup>2</sup>

## *Resumo*

O presente estudo estabeleceu-se nos ditames de dois grandes personagens da história: de um lado Hildegarda de Bingen, alemã do século XI, monja beneditina e de outro o filósofo contemporâneo, Pierre Hadot. Ambos abordam de maneira similar a forma de ver a vida como uma grande festa que em breve se acabará – com a morte –, de forma que cada indivíduo pode encarar os fatos do cotidiano de duas formas: o primeiro deles, aceitando tudo que pode acontecer e saindo como vítima de tais situações; de outro, vendo todos os acontecimentos como motivos de ensino e aprendizagem, de forma que o homem encontre meios para o amadurecimento e para o progresso (sejam eles humanos, espirituais, cognitivos ou biológicos). Assim, tal análise abordará parte da história de ambos os autores e traçará pontos semelhantes e diversos, de forma que cada ideia seja exposta de forma clara e sucinta para melhor compreensão.

## *Palavras-chave*

Hildegarda de Bingen; Misticismo; Pierre Hadot; Exercícios espirituais; Morte; Bem viver; Religião; Conhecimento e ciência.

---

<sup>1</sup> Bacharelado em Filosofia, Pontifícia Universidade Católica de Campinas, SP, Brasil. [fepizzinato@hotmail.com](mailto:fepizzinato@hotmail.com)

<sup>2</sup> Professor e pesquisador da Pontifícia Universidade Católica de Campinas (PUC-Campinas). Diretor da Faculdade de Filosofia. Membro do corpo docente permanente da Faculdade de Filosofia e do Programa de Pós-Graduação em Ciências da Religião. Doutor e mestre em Filosofia.

<sup>3</sup> BENTO XVI, Papa. **Carta Apostólica com a qual Hildegarda de Bingen é proclamada Doutora da Igreja**. Librerie Editrice Vaticana, 2012.

Hildegarda de Bingen foi uma religiosa, ou seja, uma freira beneditina que viveu no período da Idade Média, nos séculos XI e XII. Além de monja também era mística, compositora, teóloga, poeta, administradora, herbalista, naturopata, mestre das artes tradicionais, conselheira de papas e foi recentemente proclamada doutora da Igreja Católica Apostólica Romana<sup>3</sup>. Nascida em 1098 em Bermersheim, perto de Alzey, foi aceita aos oito anos como oblata beneditina na abadia de Disibodenberg, onde em 1115 emitiu a profissão religiosa, sendo uma figura singular para sua época e região. Além disso, defendia que cada um dos sexos (masculino e feminino) possuía diferentes funções e virtudes no meio em que habitava. Possuía grande intelecto e por conta disso fora muitas vezes chamada para aconselhar reis (não apenas de sua região mas também de outras), papas (até mesmo sendo reconhecida em Sínodos da Igreja), imperadores (como por exemplo Frederico I, também conhecido como Frederico Barba-Ruiva, do Império Romano-Germânico, ou Filipe I, Conde de Flandres, príncipe da Bélgica), formando mosteiros e enfrentando guerras territoriais e religiosas, o que de certa forma chamava atenção pois este ofício não era muito frequente para uma mulher. Faleceu no verão de 1179.

Sua primeira obra se chama *Scivias (Scito Vias Domini – Conhece os caminhos do Senhor)*, finalizada no ano de 1151. Esta obra possui três partes, ou seja, a unificação de três livros. O primeiro deles aborda “*O criador e a criação*”, tratando assim de temáticas como a criação do homem e do meio em que este habita, de todo cosmos e bens naturais. O segundo livro se chama “*O redentor e a redenção*”, abordando a História da Salvação e de Cristo, bem como pontos teológicos. Por fim, a última das obras se chama “*A história da Salvação simbolizada por um edifício*”, abordando não apenas pontos teológicos mas também fazendo comparações com outros pontos do planeta Terra.

Da mesma forma e com a mesma seriedade que Hildegarda de Bingen, Pierre Hadot (Paris, 1922 – Orsay, 2010) defende uma série de ideias de como a vida pode ser encarada no cotidiano. Assim, o filósofo francês é famoso por ter analisado uma série de “exercícios espirituais” que consistem em gerar uma transformação das pessoas que os praticam, de forma que o “eu” aja em prol ao seu crescimento e desenvolvimento, visando a transcendência em todos os âmbitos da vida – e não apenas os momentos felizes do cotidiano, mas também encarando as batalhas como motivo para não desanimar. Tudo

isso pautado também em filósofos da Idade Antiga (filosofia Clássica) e sendo aplicado no hodierno, traçando assim experiências e ensinamentos atemporais.

Dentre os exercícios citados por Pierre Hadot, pode-se citar questões corporais – como pequenas mortificações físicas e carnavais, psicológicas e sentimentais ( vaidades, orgulhos, paixões desordenadas, fugas da maledicência e defesa da verdade) – quanto pontos culturais, como a contemplação do belo na natureza e nos pequenos detalhes do cotidiano, poesia, artes e valorização da alma, de forma que a mesma possua a transcendência, passando a enxergar a vida como “*uma grande festa*” (termo utilizado no livro de Hadot), fazendo com que a alegria seja maior do que todos estes momentos de dores e dificuldade.

Outro ponto abordado acerca de Pierre Hadot é que com estes exercícios o homem não apenas busca viver “uma vida bem vivida”, mas também se prepara para a morte, que por sua vez é certa para todos os homens. Assim sendo, ao buscar a felicidade diária e praticar atividades (e pensamentos) que treinem a alma para a transcendência, o homem também se prepara para seu fim corpóreo na Terra.

Hadot trabalha, como mencionado anteriormente, diferentes pontos sobre a alegria em exercer as virtudes humanas e o enxergar da vida como uma “grande festa”. Por fim, ainda aborda a temática da aceitação da vida ser limitada, recomendando olhar cada momento como uma grande obra de arte. Este processo – o de encarar a vida como a arte – foi citado novamente em sua obra *Exercícios Espirituais e Filosofia Antiga* (HADOT, 2014), fazendo com que algumas possíveis frustrações e medos de situações do cotidiano possam parecer mais fáceis, porém isto nem sempre ocorre: como mencionado anteriormente, apesar de tantas habilidades, Hildegarda sempre teve uma saúde frágil, deixando-se ser cuidada pelas irmãs de claustro, “quebrando” seu orgulho e aceitando possíveis frustrações e limitações.

Fazer seu voo a cada dia! Pelo menos um momento que pode ser breve, desde que seja intenso. Cada dia um exercício espiritual – sozinho ou acompanhado de um homem que também queira melhorar a si mesmo. Exercícios espirituais. Sair do decurso do tempo. Esforçar-se para despojar-se de tuas próprias paixões, das vaidades, do prurido do ruído em torno do teu nome. Fugir da

maledicência. Despojar-se da piedade e do ódio. Amar todos os homens livres. Eternizar-se ultrapassando-se. Esse esforço sobre si é necessário, essa ambição, justa. Numerosos são aqueles que se absorvem inteiramente na política militante, na preparação da revolução social. Raros, muito raros aqueles que, para preparar a revolução, querem dela se tornarem dignos (HADOT, 2014, p. 19).

É com a citação de G. Friedmann que Hadot inicia a obra que conduzirá toda sua linha de pensamento, fazendo com que o leitor saiba desde o princípio que os ensinamentos e explicações não ficarão apenas na superfície, mas de fato se aprofundará ao campo filosófico e abordará temas como a eternidade, o infinito, a morte e o transformar da vida: de dor em beleza, de medo em alegria, de tristeza em felicidade.

Com Hildegarda não foi diferente. Se, por um lado, Hadot orientava seus leitores a fugirem da maledicência e do ódio por uma questão de transcendência filosófica, por outro, a santa e doutora da Igreja envolve a própria fé como argumento para não ceder a tais problemas cotidianos:

Quando a ira tentar incendiar meu tabernáculo, olharei para a bondade de Deus, a quem a ira jamais toca; e assim, serei mais doce do que o ar, que eu sua suavidade umedece a terra, e tenho alegria espiritual porque as virtudes estão começando a mostrar-se em mim. E, desse modo, sentirei a bondade de Deus. E quando o ódio tentar obscurecer-me, olharei para a misericórdia e para o martírio do Filho de Deus, e assim, controlarei minha carne e, em memória fiel, receberei a doce fragrância das rosas que brotam dos espinhos. Então reconhecerei meu redentor (HILDEGARDA, 1151, p. 170).

São vários os pontos de congruência entre Hildegarda e Hadot. Ambos convidam o meditador a percorrer um caminho que se inicia sobretudo pautando-se no ponto de vista em que a vida é finita e, por isso, o homem tem a necessidade de fazer tudo que deve ser feito no momento presente. Ambos partem dos pressupostos de que a arte, a leitura, a morte e as dificuldades vivenciadas aqui na terra fazem com que o homem seja constantemente moldado e precise – cada vez mais e de forma mais aperfeiçoada – enxergar tais fatos com “bons olhos”. Ambos oferecem um caminho de encontrar sentido ao sofrimento e à dor. Hadot quer mostrar que é possível obter bons frutos e boas reflexões através da filosofia antiga e Hildegarda, por sua vez, opta em gerar inovações em seu

tempo que levam rumo à transcendência espiritual, pautando-se nos ensinamentos da Igreja Católica, nos santos e crenças. Ambos reconhecem a possibilidade de gerar conhecimento através dos problemas.

Se, por um lado, Pierre argumenta que *“o ato filosófico não se situa somente na ordem do conhecimento, mas na ordem do eu e do ser: é um progresso que nos faz ser mais, que nos torna melhores. É uma conversão que subverte toda a vida, que muda o ser daquele que a realiza. Ela o faz passar de um estado de vida inautêntico, obscurecido pela inconsciência, corroído pela preocupação, para um estado de vida autêntico, no qual o homem atinge a consciência de si, a visão exata do mundo, a paz e a liberdade interiores.”*, (HADOT, 2014, p. 22) por outro, a mística de Bingen também enfatiza o “eu” em relação ao mundo, argumentando que muitas vezes o homem opta em buscar conhecimentos externos sem – ao menos – ter-se o autoconhecimento:

Agora me dize, ó humano: o que pensas que eras quando ainda não estavas em corpo e alma? Certamente não sabes como foste criado. Agora, porém, ó humano, queres investigar o céu e a terra e julgar a justiça deles na disposição de Deus, e saber das coisas mais elevadas, posto que na sejas capaz de examinar as mais ínfimas; efetivamente, não sabes como vives no corpo ou como possas ser desvestido do corpo. Aquele que te criou no primeiro ser humano previu todas estas coisas; mas o mesmo gentilíssimo Pai enviou seu Unigênito para morrer pelas pessoas, para livrar a humanidade do poder do diabo. (HILDEGARDA, 1151, p. 131).

Através de tal reflexão pode-se concluir que – apesar do choque de explicações para ambas as situações (uma delas oriunda dos primeiros anos da Idade Média e outra contemporânea) – os dois pensadores compreendem que o externo é importante, mas mais importante do que a compreensão do que “vem de fora” é na verdade “o que vem de dentro.” Logo, as coisas externas concorrem para moldar aquilo dado como interno, de forma que o avanço espiritual ocorra com bom êxito: *“essa mudança de visão é difícil. É precisamente aí que devem intervir os exercícios espirituais, a fim de operar pouco a pouco a transformação interior que é indispensável.”* (HADOT, 2014, p. 24)

Apesar de uma série de convergências entre pontos, há também diferentes momentos em que Hildegarda e Hadot não coincidem em pensamentos e, sobretudo,

termos. Hadot utiliza o fato de dimensões que atrapalham o crescimento do homem como “*demoníacas*” (HADOT, 2014, p. 117), enquanto para Hildegarda havia uma catequese cristã sobre fatos demoníacos, que no caso seria pautado na figura de um anjo expulso do reino dos Céus – referindo-se a Lúcifer, talvez – que também atrapalha o homem em seu caminho rumo a Deus. Considerando que a monja beneditina não possuía os conhecimentos científicos contemporâneos, outros fatos e acontecimentos eram também considerados demoníacos, como por exemplo a poluição noturna, no caso dos homens, e a menstruação, presente nas mulheres.

Por fim das exemplificações – mesmo tendo ainda uma série de pontos que se pode nomear – é interessante a percepção de mundo para cada um deles. Se para Hadot o mundo era algo criado para que o homem pudesse adquirir seus dotes e raciocínios, para Hildegarda o mundo e toda criação são partes de uma catequese primária, onde uma “força maior” – nomeada aqui de Deus – se manifesta para proporcionar ao homem sua própria salvação.

*“O que é, aliás, o mundo humano no conjunto da realidade? Um pequeno pedaço da terra o contém e a própria terra é apenas um pequeno ponto na imensidão do espaço, ao passo que uma vida humana não é senão um instante fugidivo no duplo infinito de tempo que se estende a frente e atrás de nós. Nessa imensidão, todas as coisas são levadas impiedosamente pela torrente impetuosa das metamorfoses, pelo rio infinito da matéria e do tempo.”* (HADOT, 2014, p. 133) – pontua Hadot explicando o homem através de questões naturais; universais. Enquanto isso, a filósofa aqui abordada também utiliza elementos semelhantes, porém numa linha mistagógica, religiosa:

Depois disto, vi um vasto instrumento, redondo e ensombreado, tendo a forma de um ovo, pequeno no topo, largo no meio e estreito no fundo; fora dele, rodeando sua circunferência, havia fogo brilhante com algo assim como uma zona umbrosa sob ele. E naquele fogo havia um globo de chamas coruscantes, tão grande que todo o instrumento era iluminado por ele, e sobre o qual três pequenas tochas estavam dispostas de tal modo que, pelo fogo delas, elas sustentavam o globo para que não caísse [...] e eu vi, entre o norte e o leste, uma grande montanha que, ao norte, tinha grande escuridão, e ao leste, tinha grande luz, mas de tal maneira que a luz não podia alcançar a escuridão, nem a escuridão a luz (HILDEGARDA, 1151, p. 117).

Ainda pode-se notar que Hildegarda não aceitava explicações simplistas e buscava explicar conceitos sobre a alma, como o trecho retirado também de *Scivias*:

A alma agora mostra seus poderes de acordo com os poderes do corpo, de modo que, na infância de uma pessoa, ela produz simplicidade; em sua juventude, força, e em sua idade adulta, quando todas as veias da pessoa estão cheias, ela mostra seus mais fortes poderes na sabedoria, tal como a árvore em seus primeiros brotos é tenra e, a seguir, mostra que pode produzir fruto e finalmente, sua plena utilidade (HILDEGARDA, 1151, p. 173).

Além destes pontos semelhantes, pode-se citar ainda outra série de ocasiões que podem gerar congruências entre Hildegarda e Hadot. São eles:

1. **Pontos relacionados a importância da contemplação da natureza e de seus elementos, seres e astros:** partindo do pressuposto onde toda experiência mística é um encontro que acontece entre a pessoa e o divino, nota-se que Hildegarda era agraciada por tais visões, o que é descrito por exemplo em sua obra *Scivias*; logo, suas observações exercem papel metafísico na percepção da obra criadora, que para a doutora da Igreja é realizada pelo divino, enquanto que para a filosofia aristotélica (por exemplo) é a causa primeira, onde Hadot baseia parte de seus argumentos.
2. **A aceitação como cidadãos do mundo que através de obras e virtudes se tornam capazes de presidir o universo:** na Antiguidade Clássica, utilizada por Hadot, Platão dizia que cabia ao sábio governar a pólis segundo as virtudes da justiça e da prudência. Assim, todo exercício espiritual deve colaborar na obtenção destas virtudes, isto é, a filosofia deve ser orientada para o alcance da *sageza*, que é a *sabedoria*. Em diversos pontos da vida de Hildegarda observa-se a religiosa aconselhando pessoas de grande importância e relevância num cenário social e religioso, tais como papas, imperadores, monges etc. Cabe ressaltar a grande influência que ela exerceu, por exemplo, sobre imperadores da Alemanha (tais como Conrado III de Hohenstaufen, Frederico I, conhecido como Frederico Barba-roxa etc.), ao aconselhá-los sobre decisões para o bom governo de seus impérios (PERNOUD, 2020, p. 82). Também as autoridades religiosas escreviam à monja buscando por seus conselhos para o governo da Igreja. Neste ponto, pode-se mencionar por exemplo os papas Alexandre III, Anastácio IV, Eugênio III etc. (PERNOUD, 2020, p. 93).

3. **A fuga dos males ambiciosos e o “manter-se armado” contra tentações e desejos mundanos:** ainda para combater problemas vivenciados em seu período – não sendo estes apenas espirituais, mas também humanos -, Hildegarda buscou combater desejos da própria alma e realizou exortações aos próximos, de forma que ela optava por realizar correções (PERNOUD, 2020, p. 161) em todos os âmbitos e classes sociais, desde os mais pobres (e que viviam no mosteiro com a doação e entrega) até líderes religiosos e regionais. Tal atitude parte de um mesmo pressuposto de que, como Pierre Hadot, a luta contra os males deve ser exercida independente da situação em que o homem se encontra.
  
4. **A alegria em exercer virtudes humanas e em adquirir prazeres espirituais:** ao analisar a primeira obra de Hildegarda no sínodo de Tréveris (*Scivias*), nota-se que o Papa Eugênio III de fato confessa que suas visões místicas e espirituais não se pautavam apenas em pura imaginação, mas também adquiriam potência para alcançar outras almas e pessoas. Sabendo disso, a monja obtém uma pequena conclusão, tamanha felicidade em ser bem-vista pelo líder católico: “*é preciso impedir que se apague uma luz tão admirável animada da inspiração divina.*” (PERNOUD, 2020, p. 26). Assim pode-se analisar que seus feitos e virtudes eram capazes de adentrar o próximo, de forma que propagar seus atos acabou tornando-se um prazer para tal, impulsionando-a na perseverança e fazendo com que suas obras ganhassem proporções grandiosas futuramente.
  
5. **A constante busca pela sabedoria e pela transmissão de conhecimento ao próximo:** como dito em outros escritos, Hildegarda possuía um leque amplo de conhecimentos, culturas, misticismo e espiritualidade. Assim também buscava aprendizagens em outras áreas, bem como o aperfeiçoamento daquelas que ela dominava. E, não menos importante, reforçava as cartas e conselhos para regiões vizinhas, de forma que outros povos pudessem também conhecer seus ensinamentos. Logo, pode-se exemplificar aqui que tanto a mística quanto o filósofo contemporâneo insistiram de que toda forma de conhecimento era válida, além de tal “transmissão” ser também necessária para os próximos.



6. **O treinamento para que a alma seja cada vez mais bela e sábia:** muitos dos filósofos do período Antigo viviam e realizavam seus exercícios espirituais em constância acontecimentos naturais, através de observações, meditações, relaxamento e silêncio, como abordado na obra de Hadot, por exemplo. Estes fatos não ocorriam apenas para que fatores do universo fossem explicadas, mas também como treinamento de interiorização e contemplação daquilo que o homem em si buscava se tornar. Partindo deste ponto, nota-se que a presença do exercício com a virtudes na vida de Hildegarda também é um motivo para que a alma esteja cada vez mais bela, mais preparada para as dificuldades terrenas e mais madura para suas tarefas.
  
7. **A aceitação da vida ser limitada e a transformação da filosofia, para que esta seja vista como uma arte que prepara o homem para sua morte:** a utilização do termo “*encarar a vida como uma arte*” faz com que algumas possíveis frustrações e medos possam parecer mais fáceis, porém nem sempre isso ocorre. Apesar de tantas habilidades e dotes, Hildegarda sempre teve uma saúde frágil, ficando doente inúmeras vezes e tendo que – mais uma vez – encarar seus medos e misérias. Porém, com o passar do tempo e através da contemplação, sua maneira de enxergar a morte também foi tomando diferentes formas, dado que no momento de sua velhice, continuava fazendo aquilo que lhe era possível. Além disso, nota-se também que mesmo em momentos de dificuldades e enfermidades a monja sequer parou de batalhar e cuidar daqueles que lhes eram confiados. Em sua biografia, elaborada por Regine Pernoud, nota-se que “*enfim, sofrendo em sua enfermidade, passou felizmente deste século para o Esposo celeste no octogésimo ano de sua vida*” (PERNOUD, 2020, p. 202); enquanto isso, a mesma aceitação da morte é presente na obra de Hadot, onde “*é preciso acordar pensando que talvez não se atingirá a noite e dormir pensando que não se acordará*” (HADOT, 2014, p. 75 - inspirado em Atanásio, Vie d’Antoine).
  
8. **A unidade entre a fé e a razão:** seria um tanto quanto contraditório alguém que prega a importância do ensinamento ao próximo (bem quanto o servir e o acolher) não ajudar para que os outros obtenham sucessos em seus âmbitos de

vida. Assim sendo, pode-se dizer que além de suas características e dotes, Hildegarda buscava pautar-se também no uso da razão, de forma que esta não era contrária a fé e ao misticismo, mas agregava no intelecto daqueles que a ouviam. Pode-se citar como exemplo da utilização da razão em Hildegarda o combate feito aos que optavam por tomar rumos através da adivinhação, superstição e astrologia e os ensinamentos pelo caminho correto: *“Há uma condenação nas tentativas de adivinhação [...] e é falso que cada homem tem uma estrela particular para dispor sua vida, como o povo insensato e ludibriado quer fazer e crer.”* (PERNOUD, 2020, p. 47 e p. 48)

9. **O viver a serviço dos outros:** ao analisar-se a leitura sobre a biografia de Hildegarda de Bingen, nota-se claramente que esta não buscava “guardar” apenas para si seus talentos, mas vivia e exercia seus dons em função ao próximo, característica essa que Hadot classifica no âmbito de exercício espiritual. Assim sendo, ela age de acordo com aquilo que prega, de forma que de nada valeria suas pregações e conselhos sobre a vida em comunidade se aqueles que estivessem próximo não obtivessem seus auxílios. Além das obras culturais que foram de grande relevância, algo que se pode citar a respeito da monja e que possui influência até o hodierno são as questões medicinais e científicas. Logo, nota-se aqui pontos de semelhança com Hadot, onde a vida do homem é feita justamente para agir em prol também ao outro.

10. **A consciência de que o homem faz parte do cosmos, gerando assim uma dilatação do “eu” na infinitude da natureza, assim como Hadot também – trabalhou mas de outras maneiras:** continuando com os estudos pautados nos escritos das visões de Hildegarda de Bingen, bem como sua biografia, pode-se notar que na maioria de seus relatos o homem está presente, logo, este é compreendido como parte do meio, ou seja, parte do cosmos, da natureza. Nota-se isso em diversas pinturas também, onde questões espirituais/místicas envolvem o ser humano, bem como itens voltados ao mundo no qual ele habita. Além disso, a monja possui também a ideia de que toda natureza também exalta a humanidade, de forma que a energia que paira os humanos são até mesmo maiores do que outras obras já criadas: a energia cria então um ser repleto de

energia! Há também inscrites e relatos onde o homem localiza-se no centro do mundo, do universo, simbolizando tamanha relevância deste no cosmos, como o exemplo abaixo, onde toda energia passa pela humanidade para realizar-se também a execução de outras criações: *“A energia suprema, a energia ígnea, suscitou a criação do homem, o qual nasce corpo, alma, espírito. Tudo procede dessa vida que irradia uma tripla energia de amor, da qual o homem é um reflexo. O conjunto é exprimido com uma vivacidade, com o aspecto de uma beleza que se encontra no limite daquilo que o homem pode contemplar.”* Ela mesma – Hildegarda – choca-se com essa visão. Assim, ela escreve o homem no centro do mundo. E isto com uma precisão rigorosa: o homem está situado no centro de uma serie de círculos, um de fogo negro, o segundo claro, duas vezes mais largo que o primeiro; no seu interior, um círculo de umidade, sob o qual aparece outro, branco e denso; seis círculos formam assim uma espécie de roda imensa em torno do homem.

Conclui-se assim que há congruência entre o discurso religioso de Hildegarda de Bingen e o discurso filosófico de Pierre Hadot. Em uma série de pontos nota-se que o a vista da monja é paralela ao do filósofo, principalmente ao se tratar do sofrimento, da disposição em ajudar o próximo e de ser útil, a fim de que estas práticas gerem uma transcendência na alma e no espírito.

Mas afinal de contas, por que é tão importante traçar tais congruências entre ambos?

Apesar das diversas diferenças mencionadas, tanto temporais quanto racionais, os dois conduzem a vida – e formas distintas – rumo a transcendência (nomeada de Deus, por Hildegarda). Assim, todas as coisas que acontecem com o homem são para que de fato este evolua, enquanto todo lugar habitado e que ainda não fora descoberto servem para que o crescimento intelectual e sentimental aconteça. Com isso, nota-se que nem mesmo a morte é motivo de tristeza ou preocupação, afinal, a partir do momento que se tem certeza da morte, a vida passa a ser melhor aproveitada (argumento defendido tanto por Hildegarda quanto por Pierre Hadot). Logo, conhecer os exercícios espirituais é fazer com que toda rotina se torne edificante, que todo acontecimento do dia-a-dia seja transformado em lições e que o universo seja apenas parte do aprendizado.

Ambos estão enquadrados ao tema numa busca de fazer com que a vida não seja algo apenas passageiro, para acabar de forma triste ou trágica, mas que, pelo contrário, deve ser vista como uma festa e como uma forma de arte, pois em diferentes âmbitos – na guerra, no jardim do convento e nos estudos – há motivos para contemplação e desenvolvimento.

Ademais, conclui-se por fim que a monja deve ser ainda mais conhecida, principalmente em países da América do Sul, onde infelizmente sua fama não é tão grande. Sabe-se ainda que a Igreja Católica possui apenas quatro santas consideradas doutoras, sendo elas Teresa d'Ávila, Teresa de Lisieux, Catarina de Sena e por fim, Hildegarda de Bingen, que infelizmente não possui tanto reconhecimento em seus feitos que podem colaborar para o aprendizado do homem no hodierno e sua forma de encarar os desafios proporcionados pela vida.

Constantemente ainda pode-se colher os frutos de Hildegarda de Bingen para a sociedade. Apesar de algumas teorias – principalmente sobre o corpo humano e a medicina, como já apresentadas anteriormente – destoarem do que a ciência apresenta ao homem hoje em dia, a doutora foi responsável por transcrever muitos conhecimentos e gerar base para estudos, principalmente voltados a natureza e a evolução. Logo, se por um lado, Hildegarda é vista como “uma mulher frágil que errou em alguns argumentos e explicações”, por outro, é uma grande santa, doutora da Igreja e que contribuiu muito para o avanço do conhecimento – tanto no medievo quanto nos tempos contemporâneos.

Ao pensar-se em contemporaneidade, ainda é válido retomar possíveis reflexões acerca da pandemia vivenciada entre os anos de 2020 - 2022, onde o homem não teve tantas opções além da conformidade e de buscar novos aprendizados com o que era possível adquirir (talvez dentro de casas, com questões virtuais ou breves, adaptações de eventos, aulas e muito mais). Assim, a sociedade pôde contemplar por anos um pouco da tal conformidade que Hildegarda e Hadot mencionavam em aceitar tudo que lhes era proposto, buscando tais transcendências, progressos e compreensão de que a morte muitas vezes está próxima – bastando aproveitar assim todas as oportunidades de quando o homem ainda está vivo.

## *Referências*

BINGEN, Hildegarda de, Santa. **Scivias: (Scito vias Domini):** conhece os caminhos do senhor. [Tradução de Paulo Ferreira Valério]. São Paulo: Paulus, 2017. 969 p.

HADOT, Pierre. **Exercícios espirituais e filosofia antiga.** São Paulo: É realizações. 2014.

PERNOUD, Régine. **Santa Hildegarda de Bingen:** mística e doutora da igreja. [Tradução de Roberto Mallet]. Dois Irmãos: Minha Biblioteca Católica, 2020. 280p.

BENTO XVI, Papa. **Carta Apostólica com a qual Hildegarda de Bingen é proclamada Doutora da Igreja.** Librerie Editrice Vaticana, 2012.