

聖賀德佳·馮賓根(St. Hildegard von Bingen, OSB) 《醫療學》中的身體觀點

黃漢婷

輔仁大學天主教學術研究院助理研究員

提要

本篤會修女聖賀德佳·馮賓根(St. Hildegard von Bingen OSB, 1098-1179)於中世紀展現了她特殊的聖寵與才能。她是神學家、音樂家、科學家、醫學家、環境學家、文學家以及神視家。她的思想與中世紀的神學觀點緊密結合。主張應日益「更加認識不可理解的天主」，並主張救恩的中心為耶穌基督。她以不同的作品呈顯她的神視經驗與密契思想。除了神學著作之外，她也書寫了關於自然科學、醫學、文學等作品，並且創作了相當多的宗教音樂。她的著作展現了她特殊的世界觀以及她對於人、社會、自然的特殊關懷。本文擬聚焦於她的其中一本著作：《醫療學》當中的三篇文章〈關於宇宙的創造工程〉、〈關於健康與患病的身體〉、〈關於健康的生活方式〉進行論述，期能初步梳理出賀德佳之部分身體觀點。

關鍵詞：聖賀德佳、醫療學、神視、本篤會、信仰與身體觀

壹、前言

中世紀本篤會修女聖賀德佳生於德國博姆斯海姆（Bermersheim）的貴族家庭，為家中第十個小孩。¹她自八歲起跟隨本篤會修女尤塔（Jutta von Sponheim），於聖帝斯柏德（St. Disibodenberg）所創辦的本篤會院接受人文與基督信仰的培育。於此期間，聖賀德佳的神視能力逐漸獲得開展（*Mystische Visionen*）。（Diers, 2002: 14）尤塔過世後，聖賀德佳接管其所屬的職務，其後因修女人數逐漸增加，遂於1150年將會院遷移至魯伯德（St. Rupertsberg）。會士佛馬（Volmar）負責她的拉丁文教育。²隨後於1165年於艾賓根（Eibingen）設立第二座會院。

聖賀德佳為德國12世紀著名的傑出女性，她身兼多種身分：本篤會女修院院長、音樂家、環境學家、文學家、畫家、科學家、醫學家以及預言家。她被認為是中世紀早期所謂的「神秘主義者（*Mystikerin* / *Visionistin*）」，並於三十八歲大病之後逐漸進入了「神視」（*Vision*）的生命旅程。她的神視經驗獲得當時的教宗尤金尼烏斯三世（*Eugenius III*, 1145-1153）的支持，允許她加以記錄，並可公開地談論。她在當時被譽為「德國人的女先知」。她最為著名的著作《當知之道》（*Scivias*）是一本包含了二十六個神視之書。³ 另二部包含了神視的作品為《功勞

¹ 聖賀德佳已於2012年5月10日封聖。現任教宗本篤十六世也於10月7日的主教會議中，公開佈達聖賀德佳以及聖十字若望為教會之師。參閱梵蒂岡城於2012年5月10日所發佈的新聞「聖人聖部的頒布」“*Decress of The Congregation for the Causes of Saints*”以及本篤十六世於「天上母后：耶穌將他的聖神帶予了教會」“*Regina Coeli: Jesus sends His Spirit to the Church*”的致詞。

² 佛馬（Volmar）主要負責女性的牧靈工作，他終身幫助聖賀德佳，先為其拉丁文教師，其後擔任她的秘書一職。（Kerner, 1993: 31）。

³ 此書的中文譯名，目前已有王真心所翻譯之中文譯文，因此於本文

聖賀德佳·馮賓根 (St. Hildegard von Bingen, OSB) 《醫療學》中的身體觀點 65

生命之書》(*Liber vitae meritorum*) (1158-1163) 以及《神性工程之書》(*Liber divinorum operum*) (1163-1173)

她的神學觀點主張「更加認識不可理解的天主」，並主張救恩的中心為耶穌基督。她將創世紀天主創世工程的七天視為歷史的七個階段，「前五個階段為外邦人與猶太宗教；第六個階段為耶穌基督；第七階段則為永生」。(von Bingen, 2010: ii) 教宗本篤十六世曾對她的神學觀點，如此讚譽：「對聖賀德佳而言，世上的一切皆具有超自然的實在。整個創造指向三位一體的天主」。(Generalaudienz Papst Benedikt XVI, Vatikan, 8.Sep. 2010) 聖賀德佳對於「超自然存在」的理解顯現在她的神視經驗中，對此，她在一封寫給改革熙篤會的伯爾納德 (Bernhard von Clairvaux, 1090-1153) 的信中提及她對於神視的看法，其中隱含著她的神學觀點：

神視包容了我所有的存在。我並非憑藉著身體的眼睛觀看，而是一切在神祕的思想中自我呈顯。我清楚地體悟到福音與其他聖經中的篇章在神視中帶給我的意義，這一切就有如火焰般地在我內心與靈魂中燃燒，使我更深地了解其中聖言的蘊義。⁴ (*Epistolarium pars prima I-XC: CCCM 91*)

聖賀德佳這段文字道出了她認為神視 (她與天主的奧秘經驗) 涵蓋了她的所有存在，並且使她在這樣的經驗中超越了人感官原有的作用與界線。因此，對她而言，在神視經驗中，人的觀看並非仰賴著身體的眼睛，而是透過了另一種「眼睛」來觀看。她在這段說明中，隱約地透露出「身體」在她與天主的關係中，

中使用其翻譯，而不另行譯介此書書名。

⁴ 本文之引文皆由作者自譯。

肩負著某種「媒介」的功能；「身體」、人、天主三者具備了特殊的關係，而她眼中的「眼睛」（身體的一部分）具備了超越人體感官限制的功能。

貳、聖賀德佳關於身體的著作

欲探究聖賀德佳的「身體觀」，需先知道該如何理解她著作間的聯繫。如前所言，「身體」在她與天主的關係中，肩負著某種「媒介」的功能。「身體的眼睛」幫助她以視覺的面向感知世界；「心靈的眼睛」（神視）引領她超越身體的感知，在靈性的層面上與造物主相互連結。對她而言，「身體」負責感受所有的受造物。世界上所存有的一切，不管是花草樹木，飛禽走獸，或是萬物之靈，都屬於整個大宇宙被感知的一部分。（von Bingen, 1954: 11）她以理智、心靈與身體感受世界，並且在這些層面上，有所反思與回應。她的所有著作就如同一個身體，每一部作品就代表了身體的每一個個器官，分別在不同的層面上感受世界，回應她對於世界的理解以及她與創造者的關係。她的著作相當豐富，較為知名的作品共有十四部：如《知道上主的道路》（*Scivias*）；《神性工程之書》（*Liber divinatorum operum*）；《博物學》（*Physica*）；《功勞生命之書》（*Liber vitae meritorum*）；《醫療學》（*Causae et Curae*）；《書信》（*Liber Epistolarum*）；《歌》（*Carmina*）；《一些福音的解釋》（*Liber expositionis quorundam Evangeliorum*）；《對本篤會規的解釋》（*Regulae S. Benedicti Explanatio*）；《魯柏德的生平》（*Vita S. Ruperti*）等。⁵這些作品的內容涉及了她與天主的關係、她對生

⁵ 其他三部作品為《新書信》（*Novae epistolae*）；《聖帝斯柏德的生平》*Vita S. Disibodi*，以及一部由郭特佛德（Gottfried）以及迪特（Dieter）所共同彙編的作品《郭特佛德與特多歐德的生平介紹》（*Vita auctoribus Godefrido et Theodorico*）。此些作品之蒐錄。參閱

聖賀德佳·馮賓根 (St. Hildegard von Bingen, OSB) 《醫療學》中的身體觀點 67

活的體驗、歌詠讚頌天主、對本篤會規與對福音的解釋、她對於健康的看法，其多以拉丁文寫成。⁶ 此外，賀德佳亦以母語德語書寫了一些屬靈體驗的詩作，主題多半為她對信仰體驗的抒懷。這些著作的內容基本上顯示了她回應創造的層面為：她與天主的關係（神學作品／文學作品）；她與自然的關係（博物學）；她對身體的看法（醫療學）；她對修會靈修精神的闡釋（對會規的解釋）；她對教會禮儀的關注（音樂作品）；她與他人的關係（書信）。其中直接論及身體之作品為《醫療學》*Causae et Curae*。⁷

此部著作在當時代雖不如她的神學作品受到重視，但在上個世紀以來研究者逐漸增加。例如，Hermann Fischer從聖賀德佳為自然研究者與醫師身分的角度，闡釋她的生平 (Fischer, 1927: 381-538)；Adelgundis Führkötter探究聖賀德佳觀看宇宙的方式 (Führkötter, 1969: 135-151)；Ildefons Herwegen展現她的思想與中世紀身體觀的關係。(Herwegen, 1909: 445-446) 另外，亦有著述介紹賀德佳的《醫療學》。(Kaiser, 1903: 254)⁸ 從這些相關研究中得知，多數研究者認為此部作品最大的特色在於它同時整合了士林哲學思想以及中世紀對於醫學以及人體的重要概念，與「自然、醫學相關，更與當時的社會以及歷史相關」。(von Bingen, 2010: iii) 此作品曾於十三世紀之際出現了

(von Bingen, 1957: 322)。

⁶ 聖賀德佳的拉丁文著作多數仰賴會士佛馬 (Vollmar) 的協助。

⁷ 此部作品後來被彙整整理並亦翻譯成德語《醫療學》(*Heilkunde*)。

⁸ 另外，仍有關於聖賀德佳對色彩看法的論著，可參閱 (Meier, 1972: 245-355) 關於聖賀德佳的身體觀以及醫學方面的專著與論文從七〇年代後已逐漸增多。不過，最多研究聖賀德佳的二手文獻仍與多與神學相關。聖賀德佳的著作與相關二手文獻較為完整之整理。參閱 (von Bingen, 1954)。

所謂「哥本哈根手抄本」（Kopenhagener Kodex）⁹，其後約於二十世紀由奧圖姆勒（Otto Müller Verlag）出版社依據「哥本哈根手抄本」擷取部分內容，以聖賀德佳之母語（德語）出版為《醫療學》（*Heilkunde*）。以德語出版的版本除了對聖賀德佳的信仰、宇宙觀、醫療史，以及人類與世界的關係進行評析論述之外，同時譯介了她關於醫療學的相關著作約二十篇。內容包括：創世工程、宇宙觀、健康與病體、性別關係、人的精神狀態、營養與消化、治療藥物、健康的生活方式、醫生的德行，以及生命的圖像等。¹⁰此著作如同賀德佳其他關於自然的著作，展現了中世紀對於健康與疾病之人的看法，她認為：健康之人與生病之人皆為世界的一部份，他們彼此相繫，且同處於生態的連結系統中。疾病、健康與世界觀的建構有著緊密的關係，人類「來自於那絕對至高者……所有生命的現象須被置放於整體內觀看」。（von Bingen, 2010: 11）

對中世紀的人而言，健康、疾病和信仰脫離不開關係。多數人認為「領了洗的孩童比較能夠繼續存活，且不受疾病侵襲，不領洗則容易受到死亡的威脅」。（Kerner, 1993: 14-15）此類的想法若由二十一世紀後設的角度來觀看，或許容易將其和某種「迷信」畫上等號，然而在黑死病蔓延的中世紀，是否能夠存活，為大多數市井小民關注的重點。在當時階級分明的社會，信仰也是人們在精神上逃脫階級桎梏的唯一慰藉與力量，因為人們相信「在充滿了疾病的中世紀，世界卻被光明所包圍……

⁹ 此「哥本哈根手抄本」目前為研究聖賀德佳醫療學相當重要的文獻。參閱（von Bingen, 2010）

¹⁰ 此部作品基本上不只是翻譯聖賀德佳關於療癒的篇章，編輯加入了大量的解釋與說明幫助讀者了解她療癒觀的基礎思想時代背景。因聖賀德佳本身為德語背景，因此與其他語言譯本相較之下，德語版最接近原文（拉丁文版）。

聖賀德佳·馮賓根 (St. Hildegard von Bingen, OSB) 《醫療學》中的身體觀點 69

人們只要一進入教堂，就會被教堂中的燭光所震攝，光是如此之美與具有神聖性，天主就是光」。(Kerner, 1993: 11)

賀德佳身處如此的時代，對於身體以及靈魂有諸多體驗與反省。根據相關研究顯示，她自小對於一切肉性的享受不感興趣。(von Bingen, 1954: 306) 她雖然來自於高尚的家庭，卻對因疾病而受苦的人們心存憐憫。她認為不管是「動物、植物或者是人類、星辰與物質，一切有形可見的事物皆受到神性影響，一切都是那不可見的外顯象徵……因此，一個生病且耗弱的身體，亦可能因為神性的影響而使內在的靈魂呈現無比的光芒」。(Kerner, 1993: 23) 如此的觀點建構了她的醫療觀，她認為疾病來自於當時的世界，而健康則來自於基督信仰的力量。

參、《醫療學》中的身體觀

賀德佳在《醫療學》*Causae et Curae*中，書寫了相當多對於疾病與健康、身體與靈魂的看法。¹¹本文因時間的限制，無法處理全數的文本，而選取了其中三篇能夠直接呈顯出人的身體與世界以及創造相互攸關的論述，作為進行分析的素材。此三篇文章分別為：〈關於宇宙的創造工程〉、〈關於健康與患病的身體〉、〈關於健康的生活方式〉。¹² 第一篇說明了世界的構成，以及自然界當中萬物的關係；第二篇論述了人類在萬物息息相關的環境中該如何看待身體，健康與疾病的成因；第三篇則闡明了人類應如何照顧身體，活得健康。

在〈關於宇宙的創造工程〉一文中，賀德佳於文章的開頭即破題說明了她對創造與萬物關係的看法。她認為天主創造了

¹¹ 賀德佳此部作品 *Causae et Curae* 拉丁文翻譯為《疾病的起因與治療》，由王真心翻譯。本文另翻譯為《醫療學》。

¹² 本研究使用德語譯本為主要的研究文本。此三篇作品的德語名稱分別為：“Vom Bau-Werk des Kosmos”; “Vom gesunden und kranken Körper”; “Von der gesunden Lebensführung”。

世界所有的元素，這些元素皆存於人當中，且影響了人類。這些元素（火、空氣、水、泥土）以及其彼此的關係是：

火、空氣、水、泥土。這四個主要元素彼此相繫，無法分離，並構成了人類所謂的穹蒼。在這穹蒼當中，太陽最具有力量，她傳遞了光以及火。一些星辰則環繞其周圍分享其光芒……它們離地越近，就更能照亮我們……若空氣中存有相當大的熱度，這炙熱會導致突然間的水氣上升，並引發會帶來危險的洪水……這就好比一個在大火上的鍋子，其內會突然間沸騰，並且溢出水氣……如果空氣中熱度不高……則如小火上的鍋子，僅會產生極小的水氣。若空氣中的火與水的關係配置得當，天氣狀況就會相對穩定，就如同在適當的火候上的鍋子一般，相對穩定。（von Bingen, 2010: 56-57）

她於上述此段文字當中，表達了空氣、水與火彼此的作用與關係。她以煮水為例，說明火與水應該處於何種關係，方不至於引起災害。其文隱約透露出她認為世界主要元素彼此之間的「平衡」，可使環境產生「穩定」的樣貌。她同時也以四種風（四季）的交替與運行來說明大自然與天主的關係：

四種風在太陽之上或之下協助穹蒼的運行，彼此交替並環繞整個穹蒼……東風環繞水氣並使乾燥之地獲得雨露；西風與雲結合，保留水氣……南風留住了火氣，另萬物不至於焚毀；北風涵蓋了空間中最表層的黑暗，使這黑暗不至於超過萬物能夠承受的範圍。這四種風就如同天主的翅膀，如果它們全部同時運行，世

界上所有的元素就會因此而遭到毀壞 (complicare) 以及自行分裂 (se dividere)，如此一來，海洋會產生極大的變動，所有的水源會因此乾涸。只有透過天主的神秘之鑰，這些元素才能被鎖進櫃子當中，它們才不會以任何一種危險威脅人類，四季有時，在終末之際，一切會被潔淨，萬物能產生一種和諧之音。(von Bingen, 2010: 58)

聖賀德佳在此文中以相當多大自然的運行來說明自然與天主創世工程的關係。她想表達的重要概念無非是天主創造了世界，並且為萬物有序運行之鑰。人類無法宰制自然的變化，因其本身亦為受造者，受天主運行萬物原則的支配。她在此篇文章的最後一部分說明了人與前述元素的關係。她認為上述所提的這些構成世界的元素與方式也存在於人類的本性當中，其就如同這些元素將人類吸納於其中，因為「人類與這些元素生活在一起，這些元素也和人類緊密相連.....人類置身於萬物的網中受其影響，同樣的，人類也會影響了萬物」。(von Bingen, 2010: 69)

13

賀德佳認為萬物以及人體內部的運行與天主的意志以及特殊的決定有關。一切事物之所以有其意義，是因為天主總看顧著祂所創造的人類與工程。(von Bingen, 2010: 70)

創造將神性視為合一且永續的生命，它是所有光明的泉源與根本。這帶著光的生命只有在整個創造當中才能綻放出它的真實，能夠不斷更新並且給予此真實生動且具有光明的內涵。(von Bingen, 2010:70-71)

¹³ 賀德佳以相當多實際的例子來說明人與自然的關係，例如人與月亮的關係，人與空氣的關係等。

總體而言，賀德佳於此篇文章中，先藉著大自然的運行來闡述自然界當中所有元素相互的關係，以及其與天主創造工程的連結。其後進而闡述了自然與人類，人類與造物主的關係。基本上，對她而言，萬物與人類皆包含於創造工程中，受天主的意志所安排。一切生命只有在創造當中保持和諧的關係，才能具備其受造的意義。

在初步理解了賀德佳對萬物以及人類與創造關係的概念之後，可在此基礎上，對第二篇文章〈關於健康與患病的身體〉進行理解與分析，此篇文章與前一篇相當有關。於前一篇文章賀德佳提及了世界與創造的元素彼此之間的關係，在此篇中她將論述的焦點置於受造元素與人之間的關係。她認為這些大自然的元素同樣構成人體組織的重要內容(*compago*)。(von Bingen, 2010: 112) 火、空氣、水、泥土，這四個元素存在於人體之中，人仰賴此四者而存在，因為：

火讓人感到溫暖；空氣給與人氧氣；水承載血液；泥土構成組織。或者亦可如此理解此概念：從火中產生視力；由空氣產生聽力；由水中產生靈活；藉由土，人得以行走。如果這些元素在人體當中皆於正確的秩序中運行，那麼人體的健康即能獲得保障，如果人們不謹慎小心地照顧身體，並且濫用它，身體就可能會生病或是因此而死亡。(von Bingen, 2010: 112)

除了此四種元素之外，賀德佳於此篇中提出了人體內四種體液與身體健康的關係。「四種液說」(*vier der Säfte/the four humors*)¹⁴源自於古希臘，其主要概念為人體內存在著與身體健康相關的

¹⁴ 「四種液說」源於希臘，並由希波克拉底(Hippocrates, 西元前 460-379 年)和蓋倫(Galen, 西元 130-201 年)發揚光大，主宰西方醫學相當長的時間，約莫到了十七世紀才慢慢地式微。

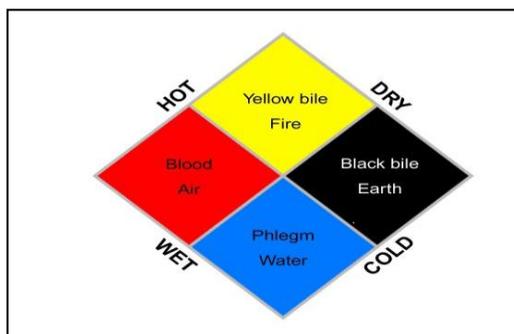
聖賀德佳·馮賓根 (St. Hildegard von Bingen, OSB) 《醫療學》中的身體觀點 73

四種體液：黃膽液 (Yellow bile/*chole*)、黑膽液 (Black bile/*melanchole*)、液 (Phlegm/*phlegma*)，以及液 (blood/*haima*)。此四種體液會因生活形態與飲食而互相消長。若在人體內四種體液達到平衡，人體就會健康。若其中一種體液過多，人就會因此而生病。此四種體液也可對應大自然的元素以及四季，例如：黃膽液 (火；夏季)；黑膽液 (土；秋季)；黏液 (水；冬季)；血液 (風；春季)。(Burton, 2001: 147)

賀德佳認為這四種體液，只要「任何一種超出它應有的範圍，人體就會因此而產生危險」。¹⁵這四種體液不僅與人的身體健康情況息息相關，同時也會影響人們外在性格的展現。例如她認為：「當乾燥高過於濕度與微溫的溫度時，此人的性格即會較為溫和……他的身體也會比較脆弱；他也就無法活得太久……倘若一個人的乾燥高過於微溫；微溫高過於濕度時……此人不管在身體或精神上都容易患病」。(von Bingen, 2010: 115) 她同時也認為人類只要能夠保持這四種體液皆在它們應有的比例配置上，就能保持健康，否則「只要此四者失衡……人就會混亂不堪，彷彿宇宙剛要生成的頭一天，一片混沌」。(von Bingen, 2010: 121)

¹⁵ 賀德佳將這四種體液劃分為四個層級，層層相互宰制，其中一個體液多過其他的亦會影響人的個性。參閱 von Bingen, 2010: 113。

（四種體液）¹⁶



（四種體液不同分配方式所產生的外在個性）



賀德佳於此篇文章所講述的身體觀點，由第一篇文章探討

¹⁶ 下列此二圖主要描述古希臘時代的四種體液的分配圖，以及分配比例不同時人的個性。其並非出自聖賀德佳之書，筆者援引此二圖主要作為與聖賀德佳論述之交互參照。圖片出處：<http://en.wikipedia.org/wiki/Humorism>。2012.11.9, p.m.23:12。

聖賀德佳·馮賓根 (St. Hildegard von Bingen, OSB) 《醫療學》中的身體觀點 75

宇宙與人的關係，進入了所謂的小宇宙（人體內部的運行）。在此篇文章中她說明了四種體液的均衡與人體健康的關係，而未詳盡地說明該如何保持這些體液相互的均衡，不過，她仍然對此提出了一個秘訣，告訴人們面對內在體液失衡時該如何處理：

只要人們在正確的道路上，合宜地處理善與惡，那麼他們就體現了天主的恩典，就如同其本來就為人類預備的。假若上述所提的所有元素所造成的後果入侵了人體，那麼人們會因為這痛苦而悲嘆哀號……隨後天主的恩典必會臨在他們的身上，對其有所幫助。(von Bingen, 2010: 120)

對賀德佳而言，她看重人與自然、宇宙的關係，亦看重人身體內小宇宙的運行是否均衡。儘管她以各種不同的例子與情況說明「失衡」對人體造成的影響，不過，對她而言，人們因為身體或心靈所遭受的痛苦，終究會在天主的恩典中獲得救援。

接續前兩篇所提及的內容，第三篇文本〈關於健康的生活方式〉，主要論述賀德佳對於保持身體健康的看法。她對此的主要概念來源有二：以中世紀傳統 (Diaeta Theodori) 的營養學規例，以及本篤會的會規。(von Bingen, 2010: 275) 其中尤以本篤會的會規最為重要。賀德佳認為，疾病與一個人的生活態度是否健康有相當大的關係。而人體具有自然調節的機制，就好比身體內在秩序的混亂時，身體的復元機制會以疼痛加以警示，於是一股反抗疾病的機制會於人體中啟動，進行所謂的「靈魂的綠化」(viriditas animae)。(von Bingen, 2010: 276)

賀德佳為了讓會院中的修女擁有健康的生活，制定了一套會規，載明應有的生活原則。這原則就是「跟隨基督，這位最偉大的醫師與世界的救贖者」。(von Bingen, 2010: 276) 同時，

她也認為聖本篤（St. Benediktus）在聖神的引導之下，實踐了最理想的生活態度。此生活態度既不會過於高遠，難以實踐，也不會過於隨性，其恰到好處，就如同「車輪的中心點」一般。

（277）對於聖本篤的生活方式，她如此評論：

這種生活態度所建構的典範就肖似那知名的車輪（rota）。世界、宇宙的秩序、所有歷史的脈動，以及人類大大小小具體的活動皆圍繞著它而運行，人類應隨著這運行，將其生活的態度以這車輪的中心點為依歸……如此一來沒有什麼事會令人緊張……一切事物會在沒有任何掙扎與怪異的情況下，自然進入身體運行的中心點……並因此顯示出天主的大能（circumiens potestas Dei est）……許多規範的制定者將生活的標準訂的太高，使得一般人根本就無從了解且不願意加以注意。本篤提供了一個溫和且符合中庸之道的方式：他將所有規範的神聖性置放在一切的愛內，這使得他那貞潔的樣貌在同時代中講究華麗與享受的人當中，具有相當的特殊性（von Bingen, 2010: 277）

賀德佳認為聖本篤所制定的生活方式，可在靈性與身體上符合人類生活的整體需求。不管是談話或靜默；進食或守齋；休息或者清醒；祈禱或者工作的方式，都能夠幫助人們善度一個健康的生活。（von Bingen, 2010: 275）¹⁷

關於「工作與祈禱」，賀德佳認為若能妥善的分配此二者的比例，足以讓人善度充滿活力的生活。因為，工作使人成為天主的工具，而祈禱能夠幫助人們在工作之餘，透過靜默滌淨紛亂的思緒與靈魂。她同時也認為人們應該妥善地運動。在她

¹⁷ 希爾德加在此章節以不少的篇幅逐項說明本篤所制定的生活方式。

聖賀德佳·馮賓根 (St. Hildegard von Bingen, OSB) 《醫療學》中的身體觀點 77

眼中，她認為健康的運動可以是：「拿起你的鋤頭，替田地翻土。這十分重要，因這就像是你要種花之前，必須先除草」。

(278) 此外，聖賀德佳也論述了何種穿著能帶來健康；男女之間合宜的來往亦能帶來健康等。(von Bingen, 2010: 281)¹⁸ 她於本章的末尾總括的說明了什麼事物對醫療學來說具有重大意義：

我們不應把醫療學導向古怪的神秘中，而應該把它和人體的自然的運作系統相互結合……靈魂適切的脈動、身體感官的運作，這些都屬於人的活動 (quod totus homo est) ……靈魂無法使身體做出超過極限的事情；沒有了靈魂，身體也無法有任何功能……整個五官的運作也無法與上述兩者分離。(von Bingen, 2010: 281)

賀德佳在此篇論述中，所提出的身體觀點，與她身受中世紀身體觀點之影響以及本篤會的生活方式有相當大的關係。此生活方式的基礎思想與前兩篇所講述的人與宇宙、人與天主，以及人與自身的「均衡論」亦相互呼應。(von Bingen, 2010: 11) 這「均衡論」即為中世紀修院內思考人與自然以及創造之間關係的主要觀點，這樣的思考同樣也反映出聖賀德佳看待身體的方式。她運用實際的例子，將她所思考的「均衡論」導入身體與靈魂、人與人，以及人與宇宙的關係當中。

肆、結語

聖賀德佳的作品浩瀚，涉獵範圍之廣令人驚訝。不過在她的作品中，卻可看出一以貫之的信仰以及生命觀點。她承襲了中世紀的宇宙觀，將所有事物視為一個整體，一切指向創造，

¹⁸ 賀德佳認為男女在彼此成熟的情況下合宜的來往有助於身體的健康。此外，在中世紀的觀點中，缺乏性行為會使人產生疾病。

指向天主，並以祂為依歸，如此的思想與中世紀的神學觀點脫不開關係。因此，她認為「疾病來自於人的世界；健康來自於信仰的力量」。（von Bingen, 2010: vi）因為在充滿疾病的中世紀，環繞在她們周圍的光是人們健康與希望的泉源。這樣的觀念於此三篇文章中，亦相當清晰可見。第一篇所傳達的主要概念是人包含在自然的運行當中，而此自然又在天主所安排的創世工程的韻律裏；第二篇聖賀德佳關注人的身體不僅需與自然保持和諧，亦仰賴內在小宇宙的和諧。此二篇傳達的內涵比較是關於人的身體如何運作的概念性講述，第三篇她則以具體的方法，說明如何運用一些鍛鍊身體與心靈的方式來保持身心靈的平衡。

此三篇文章顯示了聖賀德佳透過信仰的眼光看待生命與身體的方式。對她而言，人類的身體可說是大宇宙當中的一個元素，而此元素的內在同樣也具有大宇宙運行的規律與準則。對她而言，世界上的任何事物都不可孤立來看，因為每一個微小的事物都在天主的創世工程中，具備獨特的功能。因此，她如此認為：「所有在天主創世計畫內的事物，互相效力，給與彼此生命的解答」。（von Bingen, 2010: vi）聖賀德佳以「均衡」與「整體」的宇宙觀看待身體以及世界的角度，可為現代的社會提供另一種看待身體，生命以及創造的可能觀點。這樣的觀點在許多近代的研究者的看法中，與東方的中醫看待人體與環境的看法有諸多近似之處，然而此議題因本文受限於篇幅，尚需另外行文探究之。

參考文獻

- von Bingen, Hildegard (2010). *Heilkunde*. Salzburg: Otto Müller Verlag.
- . (1954) *Scivias: Zum Wirken der Weisheit - Wisse der Wege*. Germany/Eibingen: Eibingen Abtei St. Hildegard von Beuroner Kunstverlag
- (1986) *Liber Vitae: Meritorum Der Mensch in Verantwortung*. Wien/Salzburg: Otto Müller Verlag.
- (1998) *Liber divinatorum operum: Das Buch von Wirken Gottes*. Germnay/München: Pattloch Verlag.
- Benedict XVI (2005). Address: “Regina Coeli: Jesus sends His Spirit to the Church”. Vatican City: Dec. 7.
- Benedict XVI (2012). “Decress of The Congregation for the Causes of Saints-Hildegard von Bingen”. Vatican City: May, 11
- Benedict XVI (2010). General Audience: “Eine weise und mutige Frau Prophetin und Gesandte Gottes”. Vatican City: Sep. 8.
- Burton, Robert; Holbrook, Jackson (2001). *The Anatomy of Melancholy*, Book I, New York: New York Review Books.
- Diers, Michaela (2002). *Hildegard von Bingen*, 4. Aufl. Gernmay/München: Deutsche Taschenbuch Verlag.
- Fischer, Hermann(1927). “Die heilige Hildegard von Bingen. Die erste deutsche Naturforscherin und Ärztin. Ihr Leben und Werk”. in: *Beiträge zur Geschichte und Literatur der Naturwissenschaften und Medizin*, H. 7/8, pp.381-538.
- Führkötter, Adelgundis (1969). “Hildegard von Bingen. Kosmische Schau”. in: *Große Gestalten christlicher Spiritualität*. Hrsg. Von Josef Sudbrack u. James Walsh. Germany/ Würzburg, pp. 135-151.

Herwegen, Ildefons (1909), “Kanon des menschlichen Körpers”. in:

Repertorium für Kunstwissenschaft 32, pp. 445-446.

Kerner, Charlotte (1993). *Alle Schönheit des Himmels*.

Swissland/Weinheim und Basel: Beltz Verlag.

Kaiser, Paul (1903). *Hildegardis Causae et curae. Lipsiae*.

(Bibliotheca Teubneriana)

Meier, Christel (1972). “Die Bedeutung der Farben im Werk

Hildegards von Bingen”, in: *Frühmittelalterliche Studien* 6,

pp. 245-355.

Scaraffia, Lucetta (2012). “The equivalent canonization of

Hildegard of Bingen”.in: *L'Osservatore Romano*, May 11.

Vatican/Vatican City

The Views on “Body” in *Causae et Curae* by St. Hildegard von Bingen, OSB

Sonja HUANG Mei-Ting
Assistant Research Fellow, Fu Jen Academia Catholica

Abstract

St. Hildegard von Bingen OSB has shown her special point of view and talent to feel the world. She was a theologian, musician, scientist, medical doctor, environmentalist, the writer and had ability of *mystical vision*. Her way to realize the world could not be separated from the medieval theology. According to her opinion, Jesus Christ is the center of salvation. Her works express her experiences of *mystical vision*. Beside of theology writings, She had written works about science, medicine, literature, and composed sacred music. Her works reveal her special ways to realize the creation and her concern on human being, society and nature. This paper focuses on her work: *Causae et Curae*. Three articles in this work “Vom Bau-Werk des Kosmos”, “Vom gesunden und kranken Körper”, “Von der gesunden Lebensführung” will be explored for presenting her views of body.

Keywords: St. Hildegard von Bingen OSB, *Causae et Curae*, *mystical vision*, faith and body

