



Bulletin d'information 34

Chers Amis de sainte Hildegarde, à l'occasion de cette newsletter, nous vous annonçons que les groupes de partage pourront débuter en janvier.

Nous invitons aussi les anciens membres à renouveler leur adhésion s'ils le souhaitent.

Fraternellement,

Le bureau

Les tempéraments et sainte Hildegarde

D'où viennent les connaissances de sainte Hildegarde ?

Quel est le tempérament de sainte Hildegarde ?

Hildegarde connaît-elle les tempéraments décrits par les anciens ?

Sainte Hildegarde délivre-t-elle un message original sur les tempéraments ?

Est-ce que la connaissance ancienne des tempéraments a une influence sur la psychologie d'aujourd'hui ?

Sainte Hildegarde aime décrire les créatures avec leur *viriditas* et leur subtilité. Une créature est ce qui a été créé, donc les minéraux, végétaux, animaux et les hommes sont tous des créatures. Une créature a d'après elle, une nature chaude, froide, sèche ou humide.

Toute créature a une force vitale c'est la *viriditas* et toute créature a une *subtilité*, c'est-à-dire un caractère propre. Hildegarde est la seule à utiliser les termes de *viriditas* et de *subtilité* pour qualifier les créatures.

D'où viennent les connaissances de sainte Hildegarde ?

Sainte Hildegarde à la fin du *Livre des Œuvres Divines* écrit à propos d'elle : « Elle mène une existence de servante, sous l'inspiration de l'Esprit Saint. Sa **complexion est aérienne**, c'est que le livre de la vie (...) n'est pas le fruit de la doctrine quelle qu'elle soit d'une science humaine mais selon son désir et de **manière miraculeuse**, le fruit de cette figure de femme, naïve et sans instruction ^[1]. »

Hildegarde est imprégnée de la culture du XII^{ème} siècle, mais elle n'a pas étudié les livres des anciens. Ce qu'elle reçoit est directement dicté par l'Esprit Saint.

L'esprit Saint confirme que les notions reconnues comme les quatre tempéraments et la nature chaude, froide, sèche ou humide de chaque créature est vraie. Par exemple, dans le livre *Causes et Remèdes*, sainte Hildegarde écrit à l'instar des Grecs : « Il y a seulement quatre humeurs... de même que le monde est fait de quatre éléments qui s'harmonisent les uns avec les autres ^[2] . »

Quel est le tempérament de sainte Hildegarde ?

Il est important de connaître son tempérament pour l'équilibrer et cela permet de mieux vivre en harmonie avec son environnement.

Nous pouvons lire dans la citation 1 : « son **teint est aérien** ». La complexion aérienne correspond au tempérament sanguin donc sainte Hildegarde était de tempérament sanguin.

Hildegarde connaît-elle les tempéraments décrits par les anciens ?

Depuis l'Antiquité, on a observé et décrit quatre tempéraments.

Au Ve siècle avant J.-C., Hippocrate, souvent considéré comme le père de la médecine, a élaboré la théorie des quatre humeurs pour expliquer les différences de tempérament chez les individus. Selon lui, l'équilibre ou le déséquilibre de ces humeurs influençait directement la santé et le caractère d'une personne. Il identifia ainsi quatre tempéraments principaux :

1. **Sanguin** : Associé à l'élément air et au sang, le tempérament sanguin est caractérisé par une nature optimiste, sociale et enthousiaste. Les individus sanguins sont généralement chaleureux, communicatifs et aiment être entourés.
2. **Colérique** : Lié à l'élément feu et à la bile jaune, le colérique est énergique, passionné et parfois irritable. Ces personnes sont souvent ambitieuses, déterminées et prêtes à prendre des initiatives.
3. **Mélancolique** : Correspondant à l'élément terre et à la bile noire, le tempérament mélancolique est introspectif, analytique et souvent enclin à la réflexion profonde. Les mélancoliques peuvent être perçus comme sérieux, sensibles et perfectionnistes.
4. **Flegmatique** : Associé à l'élément eau et au flegme, le flegmatique est calme, posé et détendu. Ces individus sont généralement fiables, pacifiques et préfèrent éviter les confrontations.

Sainte Hildegarde délivre-t-elle un message original sur les tempéraments ?

A l'époque de sainte Hildegarde toutes les personnes cultivées connaissaient l'existence des quatre tempéraments.

Cependant, sainte Hildegarde avec son inspiration divine apporte des précisions que l'on ne retrouve pas chez des auteurs qui la précèdent^[3]. En effet, elle précise qu'il y a un tempérament dominant et un sous-dominant, cela fait donc douze tempéraments possibles.

Hildegarde nous dit que le tempérament est inné elle explique : « une graine de blé donne du blé, une graine d'avoine donne de l'avoine. » C'est-à-dire que si au départ nous sommes sanguin par exemple, nous le resterons.

Dans un des livres composant le *Livre des Causes et Remèdes*, sainte Hildegarde décrit les tempéraments et le premier aspect quelle note est l'aspect du cerveau qui diffère selon le tempérament de la personne^[4]. Les colériques ont le cerveau fort et épais, les sanguins le cerveau chaud, les mélancoliques le cerveau épais avec des membranes et des veines agitées, les flegmatiques ont un cerveau épais, blanc et sec au point que les veines sont plus blanches que rouges.

Aussi, l'aspect du sang peut donner des indications sur le tempérament : il est plus ou moins noir, mousseux, épais, blanc...

Est-ce que la connaissance ancienne des tempéraments a influencé la psychologie moderne?

Bien que la classification d'Hippocrate soit ancienne, elle a influencé de nombreuses théories ultérieures sur la personnalité.

De nombreux auteurs jusqu'à aujourd'hui y ont fait référence comme Platon (-340), Aristote (-325), Galien (200), Adickes (1907), Springer (1914), Kretschmer (1921), Fromm (1947), Keirsey (1987), Alexandre Dianine-Havard (2015).

Alexandre Dianine-Havard, né en 1962, avocat français d'origine russe et géorgienne travaille actuellement sur les tempéraments d'Hippocrate. Il a écrit *Du tempérament au caractère* et *Le leadership vertueux*, les deux livres sont aux éditions Le Laurier.

Certains auteurs ne font pas référence aux anciens tempéraments mais décrivent quatre types de personnalités.

Ned Herrmann cite quatre démarches de pensée qu'oriente un quadrant cérébral privilégié par la personne : Cortical Gauche, Lymbique Gauche, Lymbique Droit ou Cortical Droit[5]. On reconnaît dans chaque cadran les traits d'un des tempéraments décrit par Hippocrate.

Eric Braverman montre qu'il y a quatre types de personnalités chacune ayant un neuromédiateur plus privilégié^[6].

Ces neuromédiateurs sont la dopamine, l'acétylcholine, le GABA, la sérotonine.

Chaque tempérament présenterait une imprégnation hormonale un peu différente.

Si l'on fait un parallèle avec les tempéraments on pourrait poser l'hypothèse que l'imprégnation dominante est : la sérotonine pour les sanguins, la dopamine pour les bilieux, le GABA pour les flegmatiques, l'acétylcholine pour les nerveux.

Il s'agit toujours de la description de quatre types de personnalité relatés dans un vocabulaire propre à chaque auteur.

Quel outil est très utilisé actuellement pour connaître sa personnalité ?

Les théories de la personnalité ont toujours fasciné les penseurs, cherchant à comprendre les divers comportements humains.

Le MBTI, qui découle du travail de Carl Jung⁷, est utilisé actuellement comme outil de développement personnel. Il est lui aussi issu d'un travail d'observation des tempéraments fait par les hommes depuis des siècles.

En combinant des attitudes et fonctions, Jung a identifié huit types psychologiques principaux

Ces typologies ont servi de base à des instruments modernes d'évaluation de la personnalité, tels que le Myers-Briggs Type Indicator (MBTI), et continuent d'influencer la psychologie contemporaine.

En conclusion, bien que les approches d'Hippocrate et d'Hildegarde diffèrent par leur contexte historique, toutes deux offrent des perspectives précieuses pour comprendre la diversité des tempéraments humains. L'approche de sainte Hildegarde inspirée par l'Esprit Saint est originale et unique, elle confirme la justesse de la description classique des tempéraments tout en ajoutant des subtilités importantes.

Auteur : Marie Cécile Fonlupt

[1] H. de Bingen, *Livre des Œuvres Divines*, Albin Michel, 1989, p.216.

[2] H. de Bingen, *Les causes et les remèdes, La santé*, Grenoble, J. Millon, 2007, p.77.

[3] S. Gouguenheim, *La sibylle du Rhin*, Paris, Publications de la Sorbonne, 1996, p. 61.

[4] H. de BINGEN, *Les Causes et Remèdes*, Jérôme Million, 2007, p. 92.

[5] M.J.CHALVIN, *Deux cerveaux pour la classe*, Nathan, ISBN : 209 120 523-0

[6] E. Braverman, *Un cerveau à 100%*, Vergèze, T. Souccar, 2007.

[7] Carl Jung était influencé par les enseignements du médecin alchimiste Paracelse"

Carl yung pratiquait l'ésotérisme, mais l'approche des tempéraments reprise par ce courant ésotérique découle de l'enseignement traditionnel.