

Trotula de' Ruggieri

Di Giulietta figlia di Amedea (medica agopuntrice)



Siamo intorno all'anno Mille a Salerno dove è già fiorente la Scuola Medica più accreditata in quei secoli le cui origini si perdono nella notte dei tempi.

Per quanto la leggenda narra del suo inizio dall'incontro di quattro uomini di diversa provenienza, un romano, un ebreo, un arabo e un greco per spiegare la fusione di elementi del mondo antico bizantino ed islamico presenti nella cultura sanitaria salernitana, come Scuola delle Donne® riteniamo che l'origine della Scuola sia legata alla creazione di un sodalizio tra le *mulieres*, donne di medicina dedicate principalmente all'assistenza della nascita ed esperte nell'utilizzo delle erbe e delle piante come cura.

Questa ipotesi è avvalorata dallo studio di Fabio Garuti che nel suo libro "Le streghe di Benevento: la grande bugia" riporta la vicenda storica della deportazione di 45.000 persone di origine celtica dalla Liguria nel territorio del beneventano avvenuta ad opera dei Romani nel 180 a.C. confermando la presenza in questo luogo del druidismo femminile depositario di quelle antiche conoscenze che per tramando potrebbero essere state continuate dalle *mulieres salernitanae*.

La città di Salerno è un importante centro di scambi commerciali nel cuore del Mediterraneo e capitale del principato longobardo dove si sviluppa quel sincretismo culturale che ha caratterizzato il Mezzogiorno d'Italia durante il Medioevo ed oltre alla posizione geografica all'epoca cruciale è dotata di un clima notoriamente salubre.

La Schola Salerni, fondata probabilmente nell' IX secolo ,raccolse effettivamente il meglio della tradizione latina, greca, araba, ebraica dimostrando un marcato cosmopolitismo con una contaminazione dei saperi, generatrice di unione e non di divisione e il tutto all'insegna della laicità.

Nei primi secoli di attività della Scuola salernitana non c'è produzione letteraria in quanto all'inizio ha un indirizzo essenzialmente pratico fondato sulla quotidiana attività clinica che utilizza nella cura un'ampia conoscenza erboristica.

La Scuola fonda i suoi principi sulle teorie umorali di Ippocrate (460-370 a.C.) dell'isola di Coa in Grecia e di Galeno (129-216 d.C.) romano di Pergamo, Turchia i quali avevano tradotto gli elementi

costitutivi del mondo della filosofia greca antica (Aria Acqua Fuoco Terra) nei fondamenti della medicina riconoscendo ciascuno di quegli elementi in uno o più organi ed attribuendo ad essi una coppia di caratteri: Aria calda e umida, Acqua fredda ed umida, Fuoco caldo e secco, Terra fredda e secca.

Ogni parte del nostro corpo gode di un equilibrio dei quattro caratteri e se tale equilibrio si altera o modifica si ha la malattia.

L'arte della medicina prova a ristabilire quell'armonia perduta che è all'interno di una armonia più ampia, quella cosmica: la malattia quindi rappresenta la rottura di un equilibrio e non il frutto della colpa e del peccato.

Da "Io, Trotula" di Dorotea Memoli Apicella, cito

"L'anno del Signore 1020 il primo giorno del mese di settembre, l'ora seconda del mattino, poco dopo il sorgere del sole e sotto il regno di Guaimario III, principe longobardo a Salerno ecco Trotula che si presenta

Posso ben dire che in me pulsano tre cuori: uno longobardo ereditato da mia madre, della stessa fara dei principi di Salerno, uno normanno ereditato da mio padre, figlio di Ruggero, che fu uno dei quaranta Normanni venuti a salvare Salerno dall'invasione dei Saraceni nel 999, uno greco ereditato da Rodelinda, nonna materna, discendente da parte di madre da una facoltosa famiglia bizantina della Calabria.

In verità proprio per questa complessa genealogia, non si può dire che le mie radici polietniche non mi abbiano impresso alcun segno, perché nel corso della vita le ho sentite spesso aggrovigliate nel mio seno e contrastanti nella mia mente, tanto da crearmi non pochi problemi.

E forse per influsso di tante culture diverse, la mia intelligenza già fervida in tenera età, si conformò a tutte le virtù congenite che si manifestarono in me giorno dopo giorno, sì da farmi raggiungere una versatilità eccezionale, almeno a detta dei miei contemporanei."

Trotula trascorre una infanzia felice cresciuta nel cuore dell'Hortus Magnus (Giardino di Minerva), una delle zone più belle della città per la sua rigogliosa vegetazione ed anche il più antico orto botanico d'Europa dove è possibile coltivare ogni tipo di erba medicinale nota nell'XI secolo, vivendo dentro una grande villa con fiorenti giardini ed in grande simbiosi con la Natura.

La nonna materna Rodelinda longobarda ma in realtà di stampo tipicamente bizantino venutole dalla madre Teodora la più dotta delle *mulieres salernitanae* la inizia alla conoscenza delle piante e delle erbe.

Nell'immensa distesa dell'Hortus, la vegetazione produce spontaneamente una quantità incalcolabile di erbe medicinali e la nonna trascorre il suo tempo con lei e le sue cugine portandole alla conoscenza delle varie piantine attraverso anche il racconto di miti e leggende del mondo classico.

Osservano insieme le *mulieres rhizotomoi* (addette al taglio delle radici) mentre raccolgono, sempre nell'Hortus Magnus, le erbe, le tagliuzzano, le essiccano e le studiano, riempiendo cesti di vimini, sacchi di tela, orci di terracotta da trasportare a sera *nell'armarium pigmentorum* che è la

dispensa per droghe, erbe e succhi d'erba, cioè la spezieria o farmacia monastica in cui i “*simplici*” sono conservati essiccati e pronti all'uso. I “*simplici*” sono costituiti dall'insieme dei singoli rimedi utilizzati nelle diverse preparazioni erboristiche.

Questa raccolta destinata ai vari monasteri è senza ricompensa perché le raccoglitrice hanno l'unico scopo di curare e sanare le malattie e accompagnano la raccolta con una invocazione a bassa voce “Terra Mater, magna dea, multas herbas nobis dona ad curanda omnia mala (Terra Madre, grande Dea, donaci molte erbe per curare tutte le malattie).

Crescendo, la Natura diventa per Trotula il suo elemento dominante e da qui le numerose letture e ricerche nelle biblioteche monastiche e laiche, la continua osservazione dei “*giardini dei semplici*” della città e l'esplorazione delle piante dei boschi e dei monti circostanti, tutte conoscenze arricchite dalle visite a dotte e dotti del tempo per avere spiegazioni ed insegnamenti preziosi.

Da questa passione scientifica e per l'influenza della bisnonna Teodora - la più sapiente e anziana delle *mulieres salernitanae* come già ricordato, che molto anziana si era ritirata in solitudine - ecco l'inizio della frequenza e degli studi presso la Scuola Salernitana all'interno della quale riesce a primeggiare come allieva, unica donna tra tanti uomini.

Tuttavia anche lei come tutte le donne del tempo deve sottostare ad una ferrea consuetudine per coprire alla fine del corso di studi il ruolo di *Medica* e di *Magistra*.

“Nulla mulier artem medicam exercere potest sine mariti vel monasterii tutione” che tradotto vuol dire chiaramente che se una donna voleva esercitare l'arte medica doveva sposarsi o farsi monaca.

Il suo matrimonio è deciso dal principe di Salerno Guaimario IV e dal *Protomagister* Garioponto illustre medico della Scuola e Trotula non si oppone all'inesorabilità del suo destino di donna del tempo perché sente che la sua città al femminile - donne, fanciulle, donne nubili, spose e madri - l'attende e spera in lei.

Dal matrimonio con Giovanni Plateario, già famoso medico della Scuola e più anziano di lei nascono tre figli di cui due Giovanni il Giovane e Matteo diventeranno famosi *Magister* della Scuola e scriveranno opere importanti utilizzate anche nei secoli successivi.

L'esperienza delle gravidanze, delle nascite e della cura dei figli sviluppa in lei sempre maggiore conoscenza e dedizione all'arte medica indirizzata in particolare alle donne.

Nella sua posizione di *Magistra* oltre che di *Medica* della Scuola, che le riconosce il suo grande valore, promuove l'istituzione di molti *infirmari* (centri di cura e ricovero) per accogliere tutti i malati all'esterno dei monasteri, tradizionali luoghi di cura dove vigono regole rigide che proibiscono alcune terapie ed escludono completamente l'accesso alle donne.

E la fama della *Medica* Trotula in città ed oltre è tale per cui per la prima volta nella storia dei monasteri le viene conferita la nomina di *Magistra* delle monache e delle novizie che intendono specializzarsi nelle arti mediche ed esercitarsi negli *infirmari* (luoghi come già detto di ricovero e cura per infermi) e negli *hospitia* (luoghi di accoglienza ed ospitalità) dei monasteri stessi.

Gli *infirmari* promossi da Trotula sono corredati di laboratori e “*giardini dei semplici*” che prima erano anche questi unicamente appannaggio dei monasteri ed inoltre Trotula promuove il verde

ovunque: le case vengono circondate da orti o se ciò non è possibile si creano erbari in un cantuccio presso l'uscio di casa su terrazzi o balconi in vasi di terracotta, in secchi ammaccati o in mastelli adattati di cui soprattutto le donne si occupano con la consulenza preziosa di Trotula e delle sue assistenti così che quasi ogni famiglia ha la possibilità di curarsi senza troppe spese.

La sua attività di *Magistra* si esprime quotidianamente nella pratica dell'insegnamento costante alle *mulieres salernitanae* figure caratteristiche della Scuola, se non addirittura fondatrici, emule delle più antiche *mulieres del Silarus* che incontrarono Ippocrate (460-370 a.C.) il quale inizialmente filosofo si era poi dedicato unicamente allo studio dell'arte medica e per questo aveva molto viaggiato, spinto dall'amore per la scienza, giungendo ad Elea nella Magna Grecia. Ad Elea le *mulieres* gli avevano rivelato la loro scienza pratica e ne avevano ricevuto in cambio l'insegnamento dai suoi Aforismi, la massima del suo sapere medico.

Da queste lontane origini le *mulieres salernitanae* mantengono nel loro substrato culturale, insieme alla devozione ad Hera, Demetra e Pomona personificazioni della Madre Terra, anche i precetti ippocratici acquisiti nella loro cultura e rinforzati dalla loro *magistra* Trotula che si rivolge a loro e agli allievi con un linguaggio scientifico chiaro, semplice, accessibile, pratico suggerendo indicazioni dettagliate, riferimenti precisi ad alcuni ingredienti prodotti anche in altri paesi e cito da "Io, Trotula di Dorotea Memoli Apicella

"mettila in aceto dove sia stato versato quell'inchiostro che si prepara in Gallia", oppure a pratiche già utilizzate da medici di diversa nazionalità "un medico di una regione della Francia faceva così", "il medico Giustiniano prescrive contro questo disturbo...", "Paolo, invece insegna a confezionare questo pessario..." si prenda quindi una purga come consiglia Teodorico o Paolino "ecco cosa prescrive Cofone" e tutto ciò nella profonda convinzione che nella mescolanza dei saperi si sarebbe manifestata la vera scienza.

E per questo delle *mulieres* spicca la loro plurietnia, specchio di quella vigente nella città di Salerno, con la presenza oltre alle saracene, delle ebreo, le greche, le latine, le indigene, le normanne, le longobarde ed altre provenienti dalle lontane terre orientali.

La loro lingua comune è il latino un po' classico e un po' volgare a seconda delle espressioni tecniche da usare.

Nel lo sviluppo della Scuola si procede anche alla compilazione delle nuove regole mediche crescenti di giorno in giorno con la stesura dell'opera *Regimen sanitatis o Flos medicinae Scholae Salernitanae* cui Trotula in larga misura contribuisce con revisioni e modifiche

Il proemio dice così:

"Se vuoi star bene, se vuoi viver sano, scaccia le gravi preoccupazioni, ritieni nociva l'ira, sii moderato nel bere, mangia con moderazione. Alzati dopo pranzo ed evita il sonno pomeridiano. Se ti vengono meno i medici, ti siano per medici queste tre cose: l'animo lieto, il riposo e la dieta moderata."

Grande impulso legato alla vivacità della naturale curiosità di Trotula viene dato al laboratorio dell'*Hortus Magnus* dove fervono sempre i lavori di ricerca, gli esperimenti botanici, i test di

laboratorio, gli arrivi di materiali nuovi anche da terre molto lontane con nuove ricette e notizie scientifiche.

E' arrivato per Trotula il tempo di trascrivere le sue conoscenze relative alle malattie e alle terapie da lei praticate e consigliate anche a tutti coloro che le richiedono consulenze in Italia e in Europa.

Si accinge quindi a preparare un'opera scientifica indirizzata alle donne descrivendo le problematiche delle donne stesse che numerose e di ogni condizione sociale si rivolgono a lei per l'eccellenza delle sue conoscenze dandole così, attraverso la sua molteplice esperienza acquisita, l'opportunità di affinare abilità diagnostiche e terapeutiche.

Con vigore indirizza quindi lo studio oltre che all'utero - alveo della concezione e della crescita dell'essere umano - e al mestruo, anche all'approfondimento delle conoscenze sulla procreazione e sugli eventuali impedimenti, illustrando inoltre il caso della sterilità dell'uomo cosa mai prima conosciuta o accettata.

Pur essendoci nel corpo delle donne e degli uomini gli stessi umori occorre considerare la loro diversità fisiologica con risvolti sia sul piano morale che fisico.

Prima di tutto viene descritta la singolarità del corpo femminile per le sue forme e poi per quanto riguarda gli organi interni si definisce come più importante l'utero che insieme alle mestruazioni esercita sul fisico delle donne un influsso preponderante.

Le antiche *mulieres* affermavano che la maggior parte delle malattie derivavano dall'utero così come, dal suo buon funzionamento, la salute.

Le donne greche chiamano l'utero metra, le latine matrix la stessa radice di mater, madre.

Molto interessante questa centralità data all'utero, metra matrix mater, come fonte di creatività non solo biologica ma in senso ampio come possibilità e capacità di concepire e realizzare progetti, sogni, utopie.

Questo aspetto, assieme ai collegamenti che l'utero ha con il resto del corpo, non viene attualmente forse mai valutato fino in fondo prima della decisione della sua asportazione chirurgica.

Nasce il trattato *De Passionibus mulierem ante, in et postpartum* (Sulle malattie delle donne prima durante e dopo il parto) che è un vero e proprio manuale di ostetricia, ginecologia e puericultura elevate a discipline mediche attraverso cui Trotula apporta ulteriori conoscenze all'esperienza delle *mulieres* che svolgono in gran parte l'attività di levatrici.

IL trattato descrive le malattie delle donne ed in particolare dell'apparato riproduttivo cui i medici maschi dedicano meno attenzione per quel senso del pudore sia soggettivo che sociale, medico e non solo, legato alla cultura imperante che impedisce loro di studiarle e di intervenire clinicamente in maniera diretta.

Il suo intento è quello di rivolgersi alle donne dei vari ceti ed età con l'intento di liberarle dalle reticenze e dalle ipocrisie di secoli permettendo l'incontro con verità mai dette e la soluzione di problemi mai risolti.

Quello sguardo di grande comprensione per il suo stesso essere donna e quindi a provare su di lei le situazioni femminili dà vigore alla sua forza anche di “formazione” delle donne stesse.

Ad esempio nella tradizione medioevale si riteneva che le donne mestruate potessero avere un influsso negativo sull’ambiente circostante e Trotula ne parla in modo decisamente diverso definendo le mestruazioni “fiori”

Dal *De Passionibus mulierem ante, in et postpartum* di Trotula, cito

“Poiché nelle donne non v’è calore sufficiente ad essiccare gli umori cattivi e superflui, né la loro debole costituzione è in grado di sopportare la fatica necessaria ad espellerne l’eccesso attraverso il sudore, così come avviene negli uomini, la Natura ha predisposto una specifica purgazione per le donne, al fine di compensare la povertà del loro calore: il mestruo, che il volgo chiama “fiori” perché come gli alberi non fruttificano senza preventiva fioritura così le donne senza i loro fiori sono defraudate dell’ufficio di concepire. Questa purgazione si verifica nelle donne come le eiaculazioni notturne negli uomini. La Natura infatti, quando è gravata da un eccesso di certi umori, sia nell’uomo che nella donna, si sforza di eliminare l’oppressione e limitarne la violenza”

Un altro aspetto è quello dell’arrivo del primo mestruo con conseguenze a volte traumatiche dovute alla ignoranza e alla proibizione della sua menzione in ogni ambito sia familiare che sociale.

Considerato come una catastrofe e chiamato comunemente marchio di Eva, il mestruo è da alcune madri paventato, da altre scongiurato, da altre taciuto con risultati spesso rovinosi per lo stato psichico delle giovinette e per la loro formazione.

Trotula si impegna anche a preparare le sue alunne più giovani per portarle alla conoscenza del loro corpo con le sue funzioni procreative aiutandole a superare i timori, le incertezze, la vergogna di essere discendenti di Eva, oggetto di peccato, merce da vendere al miglior offerente in balia di interessi e di poteri totalmente al maschile.

Nel trattato Trotula presenta rimedi per regolarizzare i disturbi del mestruo

“Ipomenorrea.

Se le donne hanno mestruazioni esigue e dolorose, prendi della betonica anche in polvere, puleggio, santonico, artemisia nella misura di una manciata per ciascuno; metti il tutto a cuocere in acqua o vino fino all’evaporazione di due terzi del liquido. Filtralo poi con un panno e la paziente lo beva mescolato con succo di fumaria.

Ipermenorrea

Se le mestruazioni sono più abbondanti di quanto la Natura richieda, si dia da bere alla paziente dell’acqua in cui siano stati cotti corteccia di melagrano, buccia di melagrano, rose, galle di quercia, noce moscata, foglie di quercia, rosellina di macchia, rovo, agrimonia e piantaggine. Tutte queste erbe, sia insieme che singolarmente, sono efficaci”

Profondamente innovativo ai suoi tempi è il considerare la prevenzione, la prima cura della salute, proponendo e diffondendo rimedi all’epoca assolutamente insoliti come l’attività fisica, l’alimentazione equilibrata e l’igiene.

Alle sue pazienti consiglia cure come bagni e massaggi che oltre ad una “dolcezza” maggiore rispetto ai trattamenti di quel tempo hanno il pregio di non essere costose e quindi accessibili a tutte.

A tal proposito occorre ricordare che Salerno è a quel tempo una città famosa per la sua cultura dell'acqua.

Salerno è dotata di tre acquedotti, una serie di sorgenti locali, pozzi e cisterne che in ogni cortile accolgono le acque piovane e la città è un centro caratterizzato non solo dalle innumerevoli fontane ma anche da bagni pubblici e privati.

Dal *De Passionibus mulierem ante, in et postpartum* di Trotula, cito

Sul regime delle donne incinte.

Si badi che quando una è all'inizio della gravidanza, bisogna prestare attenzione a non nominare dinnanzi a lei nulla che non possa avere, perché se si fissa su qualcosa che non potrà ottenere, questo può causare un aborto. Se tuttavia la donna desidera argilla o creta o carbone, fa che le siano dati fagioli cotti nello zucchero. Quando arriva il momento del parto, falle fare frequenti bagni e che il suo ventre sia spalmato con olio di oliva o con olio di viole e che mangi cibi leggeri e facili da digerire.

Se ha i piedi gonfi, falli massaggiare con olio di rose e aceto, e oltre ad altri cibi provvedi che mangi volatili, mela cotogna e melagrana

Il *De Passionibus* tratta anche di puericoltura e cito

“La scelta della nutrice.

La nutrice deve essere giovane, dal colorito chiaro, una donna il cui rossore si combini con il candore, che non sia troppo vicina al suo ultimo parto né troppo lontana da esso, che non abbia imperfezioni, né che abbia seni floschi o troppo grandi, una donna che abbia un petto largo e ampio e che sia leggermente grassa. La sua dieta: non dovrebbe mangiare cibi salati, speziati o piccanti, né quelli il cui calore sia intenso, né cibi astringenti e neanche porri e cipolle o altre spezie di quelle che si aggiungono per dare sapore come pepe, aglio, rucola, ma soprattutto l'aglio. Fa che eviti ogni ansia e che si guardi dal provocarsi il mestruo.”

Tra gli argomenti del trattato una particolare sensibilità è rivolta allo studio della sterilità considerata fino ad allora una colpa ed attribuita unicamente alla donna, fatto che comportava il ripudio da parte del marito con gravi ripercussioni personali e sociali. Infatti il ripudio significava per la donna la morte in vita. Era considerata una colpa gravissima e la poveretta non veniva riammessa nella casa paterna e non potendo risposarsi, era praticamente distrutta potendo solo farsi monaca.

L'aver messo in dubbio la virilità attribuendo la responsabilità della sterilità anche all'uomo fa di Trotula una donna coraggiosa che osa mettersi contro uno dei dogmi fondanti del patriarcato.

Un altro esempio della modernità della concezione di Trotula riguardo alla salute e al benessere delle donne è l'affrontare e portare sollievo ai problemi delle vergini e delle vedove private della regolare attività sessuale.

La sua idea è che l'astinenza non desiderata o comunque non scelta ma obbligata fa male alla salute e

considera il desiderio femminile altrettanto naturale di quello maschile da soddisfare senza pregiudizio

e ritiene suo compito come medica quello di assicurare il piacere sessuale ad ambedue.

Con ciò esprime una coraggiosa presa di posizione politica contro il patriarcato poiché sappiamo che il piacere femminile era esecrato da tutte le chiese patriarcali che sostengono essere la donna al servizio dell'uomo e non sua pari.

Dal De Passionibus, cito Trotula

“Per il benessere delle donne nubili e delle vedove.

Ci sono donne a cui non è consentito avere rapporti sessuali, vuoi perché hanno fatto voto di castità, vuoi perché sono legate dalla condizione religiosa, vuoi perché sono rimaste vedove e non è loro concesso di sposarsi una seconda volta. Queste donne, se pur desiderando avere un rapporto sessuale non lo praticano, sono soggette a grave infermità. Per esse dunque si provveda in questo modo: prendi del cotone imbevuto di olio di muschio o di puleggio e inseriscilo nella vagina. Nel caso che tu non disponga di questo olio, prendi della trifora magna e scioglila in un po' di vino caldo e inseriscila in vagina con un batuffolo di cotone o di lana. Questo infatti è un buon calmante e smorza il desiderio sessuale placando dolore e prurito.”

Anche i suggerimenti sui metodi anticoncezionali attestano la sua laicità e la sua attenzione al punto di vista della donna senza preclusioni.

A questo punto si potrebbe sottolineare l'empatia tra donne e la sincronicità tra Antenate collegando Trotula a Sabina Spielrein perché entrambe poterono studiare i disturbi femminili in quanto donne loro stesse. Sabina comprese che alla base della schizofrenia e di molti disturbi psichiatrici femminili c'erano energia sessuale e medianità bloccate perché lei stessa era stata schizofrenica e comprendeva il linguaggio oscuro delle donne disturbate. Infatti poi divenne psichiatra lei stessa con una tesi di laurea sulla schizofrenia che aveva scritto usando se stessa come caso clinico.

Trotula come antesignana della definizione di salute che comprende l'armonia fisica, mentale, emozionale e spirituale si interessa con passione e senza falsi pudori di liberare le donne dalle angustie dei difetti fisici o di altri inestetismi.

La cura della bellezza pone il corpo in armonia con l'intera Natura di cui esso è una piccola parte e per questo Trotula valuta l'aspetto corporeo della donna come specchio della sua salute e segno tangibile del suo vigore lontano quindi dagli stereotipi maschili che consideravano l'aspetto fisico della donna un fondamentale criterio di scelta per il matrimonio e stimola in lei il gusto per il suo abbellimento considerato peccaminoso da una tradizione radicata da secoli.

Trotula inoltre intuisce che la donna che partorisce ed alleva i figli, si occupa della casa ed è sottoposta in tutto e per tutto alla volontà e ai desideri del marito, solo mediante la cura del suo corpo e della sua bellezza può crearsi uno spazio di libertà all'interno dei vincoli sociali ineludibili di quell'epoca.

I suoi studi e le sue ricerche in questo campo coadiuvata dalle esperienze e attività delle *mulieres* di tradizione araba, greca e latina portano alla raccolta di consigli e ricette nel *De ornatu mulierum* (Sulla cosmetica delle donne) primo trattato organico di cosmesi della cultura antica scritto da una medica non come testo medico ma per l'uso delle donne anche se vi sono consigli per trattare le malattie della pelle.

L'opera spazia dalle ricette per curare e dare candore alla pelle, all'arte di tingere i propri capelli o fermarne l'eccessiva caduta, dal metodo di sbiancamento dei denti alla purificazione dell'alito, dal sistema per rimuovere il gonfiore del volto e le borse sotto gli occhi ed i peli superflui, al trucco delle labbra e degli occhi e per nascondere lentiggini ed impurità.

Ognuno di questi problemi è affrontato con assoluta delicatezza e comprensione nella totale assenza di giudizio, preparando i rimedi con accortezza e seguendo con attenzione il raggiungimento dei risultati desiderati pronta a fare variazioni in caso di insuccesso.

Dal trattato De Ornatu di Trotula, cito

“La cura dei capelli.

Per far crescere i capelli: pesta radice di altea o di galla di quercia con grasso di porco e metti a bollire nel vino a lungo. Poi aggiungi cumino ben tritato, resina di lentisco e tuorli sodi sbriciolati e mescola per un poco. Quando tutto sarà ben cotto, filtra attraverso un panno di lino e lascia raffreddare. Raccogli il grasso coagulato in superficie e ungili con quello dopo esserti ben lavati i capelli con una liscivia preparata con cenere di tralci di vite, pula di orzo, un bastoncino di liquirizia, pane porcino bolliti e filtrati.

La cura del viso.

Dopo aver curato i capelli, bisogna abbellire il viso: se questo sarà fatto nelle forme più acconce, diventeranno belle anche le donne più brutte.

Ecco un trattamento per esaltare ed abbellire la pelle: radice di giglio cotta e pestata energicamente a cui aggiungere mastice, incenso, canfora, biacca, grasso di maiale e acqua di rose utile anche per le scottature solari, le screpolature delle labbra, per prevenzione e trattamento delle escoriazioni e qualunque brufolo.

Le signore salernitane usano questo unguento per ridare freschezza al viso affaticato dopo aver versato lacrime a profusione per i defunti

La cura dei denti.

I denti si sbiancano in questa maniera. Prendi del marmo bianco bruciato e dei semi di dattero anch'essi bruciati e inoltre natron bianco, una tegola rossa, sale e pomice. Riduci tutto in polvere

che avvolgerai in della lana umida o in un fine panno di lino: con questo strofina i denti all'interno e all'esterno. Questo trattamento pulirà e renderà bianchissimi i denti.”

Propone una cosmesi “per tutte” modulata secondo le classi sociali e la loro disponibilità di mezzi e di tempo sempre molto attenta, lei di condizione familiare molto agiata, alla situazione delle donne con pochi mezzi che a lei si rivolgevano.

Nel trattato vi è anche una sezione dedicata alle donne che si sposano e devono apparire vergini dopo aver avuto rapporti sessuali e qui viene proposta una varietà di rimedi come soluzione con una totale complicità di Trotula in risposta a questa ricerca d'aiuto.

La scrittura di questa opera avviene sotto dettatura e le *magistrae* delle *mulieres* di varia origine presenti nella Scuola scrivono simultaneamente nella loro lingua: in greco, latino classico, ebraico, francese, arabo: quindi fu anche un atelier editoriale, una casa editrice ante litteram

Questo piccolo trattato di erboristeria propone quasi cento prodotti tra piante e derivati, molti locali, minuziosamente descritti che sono ancora in gran parte utilizzati nei cosmetici moderni.

Trotula definisce la sua ultima opera che può sembrare frivola e leziosa come l'espressione della piena maturità a cui è pervenuta al termine dei suoi studi ed esperimenti.

Il pensiero scientifico di Trotula, manifestato attraverso i suoi insegnamenti nella Scuola Salernitana e i suoi testi, influenza la medicina europea e la maggior parte dei suoi suggerimenti nell'ambito dell'ostetricia si è tramandata per almeno 800 anni fino all'inizio del XIX secolo non solo tra i medici ma anche nella cultura popolare.

Quando Trotula lascia il corpo nel 1097 è tanto popolare che si racconta che a seguire il feretro di questa donna medica straordinaria ci sia stata una folla tale da formare un corteo lungo 3 km.

Questa è Trotula de'Ruggiero, una figura certamente storica pur se circondata da un alone di mistero per essere donna e medica in un'epoca in cui ciò non era normale anche se il Medioevo è la prima era nella quale la donna appaia in un ruolo sociale che le era stato del tutto negato nell'antica Grecia e nell'Impero Romano, rimanendo eccezionalità le pochissime singole figure del mondo classico.

Interessante infine notare che Hildegard nacque un anno dopo che Trotula ebbe lasciato il corpo: Trotula lascia il corpo nel 1097 d.C. Hildegard nasce nel 1098. Si potrebbe quasi azzardare che Hildegard abbia raccolto la tradizione di Trotula arricchendola forse della parte spirituale, dato che anche Hildegard nei suoi scritti medici si occupò di problemi femminili e del ruolo del piacere sessuale per le donne.

Testo CC Giulietta 2023

FONTI: Trotula de'Ruggiero “La sinfonia del corpo. Trattato medievale sulla salute e sul benessere delle donne” Edizioni Manni

Trotula de'Ruggiero “L'armonia delle donne. Trattato medievale di cosmesi con consigli pratici sul trucco e la cura del corpo” Edizioni Manni

Dorotea Memoli Apicella “Io, Trotula. Storia di una leggendaria scienziata medievale” Marlin Editore

Paola Presciuttini “Trotula” Meridiano Zero

Pietro Greco “Trotula, La prima donna medico d’Europa” L’Asino d’oro Edizioni

Vicente Barra “Trotula” Printart Edizioni