

## Fiche thématique

### Poste n°15 : Jardin médiéval

#### Les médicinales

Il serait illusoire en quelques feuillets d'aborder toute la complexité du savoir sur les plantes et les maladies. Je vous renvoie à la brochure de présentation du Jardin médiéval qui répertorie plus de 150 plantes en détaillant à chaque fois l'usage médical. On essaiera cependant, après une présentation générale, de s'arrêter un instant sur quelques aspects déroutants de ce savoir dont la doctrine des signatures et la théorie des humeurs.

Les plantes considérées comme médicinales sont extrêmement nombreuses durant tout le Moyen Age. Certains usages médiévaux se sont avérés inopérants ou faux par la suite. La science actuelle a confirmé la valeur de quelques usages traditionnels, mais en a infirmé d'autres.

Si certaines plantes médicinales sont cultivées dans les monastères ou les jardins, beaucoup d'autres sont récoltées directement dans la nature. La médecine ancienne possède plusieurs remèdes efficaces surtout pour des pathologies simples comme les « **fièvres** », les « **maux de foie** », les « **humeurs déséquilibrées** » ou les « **maux de ventre** ».

#### Le rôle des moines

L'Eglise joue un grand rôle dans la transmission de ce savoir des plantes. Chaque couvent possède un jardin qui contient, outre les légumes et fruits d'usage pour la cuisine, des haies de plantes pour soigner. De plus, les connaissances livresques des religieux permettent la transmission du savoir de la médecine antique et surtout arabe. L'école des médecins de Salerne est particulièrement réputée. Elle produit des ouvrages importants qui répertorient des centaines de plantes et leurs usages médicaux. Arrivent ainsi non seulement de nouveaux baumes et onguents mais des savoir-faire révolutionnaires comme une éponge narcotique. Imprégnée de suc de **pavot**, d'huile de **mandragore** et de **jusquiame** et placée sous le nez du patient, elle endort profondément le malade et permet de sérieux progrès dans les débuts de la chirurgie.

On est loin cependant d'une approche totalement scientifique. Au-delà de l'essai empirique, on est persuadé que chaque plante détient un principe utile à la santé de l'homme signalé par la forme. Il s'agit de voir son utilité en examinant sa couleur, sa physionomie, ses singularités. On parle de la doctrine des « **signatures** », ressemblances de la plante avec la maladie à traiter, signes tangibles du divin qui se soucie de mettre à la portée de l'homme des remèdes. Ainsi les herbes jaunes soignaient la jaunisse ; les chardons, dont les feuilles piquent, servaient à apaiser les picotements internes,...

On voit que l'art de médecine rentre assez bien dans une conception chrétienne du monde et ne sent pas toujours le fagot ou la sorcellerie.

Parfois cependant la frontière entre diabolique et divin n'est pas si grande comme le démontre un texte majeur du Moyen Age. C'est une histoire d'amour et de mort. Un amour interdit entre la belle Iseult et Tristan - neveu du roi Marc de Cornouailles - qui s'est rendu en terre

étrangère pour ramener à son oncle une femme à marier. Sur le chemin du retour, ils consomment par erreur le philtre d'amour prévu pour les futurs époux. Ce vin herbé – ah que les plantes sont puissantes ! - va sceller leur drame et leur amour éternel. Même la mort ne détruira pas cet amour passion. C'est l'histoire de *Tristan et Iseult*.

**Vidéo liée :** <http://www.youtube.com/watch?v=Ngz-bfvZtwg>

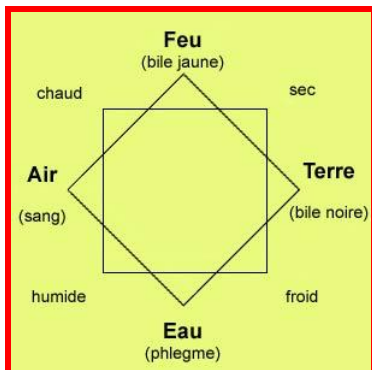
### La théorie des humeurs

Si encore aujourd'hui on parle de caractères colériques, flegmatiques, sanguins, c'est certainement dû à un savoir qui découle aussi du manger médiéval. En effet, la médecine de l'époque comprend trois domaines complémentaires : la chirurgie, la pharmacopée et **la diète ou le régime alimentaire**. La diète n'a donc pas le sens restrictif de la privation volontaire de nourriture mais signifie une attention à un manger juste, à un régime de santé (*regimen sanitatis*) qui puisse répondre aux besoins du corps et de ses humeurs.

### Des sources grecques, latines et arabes

Les premiers philosophes grecs prétendent déjà que 4 éléments sont base de toutes choses : l'Eau, l'Air, le Feu et la Terre et que ces éléments se caractérisent par le chaud, le froid, le sec et l'humide.

Sur ce savoir « élémentaire », le célèbre Hippocrate et ses disciples constituent la théorie des humeurs qui lie le savoir sur le cosmos au savoir sur l'homme. Ils reconnaissent quatre fluides ou humeurs : *le sang*, de nature chaude et humide, *la bile jaune*, de nature chaude et sèche, *le phlegme*, de nature froide et humide, *la bile noire* (l'atrabile ou la mélancolie) de nature froide et sèche. De ce fait, les êtres humains se séparent en bilieux, sanguins, flegmatiques/lymphatiques et atrabilaires/mélancoliques.



Le sang, correspondant corporel de l'Air, est à la fois chaud et humide. C'est l'élément dominant de l'enfance, du printemps, qui donne un tempérament *sanguin*, porté au plaisir. La bile jaune, chaude et sèche, est l'élément dominant de la jeunesse, elle donne un tempérament *coléreux*, plein de Feu. La bile jaune domine en été. L'automne, froid et sec, est la saison de l'âge adulte, dominée par la Terre et son correspondant, la bile noire.

Le tempérament adulte est *atrabilaire* ou *mélancolique*, deux termes signifiant bile noire, en grec et en latin. Enfin, l'hiver est la saison de l'Eau, froide et humide, et de la vieillesse. Les personnes âgées sont *lymphatiques* ou *flegmatiques*, dominées par la lymphe.

Galien, le médecin grec de l'empereur romain Marc Aurèle, clôt le système de la théorie des humeurs en catégorisant les divers aliments sur une échelle de 1 à 4 en précisant s'ils sont chauds, froids, humides ou secs. L'ail, par exemple, est sec et chaud au 4<sup>ème</sup> degré.

Du 9<sup>ème</sup> au 13<sup>ème</sup> siècle, les médecins philosophes arabes reprennent à leur compte les théories antiques, les comparent avec d'autres savoirs, indiens en particulier, et les prolongent. Leurs théories arrivent chez nous par l'Espagne et la Sicile. Rhazès, Avicenne, Averroès reprennent la théorie des humeurs d'Hippocrate et la classification des aliments et des médicaments par degrés de Galien. Salerne devient le centre du savoir médical. Le *Taqwim as-sihha* (la table des matières de la santé) d'Ibn Butlan (médecin arabe) devient traduit Le *Tacuinum sanitatis*.

L'un des manuels de base du savoir des humeurs dans le monde médiéval. On y trouve étudiés 96 fruits, légumes et condiments, 9 situations climatiques, 7 laitages, le sel, 4 pains, 29 viandes (dont le porc), 5 poissons, 14 boissons, 7 sucres et produits aromatiques et 23 activités humaines. Leur nature est analysée.

### Manger juste

Chaque personne naît avec une prépondérance de l'une ou l'autre des humeurs, qui est le signe distinctif de son caractère. Un sanguin se reconnaît à son teint plutôt rouge, à sa vigueur, à son embonpoint. Un colérique a le teint jaune, un corps sec et nerveux. L'atrabilaire est gris, plutôt maigre. Un lymphatique sera plutôt maigre et mou, le teint pâle.

Chaque type de caractère est attiré par des aliments lui correspondant. Le sanguin aimera les viandes en sauce, les vins qui, comme lui, sont chauds et humides.



*Tratatus de uirtutibus herbarum, 1491*

Le colérique se portera plutôt vers les viandes grillées, les épices, chaudes et sèches. Les lymphatiques mangeront de la soupe, des crudités, et les atrabilaires des "racines", tirées de la terre, leur élément de référence.

Le médecin médiéval cherche le manger juste pour conserver l'humeur de chacun car un déséquilibre trop grand amène à la maladie.

Dans ce système de correspondances raffinées, il faut tenir compte aussi de la saison (les épices très vivement échauffantes sont à proscrire en été), de l'âge du patient (la chaleur vitale décline durant la vieillesse) et enfin des apprêts que l'on donne aux aliments : le gibier d'eau, naturellement humide et froid comme l'eau où il vit, sera asséché si l'on prend la peine de le faire rôtir à la broche et de l'accompagner d'épices chaudes et sèches.

### Un savoir compliqué

Même si le langage courant garde encore aujourd'hui trace de ce savoir avec l'expression « être de mauvaise humeur », il est plutôt réservé à une élite.

Maître Chiquart dans son *Fait de cuisine* consacre une partie de son traité aux recettes pour les malades.

Pour conclure, on peut faire référence à quelques exemples trouvés au hasard de lectures :

- En temps de peste, on bannit les épices trop chauffantes et on recommande le vinaigre.
- On administre aux malades souffrant d'une fièvre sévère des aliments particulièrement froids, telles les cucurbitacées ou les salades – qui ne sont guère conseillées en temps ordinaire.
- Les châtaignes conviennent à ceux qui ont le tempérament chaud, aux jeunes et aux enfants en hiver et dans les régions froides.

Bref, tout est fait pour obtenir un savant équilibre. On arrive parfois à des dérives. Ainsi, les aristocrates, de nature aérienne « supérieure », voire flamboyante, dominent les paysans qui sont "terriens". On leur réserve les oiseaux, les fruits alors que les paysans devraient manger légumes poussant dans la terre et poissons !

**Références / Pour en savoir plus :**

- [http://www.oldcook.com/dietetique\\_medievale.htm](http://www.oldcook.com/dietetique_medievale.htm)
- [http://expositions.bnf.fr/gastro/arret\\_sur/medecine/index.htm](http://expositions.bnf.fr/gastro/arret_sur/medecine/index.htm)
- *Les tables d'échecs de la santé : médecine préventive, image du corps et alimentation* in *Les Mangeurs de l'an 1000*, Dorothee Rippmann, Fondation Alimentarium, mars 2000, p. 114 à 129.
- *La Rose et la Mandragore*, Jeanne Bourin, Quetigny, 1990.

©Jean-Marc Pillet et Stéphane Roduit 2010