



**Chroniques Bucoliques
et
jardinières de
Romarine33**

Mois de Juillet

Mel :

romarine33@gmail.com

Les proverbes, us et coutumes du mois

*Qu'on soit fumiste ou dramaturge
C'est en juillet qu'on se purge.*

Avis aux amateurs... il est vrai que la purge a quasiment disparu de notre arsenal thérapeutique , mais peut-être serait-il bon de se souvenir des façons de soigner d'autrefois, savoirs souvent méconnus, qui se fondaient sur la connaissance précise des plantes, de leurs effets sur l'organisme.

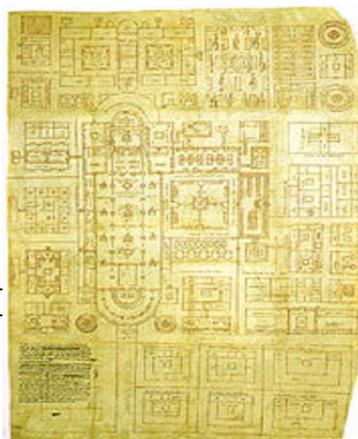
C'est pourquoi la chronique évoquera ce mois-ci - comme annoncé en Juin, le jardin des simples ...au service de la santé!

Quelle est l'origine des jardins de simples ?

Il semble que Charlemagne (8è siècle) soit le premier à prescrire par ordonnance , dans le "capitulaire de Villis" la culture dans les domaines royaux de 94 sortes de plantes, 73 herbes, 16 arbres fruitiers, 5 plantes textiles et tinctoriales.

A l'époque, ce sont les moines et religieux séculiers (ordres hospitaliers) qui enseignent et pratiquent l'art de soigner par les plantes.

Les abbayes, les cloîtres mettent en oeuvre l'ordonnance royale :



un plan-type aurait même été élaboré (le plan dit de l'abbaye de St Gall- Suisse) pour délimiter en trois zones jardinières la culture des plantes ainsi sélectionnées :

Le jardin des simples, le potager et le verger

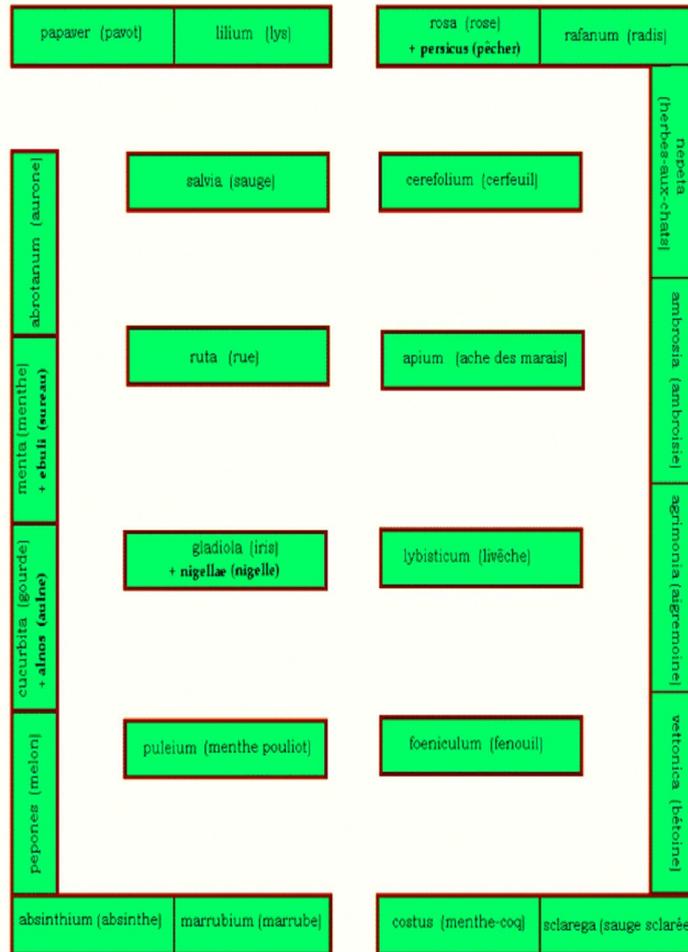


une image du Plan de St Gall mis en oeuvre à Wiesbaden (Allemagne), dans le "jardin de l'apothicaire".

Le moine Strabon a, peu après, composé une sorte de poème horticole " l'Hortulus", où il met en évidence , sous forme clairement organisée son choix de 28 plantes

HORTULUS DE STRABON
plan inspiré par son poème *Liber de Cultura Hortorum*

Légendes : rufanumnom latin de Strabon
 (pavot)nom commun français
 + persicus (pêcher) arbre, arbuste qui accompagne une des plantes du poème



J'énumère ci-dessous 14 des "simples" les plus connues qui peuvent être facilement adoptées par votre jardin laïc (que vous protégerez sans doute désormais ... religieusement). Mais l'ensemble de la chronique permettra de se faire une idée plus complète de toutes ces plantes modestes, utiles à tous égards :

1) la bardane : ses fruits, petites boules crochues, s'accrochent opiniâtrement aux vêtements ... et sont à l'origine de bien des farces enfantines.

Nom médiéval : Parduna

Famille : Astéracées

Parties utilisées : Racine

Indications : Abscesses, acné, angine, bronchite, croûte de lait, morsure de vipère



2) la camomille

Synonyme: anthemis odorante

Famille : Astéracées

Parties utilisées : Capitules, tiges feuillues et florifères

Propriétés : Antiseptique, stomachique, emménagogue, fébrifuge

Indications : Ampoules du pied, aphtes, brûlure, diarrhée, coups de soleil

3) la ciboulette

Synonymes : Civette, petite ciboule,

Famille : Alliées

Parties utilisées : Feuilles

Propriétés : Antiseptique, apéritive, digestive



4) l'échalotte

Fréquemment utilisée de nos jours pour agrémenter l'assaisonnement des sauces et vinaigrettes ... elle a été ramenée de Palestine par les Croisés... jusqu'à la ville d'Ascalon (qui a donné son nom à la plante), ville côtière au Nord de la bande de Gaza.

5) L'estragon

Nom médiéval : Dragantea

Synonymes : Dragon, dragone, fargon, herbe dragon, serpentine, targon, tarragon

Famille : Astéracées- origine : Russie-Sibérie

Parties utilisées : Parties aériennes

Propriétés : Stimulant digestif, emménagogue, sédatif léger

Indications : Insomnie, rage de dents

6) Le fenouil

Nom médiéval : Feniculum

Synonymes : Fenouil sauvage, fenouil des vignes, aneth doux, petit foin

Famille : Apiacées

Parties utilisées : Feuilles fraîches, jeunes racines, fruits

Propriétés : Antispasmodique, apéritif, digestif, tonique, calmant, emménagogue, diurétique, vermifuge

Indications : Goutte, néphrite, rhumatisme

Au Moyen-Âge, les jeunes mères réalisaient une pâte avec du fenouil pilé dans du miel afin de soulager les gencives des enfants qui faisaient leurs dents...

7) L'hysope

Synonymes : Herbe sacrée, hiope

Famille : Labiacées- Elle vient de loin : Caucase, Perse, Europe centrale

Parties utilisées : Sommités fleuries

Propriétés : Stimulante, béchique, expectorante, diurétique, sudorifique



8) Toutes les variétés de Menthe (on les détaillera en Août pour se rafraîchir!)

9) Oseille

- *Oseille* : **Synonymes** : Oseille commune, surette, surelle, aigrette, patience, vinette, viergeot...

Famille : Rubiacées

Parties utilisées : Feuilles et racines

Propriétés : Diurétique (racines), antiscorbutique, adoucissant et rafraîchissant (feuilles)

Indications : Acné, gale, dartre

10) Pastel

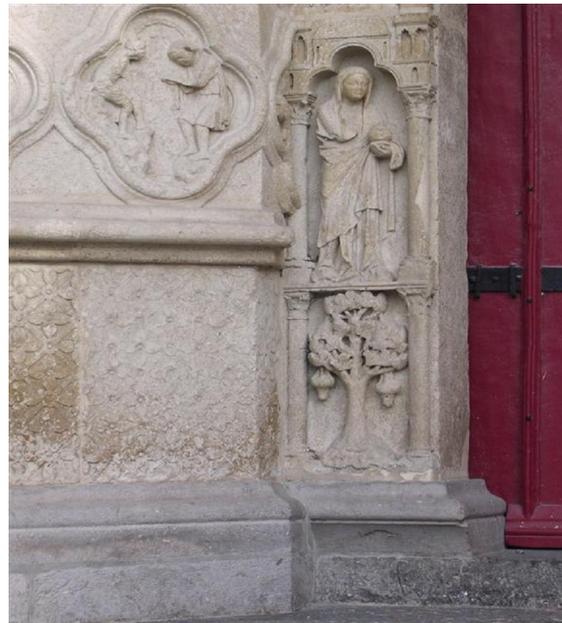
Synonymes : Pastel des teinturiers, guède, guesde, waïde, herbe de saint Philippe, herbe du Lauragais

Famille : Brassicacées

Propriétés : Si on lui connaît peu d'utilisations médicinales, des recherches récentes lui accordent un rôle dans la lutte contre le cancer

Des feuilles du pastel, on obtenait une teinture bleue particulièrement appréciée (jusqu'à l'arrivée de l'indigo au XVIIe siècle).

La Guesde et sa fleur à 4 pétales a inspiré les motifs des bas-reliefs du porche de la cathédrale d'Amiens (partie en bas à gauche de la photo), en signe de reconnaissance des commerçants (teinturiers, drapiers) enrichis grâce à son utilisation.



11) le persil

Famille : Apiacées

Parties utilisées : Feuilles et racines (pour les variétés à racines tubéreuses)

Propriétés : Stimulant digestif, tonique, antirachitique, emménagogue, diurétique, antigalactogène, antianémique, antiscorbutique

Indications : Anémie, maux de dents, arrêt de la lactation, taches de rousseur, piqûres d'insecte, poux, scorbut

Le persil est connu depuis l'antiquité comme plante médicinale (diurétique). Son usage condimentaire remonte lui, à la Renaissance. Il est d'une grande richesse en vitamines (C et A), en fer.

Dans les cultures populaires régionales il avait la réputation d'être une herbe de jeteur de sorts. On pensait qu'il ne pouvait pousser que s'il était planté par une femme enceinte ou une sorcière...

12) le romarin

Synonymes : Rose marine, encensier, herbe aux couronnes

Famille : Labiacées

Parties utilisées : Feuilles et sommités fleuries

Propriétés : Stomachique, antispasmodique, antihystérique, emménagogue, stimulante et tonique

Le romarin est utilisé dans la fabrication de la célèbre « Eau de la reine de Hongrie ».



Recette de l'eau de Hongrie

Faire macérer dans 1 litre d'alcool à 45° (la vodka peut convenir à cet usage), 100 g de fleurs et feuilles de romarin dans un flacon de verre bien bouché. Exposez au soleil pendant 1 mois au moins en agitant fréquemment. Filtrer et utiliser en massages

13) la santoline petit cyprès

Famille : Astéracées

Parties utilisées : Sommités fleuries et feuilles

Propriétés : Essentiellement vermifuge mais également antispasmodique, emménagogue, stomachique et stimulante intestinale



14) la sauge

Nom médiéval : Salvia

Famille : Labiacées

Parties utilisées : Feuilles et jeunes pousses

Propriétés : Tonique, digestive, stimulante, fébrifuge, antiseptique, emménagogue, résolutive, vulnéraire

Indications : Angine, dépression, entorse, vertiges, vomissements,

Le nom même de la plante indique une utilisation médicinale (salvia = sauver, soigner...).

*Si le sujet de l'herboristerie médiévale vous intéresse, je vous recommande le lien ci-dessous
<http://www.encyclopedie-universelle.com/abbaye-capitulaire-de-villis.html>*

et non loin de Pujols, le JARDIN MÉDIÉVAL DE PLANTES AROMATIQUES ET MÉDICINALES DE LA COMMANDERIE DE SALLEBRUNEAU (0.10 ha) à Frontenac

Propriétaire(s) : Association Recherches Archéologiques Girondines
(Jardin Privé)

Jardinier(s) : Renée Van Gallemaert, Jacques et Colette Lestage

Téléphone : 05.56.80.33.37

Ouverture : 2ème et 4ème dimanches du mois et sur rendez-vous (visite guidée)

Tarifs : Gratuit

Type de visites : Visite libre, Visite guidée, Rdv groupes

Durée de visites : 00h45

Documents disponibles :

Fiche de visite

Exposition sur les Jardins médiévaux

Curiosité lexicque : La canicule ... un temps de chien ?

Le terme de canicule a vu son usage très médiatisé lors de l'été particulièrement chaud de 2003 . L'étiage du Ciron a dû à ce moment-là en subir quelques contre-coups...

Mais d'où vient le mot de Canicule ?

En Juillet, la belle étoile qu'on nomme Sirius se lève et se couche en même temps que le soleil ; autrefois, les croyances populaires attribuaient à la présence de cette étoile les chaleurs plus vives de juillet, et, comme Sirius fait partie de la constellation du *Chien*, (en latin *canis*, diminutif *canicula* -petite chienne), l'époque des températures élevées fut appelée *canicule*.

Mais le ciel a plus d'un tour dans son sac ... et comme le soleil ne suit pas exactement la même trajectoire chaque année, il prend du retard et l'écart de sa conjonction avec la constellation du chien augmente au fil des siècles ... de sorte que le soleil se lèvera dans la constellation du Grand Chien successivement en août, en septembre, en octobre, et enfin dans quelques milliers d'années ...en plein hiver. De telle sorte que, dans quelques milliers d'années, nos descendants accuseront peut-être la canicule de ramener sur la terre les froids rigoureux de l'hiver !

L'extrait littéraire pour lier le temps ... et le jardin :

- Charles-Marie LECONTE DE LISLE (1818-1894)

*Midi, Roi des étés, épandu sur la plaine,
Tombe en nappes d'argent des hauteurs du ciel bleu.
Tout se tait. L'air flamboie et brûle sans haleine ;*

La Terre est assoupie en sa robe de feu.

*L'étendue est immense, et les champs n'ont point d'ombre,
Et la source est tarie où buvaient les troupeaux ;
La lointaine forêt, dont la lisière est sombre,
Dort là-bas, immobile, en un pesant repos.*

*Seuls, les grands blés mûris, tels qu'une mer dorée,
Se déroulent au loin, dédaigneux du sommeil ;
Pacifiques enfants de la Terre sacrée,
Ils épuisent sans peur la coupe du Soleil.*

*Parfois, comme un soupir de leur âme brûlante,
Du sein des épis lourds qui murmurent entre eux,
Une ondulation majestueuse et lente
S'éveille, et va mourir à l'horizon poudreux.*

*Non loin, quelques boeufs blancs, couchés parmi les herbes,
Bavent avec lenteur sur leurs fanons épais,
Et suivent de leurs yeux languissants et superbes
Le songe intérieur qu'ils n'achèvent jamais.*

*Homme, si, le coeur plein de joie ou d'amertume,
Tu passais vers midi dans les champs radieux,
Fuis ! la Nature est vide et le Soleil consume :
Rien n'est vivant ici, rien n'est triste ou joyeux.*

*Mais si, désabusé des larmes et du rire,
Altéré de l'oubli de ce monde agité,
Tu veux, ne sachant plus pardonner ou maudire,
Goûter une suprême et morne volupté,*

*Viens ! Le Soleil te parle en paroles sublimes ;
Dans sa flamme implacable absorbe-toi sans fin ;
Et retourne à pas lents vers les cités infimes,
Le coeur trempé sept fois dans le Néant divin.*

Images du mois :

**Les trois fleurs du bandeau de première page:
- les crocosmia**



les nôtres prospèrent depuis qu'ils ont été ramenés de l'île d'Ouessant, où ils poussent en grand nombre. Le climat humide et tiède des îles du Ponant leur convient bien, mais la glaise aquitaine et le soleil de plomb ne semblent pas leur déplaire. Ils se sont déjà acclimatés ... en Corrèze, et de là ont filé vers le Bourbonnais. L'exil ne les décourage pas !!

-le solanum



Celui-ci a colonisé toute une pergola... avant d'être déplacé plus à l'ombre, ce qui ne lui plaît que moyennement. Mais il se bouture avec facilité, de sorte que des rejetons du pied originel, détruit par le gel de cet hiver, partent avec courage à la recherche de la lumière et de la chaleur bienfaisante.
NB- C'est une plante de la famille... des pommes de terre!

- le clérodendron :



**La floraison du clérodendron a lieu en Juillet-Août.
Les fleurs sont blanches (pétales) et passent de rose à rouge(sépales).
Elles sont très parfumées. Elles donnent naissance à de petites baies noires, vertes ou bleues très décoratives.**

Au jardin potager:

1 - le "lapi" (ou la livèche) alias...l'ache,l' herbe à Maggi, le céleri sauvage ou "livisticum officinale".

Ses feuilles vert foncé, vigoureuses, dégagent une forte odeur aromatique. Les moines employaient cette plante dans la composition de liqueurs ou plus ordinairement bouillie pour être mangée. En effet, son goût est très proche de celui du céleri, mais ses feuilles séchées et bues en infusion ont un pouvoir stomachique, diurétique (léger), antispasmodique

Elle produit des graines (nombreuses, faciles à recueillir à partir des ombelles séchées par le soleil) .Par ailleurs, 60 g des fleurs préparées en décoction (1 à 2 minutes dans de l'eau bouillante), ont la réputation de soigner de la conjonctivite, de la fièvre, de la grippe et de la migraine. En infusion, elles calment les maux d'estomac et les petits enfants énervés.



Cette plante simple et vigoureuse accompagne tous les plats, relève les charcuteries, parfume les soupes de l'hiver . C'est une rustique qu'il fait bon avoir juste devant la porte, pour ne pas avoir à aller la cueillir trop loin dans le jardin quand il fait froid. Elle ne gèle que rarement, et repart gaillarde de sa grosse racine cannellée, malgré le gel.

Amie fidèle, elle se multiplie aussi pour se donner généreusement à tous ceux qui veulent bien l'adopter.

2- Le mois de juillet au potager : l'aubergine



... et la courgette !



A voir cette splendeur éclatante, ces volumes vernis et lustrés, on comprend que les peintres aient été inspirés par les couleurs et les formes des légumes!

J Paul Ruiz, peintre contemporain va même jusqu'à composer ses pigments et matériaux plastiques à partir des productions potagères de son épouse...

Il confie la recette suivante, sans préciser cependant si les oeuvres produites sont consommables....

Comment préparer sa base de peinture aux légumes ?

Toiles, pinceaux, couteaux et mixer, autant d'atouts pour une œuvre réussie !

Quelques techniques :

- 1 - Un mélange de légumes avec une base de peinture neutre.
- 2 - Travail au vinyle en incorporant les légumes.

3 - Au blanc d'œuf.

4 - A base de peinture à l'huile : technique mayonnaise et incorporer les légumes.

De **façon plus classique**, Matisse en 1911 a peint "L'intérieur aux aubergines", que l'on peut admirer au Musée de Grenoble (avis au(x) lecteur(s) de la chronique qui résident dans cette belle ville!). cela peut contenter les amateurs, à défaut de pouvoir se rendre au Moma de New-York où se trouve la toile reproduite ci-dessous

Nature morte avec des aubergines-Matisse Moma- NY



Trucs et astuces :

- la consoude (merci Sylvie)!

* en tant que "simple" la grande consoude est réputée pour sa faculté à ressouder les fractures et à guérir des blessures, enflures, coupures et autres plaies. Mieux encore : elle aurait le pouvoir de favoriser la multiplication des globules rouges.

* au jardin, le purin de consoude est lui aussi un adjuvant miraculeux ! très riche en potasse et en azote, il est stimulant pour la végétation.

1kg de feuilles - 10 l d'eau- laisser macérer une semaine au moins.

Doser 1/2 l de purin filtré (sommairement) pour 10l d'eau pour pulvériser. 1/4 de l de purin pour 10l en arrosage au pied des plantes.

- un bon truc, qui m'a été enseigné il y a déjà bien des années par mon vieux voisin, recette que je vous transmets en souvenir des moments heureux passés avec lui au jardin : pour rendre parfaitement lisses et agréables à manier les manches neufs de vos outils de jardin, les frotter soigneusement avec du savon de Marseille très sec... les aspérités du bois seront ainsi aplanies, et vous ne craignez plus les ampoules ou les échardes ...

A bientôt!

Romarine 33