

<https://essaillon-sederon.net/Vous-avez-dit-Medecine-douce>

Lou Trepoun 18

# **Vous avez dit "Médecine douce"**

- Lou Trepoun - Lou Trepoun de 10 à 19 - Lou Trepoun 18, Nov-1994 -

Date de mise en ligne : vendredi 27 septembre 2013

Date de parution : novembre 1994

---

**Copyright © L'Essaillon - Tous droits réservés**

---

C'est un fait avéré, les français prennent de plus en plus soin de leur santé, avec des résultats spectaculaires si l'on considère l'allongement de la durée d'espérance de vie depuis le début de ce siècle.

Ce constat est à mettre en parallèle avec l'évolution non moins spectaculaire de la médecine et du savoir pharmacologique. Sans être expert en la matière il est permis d'observer que ces progrès sont dus en grande partie à la physique et à la chimie largement utilisées comme moyens d'investigation, de diagnostic et de traitement des affections.

Cependant le développement exponentiel de la chimiothérapie notamment – la sagesse populaire ne dit-elle pas : l'excès, en tout est un défaut – a provoqué une prévention contre cette forme de traitement des maladies, favorisant ainsi certaines pratiques que l'on peut classer sous le vocable de « Médecines Douces ».

Certaines de ces pratiques sont à fuir comme la peste si l'on considère qu'elles privilégient davantage un aspect lucratif pour le promoteur que le résultat escompté par le patient. Mais la bêtise humaine est incommensurable et il existera toujours des gogos et des naïfs pour permettre à ce genre d'entreprises de prospérer.

Sur un plan plus pragmatique il est préférable d'examiner des thérapies qui remontent à l'antiquité, que nos anciens ont largement utilisées pendant des siècles ainsi qu'une petite moitié du 20ème.

Avant 1914, de même qu'entre les deux guerres, la médecine n'était pas très répandue dans nos campagnes. A propos de la santé de quelqu'un, il n'était pas rare d'entendre :

« Il (ou elle) va bien mal, vous pensez on a fait venir de docteur. »

ou encore :

« Il (ou elle) ne va pas bien du tout, mais le docteur ça coûte des sous. »

Il est vrai qu'à cette époque le monde agricole vivait pratiquement en autarcie, la circulation fiduciaire réduite à peu de choses permettait seulement les achats indispensables : vêtements, produits d'épicerie, soins médicaux le cas échéant.

Enfin et surtout « La Sécurité Sociale » — qui a permis à tous, l'accès aux soins médicaux les plus sophistiqués et les plus onéreux ainsi que l'extraordinaire développement de la médecine actuelle — n'a été généralisée qu'au lendemain de la dernière guerre.

Ceci expliquant cela il était fait appel pour se soigner à des méthodes naturelles donc moins onéreuses. C'est ainsi que la pharmacopée de nos grand-mères et parfois même de nos mères était à base de plantes, appelées :

- Les plantes qui guérissent
- Les plantes médicinales
- Les bonnes herbes

Il faut y ajouter les aromatiques ainsi que la plupart des légumes et des fruits qui possèdent aussi des vertus médicales.

Il n'est pas question d'en faire ici une liste exhaustive, ce serait long et fastidieux alors qu'il existe des ouvrages spécialisés qui pour chacune d'elles, indique :

- Les noms botanique et commun
- La nature et la constitution
- L'habitat
- La partie utilisée (fleurs, feuilles, tiges, écorce)
- L'époque de la récolte
- La préparation, la conservation, le dosage
- Les propriétés médicinales
- Le mode d'utilisation (tisane par infusion ou décoction, macération, cataplasme, fumigation, bains etc.

Aujourd'hui il est possible de se procurer en pharmacie ou chez les herboristes toutes les plantes ainsi que les recettes qui antérieurement se transmettaient de génération en génération. Pour l'anecdote voici cependant quelques recettes de santé et de bonheur, tirées des feuillets jaunis d'un livre sans âge trouvé au fond d'un grenier. Elles sont données sans garantie :

Morsures de vipères ou de serpents — Piqûres d'abeilles de guêpes, frelons, taons, araignées. Extraire d'abord le dard, aiguillon ou crochet en tordant la peau que l'on saisit dans toute son épaisseur.

Prendre une tête de poireau ou un oignon. Couper en deux, râper, et avec la pulpe frictionner fortement la piqûre ou la morsure pendant une minute. Le suc de poireau ou d'oignon décompose le venin qui ne peut se mélanger au sang. Voir tout de même le médecin le plus tôt possible. Pour déboucher le nez Ecraser des gousses d'ail avec quelques gouttes de vinaigre de vin et respirer. Pour mûrir un panaris Entourer le doigt d'une peau d'œuf frais et laisser sécher. Contre les coups de soleil Réduire en purée la pulpe d'une pomme de terre crue, étaler en pommade et laisser sécher sur la peau Pour vivre heureux

Conseils d'un vieux médecin à son fils. Marche deux heures par jour.

Dors sept heures chaque nuit, lève toi dès que tu t'éveilleras.

Travaille dès que tu es levé.

Ne mange qu'à ta faim, toujours lentement.

Ne bois qu'à ta soif.

Ne parle que lorsqu'il faut et ne dis que la moitié de ce que tu penses, n'écris que ce que tu peux signer.

Ne fais que ce que tu peux dire.

N'oublie jamais que les autres compteront sur toi mais tu ne dois pas compter sur eux.

N'estime l'argent ni plus ni moins qu'il vaut : c'est un bon serviteur mais un mauvais maître.

Les inconditionnels de la médecine par les plantes doivent cependant considérer impérativement qu'il ne s'agit là que d'une excellente thérapeutique d'appoint. Bien des petits malaises sont très souvent les signes précurseurs de graves maladies et rien ne peut remplacer le médecin, seul compétent pour établir un diagnostic et faire un pronostic.

A SEDERON entre les deux guerres le spécialiste de la médecine par les plantes était « Le Joseph MORIEZ » (prononcer : LOU DJOUSE MORI)

C'était un homme des bois qui dès l'aube – deux musettes dans le dos, un grand panier d'osier au bras gauche et un solide bâton noueux dans la main droite – partait à pied vers la montagne et la forêt du TAIL, son terrain de prédilection. Du printemps à l'automne il arpentait les sous-bois en quête de « Bonnes herbes », de fruits sauvages, de champignons, prenant à midi un frugal repas tiré de son sac.

A la nuit tombée il rentrait avec une importante moisson de végétaux de toutes sortes.

Malgré son air un peu sauvage et son amour de la solitude c'était un homme d'une grande sociabilité qui logeait au

dessus de la remise où Fernand IMBERT stockait la farine de sa boulangerie dans un appentis auquel on accédait par une échelle de meunier. La partie habitation était réduite à la portion congrue – une couche et un modeste coin cuisine – le restant étant totalement envahi par des plantes de toutes espèces ainsi que les poutres où étaient suspendus des dizaines de bouquets qui en séchant répandaient une odeur fort agréable.

Ses visiteurs venaient lui parler de leurs petits problèmes de santé et repartaient avec la plante « ad hoc », le mode d'utilisation, le dosage, etc...

Si quelqu'un émettait le moindre doute sur les propriétés de telle ou telle plante ou la toxicité d'un champignon, il répondait sans prétention aucune ni fausse modestie non plus :

« Vous pouvez être tranquille parce que moi, j'ai la CONNAISSANCE ! »

Cette connaissance, sans doute transmise par un ancien, était confortée par une pratique empirique sur le terrain.

Toujours est-il que ses clients étaient nombreux et souvent satisfaits.

On raconte qu'il avait sauvé un enfant de 2 ans qui avait contracté une broncho-pneumonie. Sans antibiotiques à l'époque le pronostic du médecin n'excluait pas une issue fatale avant la fin de la nuit ce qui ne pouvait laisser les parents passifs. Ils firent venir « Lou Djousé MORI » qui la nuit durant appliquera lui même sa thérapeutique :

« Immersion totale dans un bain chaud de farine de moutarde, toutes les 30 minutes »

Ce puissant révulsif fit un tel effet qu'au matin, l'enfant, rouge comme une tomate, était toujours en vie.

Pour se soigner il y avait aussi des méthodes joignant l'utile à l'agréable.

Ainsi, dans une famille, lorsqu'un enfant avait la coqueluche, maladie infectieuse très contagieuse, ses frères et sœurs étaient frappés d'éviction scolaire pendant plusieurs semaines. Outre le traitement contre la toux et les vomissements afin d'éviter de plus graves complications, un changement d'air était fortement recommandé, ce qui occasionnait une véritable expédition :

Toute la famille prenait place dans une charrette, parents, enfants y compris les bébés dans leur landau et, bien sûr, le charretier qui nous conduisait au pas puissant et régulier d'un énorme cheval, pour qui la charge était bien légère.

Le départ avait lieu au petit matin pour profiter au maximum du changement d'air en passant par le Plan, la Bajore, Macuègne et le col du même nom. Après avoir bifurqué vers le col De l'Homme Mort la route était abandonnée au virage de la carrière vers BANASTIER, vaste plateau qui jouxte le sommet de la montagne du TAIL à plus de 1200 mètres d'altitude.

Alors, entre deux quintes de toux, une journée de jeux pour les enfants et de repos pour les adultes commençait.

A midi assis autour d'une couverture en guise de nappe c'était le déjeuner sur l'herbe, véritable repas avec couverts – pas un simple pique-nique composé de sandwiches – qui se prolongeait dans la bonne humeur générale.

## **Vous avez dit "Médecine douce"**

---

Après toute une demi-journée consacrée aux jeux et au farniente il fallait songer au retour pendant que le soleil disparaissait derrière les montagnes.

On rentrait fourbus et ivres de grand air, mais combien c'était agréable d'avoir la coqueluche en ce temps là...

Guy BERNARD