

**COMMENT ENTRETENIR LA VIEILLESSE ET
REMÉDIER À SES INCOMMODITÉS
AU TEMPS DU BON ROY HENRY (*)**

par
J.J.. DUBARRY et M. ANDRIEUX

Le traité de médecine de Du Laurens. Premier Médecin du roi Henry IV, écrit en latin et traduit en français après sa mort comporte un chapitre traitant de la vieillesse. Les conseils hygiéno-diététiques sont encore valables de nos jours, 400 ans plus tard. Quant aux remèdes à base de plantes, ils possèdent bien les propriétés que leur attribuait Du Laurens.

Ironie du sort ! C'est dans le rôle d'Argan, le Malade Imaginaire, que Molière eut une grosse quinte de toux, suivie d'hémoptysie dont il mourut quelques heures après. Il était probablement tuberculeux et avait 51 ans, âge auquel on était considéré déjà comme un vieillard à l'époque. Ses diatribes contre les médecins étaient dues sans doute en partie à sa déception de ne pouvoir être soulagé par eux, étant réellement malade. Il est vrai que, comme il avait dit à Louis XIV, quand il les consultait, il ne suivait pas leurs prescriptions. Ses médecins — trois étaient ses amis — étaient-ils si ignares et prétentieux que les Diafoirus et Purgon de ses comédies ?

Les médecins de Molière avaient sans doute puisé une bonne partie de leur savoir dans *le best seller* des livres de médecine de la première moitié du XVII^e siècle.

Ce livre, ce sont les œuvres complètes d'André Du Laurens, professeur puis chancelier de l'Université de Montpellier, avant d'être Premier médecin d'Henry IV.

Du Laurens écrivait en latin, ce qui était habituel à cette époque ; il mourut en 1609 et ses publications furent réunies et traduites en français en 1613 et rééditées six fois en notre langue jusqu'en 1661, traduites aussi en anglais et en italien et deux fois rééditées en latin.

Dans les vingt-deux pages de cet *in folio* sur la *vieillesse* assimilée à une maladie tant elle donnait de troubles, il y a d'excellents conseils d'hygiène individuelle, ainsi qu'un chapitre intitulé "quels sont les remèdes les plus propres pour les vieilles gens."

(*) *Manuscrit reçu le 16 octobre 1990.*

Nous allons vous citer quelques passages des conseils d'hygiène de son livre :

- L'**air** doit être modérément frais pour conserver notre chaleur naturelle, et pur, en s'éloignant des malignes vapeurs qui s'échappent des corps morts, des cloaques et immondices des villes, des eaux qui croupissent.

- Un excès de **chaleur, froideur, humidité, sécheresse** est mauvais ; l'hiver les chambres ne doivent jamais être sans feu.

- Loger de préférence en un lieu élevé, aux ouvertures plutôt au levant pour que le soleil pénètre dans la chambre.

- Se tenir net et propre, changer souvent de linge.

- Le **boire et le manger** : Pour réparer ce qui se perd en liquide et conserver et entretenir ce qui est solide, quelques règles :

1 - On ne doit jamais manger qu'on n'ait un peu faim.

2 - Il faut mâcher la viande avant de l'avalier, car l'estomac travaille beaucoup à cuire ce qui n'est pas mâché ... et c'est une raison pourquoi ceux qui ont beaucoup de dents vivent longtemps.

3 - Il est bon de faire de petits repas assez fréquents : trois ou quatre par jour.

4 - Celui qui veut vivre longtemps se doit lever de table avec faim ; il faut se garder de remplir trop l'estomac pour éviter de rendre l'âme languide et la paresse au travail.

5 - Manger plus au souper qu'au dîner, car il y a beaucoup plus de temps pour digérer et nous avons besoin de repos.

6 - La meilleure heure de manger est celle du jour qui est la plus tempérée, après avoir fait un médiocre exercice.

Le pain est pour tous l'aliment essentiel, de bon froment, bien cuit, bien levé, avec un peu de sel ; il ne doit pas être mangé chaud, mais tendre, ou de deux jours au plus.

Œufs coque ou mollets, de préférence à cuits dans la braise (donc durs).

Les viandes de boucherie sont un fort bon aliment, mais éviter les viandes d'animaux trop jeunes ou âgés, ou trop grasses. Sont aussi recommandées les viandes de basse-cour, le gibier, les poissons.

Quel breuvage ? Le vin, dont on doit louer Dieu d'avoir créé une aussi douce liqueur, est le lait des vieillards, le vin rouge, du moins, qu'il n'est pas bon de boire à jeun ou après qu'on est fort échauffé parce que sa vapeur monte soudain au cerveau.

L'exercice des vieilles gens :

L'Homme ne peut vivre en santé s'il ne joint le travail avec l'aliment ; aussi l'exercice entretient et fortifie le corps, l'oisiveté le ruine, mais l'exercice doit être modéré, faisant travailler toutes les parties du corps, exercice réglé selon le manger, celui du matin étant le meilleur. Promenades à pied, en hiver cheminer plus vite qu'en été, aller à cheval ou jouer au jeu de paume. Mais l'exercice violent ruine les corps les plus solides.

Les frictions sont très propres aux vieillards : il les faut frotter le matin après qu'ils sont éveillés, jusqu'à ce que les parties commencent à rougir et à s'échauffer.

Pour le **dormir**, ne jamais se coucher après trois ou quatre heures après le souper et faire quelque promenade avant ; dormir sept heures. Ne point être trop couvert ; dormir la tête un peu élevée ; ne pas avoir les membres tout à fait étendus, car le repos de tous les muscles consiste en une médiocre contraction (c'est le tonus). Mais nous permettons aux vieillards de dormir un peu après le dîner (c'est la sieste).

“Enfin, il faut **réjouir les vieillards** et les détourner de toute violente passion de l'âme, l'âme ayant un pouvoir souverain et commandant absolument au corps : combien voyons-nous de troubles se former et guérir souvent par la seule force de l'imagination (nous sommes en pleine médecine psychosomatique). Et les ennuis, le chagrin, la tristesse, ne précipitent-ils pas en une infinité de maladies mélancoliques qui se rient des médecins par leur opiniâtreté.

“Tous les plaisirs et déplaisirs que nous ressentons viennent des sens qui sont les vrais espions et fidèles messagers. Aussi faut-il flatter et mignarder les sens des vieillards en proposant des objets agréables : l'œil détecte merveilleusement la vue des belles femmes ; mais qu'ils se contentent de cela. La variété des fleurs, la diversité des belles couleurs les réjouit infiniment. L'ouïe a des délices particulières : la musique adoucit les plus renfrognés.

“Entretenir les vieillards de discours agréables, leur proposer ce qui leur peut plaire ; ne les contredire en rien.

“Quant aux bonnes odeurs, elles réjouissent le cœur et purifient tous les esprits ; aussi qu'ils se lavent la barbe, les mains, le visage avec des eaux de senteur.

Vous voyez quels bons prétextes d'hygiène de vie conseille Du Laurens ! Son livre était le Maître livre des médecins du temps de Molière, ceux-ci étaient-ils si ridicules ? Les médecins des comédies de Molière ne sont que les caricatures des médecins du XVII^e siècle, dans l'optique du théâtre, comme le Dr Knock l'est pour notre siècle.

En effet, les conseils de gymnastique sont excellents ; les frictions dont parle Du Laurens sont les massages, que, par des techniques sophistiquées, nous dénommons pompeusement kinésithérapie ; et il connaissait bien la médecine psychosomatique et l'emprise sur la santé d'un bon équilibre psychique.

Quant aux **médicaments**, ils sont là pour remédier aux “incommodités” nombreuses de la vieillesse. Ils ne prétendent pas prolonger la vie.

Dans ce chapitre des remèdes qui sont les plus propres pour les vieilles gens, nous allons voir, qu'après avoir décrit les diverses incommodités de la vieillesse, Du Laurens va proposer d'y remédier par des préparations à base de plantes, dont les propriétés étaient bien connues du temps d'Henry IV.

“La vieillesse apporte d’elle même tant d’incommodités que les anciens ont cru qu’elle approchait plus de la maladie que de la santé.

“Tu verras ordinairement les vieillards avoir le ventre dur, abonder en phlegmes et sérosités âcres qui leur causent de petites démangeaisons et ardeurs. En poussant ils font tout plein de vents et sentent une faiblesse universelle parce qu’ils ont l’estomac débile et la chaleur de tout le corps languide :

“Ils ne cessent de cracher, tousser, pleurer.

“On peut pourvoir à toutes ces incommodités avec des remèdes bénins et aimables.

“Et premièrement il leur faut rendre le ventre bon. C’est à dire lâche avec des bouillons artificiels qu’on préparera de plusieurs façons :

“Prenez des mauves, de la mercuriale, des épines domestiques et sauvages ; faites bouillir cela avec un poulet et en prenez le matin. Le bouillon de coq est le plus excellent de tous. On le doit faire de cette façon : prenez un vieux coq, plumez-le et le fouettez bien ; après, tuez-le et l’ayant éventré, lavez-le deux ou trois fois avec du vin blanc et farcissez le ventre d’une poignée de racines de persil, de feuilles de bourrage, buglosse, mercuriale, pimprenelle, épines domestiques et sauvages, figues grasses, raisins de Damas, dattes, jujube, semences de Carthame, hysope et faites cuire tout cela à perfection. Coulez-le après, proprement et en faites prendre trois matins de suite. Quelques-uns y ajoutent un peu de sel de tartre pour lui donner de la pointe.

“Ce bouillon sert infiniment aux vieillards, car il tient le ventre lâche, nettoie les voies de l’urine et est fort propre pour la poitrine et courte haleine à laquelle ils sont sujets.”

Sous des allures de Poule au Pot, peut-être en hommage à son royal patient, Henry IV, Du Laurens traite les “vieillards” par les plantes, dont certaines ont en effet des propriétés purgatives, comme la *Mercuriale*, les *semences de Carthame* et à un degré moindre, la *Mauve*.

D’autres sont diurétiques, telle la *Bourrache*, la *Buglosse*. La *Mercuriale* connue d’Hippocrate et de Dioscoride est également diurétique.

La *Mauve*, le *Jujube*, l’*Hysope* ont des propriétés béchiques.

L’*Aubépine* est sédative.

Le *Persil* n’était peut-être pas simplement ajouté comme plante aromatique, car avec l’*Hysope*, notons que ce sont des plantes aux propriétés aphrodisiaques. Mais de cela, Du Laurens ne dit rien. Henry IV avait-il recours aux vertus de ces bouillons de poule ?

Les *Dattes*, les *Figues* sont “bonnes pour les vieillards”. Les *Raisins de Damas* sont la panacée de l’époque, du foie, de l’estomac, des reins, de la vessie.” Il s’agissait sûrement de raisins secs, par opposition aux fruits juteux qui se conservent mal.

“Les suppositoires leur doivent être ordinaires. Galien ne veut pas qu’on use de clystères violents et âcres, il se contente de la seule huile d’olive.”

On connaît encore les vertus de l’huile d’olive, qui favorise l’exonération.

Du Laurens n’insiste pas spécialement sur les lavements ni les purgations, auxquels Molière, plus tard, fait allusion, méthode excellente pour éliminer les humeurs peccantes. Au temps d’Henry IV les lavements avaient d’autres

qualités : Le roi, qui avait près de cinquante ans, écrivait à la future marquise de Verneuil, qui, elle en avait vingt : “Ma belle, je viens de prendre médecine, afin d’être plus gaillard pour exécuter toutes vos volontés.”

“Pour les laxatifs internes, j’approuve les pilules de *Lierre*, de l’*Aloès* bien préparé. La *Térébenthine* nettoie et purge tous les viscères sans danger.”

En effet, le *Lierre*, l’*Aloès* sont des purgatifs, ce dernier, drastique.

“Pour la faiblesse de leur estomac et pour dissiper les vents qui les travaillent, on recommande de la racine de *Gingembre* confit, le sucre anisé, l’eau de *Cannelle*, l’essence d’*Anis*, de *Genièvre*, de *Girofle*.

L’*Anis*, le *Gingembre*, la *Cannelle*, ont des propriétés stomachiques. À propos de la *Cannelle* et de la *Girofle*, qui n’a apprécié l’*Élixir* de *Garrus* du Codex lorsqu’il était stagiaire en pharmacie ?

“Pour éveiller la chaleur qui semble s’être endormie par tout le corps, je ne trouve rien de meilleur que de leur faire prendre souvent le poids de deux écus d’ambre gris dans un œuf bien frais.” Quel euphémisme pour parler d’un produit dont on dit qu’il est un aphrodisiaque !

Nous avons cité l’ambre gris, bien qu’il ne s’agisse pas d’une plante, mais d’un produit provenant de calculs biliaires du cachalot.

Du Laurens, médecin du XVII^e siècle, utilise bien sûr, la *Thériaque*. Il en cite plusieurs formes qu’il ne veut pas décrire, “pour être trop communes.” Il a l’air de ne croire qu’à demi dans les vertus de ce remède universel, qui était composé de substances provenant des trois règnes : animal, minéral et végétal.

Notons que Du Laurens, qui avait été chancelier de l’Université de Montpellier, utilise dans ses diverses préparations pharmaceutiques des plantes pour la plupart originaires de la région méditerranéenne.

Permettez-nous pour conclure, de vous citer le quatrain qu’écrivait le Premier médecin du roy à la fin du livre des écrouelles :

“Au lecteur,

“En cette version si vous trouvez à reprendre,

“Faites le comme amy, et non comme ennuieux,

“Et en la corrigeant tachez de faire mieux,

“Pour profiter à ceux qui désirent d’apprendre.”

SUMMARY

How to maintain the old-age and cure its discomfort in the gracious King Henry IV’s time

The book of medicine of Du Laurens, the first doctor of the king Henry IV, written in Latin and translated in French after his death, contains a chapter dedicated to old-age. The dietetic and hygienic advices are still up to date nowadays, 400 years later. Medicines consisting in plants possess many of the properties attributed to them by Du Laurens.

Key-Words : Du Laurens, old-age, hygiene, dietetic, medicines, plants, seventeen century.
