



« Les apothicaires et apothicairessees étaient les précurseurs des pharmaciens. Ils préparaient les mélanges et distribuaient les médicaments pour les malades. »

Les carnets des Augustines; ces herboristes apothicairessees

Le 1^{er} août 1639, trois jeunes religieuses hospitalières Augustines du Monastère de Dieppe (France) débarquent à Québec après une longue et pénible traversée sur le navire *Saint-Joseph*; traversée qui a duré plus de trois mois.

Par Krystine St Laurent

À la demande de la duchesse d'Aiguillon (nièce du Cardinal Richelieu), Marie Guenet (29 ans), Anne le Cointre (28 ans) et Marie Forestier (22 ans) devront établir un hôpital pour soigner les autochtones et les quelque 300 colons venus s'installer en Nouvelle-France. L'histoire est passionnante. Les colons sont de plus en plus nombreux, le défi des Augustines plus grand que nature. C'est le début de la colonie et la fondation de la Nouvelle-France.

Prendre soin des corps et des âmes, telle était la vocation des Augustines, mais les conditions de vie difficiles, les épidémies de variole, rougeole, choléra et autres maladies menaceront le projet de coloniser la Nouvelle-France et mettront à rude épreuve les méthodes de soins, les connaissances et la vie au quotidien dans un nouveau monde.

Dans un contexte aussi précaire, la connaissance des plantes médicinales est capitale. Les *simples* (comme on appelait les plantes médicinales aux vertus thérapeutiques), ou les *composées* (préparation de plusieurs simples), constituaient la base des traitements pour favoriser la guérison, réduire la fièvre, enrayer les infections, nettoyer l'air ou désengorger les poumons. Il faut se rappeler que les installations sanitaires étaient pauvres et que les conditions de vie plus que rustiques.

Sirops, oxymels (mélanges de miel et de vinaigres), infusions, décoctions, tisanes, huiles infusées, vins médicinaux, cataplasmes, onguents, baumes, élixirs; la transformation des plantes pouvait prendre plusieurs formes selon la recette, l'effet désiré, et le mode d'administration choisi.

Les Augustines étaient de vraies herboristes apothicairessees. Elles apportaient avec elles de France leur lot de connaissances de la botanique, du corps humain et surtout, de remèdes à base de plantes aromatiques et médicinales transmises de génération en génération. La

pharmacopée herboriste de ce temps ainsi que les livres de référence sur les plantes médicinales et leurs propriétés impressionnent par la quantité d'informations et de connaissances dont certaines demeurent extrêmement justes et à propos en 2016.

UN PEU D'HISTOIRE

Les Autochtones savaient eux aussi soigner avec la nature.

Nous sommes tous plus ou moins familiers avec l'histoire de Jacques Cartier, qui coincé dans son navire avec son équipage (110 hommes) dans les glaces du fleuve St-Laurent pendant plusieurs semaines, assistait impuissant à la souffrance et au décès d'une grande majorité de son équipage. Tentant le tout pour le tout, Cartier demanda au chef amérindien le remède qu'ils utilisaient pour guérir ce mal qui allait éventuellement être identifié comme le *scorbut*. Le chef apporta une écorce d'arbre puis donna la recette de décoction et la façon de l'utiliser. Six jours plus tard, ceux qui étaient atteints étaient en bonne voie de guérison. Après plusieurs théories et débats autour de l'identité de cette plante, l'histoire nous apprend aujourd'hui qu'il s'agit de l'écorce d'Anneda, l'arbre de vie, le thuya occidentalis ou cèdre blanc dont les feuilles contiennent 45 mg d'acide ascorbique (vitamine C) par 100 g qui a sauvé le reste de l'équipage.

LE JARDIN DES AUGUSTINES

« Que ta nourriture soit ta médecine et ta médecine, ta nourriture », disait Hippocrate.

La culture des plantes aromatiques par les Augustines permettait, non seulement de nourrir, mais également, de soigner: Absinthe, Achillée Millefeuille, Capillaire d'Amérique, Chiendent, Aristoloche, Consoude, Ail, Plantain, Mélisse, Sauge officinale, Menthe poivrée, Pissenlit, Bardane, Mauve, Armoise et autres plantes se retrouvaient dans les jardins du Monastère du Vieux-Québec.

«La pharmacopée herboriste de ce temps, les livres de référence des plantes médicinales citant leurs propriétés thérapeutiques impressionnent par la quantité d'informations et de connaissances qu'ils avaient, dont certaines extrêmement justes et à propos en 2016.»

Ce qui ne se cultivait pas localement à l'époque se commandait en France, comme en témoigne une facture datée de 1756 commandée par le Monastère de l'Hôtel-Dieu de Québec à Pierre Guillemot, apothicaire de La Rochelle : écorce de cannelle, girofle, lavande, racine de valériane, huile de muscade, gingembre, réglisse, santal rouge, quinquina, cardamome, etc.

Avec un énorme souci du détail, elles écrivaient leurs recettes et comptabilisaient leurs observations des résultats. Plusieurs recettes reviennent dans tous les carnets d'apothicaires du Monastère des Augustines, comme celle de la tisane royale ou de l'huile camphrée :

Recette de *Tisane royale* (datant possiblement du temps de la colonie) raisins, graines de lin, réglisse, sucre d'érable, eau et brandy. Dose : un verre à vin toutes les 3-4 heures.

Huile camphrée : huile d'amande douce infusée de camphre et d'essence d'orange. Frottez le thorax vigoureusement et répéter au besoin.

Ces carnets sont incroyablement bien conservés et accessibles aux archives du Monastère. Il est facile d'oublier le temps lorsque l'on découvre ces richesses de notre patrimoine...

Les Autochtones ont aussi influencé les recettes de carnets des Augustines. La capillaire d'Amérique (*herba capillaris*), par exemple, ou fougère du Canada, a été une plante de grande importance, tant au niveau économique que curative.

Selon Pehr Kalm, botaniste suédois qui lors d'un voyage en Amérique du Nord à l'été 1749 a écrit : «*Je me suis laissé dire par plusieurs personnes à Albany et au Canada, que l'on y fait grand usage de ses feuilles au lieu de thé dans les cas de consommation, de rhume et dans toutes les maladies de la poitrine. Les Indiens parcourent les bois en ce moment à la recherche de la plante, aussi en envoie-t-on des quantités considérables en France chaque année.*».

Le ginseng américain aussi a été cueilli massivement pour le vendre aux marchands montréalais qui l'exportaient vers la France. Kalm note dans ses écrits : «*Les Amérindiens se livrent à la course à travers les forêts canadiennes et vendent ensuite le fruit de leur travail aux marchands de Montréal. La plante est exportée en France pour être transportée par la suite en Chine. Cependant, si l'on continue encore pendant plusieurs années à faire la guerre au ginseng de cette manière, c'est-à-dire sans laisser en place un ou deux plants pour propager l'espèce, il risque de ne plus y avoir de ginseng dans les forêts canadiennes.*» Déjà, en 1750, il y avait un souci de pérennité des ressources.

Découvrir l'importance des plantes et des épices dans notre histoire ne fait que soutenir l'importance de la protection de la nature. Plusieurs herbes médicinales utilisées au temps de la Nouvelle-France sont toujours utilisées de nos jours. Bien sûr, il y a des recettes cocasses, mais beaucoup de plantes citées pour leurs bienfaits sont toujours bel et bien là pour soigner, apaiser, tonifier, stimuler la digestion, réduire le stress ou l'inflammation.

L'histoire des Augustines est une leçon d'humanité. Grâce à leur courage, ces femmes pionnières jadis cloitrées ont participé à l'édification d'une nation et ont su faire rayonner leurs valeurs dans notre société : la compassion pour la souffrance humaine, le respect de la personne, l'interdépendance du corps et de l'âme et la volonté de soigner. Elles ont désormais choisi de léguer leur patrimoine et de transmettre leur histoire à la société à travers un nouveau projet unissant culture, santé et mieux-être au service de la société contemporaine. Il est possible de le découvrir au www.monastere.ca



KRISTINE ST LAURENT

Conférencière dynamique, auteure, chroniqueuse télé + radio et spécialiste en Santé + Vitalité + Ayurveda, Krystine St Laurent est productrice et animatrice de l'Émission Santé! La Vie! Herboriste et aromathérapeute certifiée, elle a œuvré comme infirmière dans plusieurs spécialités durant plus de 20 ans. Passionnée, elle simplifie de façon concrète ce dont le corps a besoin pour maintenir une santé et une vitalité naturellement accessible à tous. Fondatrice de l'entreprise Terre d'Hysope et créatrice de la gamme d'huiles herbales infusées ayurvédique Inspirata Nature, elle fait partie de l'équipe de santé globale du Monastère des Augustines. Elle est formatrice agréée en Santé Parfaite, programme officiel du Chopra Center (Deepak Chopra).

Pour découvrir Inspirata nature : www.inspiratanature.com

Suivre sur Facebook : [inspiratanature](https://www.facebook.com/inspiratanature)

Références

Lebrun, François. *Se Soigner Autrefois : Médecins, Saints Et Sorciers Aux XVIIe Et XVIIIe Siècles*. Paris : Ed. Du Seuil, 1995. Print.
 La vie médicale au Canada français, Volume 1, octobre 1972, Les presses de l'Université Laval
 Lessard, Rénaud. *Au Temps De La Petite Vérole : La Médecine Au Canada Aux XVIIe Et XVIIIe Siècles*. Québec : Septentrion, 2012. Print.
<http://www.biopierre.com> : ginseng d'Amérique fiche technique
 L'union Médicale du Canada, tome 70, numéro 7, juillet 1950
 François Rousseau, *Le régime des malades à l'hôtel Dieu de Québec, les cahiers d'histoire de l'Université Laval*, les Presses de l'Université Laval, 1983
 François Rousseau : *La croix et le scalpel, Histoire des Augustines et de l'hôtel Dieu de Québec*, vol II 1892-1989
 Document de travail de Catherine Gaumont, Ethnologue et directrice du musée du Monastère des Augustines. [merci Catherine pour le partage de ta passion!]
www.monastere.ca