Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
Herausgeber: Aînés
Band: 21 (1991)
Heft: 7-8

Rubrik: Docteur nature : le romarin l'éternelle jeunesse

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Siehe Rechtliche Hinweise.

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. Voir Informations légales.

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. See Legal notice.

Download PDF: 06.05.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Le romarin l'éternelle jeunesse

Docteur nature
Paul Vincent

Illustration de Lizzie Napoli

On comprend que le romarin ait des défenseurs prestigieux chez les Grands de la littérature. Madame de Sévigné considérait le romarin comme «le soulagement de tous les chagrins» et Shakespeare l'évoque dans «Roméo et Juliette», en faisant dire à frère Laurence: «Séchez vos fleurs et mettez votre romarin sur ce beau corps». Quant à Hamlet, il déclame: «Voici le romarin pour le souvenir». Arme secrète de la grillade, le romarin est un condiment qui peut faire partie dignement du bouquet garni. Une ramille dans le gigot détruit le goût du suint et exalte le mouton. Mais il faut l'employer en faible quantité pour éviter la nocivité: il contient un principe amer, des camphres, une résine avec saponine et huile essentielle. Il est préférable de l'éviter en période de grossesse.

Le romarin n'est pas seulement «l'herbe des troubadours» qui attire les chatelaines et qui, en même temps, a le don de faire fuir les mites dans les armoires où on l'a fait sécher. C'est une épice de beauté et de santé.
Particulièrement pour les yeux et la chevelure.
Dès 1668, Lazarus Riviérus le conseillait pour aviver le regard: «Prenez des fleurs de romarin et mettez-en assez pour remplir un verre qui doit être bien bouché et placez-les dans le mur, face au soleil de midi: il en sortira une huile avec laquelle vous oindrez l'œil».
Jadis, quatre remèdes ont fait le bonheur des aïeules: le «baume Tranquille» contre les maux d'oreilles, le «baume Opodeldoch» contre les entorses, le «vinaigre des quatre voleurs» contre les maladies contagieuses, l'«eau de la Reine de Hongrie» contre les rhumatismes.
Aujourd'hui la médecine au romarin est plus scientifique. Mais elle lui reconnaît toujours ses qualités antiseptiques, antirhumatismales, antifermentescibles, carminatives, cholagogues, diurétiques, stomachiques et pour tout dire dynamisantes au service de la vie.
Mais le romarin est aussi au service de la beauté. Pour avoir le teint frais, assouplir la peau, convertir les rides à plus de discrétion, l'infusion de sommités fleuries (50 g par litre d'eau) donne une lotion précieuse.
Ajoutée à l'eau d'un bain, elle fortifie enfants et convalescents. A dose de 25 g par litre d'eau bouillante, l'infusion de romarin peut apaiser grippe, insomnie, migraine, oppression, troubles intestinaux, surmenage intellectuel aussi bien que physique.
L'onguent de romarin est un traitement paysan en Savoie contre les poux et la gale et il a plusieurs usages en médecine vétérinaire.
Le romarin est même assez stimulant pour devenir aphrodisiaque en bain où ont infusé à poids égal pendant 12 heures romarin, sauge, origan, menthe, camomille avec muscade concassée, genièvre, girofle. Le romarin rend confiance aux complexes. C'est l'épice qui donne aux hommes, la vieille illusion de l'éternelle jeunesse. ■

«En ce temps-là, c'était la fuite en Egypte et Marie, harassée fit halte à côté d'un buisson. Elle y posa son manteau et s'assit à terre. Et c'est depuis ce jour que les fleurs de la haie devinrent bleu ciel.»
Ce n'est pas un supplément de la Bible. C'est la légende de la fleur mystique du romarin la fleur bleu pâle d'un long ciel de juillet.