Les remèdes venus du jardin abbatial

Le monastère d'Alt St. Johann dans le Toggenbourg abrite un magnifique petit jardin de plantes médicinales et aromatiques.

Le monastère d'Alt St. Johann

L'ancien couvent bénédictin d'Alt St. Johann a fière allure. Situées dans le pittoresque Haut-Toggenbourg, dans la vallée de la Thur, la bâtisse rénovée et son ancienne église abbatiale sont bien visibles depuis la route principale.

Mentionné en 1152 pour la première fois dans des documents officiels, le monastère a été fondé par Milo et Thüring, deux moines qui seraient arrivés dans la vallée de la Thur en provenance du monastère de Trub dans l'Emmental. Peu après, l'église fut dédiée à Jean le Baptiste. C'est d'ailleurs à ce saint patron que le village de St. Johann doit son nom.

Au cours de son existence, le couvent a dû faire face à toutes sortes de crises et hostilités. Après sa dissolu-

tion en 1806, une partie du prieuré a été remis à la paroisse de Neu St. Johann, alors que d'autres bâtiments occupaient tour à tour des fonctions diverses. En 1901, ils ont, par exemple, été transformés en institution pour handicapés physiques et mentaux, le Johanneum.

A l'heure actuelle, l'ancien couvent abrite la paroisse catholique et les logements du curé et du vicaire.



L'ancien couven d'Alt St. Johann



Le jardin du couvent d'Alt St. Johann et sa boutique de plantes

Les monastères, hauts lieux du développement de la phytothérapie et de la pharmacie

Au Moyen Âge, les couvents étaient des pôles du savoir. Avec leurs jardins, ils ont joué un rôle capital dans l'herboristerie et l'utilisation des plantes dans l'alimentation, la médecine et la vie de tous les jours. Au sein des couvents, les moines soignaient les membres de leur ordre, mais également la population et les voyageurs de passage. Parmi eux, les Bénédictins se sont distingués en collectionnant les ouvrages encore existants sur les plantes médicinales et la pharmacie, rédigés par des auteurs anciens, en les recopiant et en s'évertuant à faire progresser ce savoir. Les monastères formant des associations, ils échangeaient souvent entre eux des livres, plantes, remèdes et graines. Grâce à ces échanges, des plantes méditerranéennes ou orientales se sont retrouvées en Europe centrale et au nord des Alpes. Un emplacement protégé, à l'abri ou le long des murs du couvent, permettait de cultiver et d'étudier des plantes initialement étrangères à nos latitudes, p. ex. le fenouil et la livèche.

Le jardin du couvent d'Alt St. Johann recèle des trésors cachés

Accessible au public toute l'année, le jardin du couvent d'Alt St. Johann regorge d'une multitude de plantes médicinales, aromatiques et à tisane.

Charles the force

Dans les parterres, des plantes aussi célèbres que l'alchémille, la coriandre, la mauve et la sauge côtoient des espèces beaucoup plus rares. Au cours de ma promenade, j'ai découvert une plante qui m'a fascinée: le thé d'**Oswego.**



Le thé d'Oswego (Monarda fistulosa), fleurs et plante



Le nom botanique du thé d'Oswego, c'est *Monarda fistu-losa*, également appelé monarde ou thé des Indiens. Cette plante, un demi-buisson à la tige angu-

leuse, fait partie des labiacées. Ses feuilles, formées comme des lancettes, dégagent une odeur fraîche et citronnée. Les fleurs très décoratives de la monarde éclosent de mai à septembre.

La plante, originaire d'Amérique du Nord, est aujourd'hui présente partout dans le monde. Initialement, ce sont les indiens Oswego qui l'utilisaient comme remède contre les refroidissements et les affections des bronches. Parmi ses principes actifs prouvés: le limonène, l'acétate de linalyle, le linalool, le bergaptène, le nérol, la limettine, le thymol. En dehors de son utilisation médicinale, la monarde a également sa place en cuisine, ses feuilles ou fleurs crues se mangent en salade ou servent à farcir des rôtis. Ses délicieux arômes en font une composante très recherchée en parfumerie.

D^r Priska Binz Nocco

Le jardin du couvent d'Alt St. Johann et sa boutique de plantes

- Horaires du jardin du couvent: libre accès toute l'année, tous les jours jusqu'à 21h.
- Heures d'ouverture de la boutique de plantes: mai à octobre, tous les samedis de 9h à 12h.

BIBLIOGRAPHIE

- commune d'Alt St. Johann, histoire du couvent (www.altstjohann.ch --> Gemeinde --> Geschichte)
- Lexikon der Küchenkräuter und Gewürze (www.gewuerzlexikon.de → Bergamotte)
- http://www.missouribotanicalgarden.com --> Monarda fistulosa
- Stoffler, Hans-Dieter: Kräuter aus dem Klostergarten. Wissen und Weisheit mittelalterlicher Mönche. Stuttgart 2002.