



Association des Amis  
de l'abbaye de La  
Sauve-Majeure

Mairie

33670

La Sauve-Majeure

Tel : 06 08 57 53 42

Site Internet :

amisabbayelasauve.com  
contact@amisabbayelasauve.com

Association  
reconnue  
d'intérêt  
général



Liberté • Égalité • Fraternité

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE



Pour contacter  
le monument :  
05 56 23 01 55

Conception et réalisation de la  
publication :  
Laurence Cadoret  
laurence.cadoret@gmail.com  
Tél. 06 82 04 89 46

## EDITORIAL

Et si nous faisons le bilan des activités de septembre 2016 à juin 2017 : Septembre, nous avons accueilli Antoine Lebègue pour une conférence « Le Prince Noir et sa légende » puis en février, Sandrine Biyi a présenté « Les Cathares en Aquitaine » suivie en avril, de Frédéric Boutouille sur le thème « La paysannerie dans la guerre de cent ans ». La qualité des intervenants et la régularité des conférences nous ont permis de fidéliser un grand nombre de passionnés, de plus en plus nombreux.

Pour l'activité « Jardin médiéval », après un été très sec, nous avons pu maintenir celui-ci en bon état, grâce à la motivation des membres de cette commission. En décembre, une deuxième tranche de travaux a été réalisée, pour remplacer les plessis par des poutres. Les élèves de la Maison Familiale Rurale accompagnés de leur formateur et de quelques membres de la commission Jardin ont profité d'une belle journée pour donner au jardin une autre image.

La période du printemps ne fut pas en reste : taille, binage, installation de nouvelles plantes sous l'égide de « notre chef jardinier ». Mais aussi, la mise en place d'une nouvelle signalétique, grâce au concours et au professionnalisme d'Arno, notre graphiste qui a créé pour l'association une charte graphique qui sera utilisée pour notre communication, guide nos visiteurs.

Cette année, le jardin médiéval a été inscrit à la manifestation nationale « des Rendez Vous aux Jardins » des 2, 3 et 4 juin. La météo favorable du dimanche a permis d'accueillir un grand nombre de visiteurs, l'intérêt et les félicitations ne peuvent que nous encourager à poursuivre son développement. Nous vous encourageons à venir le visiter !

Le 4 juin 2017, nous avons reconduit sous la halle notre marché de la Saint Gérard où nous avons accueilli une quinzaine d'artisans et producteurs.

Juin ! enfin les vacances, pour les membres actifs de l'association, avec encore une année bien occupée et dynamique. Pendant l'été, nous resterons attentifs au bon état du jardin et à la rentrée, nous programmerons deux ou trois conférences durant cette dernière partie de l'année.

Nous vous souhaitons, chers adhérents, un agréable été !

Le Président, Jean-Michel VINCENT

## BIBLE DITE DE LA SAUVE MAJEURE

La bibliothèque municipale de Bordeaux conserve un ouvrage emblématique: il s'agit de ce que l'on nomme « le manuscrit n° 1 » qui date du XI<sup>e</sup> siècle. Cette bible dite « Bible de la Sauve Majeure » tient son nom de la célèbre abbaye de la région bordelaise d'où le livre est issu. Cet exemplaire est entré dans les collections lors des confiscations révolutionnaires. Néanmoins, avant d'appartenir à l'abbaye, cet ouvrage a été au début du XII<sup>e</sup> siècle la propriété de celle de Redon en Bretagne dont plusieurs documents la concernant ont été recopiés sur les derniers feuillets ; d'où son appellation ancienne de Bible de Redon. Les lettrines, parfois historiées, qui ornent les têtes des chapitres sont la facture du scriptorium du Mont Saint-Michel

et attestent l'origine normande de ce superbe exemplaire. Elle est divisée en deux grands volumes. Le texte est en latin conformément à la traduction donnée par Saint-Jérôme à partir de l'Hébreux. Les Evangiles et l'Apocalypse sont absents dans la partie du Nouveau Testament.



Evelyne Picot

## Fiche plante : MENTHA PIPERITA

Dix-huit genres de menthes sont aujourd'hui acceptés dans le monde. Si communes qu'elles en sont presque banales. Et pourtant...

Le jardin médiéval s'enorgueillit d'une très belle Mentha Piperita ou menthe poivrée. Elle est issue du croisement de la menthe aquatique (Mentha Aquatica) et de la menthe en épi (Mentha Spicata) ou menthe douce qui pousse communément dans nos jardins.

La menthe est connue depuis l'antiquité pour ses vertus. Ecrire Antiquité est aussi imprécis qu'écrire Moyen âge. On trouve donc traces de feuilles de menthe dans des tombeaux de rois babyloniens, au 1<sup>er</sup> millénaire av JC.

Très utilisées dans les jardins monastiques médiévaux, elle tombe en désuétude à la Renaissance puis est redécouverte au XVIII<sup>e</sup> siècle par les botanistes anglais d'une part, puis par Mr Linné botaniste suédois, père de la classification des plantes.

Elle appartient à la très grande famille des lamiacées.

Au Moyen âge la menthe, qui n'était pas encore Piperita, servait à soulager des douleurs à type de névralgies comme les maux de dents. Elle apaisait également les spasmes gastriques. L'on s'en servait copieusement pour les purges des frustes nourritures de l'hiver.

Mentha Piperita a ceci d'exceptionnel qu'elle est la plus utilisée dans le monde, tant ses vertus digestives sont importantes.

On utilise les feuilles, fraîches ou séchées, en tisane, à raison d'une poignée ou une cuillère à soupe pour un litre d'eau bouillante. En gargarisme, elle soulage également les maux de gorge.

Par ses propriétés antiseptiques, elle rentre dans la composition du célèbre vinaigre des quatre voleurs, qui protégeaient les détroisseurs de cadavres durant l'épidémie de peste de 1348.

Mais si elle est une panacée à dose modérée, elle peut s'avérer dangereuse lors d'une trop grande consommation. Elle doit être limitée chez les personnes cardiaques car peut ralentir les effets des inhibiteurs calciques notamment, et donc aggraver les troubles cardiaques.

L'huile essentielle est à manier avec précaution en raison de toxicité hépatique, à plus forte raison si elle est de Mentha Piperita. De plus, elle ne s'utilise jamais pure sur la peau car peut entraîner des brûlures.

### Recette : Thé à la menthe

Une belle théière

Une cuillère à soupe de thé noir, bio de préférence,

Une belle poignée de menthe fraîche

Du sucre en fonction du goût de chacun

De l'eau.

Faire bouillir l'eau. Mettre le thé dans la théière. Ebouillanter la théière et jeter cette première eau

Rajouter la menthe, le sucre et couvrir d'eau

Faire bouillir. Laisser refroidir ! Servir !

Sandrine BIYI

## Événements à venir organisés par l'association :

- Visite libre du **jardin médiéval** tout l'été, heures d'ouverture de l'abbaye
- Les 34<sup>èmes</sup> **journées européennes du patrimoine** auront lieu les 16 et 17 septembre 2017, autour du thème : « Jeunesse et patrimoine ».
- Conférence avec **Maitena Hardoy "Hildegarde de Bigen et la pharmacopée médiévale"** deuxième quinzaine de septembre (date non précisée)

CENTRE DES  
MONUMENTS NATIONAUX

## Événements annoncés par le Centre des Monuments Nationaux :

### Une semaine à L'Abbaye de la Sauve Majeure du 15 au 20 juillet 2017

#### Programmation détaillée et renseignements :

Abbaye de La Sauve-Majeure - 14 rue de l'abbaye - 33670 La Sauve 05 56 23 01 55

[www.abbaye-la-sauve-majeure.fr](http://www.abbaye-la-sauve-majeure.fr) <https://www.facebook.com/abbayedelasauvemajeure>



## Remerciements à nos partenaires :



Maison des vins de l'Entre-2-Mers  
16 rue de l'Abbaye  
33670 La Sauve-Majeure  
Tel. 05 57 34 32 12  
Site : [www.vins-entre-deux-mers.com](http://www.vins-entre-deux-mers.com)



Maison Familiale et Rurale  
67 rue de Gestas  
33670 La Sauve-Majeure  
Tel. 05 56 23 01 32  
Site : [www.mfr-entredouxmers.fr](http://www.mfr-entredouxmers.fr)



## Membres du bureau :

**Président :** Jean-Michel VINCENT **Vice-présidente :** Monique BOLORINOS **Trésorière :** Monique GAUBERT-VINCENT  
**Trésorier adjoint :** Bernard CORRÈGES **Secrétaire :** Manuel BOLORINOS **Communication :** Laurence CADORET

Vous souhaitez adhérer à notre association ?  
N'hésitez pas à nous contacter : [www.amisabbayelasauve.com](http://www.amisabbayelasauve.com) et notre page Facebook !!