

# Shennong bencao jing

## ou le premier traité chinois de phytothérapie et de thérapeutique

Shuai zhang, spécialiste de la Chine, ancien enseignant de l'Université Paris-Sorbonne Paris IV, conférencier et auteur de multiples publications sur la Chine.



Les premières traces d'utilisation des plantes par les hommes remontent à Sumer, 3000 ans avant notre ère. Mais l'empire du milieu, plus tard, allait magnifier l'usage des plantes en l'intégrant dans une vision du monde.

En effet une grande tradition phytothérapique venue du grand empire du milieu ne nous est parvenue que fort tardivement puisqu'il faudra attendre le 16<sup>ème</sup> siècle pour que le « Bencao » (écrit parfois Pen tsao) qui signifie herbier en chinois nous parvienne sous la forme de ce manuscrit princeps élaboré voici près de 4700 ans.

Le « *Shennong bencao jing* », premier traité chinois de phytothérapie, rédigé par les disciples de Shennong, datent des Han occidentaux (220 av notre ère-23), soit environ trois siècles après les grands textes sur les plantes du botaniste grec Théophraste (372-288 av JC). Il catalogue 365 propriétés médicinales de plantes, de minéraux, et de parties d'animaux, correspondant aux 365 jours de l'année et les classe en 3 catégories. Shennong indiquait, par ce nombre symbolique, que ces propriétés médicinales étaient déjà sûres pour prévenir et soigner les maux tout au long de l'année.

Mais il ne comporte pas que des plantes et nombreux sont les éléments minéraux et animaux qui y sont décrits avec leurs propriétés.

Cet ouvrage restera méconnu jusqu'à ce que Li Shizheng, né en 1515, alors que François Premier et le chevalier Bayard bayaient les suisses dans la plaine du Pô à Marignan, ne le remette en selle.

L'ouvrage appelé « Bencao Gangmu » remonte à l'époque légendaire des trois augustes chinois.

Li shizheng consacra sa vie au remaniement de cet ouvrage précieux. Il ne terminera pas son œuvre et c'est son fils qui achèvera l'ouvrage en l'augmentant. L'empereur Shenzong (1573 /1620) du règne Wanli en autorisera la publication alors.

On trouve dans ce bencao, la plupart des grandes plantes pharmacologiquement actives telles que le ginkgo biloba, le camphrier, l'éphédra ou bien sûr le ginseng.

La première version du bencao remonte à l'auguste shennong (2737 /2697 av notre ère), le divin laboureur et contient 360 plantes décrites en trois livres. Les versions suivantes dues à Li shizheng et à son fils comprennent 52 livres. Les deux premiers livres reprennent les plantes de shennong, mais on trouve aussi dans l'ouvrage de nombreux textes classiques de la médecine chinoise de huangdi (2674/2575 av notre ère), le souverain Jaune.

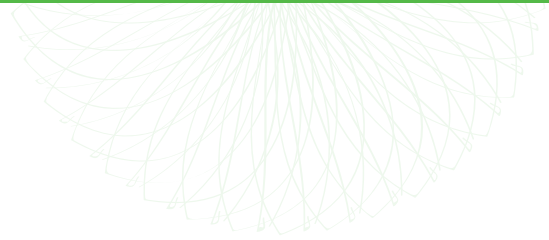
Il s'agit en fait d'une suite très encyclopédique de matières médicales un peu à la manière dont nos ouvrages modernes sont organisés. La différence est qu'aucune description de la plante elle même n'est donnée, un peu comme si la reconnaissance de la plante allait de soi et ne méritait aucune explication.

Par contre la saveur, le milieu de prédilection et bien entendu les indications sont indiquées.

Pour le Ginseng, on trouvera par exemple qu'il est « doux et légèrement froid », qu'il « renforce les cinq viscères (que l'on retrouve en acupuncture chacun couplé avec son organe) » et qu'il agit comme stabilisateur de l'esprit, de l'âme, des anxiétés. Le ben cao précise que le Ginseng pousse dans les montagnes et les vallées.

Toutes les propriétés des plantes sont référencées selon trois grands chapitres hiérarchisés comme supérieur, intermédiaire et inférieur. On reconnaît là l'ordonnement de la société traditionnelle chinoise qui ordonne et hiérarchise depuis la société, jusqu'aux plantes, aux aliments, aux vertus ou qualités métaphysiques.

Chaque catégorie comporte 120 plantes (125 pour la classe inférieure).



Les plantes ou remèdes de classe supérieure (remèdes souverains) sont en correspondance avec le ciel et sont censées nourrir la force vitale. Dénuées de toute toxicité, elles peuvent être consommées régulièrement et en grande quantité. En langage moderne, cela correspond aux plantes « aliment » ou « alicament ».

Les plantes ou remèdes de classe intermédiaire (remèdes ministres) sont en correspondance avec la dimension humaine. Ces plantes peuvent être plus ou moins toxiques et leur usage doit être maîtrisé. En langage moderne, cela s'apparente beaucoup plus à la phytothérapie qui suppose connaissance des indications, propriétés et surtout doses.

Les plantes ou remèdes de catégorie inférieure (remèdes assistants) sont en correspondance avec la terre et servent à traiter des maladies bien précises. Ces plantes sont très toxiques, annonce le ben cao et bien qu'aucune indication ne nous pousse à faire l'amalgame, on pourrait y voir en langage moderne la trace de l'homéopathie (ou tout du moins l'usage en basse dilution de plantes toxiques).

Alicament, phytothérapie et usage dilué de plantes toxiques, nous retrouverons des choses connues pour notre usage moderne.

Nous y retrouvons aussi la correspondance toujours établie entre les éléments du réel et le ternaire ciel-terre-homme.

## Mais qui était ce Shennong ?

Shennong, nom qui signifie agriculteur divin, vécut entre 5058 et 4960 avant notre ère, est fondateur de l'agriculture et le père de la phytothérapie. C'est un des trois augustes mythiques avec Fuxi et Nuwa.

Shennong est considéré comme le père des pharmaciens et des médecins. Il testa toutes les plantes pour connaître leurs propriétés et ordonna au peuple de prendre connaissance des espèces qu'on devait préserver. Certaines versions lui prétendent le pouvoir divin de mourir et revivre plusieurs fois au hasard de ses essais, alors que d'autres supposent que son action fut par

lui coûter la vie en accentuant ainsi son esprit de sacrifice. Quoi qu'il en soit, il aurait ainsi identifié les 365 espèces du premier traité chinois de phytothérapie « *Shennong bencao jing* ».

Il aurait inventé également la houe, l'araire et le champ, les marches et la monnaie. On lui attribue parfois l'invention de la cithare à 5 cordes, instrument musicale pour divertir le peuple après le travail, et son fils créa la cloche et composa plusieurs airs. Ces instruments de musique ont été transmis de génération en génération jusqu'à aujourd'hui.

## Une plante du Bencao : le schisandra

Le schisandra occupe une bonne place dans le Bencao de la Chine ancienne. C'est une plante grimpante ornementale dont on utilise les baies. Elle est revenue au goût du jour grâce à ses nombreuses propriétés thérapeutiques en particulier sur le foie

puisque cette plante a une action de régénération sur les foies malades et est intéressante dans les cas d'hépatite ou de cirrhose. Elle possède en outre une action tonifiante sur le système nerveux, les glandes surrénales et la sexualité.

L'usage médicinal des plantes mais aussi d'une pharmacopée minérale et animale est moins connue que la désormais classique acupuncture.

Pourtant, avec cette dernière, mais aussi les gymnastiques de l'énergie (Tai ji shuan, Qi gong) la diététique chinoise et le massage tui na, la phytothérapie chinoise complète les cinq branches de cette grande médecine chinoise que nous redécouvrons avec l'œil de la pharmacologie moderne et une vision globale de l'être humain dans son environnement.

S. ZHANG

## BIBLIO

La médecine traditionnelle chinoise au quotidien, Dr Daniel Scimeca et Shuai Zhang. Edition Alpen, 2014