

Danielle Jacquart

L'INSOMNIE ET SES REMÈDES SELON AVICENNE ET SES LECTEURS (XIV^e-XV^e S.)

Pour le philosophe Aristote comme pour Avicenne dans son *De anima*, le sommeil est défini comme une privation de la veille¹. Dans la tradition médicale galénique, malgré cette empreinte philosophique et la lecture du *De somno et vigilia* aristotélicien, dans le couple sommeil et veille le premier est valorisé par rapport à la seconde et ses bienfaits mis en avant, du moins lorsqu'il ne tombe pas dans l'excès ou dans le pathologique². Traitée généralement après le sommeil dans les ouvrages médicaux, la veille qui est son contraire se trouve plus chargée négativement du fait qu'elle ne devient un sujet médical qu'à condition d'être excessive ou d'accompagner un état de maladie, alors que le sommeil l'est d'emblée, même à l'état sain, en raison de sa fonction physiologique et psycho-physiologique. À la recherche de la notion d'insomnie et de ses remèdes, sera analysé ici l'im-

1. Aristote, *Du sommeil et de la veille*, 1453 b 24-27, trad. R. Mugnier in Aristote, *Petits traités d'histoire naturelle*, Paris 1953, 64: «D'abord il est du moins évident que la veille et le sommeil à la fois relèvent de la même partie de l'animal, car ces fonctions sont opposées, et le sommeil paraît être une espèce de privation de la veille»; Avicenne, *De anima* IV, 2: «Dicemus ergo quod vigilia est dispositio in qua anima imperat sensibus et virtutibus moventibus exterius voluntate cui non est necessitas. Somnus vero est privatio huius dispositionis: in quo anima ab exterioribus convertitur ad interiora» (Avicenna Latinus, *Liber de anima seu Sextus de naturalibus*, IV-V, édition critique de la traduction latine médiévale par S. Van Riet, Louvain-Leyde 1968, 33).

2. Voir notamment: M. Hulskamp, «La théorie de Galien sur la physiologie du sommeil», in *Le Sommeil, Approches philosophiques et médicales de l'Antiquité à la Renaissance*, dir. V. Leroux, N. Palmieri et C. Pigné, Paris 2015, 259-72.

pact du *Canon* d'Avicenne chez quatre auteurs des deux derniers siècles du Moyen Âge, deux commentateurs de ce long texte, et deux auteurs de *Practica*: Gentile da Foligno et Bernard de Gordon pour le XIV^e siècle, Jacques Despars et Michel Savonarole pour le siècle suivant.

Nommer l'insomnie et la définir

Dans le *Canon*, Avicenne aborde le sujet du sommeil et à sa suite celui de la veille dans trois parties différentes³. Alors qu'il ne recourt pas à la catégorie de «choses non-naturelles» installée dans le galénisme arabo-alexandrin, il en insère néanmoins les composants au premier livre au cours du développement sur les causes des maladies: le sommeil et la veille s'y trouvent abordés avant les accidents de l'âme ou passions et après le mouvement et le repos, du fait que le sommeil est dit semblable au repos et la veille, au mouvement. La deuxième occasion de traiter du sujet intervient en ce même premier livre dans la partie dédiée au régime, qui reprend sans s'y référer explicitement le concept de «choses non-naturelles». Enfin, la première fen du livre III consacrée aux maladies du cerveau, à leurs causes, leurs signes et leur traitement aborde cette fois de manière séparée sommeil et veille dans leurs déviances respectives par rapport à l'état de santé, en commençant par le sommeil.

Au premier chapitre du livre I où il en est question, seul le sommeil reçoit une explication physiologique: «Disons donc que le sommeil rend fortes les opérations naturelles, du fait qu'il réprime la chaleur innée et qu'il relâche la faculté psychique, de telle sorte qu'il humidifie les voies du cœur et rend trouble la substance du *spiritus* et empêche sa résolution». La veille est définie comme opérant tout le contraire (*Vigilie vero huius totius contrarium efficiunt*). La traduction en latin de ce chapitre a posé quelque problème de vocabulaire, car Avicenne distinguait trois états de veille en usant de trois mots différents. Outre le mot le

3. J. Chandelier, «Le sommeil, ses causes et son origine selon les médecins arabes et leurs commentateurs latins», *ibid.*, 323-38 (aux pages 326-29).

plus commun, *al-yaqaza*, traduit sans surprise par *vigilia*, sont aussi utilisés *al-qalqalat* qui désigne plutôt un sommeil agité, entrecoupé de moments de veille et *as-sahar*, qui réfère proprement à l'insomnie. Dans la proposition *insomnietas quidem inter vigiliam et sompnum*, *insomnietas* traduit *al-qalqalat*, tandis que *vigilia* ne rend pas la notion générale de veille (en arabe *al-yaqaza*) mais celle d'insomnie (*as-sahar*)⁴. On retient donc qu'*insomnietas* ne désigne pas l'insomnie, mais un état intermédiaire entre la veille et le sommeil, sachant que les nuances apportées par le vocabulaire arabe n'ont pas été saisies ou du moins que des équivalents en latin n'ont pas été trouvés, le même mot latin *vigilia* traduisant ici à la fois *al-yaqaza* et *as-sahar*.

Le mot *insomnietas* intervient à nouveau au livre I dans le cadre des composants du régime, pour traduire cette fois non pas *al-qalqalat*, mais *al-arāq* qui désigne un état d'insomnie partielle, une somnolence⁵. À nouveau le traducteur est mis dans l'embaras par la richesse du vocabulaire arabe et lorsqu'il est question proprement d'insomnie au livre III, *as-sahar* n'est plus rendu par *vigilia*, mais simplement translittéré en *sahara*, assurant ainsi son entrée dans le vocabulaire médical latin. Cette nouvelle option est à mettre au compte soit d'un changement de traducteur – le long texte que constitue le *Canon* d'Avicenne ayant peut-être incité Gérard de Crémone à confier certaines parties à des *socii* – ⁶, soit

4. Avicenne, *Liber Canonis*, I. 2. 1. 13 (*De his que proveniunt ex somno et vigiliis*), éd. Venise 1507 (reprod. Hildesheim 1964), fol. 33r: «Dicemus ergo quod somnus omnes operationes naturales fortes efficit, propterea quod calorem continet innatum et virtutem laxat animalem, ideo quod cordis vias humectat et eas laxat et quia spiritus substantiam turbidam efficit et prohibet illud quod resolvitur [...] Vigilie vero huius totius contrarium efficiunt. Cum autem sunt multe complexionem corrumpunt cerebri aliquo siccitatis modo et debilitant ipsum et egritudines faciunt acutas [...] Et insomnietas quidem inter vigiliam et somnum in omnibus dispositionibus est mala». Cf. Ibn Sīnā, *Kitāb al-Qānūn fī al-ṭibb*, éd. Būlāq, Le Caire 1877 (réimpr. Bagdad 1975), t. 1, 94.

5. Avicenne, *Liber Canonis*, I. 3. 2. 9, fol. 61 v: «De sermone cause somni naturalis et subeth et contrariorum ipsorum vigiliarum et insomnietatis et quid faciendum sit in medicando unumquodque eorum et in removendo ipsum cum fuerit impediens et quid unumquodque significet et reliqua ab eis iam in suo loco parumper premissimus et in medicatione particulari adhuc dicemus». Pour l'arabe, éd. Būlāq, t. 1, 171.

6. Sur les différences notées entre les parties qui pourraient suggérer l'intervention d'aides, voir: D. Jacquart, «Des traductions au fil de la plume

à une prise de conscience des nuances du vocabulaire arabe. C'est en ce chapitre du livre III qu'Avicenne définit pour la première fois l'état de veille, ne se contentant pas comme précédemment d'en faire le contraire du sommeil: «La veille (*al-yaqaza* en arabe, *vigilia* en latin) est la disposition qu'a l'animal quand l'esprit psychique se répand vers les instruments des sens et du mouvement pour qu'il en soit fait usage. L'insomnie (*as-sahar* en arabe, *sahara* en latin) est un surplus dans la veille et une sortie d'une chose naturelle. La cause relevant de la complexion est une chaleur et une sécheresse dues à l'embrasement du *spiritus*»⁷. Les commentateurs du *Canon* ont dû s'accommoder de ces fluctuations lexicales.

Gentile da Foligno (m. 1348) a commenté les fen 2 et 3 du livre I dans les années 1320, c'est-à-dire au début de sa carrière. À la première occurrence du mot *insomnietas* il ne s'attarde guère sur sa signification, reprenant sa définition comme un état intermédiaire entre veille et sommeil⁸:

Ici Avicenne indique les effets et les opérations d'*insomnietas*, laquelle est un état intermédiaire entre le sommeil et la veille. À ce propos il faut noter que *insomnietas* est mauvaise en tant que cause, car elle empêche le sommeil et en empêchant le sommeil elle fait obstacle aux opérations qui doivent être fortifiées par lui. De même elle est mauvaise en raison de ce dont elle est le signe, car elle signifie que le corps qui en est sujet s'est éloigné d'un état naturel.

et à la chaîne? Le cas de Gérard de Crémone», *Cahiers d'Études Hispaniques Médiévales*, 41 (2018), 111-23; J. Chandelier, «Memory, Avicenna and the Western Medical Tradition», in *Memory and Recollection in the Aristotelian Tradition: Essays on the Reception of Aristotle's De memoria et reminiscentia*, éd. V. Decaix et Ch. Thomsen Thornquist, Turnhout 2021, 107-22.

7. Avicenne, *Liber Canonis*, III. 1. 4. 4, fol. 185 v: «De vigiliis et sahara. Vigilia quidem est dispositio animalis cum effunditur spiritus animalis ad instrumenta sensus et motus ut eis utatur. Sahara vero est superfluitas in vigilia et egressus a re naturali et eius quidem causa complexionalis est caliditas et siccitas propter igneitatam spiritus et movet semper ad exteriora et caliditas vehementius est faciens sahara et interius faciens». Pour l'arabe, éd. Būlāq, t. 2, 58.

8. Gentile da Foligno, *Expositio super primum librum Canonis*, I. 2. 2. 1. 13, éd. Venise 1520-1522, t. 1, fol. 113r. Pour la datation des différentes parties du commentaire de Gentile da Foligno, voir J. Chandelier, *Avicenne et la médecine en Italie. Le Canon dans les universités (1200-1350)*, Paris 2017, 214-24.

À la fen 3, dans laquelle *insomnietas* traduit non plus *al-qalqalat*, mais *al-arāq*, Avicenne considère cet état comme contraire au sommeil profond, léthargique (*as-subāt* en arabe, *subeth* en latin), ce que conteste Gentile da Foligno, évidemment ignorant des nuances du vocabulaire arabe masquées par le recours au même mot latin pour les rendre⁹:

Mais tu diras que comme *insomnietas* est une certaine disposition intermédiaire entre le sommeil et la veille, elle n'est pas contraire au *subeth*. Je dis que *insomnietas* ne lui est pas proprement contraire, mais proprement contraire à la veille, du fait qu'elle lui est contraire comme le milieu est contraire aux extrêmes.

Insomnietas reste donc cet état intermédiaire, quelque peu indéterminé, dont la situation médiane le rend contraire à la fois au sommeil et à la veille. Dans son commentaire à la fen 1 du livre III, qu'il acheva quelques années plus tard, en 1338, Gentile da Foligno ne s'attarde pas davantage sur la translittération *sahara*, qu'il glose en «veille superflue», tout en s'interrogeant sur son basculement vers un état pathologique ou sur son maintien dans le cadre des «choses non-naturelles» qui peuvent être contrôlées par le régime¹⁰:

Il faut considérer que comme la veille est opposée au sommeil, de même que dans le sommeil il y a un retrait de l'esprit psychique, de même dans la veille il y a absolument une expansion de cet esprit psychique et autant dans le sommeil la sensation et le mouvement sont entravés, autant dans la veille il y a un exercice de la sensation et du mouvement [...]. On peut se demander pourquoi [Avicenne] n'a pas défini une veille naturelle, une veille non naturelle et une veille contre nature. Il faut dire qu'il l'a donné à entendre en définissant [la veille] comme opposée au sommeil, et par ce qu'il dit que *sahara* est une veille

9. Gentile da Foligno, *Expositio*, I. 3. 2. 9, fol. 187r.

10. *Ibid.*, t. 3, fol. 77 v. Sur la tripartition du sommeil (et par voie de conséquence de la veille) en naturel, non naturel et contre nature, voir: N. Palmieri, «Théories du sommeil entre Antiquité tardive et Moyen Âge», in *Le Sommeil*, 295-321 (aux pages 304-9), ainsi que la contribution de J. Chandelier, «Sommeil non naturel, somnambulisme et 'subeth': les limites du sommeil naturel pour les médecins latins de la fin du Moyen Âge» dans le présent volume.

superflue il donne à entendre qu'il s'agit d'une veille non naturelle ou contre nature suivant l'importance du surplus de veille.

Il est clair que pour Gentile da Foligno c'est la notion de «veille superflue» qui importe, et selon le degré de dépassement de celle-ci par rapport à un état naturel de veille elle devient pathologique ou non. Il n'y a pas de concept bien défini d'insomnie. Quelque cent ans plus tard, Jacques Despars (m. 1458) s'efforce à son habitude de clarifier le vocabulaire à la première occurrence du mot *insomnietas*¹¹:

[Avicenne] dit que *insomnietas*, qui est une certaine disposition intermédiaire entre le sommeil et la veille est mauvaise dans tous les états, c'est-à-dire autant en cas de santé que de maladie et d'état neutre, car elle perturbe le corps ne lui permettant de profiter ni des bienfaits du sommeil ni des bienfaits de la veille, et elle meut le sang et tous les esprits en un mouvement agité tantôt vers l'intérieur, tantôt vers l'extérieur. En conséquence les facultés sont troublées dans leurs actions, impuissantes à se fixer autour de l'aliment et de leurs organes propres. Et *insomnietas* ici n'est pas pris comme le nom le laisserait entendre pour désigner une veille superflue, qui est appelée *sahara*, mais pour une disposition dans laquelle l'homme ni proprement ne dort ni proprement ne veille.

En distinguant clairement l'état intermédiaire d'*insomnietas* de l'insomnie proprement dite ou veille superflue, Jacques Despars recourt en ce commentaire du livre I au terme *sahara* qui n'apparaît qu'au livre III, mais qui de son temps est passé dans le vocabulaire médical courant: dans les passages concernés du livre III, le commentateur use même de l'adjectif *saharici* pour désigner les insomniaques. Quant à l'occurrence d'*insomnietas* (traduisant *al-arāq*) à propos des composants du régime exposés à la fen 3 du livre I, elle donne lieu à des distinctions au sein de la catégorie des contraires qui ne manquent pas de suggérer quelque embarras¹²:

Dans la première partie [Avicenne] dit qu'il a déjà évoqué quelque peu de manière brève les causes du sommeil naturel et du *subeth* et des

11. Jacques Despars, comm. *Canon*, éd. Lyon 1498 [non paginée], I. 2.2.1.13.

12. *Ibid.*, I. 3. 2. 9

causes de leurs contraires, à savoir de la veille qui est contraire au sommeil et de *insomnietas* qui est contraire au *subeth* en une contrariété prise largement pour s'étendre à une opposition privative.

Non contraints par la lettre du *Canon* d'Avicenne, qui constitue néanmoins pour eux une source majeure, Bernard de Gordon et Michel Savonarole n'utilisent ni *insomnietas* ni *sahara*. Dans son *Lilium medicine*, terminé à Montpellier en 1305, Bernard de Gordon à la deuxième partie qu'il consacre aux maladies de la tête ouvre un chapitre *De vigiliis*. Il avait précédemment traité du sommeil profond non naturel (*innaturalis*) et de la stupeur. Après avoir indiqué que la veille est l'acheminement de l'esprit psychique vers les instruments des sens afin qu'ils exercent leurs opérations, Bernard de Gordon énonce qu'il y a des veilles naturelles et des veilles qui ne le sont pas (*vigilie innaturales*)¹³. L'adjectif *innaturalis* permet d'éviter les catégories des «choses non-naturelles» (*res non naturales*) et des «choses contre nature» (*res contra naturam*) de la théorie médicale. Alors que sommeil et veille sont clairement rangés sous les «choses non naturelles, sans lesquelles le corps ne peut durer longtemps, et quand elles sont comme il faut la santé est conservée, et quand elles sont comme il ne faut pas, alors la maladie s'introduit», toutes les déviations ne peuvent être classées sous le pathologique ou «contre-nature» comme il a été vu chez Gentile da Foligno. Sont donc dites *innaturales* par Bernard de Gordon des veilles qui sont excessives soit en quantité, soit en qualité, soit suivant l'ordre. Elles épuisent le corps, corrompent la faculté digestive et par l'engendrement d'humeurs mauvaises et corrompues ainsi que du fait de l'absence de digestion, le visage devient émacié¹⁴.

13. Bernard de Gordon, *Lilium medicine*, II, 18, éd. Lyon 1551, 198: «Vigilia est productio spiritus animalis ad instrumenta sensuum propter operationes exercendas. Intelligendum est quod quædam vigiliæ naturales, quædam innaturales».

14. *Ibid.*, 198-99: «Si autem vigiliæ excedunt in quantitate, qualitate, aut ordine, tunc dicuntur innaturales, et habent proprietatem inaniendi corpus et corrupendi virtutem digestivam et generandi humores malos et corruptos et ratione indigestionis facies subtumida efficitur [...] Somnus et vigilia sunt res non naturales, sine quibus corpus diu durare non potest, et quando ista sunt ut oportet sanitas conservatur, et quando sunt sicut non oportet, tunc introducitur ægritudo».

Dans sa *Practica maior*, commencée alors qu'il enseigne encore à Padoue et terminée à Ferrare peu avant 1446, Michel Savonarole traite d'abord du sommeil et de la veille dans le traité II où il énumère les choses non naturelles, puis de l'insomnie qu'il nomme *vigilia superflua* au premier chapitre du traité VI dédié aux maladies de la tête. En tant que composante des choses non naturelles la veille est traitée en même temps que le sommeil et dite le contraire de celui-ci. Elle dessèche le corps alors que le sommeil l'humidifie, modérée elle conforte, aiguise l'appétit, etc. Quand elle est en excès, elle corrompt la complexion du cerveau, trouble la raison, embrase les humeurs et il s'ensuit des maladies aiguës¹⁵. Au traité VI le chapitre *De vigilia superflua* suit le chapitre *De subeth* ou sommeil profond pathologique et précède celui sur l'apoplexie. En reprenant certains des termes du *Lilium medicine* – une source qu'il utilise abondamment tout au long de sa *Practica maior* sans toujours le signaler – Michel Savonarole déclare que cette veille en excès sort de l'état d'une chose naturelle en quantité, en qualité ou selon l'ordre, de telle sorte que l'esprit psychique produit sensation et mouvement en surabondance. La cause en est une mauvaise complexion chaude et sèche, surtout chaude. De ce fait pour son traitement il est renvoyé au chapitre de la céphalée d'origine cholérique, où étaient indiqués emplâtres et embrocations¹⁶. Toutefois des recettes réputées efficaces en cas de veille excessive vont être ajoutées, en les faisant précéder d'un avertissement: «Avant d'indiquer ces recettes efficaces, j'engage les lecteurs et les opérateurs à avoir toujours Dieu devant les yeux et à aimer plus leur âme que l'argent, les désirs malhonnêtes et les mauvais amis. Nombreux, en effet, sont ceux qui confectionnent en un mauvais dessein ces recettes prévues pour le salut du corps»¹⁷. De manière implicite

15. Michel Savonarole, *Practica maior*, II. 1, éd. Venise 1559, fol. 20r.

16. *Ibid.*, VI. 1. 9, fol. 62rv: «Post capitulum de subeth consequens est ut de vigilia agatur superflua. Vigilia itaque superflua est vigilia qua fit egressus a re naturali in quantitate, qualitate et ordine, ita ut spiritus animalis sensu et motu superflue utatur. Causa eius secundum plurimum est mala complexio calida et sicca, sed calida principalior, nam sicut somni superflui frigiditas et humiditas est causa principalis, ita et vigiliæ caliditas et siccitas. In cura canones præcise teneantur qui positi sunt de soda calida cholerica cum emplastris et embrochis».

17. *Ibid.*, fol. 62v.

est ainsi annoncée la part prise par les narcotiques dans ces recettes, des substances maintes fois conseillées dans la *Practica maior*, en dépit des mises en garde quant à leur dangerosité.

Avant de livrer le secret de ces précieuses recettes, Michel Savonarole énumère les causes de la veille superflue, en une énumération indispensable puisque les causes déterminent le type de remèdes employés. Avicenne, au livre III du *Canon* indiquait neuf causes: outre la cause dite *complexionalis* (une sècheresse et une chaleur excessives), une humidité nitreuse cachée dans le cerveau, des pensées envahissantes, la lumière, une mauvaise digestion et une trop grande réplétion, l'absorption d'aliments provoquant des flatulences, la fièvre, un apostume mélancolique ou cancéreux dans l'une des parties du cerveau. Était ajoutée la situation particulière des vieillards, dont la cure était de peu d'espoir (*in senibus cura est parva*), affligés d'une humeur nitreuse et salée et d'une sècheresse de la substance de leur cerveau¹⁸. Bernard de Gordon de manière radicale juge incurables les insomnies des vieillards (*non sunt remediabiles*)¹⁹. Au chapitre de la veille superflue, Michel Savonarole reprend mot à mot cette constatation, alors que lorsqu'il traitait de manière générale au traité II de la veille et du sommeil, il citait Galien qui, après avoir vanté les mérites somnifères d'une préparation à base de laitue qu'il disait prendre chaque nuit, confiait que, devenu vieux et donc manquant de sommeil, cette préparation aidait à procurer à son corps l'humidité que justement le sommeil était censé produire. Il est vrai que dans cette citation, un doute demeurerait sur la vertu exacte de cette préparation chez un vieillard: somnifère ou humidifiante²⁰? Jacques Despars au sein des remèdes en cas d'in-

18. Avicenne, *Liber canonis*, III. 1. 4. 4, fol. 185v.

19. Bernard de Gordon, *Lilium medicine*, II. 18, 199.

20. Michel Savonarole, *Practica maior*, VI. 1. 9, fol. 62r: «Vigiliæ in senibus bono modo non sunt remediabiles». *Ibid.*, II. 1, fol. 19v: «Somnus propterea temperatus cum invenit equalitatem humorum in qualitate et quantitate est humectans et calefaciens et est res magis proficiens senibus, quoniam humiditatem in eis conservat. Et propter hoc dicebat Galenus de simplici medicina: 'Comedo quaque nocte olera ex lactucis facta quidem eo quod dormire faciunt, aliquid addens ex aromatibus ad emendandam earum frigiditatem'. Et dixit quod 'nunc sum indigens somno cum sim senex et confert mihi humiditas quam somnus facit'».

somnie due à des humidités salées et nitreuses distinguait le cas particulier des vieillards et préconisait pour *decrepiti sahara hac vexati* d'appliquer des embrocations sur la tête ou encore de leur faire respirer des huiles odoriférantes auxquelles on pouvait incorporer du *lapdanum*, au parfum bien connu, car *provocant somnum in decrepitis sua flagrantia*: le cas des vieillards n'était donc pas complètement désespéré²¹.

Si les commentateurs du *Canon*, Gentile da Foligno et Jacques Despars, s'en tiennent aux neuf causes de l'insomnie indiquées par Avicenne, Bernard de Gordon en énumère treize en ajoutant à cette liste la diarrhée, la faim, une humeur cholérique dans la partie antérieure du cerveau; à la sécheresse et à la chaleur de la complexion en général il adjoint l'excès de ces mêmes qualités dans la partie antérieure du cerveau. Il conclut son énumération par les mots: «S'il y a d'autres causes, je crois qu'elles peuvent être reconduites à celles-ci»²². Les causes de l'insomnie sont donc multiples, mêlant facteurs physiques et psychologiques. Michel Savonarole reprend d'abord presque mot pour mot, toujours sans l'avouer, la liste de treize causes proposées par Bernard de Gordon, y compris la réflexion finale: «s'il y en a d'autres elles se reconduisent à celles-ci». Comme son prédécesseur montpelliérain, il remplace en cette première énumération les pensées intenses signalées dans le *Canon* par les accidents de l'âme ou passions tels que la colère ou la tristesse *de futuro*, mais les reprend toutefois en une récapitulation plus détaillée qui se fonde sur la distinction entre causes primitives et antécédentes, la cause conjointe étant formée par la mauvaise complexion chaude et sèche et par la subtilité et l'abondance des esprits²³.

21. Jacques Despars, comm. *Canon*, III. 1. 4. 6.

22. Bernard de Gordon, *Lilium medicine*, II. 18, 199.

23. Michel Savonarole, *Practica maior*, VI. 1. 9, fol. 62 v. Causes primitives: un air chaud et sec, une luminosité, des aliments chauds et secs, piquants, une faim superflue (*propter quod contingit multos ieiunantes non posse dormire*), l'absorption de vin, une indigestion, un exercice échauffant et desséchant (*ut ars fabrilis et huiusmodi*), un bain très soufré et salé, des aliments apportant de mauvais rêves comme les choux et les lentilles, une inanition, une activité sexuelle excessive, des accidents de l'âme ou des pensées intenses et une douleur de l'esprit. Causes antécédentes: une sécheresse et surtout une chaleur enflammant les esprits et les faisant courir du centre à la circonférence, une douleur dans la partie antérieure du cerveau, dans les fièvres une vapeur mordante élevée vers la tête, *consimiliter etiam salsus nitrosus in senibus*.

Provoquer l'endormissement

Cette distinction était déjà suggérée par Bernard de Gordon dans son ordonnancement des remèdes selon les treize causes qui précédait la prescription de somnifères: *Causis igitur primitivis et antecedentibus remotis, tunc ad somnifera veniamus*²⁴. Le conseil était de commencer par les somnifères les plus faibles pour progresser peu à peu vers les plus forts, du moins si sécheresse et chaleur faisaient partie de la cause. Divers modes d'administration étaient préconisés: une inhalation par les narines; l'application de bouts d'étoffe imprégnés de ces substances sur le front et les tempes; une fomentation sur la tête et les extrémités du corps; l'absorption d'électuaires, d'opiat ou la pose d'emplâtres. Une liste de trente-et-un ingrédients suivait l'exposé des modes d'administration, au sein desquels se trouvaient pêle-mêle des substances destinées plutôt à recueillir, à façonner les principes actifs, tels que l'eau de rose, le vinaigre ou le blanc d'œuf, des calmants ordinaires comme la camomille et des substances proprement narcotiques, comme la jusquiame, la mandragore, l'opium, ainsi que le bien nommé composé *requies*. Après ces somnifères médicamenteux Bernard de Gordon citait quelques pratiques destinées à provoquer l'endormissement: écouter le son de l'eau qui coule, le mouvement des feuilles des arbres, le bruit d'un moulin, l'intrusion d'un grand vacarme et d'une lumière intense suivis d'un calme subit et des ténèbres. Certains de ces derniers conseils se retrouvent dans le *Canon*. Après avoir prescrit l'audition d'instruments de musique en évitant les sons graves ou trop aigus, Avicenne signalait le bruit de l'eau qui coule et des arbres. Si Gentile da Foligno ne s'attardait guère sur ces conseils, Jacques Despars se laissait aller à la douceur de l'évocation²⁵:

Le son des eaux qui s'écoulent de manière non impétueuse, mais doucement, le bruit des arbres et de leurs branches en un faible murmure font dormir, pour la même raison que fait dormir une musique douce et subtile. L'âme s'en délecte, se retire en elle avec ses esprits [les *spiritus corporels*] déliée de ses soucis.

24. Bernard de Gordon, *Lilium medicine*, II. 18, 200-2.

25. Jacques Despars, comm. *Canon*, III. 1. 4. 6.

À propos du bruit de l'eau qui s'écoule, Michel Savonarole décrit un dispositif dont il attribue l'usage à *quidam curiosi medici*, le terme *curiosus* ici renvoyant vraisemblablement au milieu des cours. Ce dispositif consistait à faire couler de l'eau à travers une paille placée dans un trou percé en un vase, et à faire s'écouler cette eau goutte à goutte dans un récipient, afin de produire un son suave²⁶.

Avicenne décrivait une pratique plus brutale, dont Bernard de Gordon, ainsi qu'il a été vu, rendait un écho affaibli. Dans le *Canon* il était en effet préconisé, principalement pour les patients souffrant de fièvre mais pour les autres insomniaques aussi, de lier fortement leurs extrémités, de placer devant eux des lampes, de parler beaucoup haut et fort, puis subitement de les délier, d'ôter les lampes et de se taire, ce qui était censé provoquer aussitôt l'endormissement²⁷. À l'instar de Bernard de Gordon, Michel Savonarole n'évoque que brièvement cette pratique en l'attribuant à *quidam*²⁸. Lorsqu'il commente sa description au chapitre *De sahara* du livre III du *Canon*, Gentile da Foligno signale qu'Avicenne la redonne au chapitre de ce même livre III consacré à la chute de l'appétit, et à la fen 1 du livre IV dédiée aux fièvres. Il ne développe guère, remarquant seulement que l'efficacité de cette pratique a pour cause la fatigue engendrée par la lumière et le bruit dont l'arrêt subit apporte un calme qui fait rentrer en elle-même la faculté psychique du patient et l'endort. Néanmoins, commentant la reprise de cette pratique par Avicenne au livre IV, il manifeste sa réprobation surtout si elle intervient en phase de crise: «ce remède est dangereux et nous

26. Michel Savonarole, *Practica maior*, VI. 1. 9, fol. 62 v: «Unde quidam curiosi medici faciunt aquam positam in vase ab alto distillari per parvum foramen, apponitur palea in foramine et protensa per quam fluit gutta aquae minus impetuose et cadit in bacili, ita ut sonum faciat et suavem».

27. Avicenne, *Liber canonis*, III. 1. 4. 6, fol. 185v-186r: «Et ex eis quidem que dormire faciunt febrientes et alios est ut extremitates habentium saharum ligentur cum ligamine faciente dolorem et coram ipsis ponatur lampas et precipiatur presentibus ut multiplicent confabulationes et sermones. Deinde solvantur ligature repente et removeatur lampas et precipiatur ibi existentibus ut taceant repente et tunc dormient».

28. Michel Savonarole, *Practica maior*, VI. 1. 9, fol. 62v: «Quidam praecipunt candelas magnas teneri ante infirmum factis prius ligaturis extremorum, deinde ipsas subito dissolvi et candelas accensas extinguui».

voulons l'omettre afin que la foule (*vulgares*) ne parle pas contre nous si nous n'arrivons pas à notre fin»²⁹. Jacques Despars, en revanche, développe quelque peu le conseil donné par Avicenne au chapitre *De sahara*³⁰:

[Ce qui fait] dormir les patients souffrant de fièvre et les autres insomniaques (*saharicos alios*) est de lier douloureusement les extrémités comme les jambes ou les pieds, en serrant fort avec des liens ou des cordes. Ensuite d'allumer beaucoup de luminaires devant leurs yeux et que ceux qui les entourent multiplient discours et histoires (*confabulationes*) en élevant la voix et avec un grand vacarme. Puis que soudainement les liens soient dénoués, les lumières retirées, que l'entourage se taise. Alors les insomniaques (*vigiles seu saharici*) susdits dormiront sous l'effet de la douleur des liens, de la forte lumière, du vacarme des hommes et de leur vocifération, de même que ceux qui cultivent les champs fatigués par leur dur labeur dorment profondément, leur faculté hégémonique (*regitiva virtus*) œuvrant pour que les facultés fatiguées soient restaurées par le repos et le sommeil.

Mis à part le cas des patients souffrant de fièvre, l'insomnie passe quelque peu sous la plume de Jacques Despars pour un désagrément d'oisifs qu'il faut fatiguer: les paysans en sont exemptés.

Prescrire des narcotiques

Bien d'autres remèdes des plus variés sont énumérés, notamment des prescriptions alimentaires, avec l'inévitable recours aux substances narcotiques. Si le sujet de l'insomnie ne fournit pas la seule occasion pour les médecins de les évoquer, calmer la dou-

29. Gentile da Foligno, *Expositio*, III. 1. 4. 6, t. 3, fol. 78r: «Istius canonis ingeniantis ad somnum A[vicenna] reminiscitur in tribus locis, scilicet hic et infra fen 13 de destructione appetitus et clarius fen 1. 4 canonis. Et causa in hoc est subita fatigatio virtutis ab isto lumine et sonis, quibus subito sedatis intus revertitur cum spiritu et fit somnus». IV. 1. 2. 21, t. 5, fol. 48r: «Hoc autem remedium est timorosum et nos volumus omittere ne vulgares contra nos loquantur si non sequamur finem et cum invenit quia ista prohibent resolutionem materie et ideo in quiete paroxismi magis conveniunt».

30. Jacques Despars, comm. *Canon*, III. 1. 4. 6.

leur en particulier en cas de *colica passio* en fournissant l'un des lieux obligés, il n'en offre pas moins un contexte privilégié, qu'ils soient nommés *narcotica* ou *stupefacientia* en un emploi indifférencié³¹. Avicenne au chapitre *De sahara* du livre III ne manquait pas de les préconiser tout spécialement pour les patients souffrant de fièvres. Il renvoyait aux descriptions présentées dans son antidotaire du livre V et au chapitre du livre III consacré à la céphalée chaude (*De soda calida*). Dans son commentaire au chapitre *De sahara*, Gentile da Foligno ne s'attarde pas, se contentant de remarquer: «il apparaît de cela que dans ces remèdes doit entrer de l'opium». De fait à la rubrique *opium* de son commentaire au livre V en se référant non seulement à Avicenne mais à Dioscoride et aux *Synonyma* de Simon de Gênes, il donne la recette pour fabriquer le meilleur à partir du pavot noir³².

Conformément aux prescriptions d'Avicenne, Jacques Despars introduit l'usage des narcotiques à l'intention d'abord des patients fébriles, puis des non-malades dont l'insomnie est tellement sévère qu'il est à craindre que survienne un effondrement des forces par déperdition de la chaleur naturelle et de l'esprit vital. Une distinction est donc établie entre un état éphémère lié à une maladie et une insomnie qui s'installe chez un individu sain. Dans le premier cas le but est de *stupefieri sensum saharici cum narcoticis*, d'annuler toute sensation afin d'endormir la douleur (*ut dolor sopiatur*). Sont alors indiqués *requies* et *filonium*, des composés à l'effet narcotique puissant, qui doivent être pris le soir dilués dans de l'eau de laitue à l'effet calmant bien connu.

31. Notons qu'Aristote faisait expressément mention du pavot et de la mandragore dans *Du sommeil et de la veille*, 3 456b28-32, trad. Munier, 72: «Les narcotiques le prouvent aussi, car ils donnent tous des pesanteurs de tête, ceux qu'on boit comme ceux qu'on mange le pavot, la mandragore, le vin et l'ivraie. S'assoupissant et sommeillant, les gens paraissent éprouver cet état et ils ne peuvent relever la tête et ouvrir les paupières».

32. Gentile da Foligno, *Expositio*, III. 1. 4. 6, t. 3, fol. 78r; V, t. 5 c. 529 *De opio*: «Opium vero quod est melius fit scissis leviter capitellis papaverum nigrorum adhuc virentium terre, ita ne scissura interiora penetret et lac quod egreditur collectum in vasculis desiccatur, tale thebaicum vocatur, sed quando capita ipsa cum suis foliis contunduntur exprimiturque succus atque siccatur fit aliud opium quod miconis dicitur, quod patet per Dias. cap. de opio et cap. de miconio quod est papaver. Sim.».

Puis viennent six autres recettes formées de divers ingrédients, dont l'opium ou la racine de mandragore, auxquels sont ajoutées des substances destinées à en pallier l'effet nocif. Ces préparations sont à introduire dans les narines, à placer sur les tempes en des linges qui en sont imbibés, à absorber par la bouche, ou à administrer en emplâtre. Dans le second cas, chez les non-malades souffrant d'insomnie sévère, il est préconisé de l'opium préparé sous la forme de petites boules de la grosseur d'un pois, dissoutes dans une cuillerée de vin blanc et absorbées à chaque heure où l'on veut dormir. Un autre mode d'administration de l'opium est d'en enduire une toile cirée et d'attacher celle-ci au front et aux tempes de l'insomniaque. Jacques Despars n'énonce aucune mise en garde contre les effets nocifs de l'opium, mais prend soin d'en détailler le mode d'administration³³. Avicenne exposait à plusieurs reprises dans le *Canon* la préparation et l'usage des narcotiques ou stupéfiants, mais il enregistrait aussi dans le chapitre dédié au sommeil profond non naturel dit *subeth* parmi les causes possibles l'usage de ces substances et renvoyait pour la spécificité des signes et du traitement à la partie sur les poisons³⁴. Les accidents ne devaient donc pas être rares.

Comme il a été vu, Bernard de Gordon énonçait quatre modes d'administration des somnifères et donnait une longue liste d'ingrédients à utiliser au sein desquels se remarquaient opium, *requies*, jusquiame, racine de mandragore, etc. Au chapitre du sommeil profond *innaturalis*, dit *subeth*, il ne manquait pas de rappeler parmi les causes l'absorption par la bouche ou l'application à l'extérieur du corps de narcotiques tels qu'opium, mandragore, jusquiame, pavot, coriandre récent, suc de laitue et *similia*. Était alors préconisé l'antidote universel par excellence, la

33. Jacques Despars, comm. III. 1. 4. 6.

34. Avicenne, *Liber canonis*, III. 1. 4. 2, fol. 184 v: «Et si subeth fit ex frigore potus alicuius medicinarum narcoticarum que sunt opium et iusquiamus et radix mandragore et semina mandragore et nux metel et fungus et lac acetosum et coriandrum humidum et semen psilii multum significatur signis que dicemus de unaquaque earum in capitulo de venenis»; III. 1. 4. 3, fol. 185r: «Ille [subeth] autem qui fit propter potum narcoticorum curetur secundum illud narcoticum et detur egro ad potandum tyriaca ipsius et quod dicturi sumus in libro III».

thériaque³⁵. À la fin du chapitre sur l'insomnie (*vigilia innaturalis*), il ajoutait une note³⁶:

Il faut noter que l'opium ou tout narcotique, mais principalement l'opium, ne doivent être appliqués au corps humain qu'avec le concours de trois ou quatre conditions. La première est qu'il y en ait une grande nécessité et qu'existe un désespoir (*desperatio*). La deuxième condition est que l'effet de l'opium soit réfréné avec de la casse en bois et du safran. La troisième condition est qu'il soit administré en petite quantité. La quatrième condition est qu'il soit laissé peu de temps sur le corps. Le suppositoire d'opium provoque le sommeil.

Avant de terminer son chapitre sur l'insomnie par les mots «ainsi par la grâce de Dieu nous pourrions produire un bon sommeil», Bernard de Gordon renvoie aux avertissements qu'il a donnés à propos des remèdes destinés à faire dormir les malades fébriles. En effet, à la première partie du *Lilium medicine*, au chapitre de la fièvre tierce, étaient indiqués des *stupefacientia* en cas d'agitation et d'insomnie. Mais, en raison d'accidents possibles, des précautions étaient à prendre avec pour règle principale de commencer par les plus faibles et d'aller peu à peu vers les plus forts, en cette gradation: suc de laitue, solatrum, mandragore, jusquiame, opium, *requies*³⁷. Cette même gradation était reprise au chapitre *De vigiliis* de la deuxième partie.

Ainsi que je l'ai déjà indiqué dans une précédente publication, Michel Savonarole s'étend longuement et à diverses reprises dans la *Practica maior* sur l'usage des narcotiques³⁸. Dès le début de son

35. Bernard de Gordon, *Lilium medicine*, II. 16 *De somno profundo innaturali*, 194, 196: «Prima causa est frigiditas nimia interior sive exterior sive fuerit ex aere seu vento seu nive seu ex narcoticis exterius applicatis sive interius bibitis, sicut est opium, mandragora, iusquiamus, papaver, coriandrum recens, succus lactucae et similia, talis enim somnus assimilatur congelationi et stupori [...] Si autem fuerit propter narcotica utatur tyriaca».

36. Bernard de Gordon, *Lilium medicine*, II. 18, 202.

37. *Ibid.*, I. 4, 18.

38. D. Jacquart, «En feuilletant la *Practica maior* de Michel Savonarole: quelques échos d'une pratique», in Michele Savonarola. *Medicina e cultura di corte*, éd. C. Crisciani et G. Zuccolin, Florence 2008 (Micrologus Library 37), 59-81 (réimpr. dans D. Jacquart, *Recherches médiévales sur la nature humaine. Essais sur la réflexion médicale (XII^e-XV^e s.)*, Florence 2014 (Micrologus Library 63), 251-75).

développement sur le sommeil, les opiatés étaient mentionnés, lesquels par leur pouvoir réfrigérant constituaient avec le froid extérieur un état de sommeil intermédiaire entre le sommeil naturel et le sommeil contre nature ou pathologique³⁹. Sur le sujet de l'emploi de ces substances en cas d'insomnie, il reprend certains propos de Bernard de Gordon, comme la préconisation d'une gradation du plus faible au plus fort. Il énumère les divers modes d'administration (application dans les narines, onction, emplâtres, compresses sur la tête, le front, les tempes, dans un bain froid, ou encore absorption par la bouche sous forme d'électuaires ou de pilules), concluant cette énumération par l'énoncé d'une règle: *Canon dictus et dicturus. Securius est multo opiata per exterius quam per interius approximare*⁴⁰. L'application à l'extérieur du corps est toujours jugée préférable. Une longue liste de recettes de narcotiques est donnée pour les cas où l'insomnie ne peut être soignée par l'administration de contraires à la cause, plusieurs de ces recettes étant tirées du pseudo-Mésuë auquel il est renvoyé pour plus d'information: *unde plura cupiens eum legat*⁴¹. Enfin vient une intrigante remarque qui, jointe à celle qui a été citée plus haut dans le présent article, semble suggérer l'existence dans la société de cette fin du Moyen Âge d'un usage des *narcotica* ou *stupefacientia* à des fins autres que médicales⁴²:

J'ai pour ce cas une eau très éprouvée dont j'ai enseigné la recette à un autre qui l'a utilisée en mal. J'ai donc pris part à son péché, *de quo dico meam culpam*. Et ainsi peut être montrée la cause de nombreux malheurs, qui peut tromper si elle n'est pas enseignée à ceux qui ont discernement et conscience.

39. Michel Savonarole, *Practica maior*, II. 1, fol. 19v: «Particularis somnus est triplex, naturalis, preter naturam et inter hos medius [...] Et est tertius medius fere qui est relictus spiritus animalis ab instrumentis propter causam infrigidantem contrariam substantie spiritus, aut ab exteriori frigiditate aut a medicinis infrigidantibus ut sunt opiate etc».

40. *Ibid.*, VI. 1. 9, fol. 62 v.

41. *Ibid.*, fol. 62 v. Le *De consolatione medicinarum simplicium et correctione operationum earum canones* du Pseudo-Mesue est une source capitale pour l'usage des narcotiques, c'est dans cette œuvre notamment que se trouve l'expression selon laquelle ils ne doivent être prescrits que *in desperatione*, cf. Jacquart, *En feuilletant*, 269.

42. Michel Savonarole, *Practica maior*, VI. 1. 9, fol. 62 v.

Que conclure?

Il faudrait sans aucun doute mener une enquête plus large dans la littérature médicale médiévale pour mesurer la place accordée à l'insomnie, dont la dénomination ne semble pas stabilisée. Les quatre témoins convoqués dans cet article consacrent à *sahara*, *vigilia superflua* ou *vigilia innaturalis* des chapitres particulièrement touffus où se mêlent les insomnies des malades à celles des personnes saines, les premières retenant plus l'attention des auteurs que les secondes. Sans doute le fait qu'en contexte religieux des veilles volontaires aient été pratiquées et que le sommeil ait été souvent disqualifié n'encourageait-il pas à prendre complètement au sérieux les désagréments endurés par ceux qu'en filigrane Jacques Despars met du côté des oisifs opposés aux paysans épuisés par de durs labeurs. En revanche, le manque de sommeil des malades était plus préoccupant, car non seulement il leur ôtait toute possibilité de répit face à la douleur, mais il épuisait les forces de récupération de leur corps. Quant aux remèdes, ils font une place non négligeable aux narcotiques, dont la prescription dans les ouvrages médicaux fait suivre aux lecteurs une sorte de jeu de piste par de multiples renvois d'une indication à une autre, d'un chapitre à un autre, signe d'une prudence tout autant que du désir d'en signaler les bienfaits. À part ces remèdes spécifiques, les prescriptions sont indiquées en un certain désordre et font état de pratiques des plus hétéroclites, ce que Bernard de Gordon exprime avec sa lucidité habituelle: «Et si tout cela échoue, que l'insomniaque entreprenne de réciter les heures dominicales et il dormira aussitôt»⁴³.

43. Bernard de Gordon, *Lilium medicine*, II. 18, 200.

ABSTRACT

Danielle Jacquart, *Insomnia and Its Remedies According to Avicenna and His Readers* (14th-15th c.)

The comparison between the Arabic text of Avicenna's *Canon* and its Latin translation by Gerard of Cremona shows some waverings, partly due to the richness of Arabic vocabulary in the denomination of different states. Since the word *insomnietas* was used to designate a kind of somnolency, it was the mere transliteration (*sahara*) of the Arabic term which designates properly insomnia. After this comparison, two commentators of Avicenna's *Canon*, Gentile da Foligno and Jacques Despars, and two authors of *Practica*, Bernard of Gordon and Michele Savonarola, are investigated. It appears that insomnia was not during these last centuries of the Middle Ages an important medical concern, unless it affected sick people. In this latter case, the main point was to alleviate suffering while curing sleeplessness. Among remedies, narcotics were of course mentioned by Avicenna's readers, sometimes with rhetoric cautions in consideration of their danger in case of a bad use and of a possible deviation from their medical purpose.

Danielle Jacquart

École Pratique des Hautes Études, Paris
Danielle.Jacquart@ephe.psl.eu

