


**Dantèle ALEXANDRE-BIDON**

Ingénieur d'études au Centre de recherches historiques de l'EHESS

PAS DE BAINS PENDANT MILLE ANS ?

# LES PRINCIPES DE L'HYGIÈNE AU MOYEN ÂGE

Des moyens de garder propre sa maison  
et des usages en matière d'hygiène personnelle :  
un véritable catalogue d'astuces !

 **DES RUES SALES.** des venelles bourbeuses, traversées par des rats, des bouffées d'odeurs méphitiques sorties des ateliers de potiers voisins, quand ce ne sont pas des caveaux ou des pournissoirs installés dans les cimetières des églises paroissiales ou des couvents urbains, des latrines à cheval sur les ponts – sous lesquelles passent les barges d'approvisionnement comme les barques des grands seigneurs –, des vidangeurs puants venant récupérer la fange et déboucher les égoûts – quand il y en a. De cette réalité déplaisante même pour les contemporains, on a tiré l'idée d'une saleté généralisée de la société médiévale. « Nul bain pendant mille ans ! », s'est exclamé Michelet. Les historiens d'un XIX<sup>e</sup> siècle en passe de découvrir l'hygiénisme n'ont pas perçu, convaincus qu'ils étaient du progrès linéaire des civilisations, qu'avait existé, en parallèle, une exigence de propreté du corps, des habits, de la maison, qui s'est traduite par maints objets de la toilette. L'hygiène au Moyen Âge est d'autant plus recherchée que l'odorat est agressé et le cadre de vie pénible. Elle ne peut s'exercer efficacement que sur soi et dans les intérieurs domestiques.

## LE MÉNAGE DU PETIT MATIN

C'est par le ménage matinal que la journée commence. Balayée de pièce en pièce, aérée et humidifiée par temps chaud, la maison fait l'objet de toutes les attentions. Le *Ménager de Paris*, qui l'explique à sa jeune femme dans un ouvrage daté de la fin du XIV<sup>e</sup> siècle, en charge les chambrnières : elles doivent « bien balayer et tenir impeccable l'entrée de votre maison (à savoir la salle principale et les autres pièces par où les gens passent en entrant et où ils s'attendent pour discuter). De même, les tabourets et les différentes housses qui se trouvent sur les sièges doivent être époussetés et secoués. Ensuite les pièces restantes doivent être nettoyées et rangées pour la journée de la même manière, et ainsi chaque jour, comme il sied à notre état » (p. 445). À cette notation, on devine qu'il pense moins bien tenues les maisons des personnes de moindre rang. Quant à son épouse, elle doit, avec l'aide de son chaperon, une béguine, « faire aérer, éventer et inspecter » les draps, couvertures, habits et fourrures, les faire secouer, « pour en faire partir le plus gros de la poussière », puis nettoyer en les battant à coups de verges sèches.

C'est donc à fond que le ménage est fait. La cuisine est rangée jusqu'à la dernière casserole, les souris traquées par le chat domestique et, à défaut, par des pièges variés : un pot de terre obturé d'une peau incisée en croix, dans laquelle un lardon a été glissé pour appâter la bestiole. Les toilettes, rarement vidangées plus d'une fois par an par un « maître fifi », sont néanmoins aérées grâce à leur « eventouère », du moins dans les demeures bourgeoises, celles au fond du jardin, logées dans un sommaire edicule de bois, sont certainement moins agréables à fréquenter : les fabliaux les disent « puantes ».

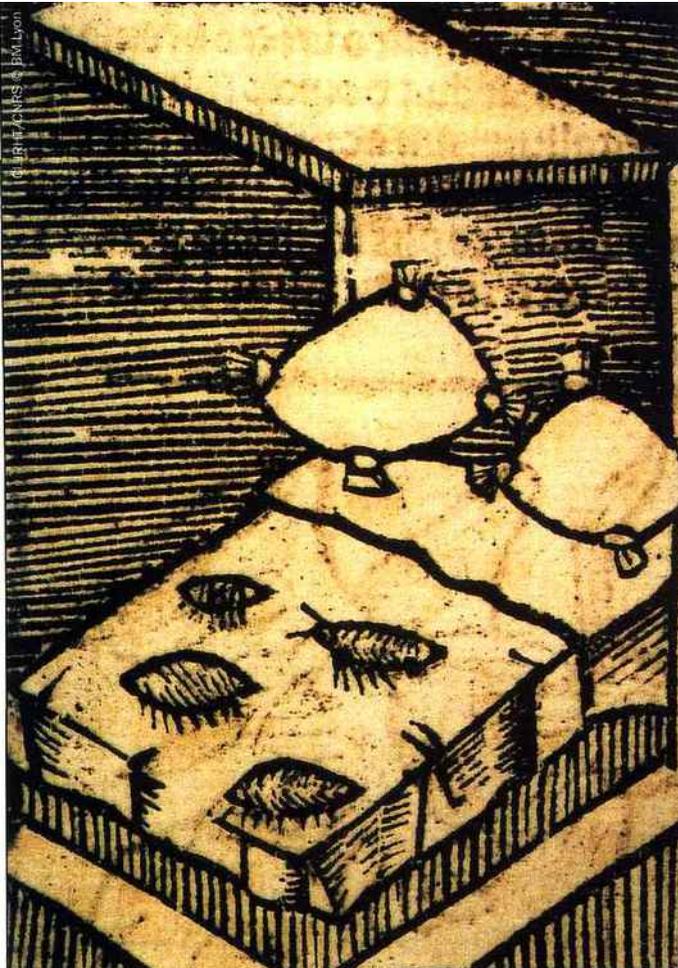
### UNE MAISON QUI SENT LA ROSE...

En réponse aux odeurs extérieures, l'hygiène corporelle fait généralement appel aux produits odoriférants. D'une eau parfumée à la rose on remplit les aiguères pour les lavements de main. En ville, et souvent même à la campagne, la propreté de la maison est un impératif. La chambre à coucher surtout

doit être tenue dans un ordre parfait et rendue agréable à vivre. En effet, elle ne sert pas seulement pendant la nuit. Dotée d'une cheminée – souvent la seule pièce à en avoir une, excepté la cuisine – ainsi que du meuble le plus confortable de la maison, on y reçoit, on y devise, on s'y repose. Et l'on peut même y manger en toute intimité. Pour rendre confortable cette pièce polyvalente, il convient de traquer plus qu'ailleurs les insectes. Les araignées sont chassées à la tête de loup, les mouches attrapées par des pièges collants disposés sur les meubles, les parasites éliminés de la literie.

**Nettoyage de la chambre, *Livre des simples médecines*, XV<sup>e</sup> s. – Bruxelles, Bibl. roy. de Belgique, ms. IV. 1024.**  
La chambre à coucher fait tout particulièrement l'objet des soins de la ménagère : elle est aussi un espace de réception.





Les insectes piqueurs, Jean de Cuba : *Jardin de sante*, v. 1475  
Lyon, Bibl. mun., Inc. 1053 f° 234 v°.

### DE L'ART DE CHASSER LES PUCES

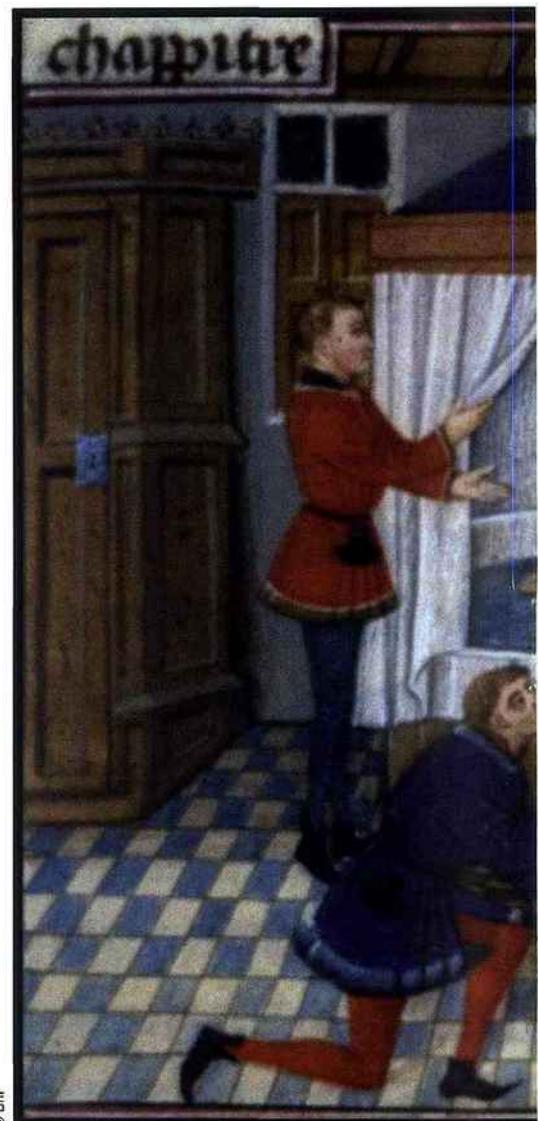
« En été, veillez à ce qu'il n'y ait point de puces dans votre chambre et dans votre lit : pour l'éviter, vous avez six possibilités (...) : faire éparpiller des feuilles d'aulnes dans la chambre, et les puces y restent coincées ; *item*, j'ai entendu dire qu'il suffit de tartiner une ou plusieurs tranches de pain avec de la glu ou de la térébenthine, de les poser au centre de la chambre et de ficher une chandelle brûlante au milieu de chaque tranche : les puces viendraient alors s'y engluier et s'y prendre. J'ai expérimenté moi-même un autre moyen et il est efficace : prenez du drap rêche et étalez-le dans votre chambre et sur le lit : toutes les puces qui pourront s'y fourrer y seront prises (...) ; *item*, cela marche aussi avec des peaux de mouton. *Item*, j'ai vu qu'on mettait des étoffes blanches sur le couvre-lit et lorsque les puces, noires, s'y étaient installées, on pouvait les trouver et les tuer rapidement à cause du contraste avec le blanc. Mais le plus difficile, c'est de se protéger de celles qui sont dans les couvertures, dans les fourrures et dans les vêtements dont on se couvre. Sachez que j'ai fait l'expérience suivante : lorsqu'on isole et enferme bien ces couvertures, fourrures et vêtements habités dans une malle étroitement bouclée avec des courroies, par exemple, ou dans un sac bien fermé et compressé, les puces privées de lumière, d'air et d'espace périssent et meurent sur l'heure. »

(extrait de *Le Mesnager de Paris*, édité par G. E. Brereton et J. M. Ferrier [éds], Paris, Le Livre de poche, « Lettres gothiques », 1994, pp. 299-301).

Comme les chiens aiment à venir se coucher sur le lit, risquant de le salir, on prend soin de le recouvrir d'un drap isolant ou d'un dais qui, descendu, protège la courtepoinTE. En été, cette pièce à vivre considérée comme la plus confortable de la demeure est rafraîchie par aspersion d'eau sur le sol, surtout s'il est carrelé. Au château, quelques fleurs éparses jetées au sol parfument agréablement l'atmosphère chaque fois que l'on marche dessus. Ailleurs, de l'herbe verte fraîchement coupée joue le même rôle.

### DES « APPARTEMENTS DE BAINS »

Seules les résidences aristocratiques les plus somptueuses, comme à Angers, Mehun-sur-Yèvre, Châteaudun, Suscinio ou encore au Palais des papes, à Avignon, disposent d'un « appartement des bains », aménagement jugé indispensable à partir du XIV<sup>e</sup> siècle. On y trouvait, outre de grandes « cuves baignoïères », des lavabos, banquettes de pierre, fourneau, cheminée pour évacuer la vapeur, vestiaire, chambres de sudation, dallage de



© BNF

Pierre ou, plus raffiné, de carreaux jointoyés par une chaux hydraulique, hypocauste et parfois même murs chauffés par des conduites de plomb – au château de Brindoré (Indre-et-Loire) par exemple – ou par des pots de terre inclus dans la maçonnerie – comme à Vitré (Ille-et-Villaine)

Les châteaux plus ordinaires et les demeures des bourgeois aisés ne faisaient pas montre d'un tel luxe. L'on se contentait de disposer à la demande une baignoire en douelles de bois, d'ordinaire rangée au grenier, dans la chambre, à côté du lit. Un marche-pied pour y avoir accès, un grand drap blanc, en lin, pour recouvrir les parois râpeuses de bois, un dais de tissu et des courtines enveloppantes pour conserver la chaleur et profiter des vapeurs des pétales de rose jetés dans l'eau pour combattre l'odeur de sueur, rendaient cette installation à la fois performante et confortable. Il suffisait de disposer aussi d'une comesticité nombreuse, pour apporter et vider l'eau, réapprovisionner la cuve en eau chaude lorsque le bain durait, démonter l'installation, apporter un peignoir de bain et des serviettes, enduire la peau du baigneur de divers produits en cas de maladie.

### LES RYTHMES DE L'HYGIÈNE

En effet, si les bains sont aussi appréciés au Moyen Âge, ce n'est pas nécessairement par souci d'hygiène. Ils étaient prescrits par le médecin chaque fois que l'on souffrait fût-ce d'un rhume, et offerts, dans les châteaux, au visiteur de passage, afin de le délasser. Mais on ne se baignait pas tous les jours, loin s'en faut. Si l'immense majorité des gens ne possédaient pas de baignoire, ils pouvaient à l'occasion se servir du cuveau à lessive et, surtout, aller aux étuves. De telles installations existaient dans toutes les villes, mixtes jusqu'au XIV<sup>e</sup> siècle. Puis, par crainte de la prostitution, des jours d'ouverture réservés séparément aux hommes et aux femmes, souvent accompagnées de leurs enfants, ont été institués. Les artisans se font laver et raser en ville, chez le barbier aux rasoirs aiguisés et qui dispose d'eau chaude à volonté, grâce à des chaudières mises à chauffer sur un fourneau. Ils y vont une fois par semaine, le samedi, voire tous les quinze jours seulement quand ils habitent loin, et y seraient sûrement allés plus souvent si leur employeur leur en avait laissé le loisir.



### DEVINETTE DU XV<sup>e</sup> SIÈCLE

« De quelles deux choses doit un joli berger mieux ressembler à un noble homme ?

« D'avoir beaux ongles et coutelet bien tranchant, vu qu'il a si bon loisir de les mettre à point »

Extrait de Bruno Roy (dir.), *Devinettes françaises du Moyen Âge*. Montréal, Bellarmin et Paris, Vrin (Cahiers d'Études Médiévales, 3), 1977 p. 52, n° 6.

Homme sortant du bain, Valère Maxime (15 av.-35 ap. J.-C.) : *Faits et dits mémorables*, manuscrit du XV<sup>e</sup> s. – Paris, BnF, ms. Fr. 6185 f° 284.

Sauna, gravure, Allemagne, 1476.



Les dispositifs de bain sont variables selon les lieux et les catégories sociales.

**DES BAINS DE PIEDS À L'EAU DE PLUIE...**

On ignore tout, en revanche, du rythme de l'hygiène dans la paysannerie. Celui-ci varie selon le milieu social et la sensibilité aux odeurs, affinée mais dont on ne sait si elle était par tous partagée : ainsi, les personnes distinguées redoutent la mauvaise odeur des aisselles, parfumées à la cannelle, ou des dents, qu'il faut soigneusement nettoyer. Sauf au moment des bains, on ne se lave pas tout le corps à la fois : le soir, après le travail ou un déplacement, on se lave les pieds, si possible à l'eau de pluie ; les plus aisés ajoutent dans leur bain de pied quelques plantes, cresson, fougère, feuilles de figuier... ; au matin, on se lave les mains et le visage, ainsi qu'avant et après chaque repas, pour des raisons de civilité. En Provence, la frange aisée de la paysannerie possédait des « lavoirs pour les mains » et des bassines de lait. En Bourgogne, les ruraux possédaient eux aussi des cuvettes et, surtout, du linge de toilette en chanvre. On sait que les paysans étaient dans l'obligation d'être propres lors de certaines activités : les vendanges, par exemple, et qu'ils appréciaient, l'été, de piquer une tête dans un étang ou une rivière.

**Le bain des enfants, gravure d'Israel von Meckenem, XV<sup>e</sup> s.**  
Vienne, Osterreichische Nationalbibliothek.  
On note une scène d'épouillage au premier plan.



**Le barbier, tarot de Vienne, 1450**

S'ils n'ont pas de baignoire, ils pouvaient se contenter d'un baquet : pourquoi pas celui d'ordinaire dévolu aux lessives ?

Les professions de santé étaient soumises à une stricte hygiène des mains, ainsi les sages-femmes qui, de surcroît, devaient avoir les ongles « rognés » à la lime pour ne pas blesser leurs patientes. Quant aux chirurgiens, ils se lavaient les mains avant d'opérer, mais c'est en partie pour des raisons rituelles, comme le prêtre le fait avant de servir la messe.

**SEAU À EAU ET LAVABO**

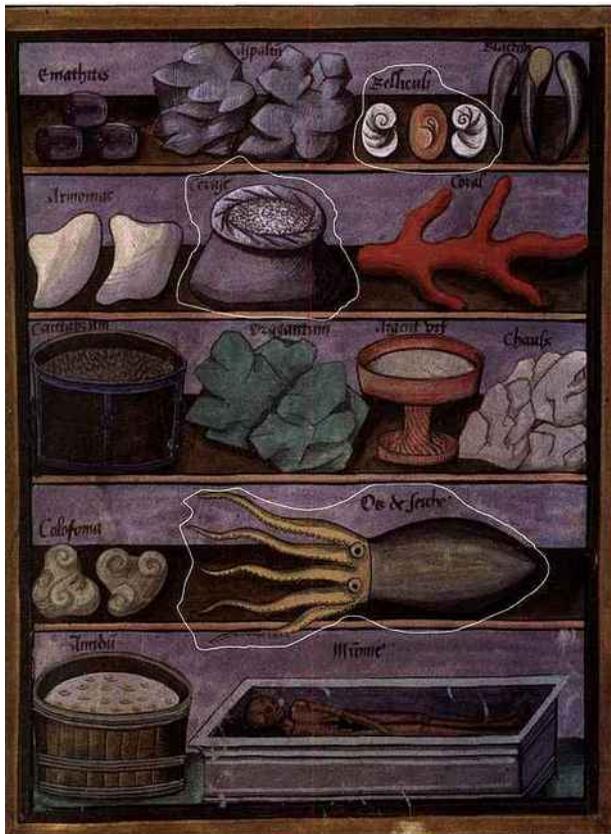
Pour l'hygiène quotidienne, un mobilier de peu d'encombrement suffisait, chose nécessaire dans un monde où, sauf dans les châteaux de rang princier, il n'existait pas de « salle de bains » au vrai sens du terme. Souvent, dans les demeures aristocratiques et bourgeoises, un lavabo de pierre était installé dans une simple niche murale, au-dessus duquel on suspendait un « seau à laver les mains », en vérité une petite chaudière de cuivre à deux becs verseurs, au profil arrondi. C'était un objet indispensable : avant et après les repas, les gens bien éduqués se lavent les mains juste avant de dire le bénédicité, chose qu'il serait impensable de faire les mains sales. Plus souvent, un simple portant de bois soutenait une cuvette de cuivre ; il était doté d'une potence à laquelle pendait le seau et sur laquelle était jetée la serviette de toilette. Ce petit meuble suffisait à se laver les mains, le visage, les cheveux, mais pas les pieds... À cette fin, d'autres cuvettes étaient utilisées. L'hygiène des mains, jugée très importante, entraîne l'invention, au cours du XV<sup>e</sup> siècle, de la « fontaine » privative, réservoir en fer blanc doté d'un robinet.



### DU DENTIFRICE AU CORAIL BLANC

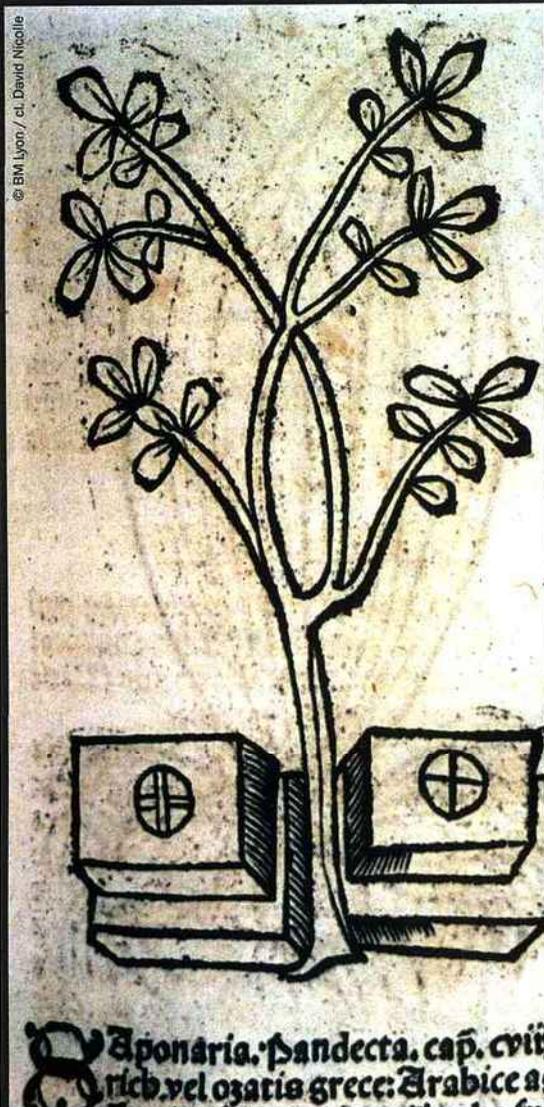
La bouche était également l'objet de soins attentifs. Au Moyen Âge on se blanchit les dents en se servant de poudre de pierre ponce, d'os de seiche ou de corail blanc réduits en pilules dentifrices selon le niveau de fortune, et l'on se cure les dents régulièrement de crainte d'offenser autrui par une haleine douteuse. Si cela ne suffisait pas mâcher du galanga, de la myrte, de la menthe ou même du mastic de lentisque, un chewing-gum avant la lettre était vivement conseillé.

Les soins de la chevelure sont abondamment renseignés. Il faut rafraîchir les cheveux aux ciseaux, les « forcer », se les laver une fois par semaine pas moins, et jamais « outre vingt jours ». Les shampoings varient selon la nature des cheveux, leur couleur, la présence de maladies de peau ou tout simplement d'alopecie, que l'on tente de stopper grâce à l'action de produits tels que l'aloès et la feuille de noyer ou de chêne, au jus de chardon vuire ou de « fiente de coulons » (de pigeon), quant aux pellicules qui déprécient l'apparence, elles sont soignées au jus de bette et à l'eau de mauves bouillies. Mais l'essentiel était de se débarrasser des poux, endémiques dans toutes les catégories de la population. Outre des plantes, l'ail, le jus de bettes, la staphysaigre, on utilise de la poudre de nître en suspension dans de l'huile avec du miel. Lepouillage opéré par les femmes est d'ailleurs un acte social important, facteur de commensalité suivant diverses techniques : à la main, comme à Montailou, célèbre village médiéval occitan du XIII<sup>e</sup> siècle, à la « verge à nectoyer », une brosse pour faire tomber les poux en grattant le crâne à rebrousse-poil, au peigne, fin.



1 Boîte en argent estampe et doré, 2,3 x 3,7 x 1,2 cm, parure cosmétique d'Erfurt, fin du XIII<sup>e</sup>-deb du XIV<sup>e</sup> s. - Weimar, Thüringisches Landesam für Denkmalpflege und Archäologie. Présentée dans l'exposition *Le bain et le miroir* (voir encadre p. 78). Le décor estampe sur le couvercle figure un couple assis sur un banc. La très modeste taille de cette pyxide offre une correspondance typologique avec certaines petites boîtes du début du Moyen Âge et de l'époque romaine qui n'interdit pas de penser qu'elle ait pu être le contenant de produits centriques odorants ou d'une crème de soin ou de beauté. Le doute s'efface dans le cas des pommes d'ambre (ou de musc) : des récipients à parfum ronds s'ouvrant en quartiers, forme caractéristique qui ne semble pas exclusive d'un usage profane (Isabelle Fronties Bardy, *Le bain et le miroir*, 2009, p. 208).

■ Platearius, *Livre des Simples médecines* - Paris, BnF, ms Fr 12322 f° 191 v.  
Présentée dans l'exposition *Le bain et le miroir* (voir encadre p. 78). À Salerne, au XII<sup>e</sup> siècle, l'école de médecine illustre la communion des savoirs latins et arabes en accueillant des médecins tels que Platearius et Trotula, dite « Trotula », auteur du *De ornatu mulierum* (*De l'ornement des femmes*), premier texte occidental proposant des recettes de soins de beauté et reprenant certaines formules du *De Medicamine faciei*, dans lequel Ovide donnait des conseils de maquillage. Sur la présente planche, on remarque, outre des produits pharmaceutiques, les ombilics (*pelliculi*), des coquillages que l'on réduisait en poudre pour se blanchir les joues, ainsi qu'un sac de blanc de ceruse, qu'on utilisait de la même manière. L'os de seiche, réduit en poudre, servait, quant à lui, au lavage des dents.



© BnF Lyon / et David Nicolle

Cl. Pierre Couperie

© BnF

Savons et plante saponifère, Jean de Cuba : *Jardin de santé*, v. 1475  
Lyon, Bibl. mun., Inc. 1053.

Si le savon est en vente chez les apothicaires – blanc ou noir, autrement appelé « sarrasin », pâteux ou en savonnettes cubiques –, il ne s'en trouve pas, ou peu, dans les inventaires des particuliers. En milieu rural, ceux-ci pouvaient se servir de plantes saponaires qui poussaient sur les berges des cours d'eau et devaient mousser davantage. En vente également chez les apothicaires, les éponges, pêchées en Méditerranée, servent aussi en chirurgie, comme éponges somnifères.



Les bulles de savon, fresque du Pelegrinaio hôpital de la Scala, Sienne.



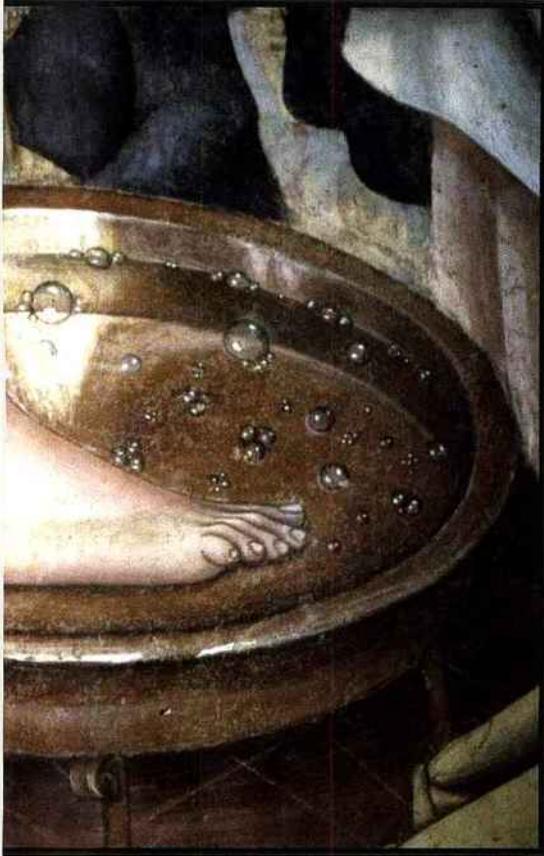
L'éponge (détail), Platearius : *Livre des simples médecines*, XV<sup>e</sup> s. Paris, BnF, ms. Lat. 6823 f° 146 v

### LA TROUSSE DE TOILETTE

Tout un petit mobilier de toilette figure donc à l'inventaire des gens des villes et des campagnes – il ne concerne pas seulement l'hygiène du corps, mais aussi celle des vêtements, que l'on savait dégraisser au besoin à l'aide de produits malodorants mais efficaces (de l'urine mêlée de fiel de bœuf et de terre à foulon), mais qui s'effectuait surtout avec des brosses à habit. Dans les inventaires bourguignons étudiés par Françoise Pignonier, celles-ci sont qualifiées de « broissottes » ou « ramassottes a nettoyer les robes ». La forme de ces objets n'est pas différente de celle des brosses à poux, et leur nom laisse entendre qu'elles pouvaient aussi servir à ramasser la poussière – elles ont en effet la forme d'un petit balai à

manche court. Si l'hygiène vestimentaire est jugée importante surtout pour les habits de dessus, c'est aussi que l'on ne portait que rarement de sous-vêtements, à l'exception de la chemise.

La liste des objets de toilette est longue – on compte l'éponge, emmanchée pour se frotter le dos, la brosse à poux, le peigne de bois ou d'ivoire, qui comporte deux rangées de dents opposées, l'une pour les lentes l'autre pour lisser la chevelure. Les pinces à épiler ainsi que les cure-ongles, cure-dents (aussi appelés « furgettes ») et cure-oreilles, soit des petits objets séparés, soit montés ensemble à la manière d'un couteau suisse, sont plutôt retrouvés par les fouilles en milieu urbain, ou dans les châteaux, chez les puissants,



ces accessoires de toilette étaient en corail, voire en or, métal jugé le plus pur de tous ! Leur emploi s'accompagnait de produits émollients, telle que l'huile d'amande instillée dans les oreilles pour en enlever « l'ordure ». Quelques-uns de ces accessoires pouvaient être remplacés à moindre coût par un petit objet, ainsi une épingle pour les dents. Le désir de paraître chez les hommes et de montrer sa beauté, chez les jeunes filles entraîne un recours à l'hygiène plus assidue qu'on ne le croit habituellement. Les recettes de dentifrices, de shampoings colorants, de savon abondent dans les traités de médecine. L'on est moins sûr de leur diffusion réelle dans la société prise dans son entier.

SI, AU XV<sup>e</sup> SIÈCLE, les médecins demandent de se laver les dents tous les matins, le conseil est-il suivi par tous ? Si l'hygiène est difficile à mesurer, pour l'historien, c'est aussi qu'il existe un équivalent naturel pour tous les objets de la toilette, qui permet à tout un chacun de bénéficier d'un minimum de confort pour un maximum de propreté, et ceux-là ne sont ni inventoriés, ni comptabilisés : on trouve par exemple de la paille, du foin et des feuilles de bouillon blanc en guise de papier toilette pour le commun, mais du coton pour les riches, il faut attendre le XVI<sup>e</sup> siècle pour se servir de vrai papier à cette fin, mais l'usage s'en est alors répandu jusque dans les collèges : non du papier blanc, comme le précise un éducateur, Mathurin Cordier mais du « papier escrot qui ne sert de rien », tout juste utile à « torcher les fesses au retrait » !

## Des « ramassottes à nettoyer les robes »

### BIBLIOGRAPHIE

- **Albert S.** (dir.), *Laver, monder, blanchir. Discours et usages de la toilette dans l'Occident médiéval*. Paris : PUPS, 2006.
- **Alexandre-Bidon D. et Piponnier F.**, « Gestes et objets de la toilette aux XIV<sup>e</sup> et XV<sup>e</sup> siècles », *Les Soins de beauté au Moyen Âge* (Actes du III<sup>e</sup> colloque international de Grasse, 26-28 avril 1985). Nice : Faculté des Lettres et Sciences Humaines, 1987, pp. 211-244.
- *Le bain et le miroir. Soins du corps et cosmétiques de l'Antiquité à la Renaissance* (catalogue d'exposition). Paris : Gallimard, 2009.
- *Les Bains privés au Moyen Âge et à la Renaissance*, *Bulletin monumental*, t. 159-1, 2001.
- **Boisseuil D.** (coord.), *Le Bain : espaces et pratiques, Médiévales*, n° 43, automne 2002.
- *L'Hygiène au Moyen Âge* (petit journal de l'exposition), Tour Jean sans Peur, Paris, 2003.
- *Le Mesnager de Paris*, éd. par G. E. Brereton et J. M. Ferrier. Paris : Le Livre de poche, « Lettres gothiques », 1994.
- **Masqui J. et Fauchère N.**, « L'hygiène dans les châteaux forts au Moyen Âge », *La Vie de château. Les Cahiers de Commarque*. Le Bugue : Ed. Ol Contout, 1992, pp. 45-71.
- **Piponnier F.**, « Les Dijonnais et l'eau à la fin du Moyen Âge », *Mélanges de l'École française de Rome*, « L'eau dans la société médiévale : fonctions, enjeux, images », t. 104, 2, 1992, pp. 481-494.



Furgeoirs et pince à épiler (alliage cuivreux), Saint-Denis, quartier au nord de la basilique, alluvions du Croult (la rivière urbaine), XIV<sup>e</sup>-déb. du XV<sup>e</sup> s.

Saint-Denis, Unité archéologique.

Le furgeoir torsadé est aplati à l'endroit de la pture pour former la fine spatule d'un cure-oreille, l'autre extrémité a été également aplatie et biseautée pour servir de cure-dent. L'autre furgeoir, qui présente les mêmes fonctions, comporte également une perforation qui devait sans doute accueillir un rivet permettant de fixer un ou plusieurs autres instruments de toilette, tel que lime ou coutelet (Nicole Rodrigues, *Le bain et le miroir*, 2009, p. 204).