

Se soigner avec des plantes naturelles



Genèse

Je me souviens avoir vu enfant, chez mes grands-parents, des plantes sécher dans la maison. Je ne savais pas à quoi cela pouvait servir, sinon que cela sentait bon et que parfois on buvait LA tisane. Mes parents, eux, avaient fait le choix de l'homéopathie et je ne soupçonnais pas l'existence du paracétamol ou autres médicaments issus de la chimie. Fascinée par tous les noms latins des tubes de granules qu'il m'avait fallu déchiffrer dès que je sus lire, j'ai un jour découvert que cela correspondait, pour certains, à des plantes qui poussent dans les jardins. Habitant alors la région lyonnaise, j'eus l'opportunité de suivre une formation, "L'armoire aux plantes", qui initiait aux soins du quotidien avec les plantes. Ce fut pour moi une révélation : tout était en accès libre, à portée de mains, à condition d'être initié. Émerveillement du savoir transmis mais aussi tristesse éprouvée du savoir perdu au niveau familial. Je désirais que nos enfants "tombent dans la marmite" dès leur plus jeune âge. Je décidais alors de me former en botanique, pour ne pas dépendre d'un herboriste pour l'approvisionnement. Nous voici donc

partis à sillonner les chemins pour déterminer les plantes rencontrées. Je me souviens encore de la jubilation à ma première rencontre du millepertuis : c'était donc ça ! La nature prit soudain un nouveau visage, il n'y avait donc plus des fleurs, de l'herbe, mais de la mauve, de la reine-des-prés, de la prêle, du plantain... Une certaine familiarité, un émerveillement de la diversité... Je crois qu'un certain proverbe conseille de saluer la plante à la première rencontre, de la reconnaître à la deuxième et de ne la cueillir qu'à la troisième rencontre...

Gratitude

Nous sommes alors passés au stade de la cueillette en ayant soin de ne pas tout cueillir, de respecter les stations... et toujours dans un esprit de gratitude envers Dame Nature. Remercier avant de prendre. Nous avons appris à faire sécher une cinquantaine de plantes pour les conserver, à faire quelques sirops, macérations et pommades pour notre usage familial. Une tisane de serpolet fut

324 B16 Se soigner avec des plantes naturelles

bien utile pour atténuer les symptômes de la coqueluche... Souvent, nous pensons vivre dans le luxe : boire des tisanes cueillies au fil des balades n'a pas de prix !!! Dans notre jardin, une partie est réservée aux plantes médicinales et aromatiques.

Espace- temps

Puis, les saisons devinrent synonymes de cueillette... Il y a le retour du tussilage qui annonce le printemps : le premier à fleurir... le temps d'aller sur les stations de l'aspérule... ou du sureau... les bourgeons de pin sont à point. Le temps s'écoule au rythme des floraisons. L'an dernier c'était plus tôt ou... plus tard...

Nous avons nos repères dans l'espace : ici poussent les pensées, là les calaments. Et même des lieux sont "baptisés" : chez nous il y a le bois des pyroles et les vacances des dents-de-chien, même si certaines plantes ne sont pas médicinales !! Pour moi les lieux sont liés à la première détermination de plantes. Nous saluons les plantes toxiques à l'état naturel : aconit, jusquiame, belladone et digitale.

La nature est généreuse, mais il faut la respecter... tout nous est donné... Comment faisaient les générations précédentes, avant l'apparition de la chimie ? Nous sommes encore loin de la sagesse des peuples dits premiers, de leur communion à la création dont ils tirent La Vie...

Anecdote

Il m'est arrivé, un jour, d'aller consulter aux urgences de l'hôpital de notre secteur. Je suis repartie avec deux ordonnances : l'une se composait de médicaments conventionnels du médecin, avec incitation à revenir le lundi pour une opération ; l'autre, d'une sage-femme, préconisait un enveloppement de feuilles de chou. Comment expliquer à notre voisin, qui avait encore des choux dans son jardin, que c'était l'ordonnance délivrée à l'hôpital ? Il est certain que je n'eus pas à retourner à l'hôpital !

Quotidien

Je m'émerveille chaque fois que j'observe l'action efficace des plantes sur notre corps mais encore plus sur notre état émotionnel. Comment certaines fleurs peuvent-elles redonner le goût de vivre, éloigner la peur ou apporter du réconfort ? Et pourtant ça marche ! Ma fille dirait que c'est efficace même avec les chevaux...

Nous sommes en fait reliés les uns aux autres, participant de cette même création... J'irai même un peu plus loin, disant que la maladie a un sens qu'il nous faut décrypter. Une autre manière de se situer... tout nous est donné pour grandir en humanité...

*Natalie Pellet,
Hures-la-parade (48)*