

“L'idée n'est pas de remplacer la médecine, mais d'utiliser les plantes comme un complément”

Des champs d'angélique, de guimauve, de souci ou de menthe poivrée à perte de vue. Des paniers en osier qui débordent de fleurs et tiges odorantes, et des veillées passées à éplucher des racines de bardane... Ces images qui appartiennent au passé plongent Manu Lurkin dans une douce nostalgie. Celle qui a été infirmière pendant vingt ans dirige depuis plusieurs années l'École des plantes, une association qui s'est fixé pour mission “de perpétuer la connaissance des plantes médicinales et leur emploi, dans la pure lignée de la phytothérapie traditionnelle”.

“La Wallonie et plus particulièrement la région de Lessines a toute une histoire avec les plantes médicinales. En 1929, la région de Lessines, Deux-Acren et Flobecq comptait 150 hectares de terres cultivées pour la production de plantes médicinales. C'est énorme. Mais après la guerre, cela a commencé à diminuer. Les agriculteurs ont progressivement arrêté de cultiver ces plantes et les médicaments de synthèse ont commencé à se généraliser. Heureusement, depuis quelques années, on constate un regain d'intérêt dans le public et de plus en plus de personnes recommencent à s'intéresser à leurs vertus et souhaitent en cultiver. Je les appelle les tisanières, d'autres préfèrent parler de paysans herboristes. On est tout un réseau en Wallonie”, explique la formatrice.

Chaque année, l'École des plantes forme une soixantaine de personnes. “Énormément de plantes ont des vertus pour la santé. Il

y a les plantes riches en mucilage comme la mauve et la guimauve dont on peut utiliser la racine pour lutter contre les remontées acides ou qu'on peut utiliser sous forme de gel sur la peau après un coup de soleil. Il y a le calendula qui est très bon pour la peau, la mélisse qui a des vertus calmantes et qui est bonne pour la digestion. Et à côté des plantes qu'on cultive, il y a toutes les plantes sauvages comme l'ortie qui contient de nombreux minéraux, est une bonne dépurative et est bonne pour les problèmes d'articulation. L'idée n'est pas de remplacer la médecine, mais d'utiliser les plantes comme un complément. Nos grands-mères connaissaient bien tout ça mais ce sont des savoirs qu'on a oubliés et c'est dommage. Et puis, revenir aux plantes, c'est aussi se poser, prendre le temps de s'inté-

“Nos grands-mères connaissaient bien tout ça, mais ce sont des savoirs qu'on a oubliés et c'est dommage. Et puis, revenir aux plantes, c'est aussi se poser.”

resser à ce qui se trouve autour de nous et mettre les mains dans la terre, ça fait un bien fou”, observe la formatrice. À condition toutefois de ne pas utiliser n'importe quelle plante n'importe comment sous peine de transformer une innocente tisane en un poison. “Ce n'est pas parce que c'est naturel que c'est forcément bon pour la santé ou sans danger. Il faut être prudent, même quand on cultive des plantes dans son jardin car des plantes sauvages peuvent pousser au milieu des plantes cultivées. Il arrive régulièrement que des personnes confondent l'ail des ours avec le muguet ou qui cueillent de la ciguë en pensant cueillir des carottes sauvages”, prévient Michel Frédérich, professeur à l'Université de Liège.

Ma. Be.

