

Les plantes de chez nous

Alchémille loin
d'être vulgaire

L'alchémille vulgaire étale ses nombreuses sous-espèces au bord des chemins, depuis nos pâtures d'altitude jusque dans nos prairies de plaine. Elle nous offre d'avril à juillet ses discrètes fleurs d'un vert jaunâtre. Ses feuilles basales multilobées, bordées de dents velues, contiennent fréquemment une goutte d'eau qui se rassemble au centre pour former une perle brillante, d'où son nom patois de *pouárta-rojá*. Les alchimistes d'antan convoitaient cette rosée, ce qui explique son nom latin d'*alchemia*. Au-dessus de 1500 m, elle est rejointe par sa «petite sœur», l'alchémille alpine dite *ardzintena* ou «argentée» en référence aux poils lui couvrant le dos des feuilles.

Utilisées traditionnellement en phytothérapie pour résoudre les soucis féminins, ses tisanes ou ses teintures mères sont

recommandées contre les troubles de la menstruation, de la ménopause ou de la puberté. Les applications locales et les cataplasmes permettent de bénéficier de ses effets cicatrisants, constrictants et déshydratants.

En fleurs de Bach, l'alchémille commune permet à l'humain de se reconnecter avec la nature et la terre, dans leurs dimensions vivantes et sacrées. Cette prise de conscience du respect et de l'amour qu'elles méritent a une action stimulante dans tout processus de guérison.

L'alchémille argentée nous offre un élixir apaisant, réconfortant et réparateur pour les individus qui sont en constante recherche d'amour et de reconnaissance. Conseillé à ceux qui ont été séparés trop précocement de leur maman, l'élixir d'alchémille argentée aide à reconstruire le lien d'amour qui a été interrompu dans son élan. Son action panse les blessures d'amour, dissout en douceur la carapace de protection sous laquelle se cachent colère, désespoir, douleur, anxiété ou hypersensibilité.

Isabelle Seghin

