

Bruyères des terrains acides

Plantes vivaces, ligneuses et tor- tueuses de 10 à 50 cm de haut, les bruyères se plaisent sur des terrains acides, plutôt secs et ensoleillés, jusqu'à 1500 m d'altitude. Les plus fré- quentes chez nous sont *erica carnea*, la bruyère carnée, ou *calluna vulgaris*, la fausse bruyère ou callune. Vous pouvez les admirer dans la descente depuis le Pralet en direction du chalet du Berry, aux Paccots.

Leurs feuilles opposées en forme d'écailles, sont persistantes. Les fleurs roses en grelots d'*erica carnea*, apparaissent de mars à juin, alors que les fleurs pourpres de *calluna vulgaris*, sont visibles d'août à octobre. La forme particulière de petit balais de la fausse bruyère, lui a valu son nom latin «calluna», qui signifie balayer.

Leur cousine, *erica cinerea*, est connue et utilisée en phytothérapie pour soulager les voies urinaires. Son nom «erica», vient du grec et signifie «briser», en référence à son action bénéfique sur les calculs urinaires et la gravelle. En fleurs de Bach, *calluna vulgaris* est destinée à ceux qui se retrouvent en «périphérie» d'eux-mêmes, coupés de leur être profond. Ces individus n'ont à l'esprit et à la bouche, que leurs propres préoccupations, et ont besoin de se sentir en permanence le centre d'intérêt. Solitaires, ils s'accrochent, même physiquement, à la première personne rencontrée, comme pour dévider sur elle le trop plein de leurs craintes et de leurs problèmes.

La prise de l'élixir leur apporte la capacité à entrer dans une vérita- ble relation avec les autres, les écouter, compatir à leurs difficul- tés, les comprendre. Ils peuvent alors ressentir qu'ils font partie d'un grand tout et lâcher leur dépendance aux autres.

Isabelle Seghin

Isabelle Seghin, Ecole « En Pleine Nature »,
Châtel-St-Denis. 079 318 01 39.

