

Les plantes de chez nous



Toute-bonne consoude

Cette plante vivace de la famille des borraginacées se plaît à l'ombre, dans les prés humides, au bord des rivières, depuis la plaine jusqu'à 1200 à 1400 m d'altitude. Elle élève ses tiges et ses grandes feuilles couvertes de poils rêches, jusqu'à 1,20 m de haut. Ses hampes florales sont joliment enroulées selon un schéma qui ressemble à la queue d'un scorpion et ornées de deux petites feuilles dressées telles deux petites ailes oubliées là par une fée. Ses fleurs tubulaires en forme de clochettes orientées vers le sol nous offrent de nombreuses teintes allant du blanc au violet en passant par le rose.

La consoude a été cultivée pour servir de fourrage au bétail. Ses feuilles séchées ou fermentées en purin offrent un fertilisant naturel très riche. Ses noms latin *consolida* et patois *ré k'apon* racontent ses usages médicaux pour consolider les os brisés, favoriser la circulation, soulager les troubles rhumatismaux, faire cicatriser les plaies, les brûlures, les gèchures. Toutes ces qualités lui valaient le surnom de toute-bonne.

Préparée en fleur de Bach, la consoude est destinée à ramener du dynamisme dans le corps et l'esprit, en tonifiant le système nerveux. Par son action stimulante sur la circulation énergétique de

la Kundalini, elle apporte un équilibre entre tonicité et détente musculaire et favorise la régénération du système locomoteur. Mélangée à une huile de massage, elle facilite relâchement et récupération.

En association avec les élixirs floraux d'arnica et d'étoile de Bethléem, elle facilite la reconstitution des terminaisons nerveuses lésées par un choc ou une intervention chirurgicale.

Isabelle Seghin

