

Plantes médicinales de tradition

Cet article est tiré en partie d'une exposition réalisée en 1999 à la Maison de Barberine. Seront présentées ici les plantes médicinales qui ne poussent pas ailleurs qu'aux étages subalpins et alpins, c'est-à-dire les étages où le territoire de Vallorcine se déploie, ainsi que des plantes moins montagnardes mais citées dans les remèdes anciens transmis par Germaine Lévi-Pinard dans *La vie quotidienne à Vallorcine au XVIII^e siècle* (cités ci-dessous en petits caractères) ou encore d'autres plantes vraisemblablement utilisées par les Vallorcins comme par d'autres Savoyards, ces usages étant attestés par Alfred Chabert dans *Plantes médicinales et plantes comestibles de Savoie*. Cet ensemble révèle un des aspects de la spécificité vallorcinne que l'AMBMV depuis sa création s'attache à mettre en valeur.

Les Vallorcins ont pu récolter ces plantes par le passé (jusqu'au moins à la Première Guerre mondiale) dans les différents lieux du territoire vallorcinois : les champs de la vallée, ses sous-bois mais aussi les éboulis, les couloirs d'avalanche, en remue, en alpage bien sûr et enfin dans certains lieux plus élevés fréquentés par les chasseurs en particulier (mont Oreb, Aiguillette, col du Passet, Valais...).

La Carline acaule ou chardonnette (*Carlina acaulis*) est une plante qui croît généralement en groupes, sur les pâturages et les prairies maigres, dans les forêts sèches et clairsemées de conifères et grimpe, comme dans le Valais, jusqu'à 2 800 m.

« Pour l'enflure du corps aux mains et des membres enflés :

Prenez des bosses (carlines) en quantité, qu'ils soyent verdes qu'ils soyent sèches. Faites les cuire en guise de soupe et qu'ils soyent bien cuites et pit vous épurez le clair dans un linge de toile propre et vous ferez boire ledit clair au malade et l'épais vous l'appliquerez sur la place et la partie enflée c'est à dire la racine des bosses que vous mettrez et appliquerez sur l'enflure et vous continuerez cela plusieurs jours et vous trouverez du solagement. »

On sait aussi que les réceptacles, comme ceux des artichauts, étaient mangés crus ou cuits, épluchés avec l'Opinel et dégustés ainsi en alpage, comme me l'a raconté mon grand-père Jules, ou encore que, confits avec du miel, ils ont même constitué une confiture appréciée.

Le deuxième remède nous permet de parler d'une plante encore assez connue aujourd'hui :

« Pour guérir de la boussif (asthme) :

Prenez quartet de la son soit de froment avecque trois onces de sucres d'orge et avec un peu de jenepit et prenez un quartette de l'eau que vous ferez cuire tout cela ensemble un peu cuire et pit vous ferez boire le clair à celui qui sera atteint de la boussif. Le remède doit être bon. »

Sous le terme jenepit (génépi), se cachent au moins trois plantes différentes : des armoises et peut-être aussi des achillées.

Elles contiennent un principe amer, en particulier, qui les rend utilisables à des fins multiples : sédatives des douleurs, emménagogues, stimulantes de l'estomac, toniques, fébrifuges, sudorifiques, cicatrisantes des plaies et ulcères.

On peut citer **le génépi blanc (*artemisia mutellina*)** dans les anfractuosités rocheuses ensoleillées, les talus d'éboulis, les moraines frontales ; **l'armoise des glaciers (*artemisia glacialis*, génépi des Savoyards)** sur les éboulis, les terres pauvres en calcaire, entre 2 000 et 3 000 m ; enfin **l'achillée naine, (*achillea nana*, faux génépi)** qui ne pousse que sur les rochers escarpés des hautes montagnes, les moraines des glaciers, les éboulis entre 2 200 et 3 000 m.

Un troisième remède nous indique :

« Pour le mal des rins ou renière ou goutte :

Prenez d'absaintes et la bien piler et pit vous prendrez une quatraine eufs que vous prendrez la claire desdits eufs et que vous mettrez avecque l'absainte et bien broyés ensemble et pit vous appliquerez ledit emplâtre sur la partie malade et le remède doit être bon. »

Ici, il s'agit d'une des plantes déjà présentées à moins que ce ne soit **l'armoise génépi ou absinthe des Alpes (*Artemisia genepi* Weber, génépi noir).**

Certains remèdes emploient des plantes des bois :

« Pour guérir de la goutte :

Prenez de la feuille de biolle et qu'il soit verte si l'on peut et la prendre aussitôt que le soleil lui donne dessus, prenez que vous puissiez bien envelopper l'endroit qui est pris de la goutte, un per de foit. Le remède doit être bon. »

« Pour l'enflure du corps aux mains et des membres enflés :

Un autre remède pour la même maladie. Prenez de la feuille de la biola verdit et qu'il soye cueilli aussitôt que le soleil lui aura donné dessus c'est-à-dire à l'arrivée du soleil et pit prenez lesdites feuilles et pit entordez la place enflée bien plusieurs fois, vous verrez que vous en aurez du solagement, et

s'il se trouve d'en avoir des besoins en hiver quoique lesdites feuilles soyent sèches pourveu qu'ils soyent séchés à l'ombre et pourveu le mettre un peu oumillé ils seront tout de même bonnes en toute saisons. »

La biola, biolle : le **bouleau** (*betula alba*, *pubescens* ou *pendula*), est encore connu de nos jours pour les vertus de sa sève.

« **Pour la morsure des serpents :**

Prenez de la save d'un frêne avec l'écorce et appliquez ladite save sur la morsure vous y trouverez du soulagement. » (frêne, *fraxinus excelsior*)

Une macération vineuse d'écorce d'érable plane (*acer platanoides*) servait pour raffermir les gencives et pour calmer les conjonctivites.

« **Contre le mal de dents :**

Prenez 24 feuilles de layrat (lierre terrestre) et faites la cuire avec trois verres de vin rouge que vous ferez cuire dans une terrine de terre, qui soient bien cuites et pit prenez lesdites feuilles et frottez vous en les joues et les jencives sur tout où que les dents vous font mal, mais il faut que ladite layrat soit cressue le long d'un frêne ou le long d'une muraille car autrement le remède ne vaut rien. »

Le docteur Paccard de Chamonix indique le 24 septembre 1784 à Joseph Bozon atteint de scrofule : « Des injections de baume de genièvre très liquide ».

Du vin blanc dans lequel aura macéré pendant vingt-quatre heures de la cendre de bois de **genévrier** (*juniperus alpina*) ou de l'eau-de-vie où des baies de **genièvre** auront infusé pendant longtemps ont été utilisés comme diurétiques et dans les hydropisies.

« **Remède pour le rumatice de Joseph Bozon :**

1 bitume, 2 de grene de zenèvre, 2 zonces de regalise, 1 zonce de sucre régalice.

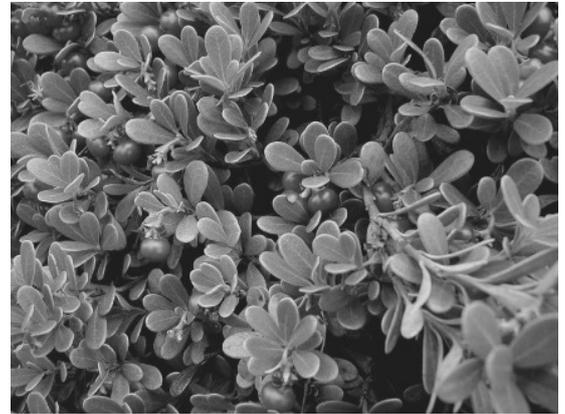
Faites le cuire avec 3 demi pots de fontaine, réduisez à un pot, prenez demi once du miel, prenez demi pot de vin blanc, de la crème, du lait de chèvre, de la miola (moelle) de mouton, 2 onces d'huile d'olive. Faites cuire à petit feu. »

Les fleurs et les fruits du **fraisier des bois** (*fragaria vesca*) pilés et macérés dans du beurre frais et de l'huile d'olive, servaient à préparer un onguent pour les gelures. Les **myrtilles** combattaient la diarrhée. Enfin, la **busserole** (*arctostaphylos uva ursi*, raisin d'ours) fut utilisée comme désinfectant et diurétique.

Les accidents de la vie rurale et montagnarde : tomber, se couper, se brûler étaient également soi-

gnés par les plantes. On pouvait les utiliser au naturel comme pour l'**herbe aux sept chemises et aux neuf vertus** (*allium victorialis*) qui pousse entre 1 600 et 2 000 m dans les prairies alpestres, sous les buissons de genévriers nains et de pins de montagne, ainsi que sur les parois rocheuses verticales. Elle fait cesser l'écoulement du sang comme le fait la toile d'araignée, en agissant d'une manière purement mécanique grâce aux tuniques en réseau qui entourent son bulbe.

On pouvait en écraser les feuilles et les appliquer pour panser et désinfecter les plaies superficielles comme avec l'**herbe aux coupures** (*achillea millefolium*) et bien plus souvent, en confectionnant des baumes, crèmes, onguents, vulnéraires et autres pommades.



À gauche, l'armoise mutelline (photo de P. Kohlhaupt) et, ci-dessus, la busserole.

On utilisait en particulier des plantes fortement aromatiques et excitantes, comme l'absinthe ou la **gentiane**, ou astringentes : genièvre, **alchemille**, **arnica** ou encore **joubarbe des toits**. Ces plantes étaient mélangées aux graisses ou traitées par l'eau-de-vie ou l'alcool. L'huile de marmotte, par exemple, se préparait à partir des galls de feuilles de **rhododendron ferrugineum** macérées de façon prolongée dans de l'huile.

Grâce à la récolte, aux préparations et à l'utilisation de ces plantes, les Vallorcins, comme d'autres habitants de régions élevées, sont donc parvenus à se constituer toute une pharmacopée originale et vraiment montagnarde. Ces pratiques nous ont paru particulièrement intéressantes à rappeler car elles permettent de discerner des activités qui ont rempli la vie de nos ancêtres.

Françoise Ancey-Dusservais