Chassez le naturel : il revient au galop

Autor(en): **Martigny-Amstein, Anny**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Hebamme.ch = Sage-femme.ch = Levatrice.ch = Spendrera.ch**

Band (Jahr): **103 (2005)**

Heft 2

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-950036

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

L'écoute des plantes et le langage des fleurs

Chassez le naturel, il revient

Longtemps, l'homme a cru mieux faire que la nature. Il a inventé toutes sortes de succédanés: des cachets verts, des pilules roses, des exhausteurs de goûts et même des fleurs et des plantes artificielles...

Anny Martigny-Amstein

La santé nous préoccupe plus que jamais; mais la médecine utilise un langage hermétique pour le commun des mortels. On s'aperçoit tout de même que la chimie n'est pas très bien tolérée par un corps sain. On rencontre des contre-indications ou les effets secondaires des médicaments. Que nous racontent alors les plantes?

Trèfle à quatre feuilles (Oxalis deppei): Le vrai trèfle à quatre feuilles (trifolium) est un porte-bonheur bien connu. Cette vertu lui est attribuée parce qu'il est rare et qu'il faut avoir de la chance pour en trouver. Le vrai se trouve à quatre pattes dans les prés et le «faux» s'achète chez le fleuriste. En amour, n'est-il pas légitime de donner un coup de pouce à la nature? (Les procréateurs de la naissance assistée se sont-ils posés la question?). *Symptôme clé:* «Tente ta Chance», ou mieux: «Je suis ta chance». *Comment l'utiliser:* l'offrir en pot.

Voulez-vous dire que... **Chaîne-des-cœurs (Ceropegia woodi):** Offrir cette plante à un homme en réponse à ses avances signifie que votre cœur bat à l'unisson du sien et que vous êtes prête à vous unir pour longtemps, à vous enchaîner à lui. Attention tout de même à ne pas jeter la clé du cadenas. *Symptôme clé:* «nous sommes faits l'un pour l'autre». *Où la trouver:* En jardinerie ou chez les fleuristes. *Comment l'utiliser:* En pot.

Ceci nous intéresse-t-il? **Herbe à cloque (Physalis alkekengi, P. peruviana):** Quand les sentiments sont suffisamment profonds, le désir d'avoir des enfants peut devenir une évidence, pas forcément partagé par l'autre. C'est un tournant qu'il s'agit de préparer avec prudence. Cette fleur pourra permettre d'aborder le sujet avec finesse. *Symptôme clé:* «J'ai envie d'un enfant avec toi» ou «Je suis enceinte». *Où la trouver:* Chez les fleuristes. *Comment l'utiliser:* Dans un bouquet avec des roses et du chou ornemental, par exemple.

Ce préambule est inspiré du «*Nouveau Langage des Fleurs à l'Usage des Amoureux*»[1]

Depuis des temps immémoriaux, des femmes se sont penchées et agenouillées pour mettre dans leurs paniers les plantes dont elles connaissaient les vertus. Elles savaient du verbe «ça-voir» reconnaître les dons de la Nature.

Cette connaissance des plantes s'est transmise de mère en fille ou de femmes à femmes du fond des âges et faisait partie de la Mémoire collective, de notre héritage de notre Mère la Terre.

Pourtant, nul n'est censé ignorer le douloureux parcours de cette lignée de transmission puisque des millions de femmes, traitées comme des sorcières, ont été torturées, tuées ou brûlées sur des

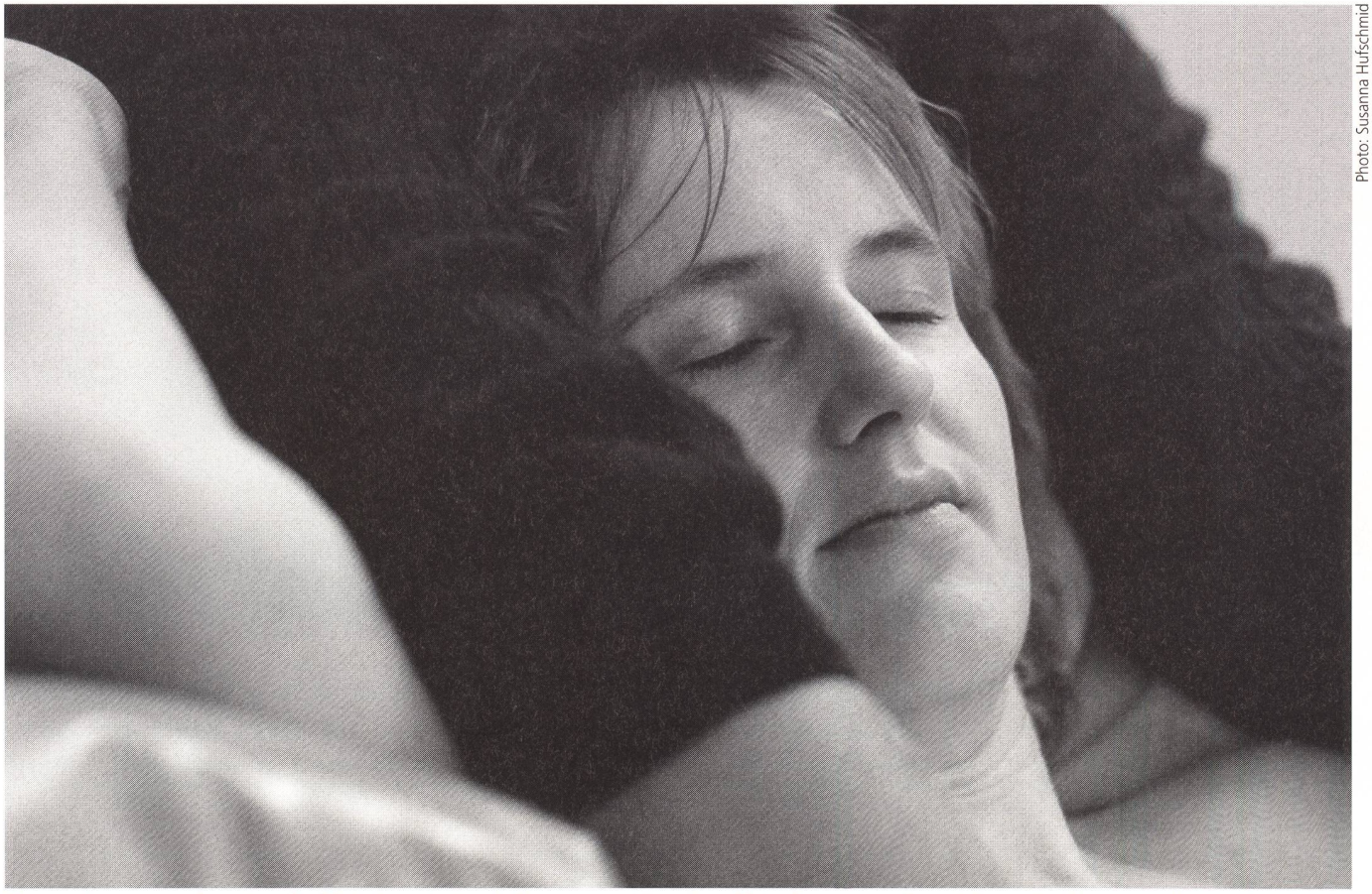


Photo: Susanna Hufschmid

Clamer le stress ou favoriser la dilatation utérine, telles peuvent être les effets des préparations à base de plantes sur l'accouchement.

au galop

bûchers. «Femmes sages» ou femmes médecins ont subi le même sort en Europe du 15e au 18e siècle et lors de la conquête du Nouveau Monde en Amérique. Privées de la Sagesse de nos mères, nous les femmes, avons alors oublié notre pouvoir; (référons-nous pour comprendre, à notre époque, à la façon même de gérer la contraception, de porter et d'accoucher les enfants, de les soumettre à l'abus des vaccinations, etc.). Ceci en dit déjà long sur la perte des connaissances de ces valeurs ancestrales, leurs conséquences à long terme et l'avenir de l'humanité.

D'autre part, beaucoup d'excellentes sages-femmes quittent l'obstétrique pure et dure (certaines personnes parlent alors d'«obsté-fric») pour découvrir bien d'autres choses en médecines alternatives, pas encore interdites. Ces dernières sont-elles à la recherche d'une authenticité qui résonne en elles comme un lointain souvenir? Toute la lumière sur l'accouchement qui ne mentirait plus? «CONNAIS-TOI TOI-MEME» nous ont dit les Grecs. Le Dr Bach nous a permis de redécouvrir cette connaissance de nous-mêmes grâce à ses élixirs floraux. Les plantes, nous y revenons, sont alors une source intarissable de recherche pour ceux ou celles qui les aiment.

Anny Martigny-Amstein est sage-femme auprès de Naissance Active, à Genève.

Que nous révèle l'Alchémille?

ALCHEMIE ARGENTEE (Alchemilla vulgaris)

Etymologie: Les feuilles en forme de coupe (cuvette à rosée) recueillent les gouttelettes de Rosée. Selon la légende, cette Rosée était très prisée par les alchimistes qui la récupéraient la nuit pour préparer leur Solvant universel. Plante modeste aux grandes vertus, on l'appelle aussi l'Epouse du Soleil ou le Manteau de Notre-Dame. L'Alchémille est comparée au col utérin qu'elle resserre. C'est «La» plante de la santé des femmes.

Historique: Cette plante croît dans des lieux herbeux et humides. Remède gynécologique, connue pour son action sur les troubles menstruels, elle est un régulateur du cycle féminin et un tonique veineux. L'Alchémille est la plante des accouchements sains, de la rapide cicatrisation après une naissance, de l'arrêt des hémorragies utérines. Précaution d'emploi: L'Alchémille est un stimulant utérin à éviter pendant la grossesse.

Mais, parfois, ça devient moins poétique, voir même de la sorcellerie pure! En effet, on trouve dans *Références Thérapeutiques de 214 Elixirs Spagiriques*[2] de Toni Ceron (Editions Col du Feu!): «l'Alchémille est le secret des Italiens pour rétrécir la nature des femmes et diminuer la grosseur des mamelles. Ils font recevoir la fumée de la décoction par la vulve, ce qui la resserre tellement qu'une femme peut alors passer pour une pucelle et mieux satisfaire ses amants.»

Dans le sud, il y a longtemps que ça se Corse!

– **Et moi! dit l'AGRIPAUME CARDIAQUE** (leonorus cardiaca). En teinture mère™, j'apaise, calme et suis un excellent tonique utérin. Je préviens donc l'hémorragie et rends supportable les tranchées chez les multipares.

– **Regardez-moi! dit l'ARNICA.** L'ARNICA d'un jaune foncé, que l'on rencontre lors de ballades en montagnes, macérée deux mois dans de l'alcool et exposée au soleil, ajoutée à votre bain, vous ôtera toutes courbatures.

L'ARNICA en homéopathie est couramment utilisée pendant les accouchements pour une meilleure récupération.

En teinture, elle est souveraine pour les traumatismes en tous genres tels que contusions, foulures, épanchements sanguins. En compresse: 1 c. à s. dans 1/4 L d'eau.

Vous avez des Soucis au jardin?

CALENDULA OFFICINALIS™ appelé communément «Souci» aux différentes couleurs de jaune, est un excellent désinfectant.

Utilisé sur les ombilics des nouveaunés, les cordons tombent entre 3 et 5 jours, ce qui est rarement le cas avec les produits pharmaceutiques habituels.

La poudre Wecesin (Weleda) contient du Calendula, de l'Arnica, ainsi que de l'Echinacea et du quartz 0,1 %. Son association avec le *Calendula*™ fait des merveilles pour la cicatrisation. *Calendula*™ soulage également aphtes, maux de gorges et débuts d'otites.

Dans un autre registre, l'élixir de *Calendula* aurait la propriété d'aider les gens au langage blessant. Ce n'est pas le dernier de nos soucis!

– **Et quoi encore?** Dit celle-ci: *ECHINACEA (echinacea augustifolia)*™, communément appelée antibiotique des herboristes, renforce l'immunité en cas d'atteinte virale, comme la grippe ou l'herpès, d'inflammations telles la mastite ou d'infections à staphylocoques.

Elle peut être administrée préventivement, toutefois sans dépasser la semaine, car elle finit par déprimer l'immunité, m'a-t-on dit.

Cette plante me rappelle que... *HAMAMELIS VIRGINALIS* ou écorce de noisetier des sorcières.

La teinture mère arrête rapidement les saignements grâce à son pouvoir hémostatique et à son action astringente, tout en ne fermant pas le col ou en ne ralentissant pas la délivrance du placenta.

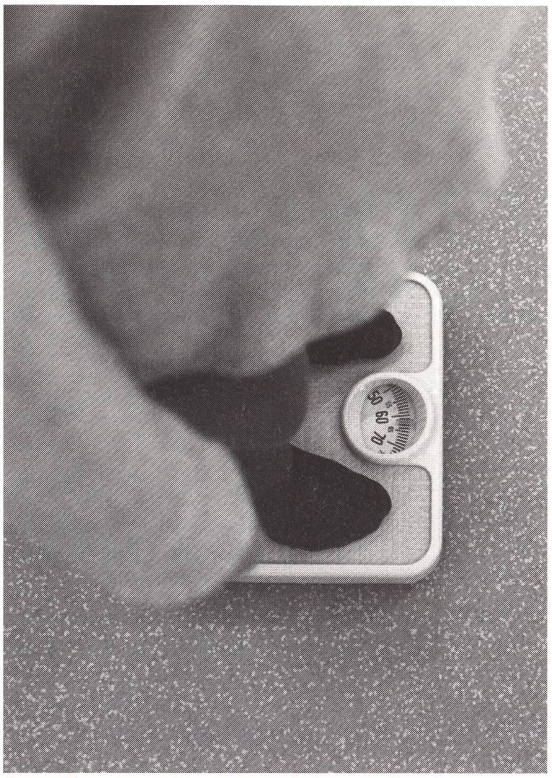
10 à 20 gouttes d'hamamélis à plusieurs reprises pour contrôler le saignement jusqu'à la délivrance se sont avérées très efficaces.

Remarquez! Depuis que j'ai compris la physiologie de l'accouchement que le Dr Michel Odent nous enseigne et rappelle inlassablement à travers le monde, depuis que j'ai expérimenté les règles simples et importantes à respecter chez une femme qui accouche, j'ai observé que le recours aux plantes n'était bien souvent plus nécessaire car l'hémorragie avait été évitée. Une de ses sages recommandations majeures nous invite à «ne pas perturber le cerveau d'une femme qui accouche avec des questions ou des paroles inutiles.»

Dès lors, même mes mains entraînées à faire les manœuvres étiopathiques ou ostéopathiques pour remédier, si nécessaire, à la fuite sanguine, ont pu se reposer un peu. Cette peur tant répandue chez les collègues, obstétriciens et femmes directement concernées par

[1] Antoine Isambert, Nouveau Langage des Fleurs à l'Usage des Amoureux, Paris, 2004, Editions Ulmer.

[2] Toni Ceron, Références Thérapeutiques de 214 Elixirs Spagiriques, Orcier, 2002 (2ème édtion), Editions Col du Feu.



Surveiller son poids, sans en faire une fixation, procure un sentiment du bien-être. Photo: Susanna Hufschmid

l'accouchement, pourrait être avantageusement et honnêtement enrayée pour le confort de chacun.

Qu'on se le dise, un travail d'équipe qui vaut toujours la peine:

CAULOPHYLLUM *(Caulophyllum thalkroides):* utéro-contractant.

Outre ses nombreuses autres applications, j'ai utilisé avec succès cette plante pour des déclenchements d'accouchements l'avant-veille de provocations programmées.

Lorsque le bébé tarde à venir, je m'en remets tout d'abord aux remèdes floraux du Dr Bach et conseille une formule personnalisée. Suivent ensuite manœuvres ethiopatiques, purge et compresses à l'huile de ricin. Dans le cas où le bébé se fait encore prier, j'administre le Caulophyllum™ le lendemain selon une procédure précise, qui dans neuf cas sur dix a permis d'éviter la provocation artificielle. Attention: ne pas utiliser le Caulophyllum en cas d'hypertension artérielle.

Et la Vie t'anime?

Mentionnée à dessein, la vitamine C naturelle n'est pas franchement une plante, mais elle est extraite de plantes ou de fruits; à dose suffisante pour qu'elle soit efficace, elle est encore méconnue dans le domaine de la prévention qui nous intéresse. Elle est thérapeutique, que ce soit chez le jeune enfant encombré dans sa sphère ORL, chez la femme enceinte pour alimenter ses réserves, chez la parturiente pour soutenir son travail, chez la femme qui allaite ou pour maintenir la passion d'une sage-femme fatiguée.

N'oublions pas cependant que sans intuition les sages-femmes sont privées d'un sens «essence-ciel» pour l'exercice de leur Art.

INTUITION vient de *intuiri* – voir de l'intérieur, c'est-à-dire être enseigné de l'intérieur. «Garde ton cœur (ou ton imagination) plus que tout autre chose, car de lui viennent les sources de la vie» (Proverbes 4, 23). L'intuition est le guide infaillible de l'homme (et de la femme!). Les troubles énergétiques se traduisent par des malaises ou des maux divers durant la grossesse, l'accouchement et à d'autres moments de l'existence. «Accoucher la conscience» permet de libérer ces troubles. Les plantes, pour en avoir cité certaines, n'ont pas la prétention de guérir, mais sont nos alliées et nous accompagnent sur ce chemin de libération et de compréhension vers une guérison globale: Cœur – Corps – Esprit. Une connaissance intellectuelle de «la Vérité» seule ne donne point de résultats suffisants et durables.

Et, rappelons-nous que le capital héréditaire avec lequel nous naissons est souvent altéré par une vie contre-nature aberrante; que ce soit par les rythmes de vie perturbés, les stress, l'inacceptation de soi-même et donc logiquement d'autrui, les pollutions de toutes sortes, visibles ou non, une alimentation souvent déséquilibrée, les intoxications médicamenteuses dues à des comportements excessifs. Bref! Rien ne remplace une bonne escalade en montagne pour affronter les vicissitudes de la vie courante.

Soyons vigilantes sur la provenance des plantes trouvées dans le commerce. Voici, en exemple, l'extrait du cahier des charges d'un groupement de producteurs de plantes aromatiques, alimentaires et médicinales[3]. Ils se trouvent dans la vallée du Jabron, dans les Hautes Alpes.

La Terre est considérée comme un partenaire vivant et non un outil de production, d'où:

- une gestion respectueuse du patrimoine naturel lors de la cueillette des plantes sauvages, qui se fait dans des sites protégés (zones de montagnes, loin des pollutions majeures ou des cultures conventionnelles), suffisamment de plantes sont laissées sur le site pour la reproduction des espèces.
- Pour la culture des plantes, le choix génétique [comprendre: sélection naturelle] favorise les espèces sauvages.
- la terre est travaillée de façon à préserver les micro-organismes.
- l'eau doit être de bonne qualité; pas de chlore, ni de nitrates solubles.
- toute utilisation de produits chimiques de synthèse est interdite, ainsi que l'usage d'outils motorisés un mois avant la récolte.
- les cueillettes des plantes, sauvages et cultivées, sont faites à la main.

La préparation et la transformation des plantes:

- Séchage, distillation, macération, stockage. Ces opérations sont menées de façon à conserver les qualités des plantes: manipulation douce, températures adaptées, aucun solvant ni produits chimiques.
- Les matériaux utilisés sont non-polluants. (ex. pas de bois traités, d'amiante, etc.) ◀

Bibliographie:

Le trefle de vie[4] de Susun Weed est le résultat de 20 ans de pratique et d'enseignement à l'écoute des plantes, dans la plus belle tradition des sages-femmes, et des herboristes. Cet héritage est une approche en soi, à côté de la médecine scientifique et holistique; Susun est une brillante porte-parole. Ce recueil de plantes médicinales au fil de la grossesse fait suite à MAMAMELIS, Manuel de Gynécologie[5] de Rina Nissim.

La ménopause[6] de Rina Nissim. Réflexions et alternatives aux hormones de remplacement. Ces trois ouvrages des Editions Mamamélis m'ont beaucoup apporté dans ma pratique de sage-femme indépendante et je ne peux que les recommander. Ainsi que les ouvrages qui ne cessent de se multiplier sur les élixirs floraux, sur la Phyto Spagyrie et bien d'autres incitations à découvrir de nouveaux chemins pour apaiser âmes et consciences en quête d'autres nourritures.

Et pour nos enfants? Qu'ils puissent eux aussi pénétrer dans le monde des plantes médicinales et s'éveiller naturellement et joyeusement, proposons-leur…

Le secret des moins: Jeu pour les enfants à partir de 7 ans pour découvrir les 25 plantes de l'herboristerie du monastère. Disponible chez Imagin'édition – BP 15 – F-68240 Fréland. Un jeu pour toute la famille, dynamique et convivial.

[3] S.I.M.P.L.E.S., Cahier des charges, Curel, France (produits disponibles en Suisse)

[4] Susun Weed, Genève, 2004 (2ème édition) Editions Mammamélis.

[5] Nina Rissim, Genève, 2003 (4ème édition), Editions Mammamélis.

[6] Nina Rissim, Genève, 2001 (2ème édition), Editions Mammamélis.