

# Docteur nature : les caractères de La Bruyère

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse**

Band (Jahr): **21 (1991)**

Heft 11

PDF erstellt am: **22.07.2024**

## **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.



# Les Caractères de La Bruyère

*Docteur  
Nature*

Paul Vincent

**D**ans son isolement d'automne, la forêt de chez nous a sa fleur fidèle de l'absence: la bruyère.

Elle est interprétée par le « langage des fleurs populaires » comme la « plante de la rêverie solitaire » et par les cartes postales des amoureux de la « Belle Epoque » avec cette inscription sentimentale: « Ne puis-je partager votre songeuse solitude? »

A l'orée des brumes, la bruyère est chargée des mystères d'amour. A la Toussaint, les grappes de fleurettes en minuscules cloches allongées sont passées des sols en friche granitiques à la terre grasse des cimetières. Plante d'éternité, la bruyère est aussi proche de la mort que de la vie.

Pas d'utilisation de bruyère en gastronomie – sauf pour le réconfort du fumeur après la chaleur communicative des banquets. Avec l'amour au « foyer »: la pipe en racine de bruyère.

En revanche, en médecine, ses sommités fleuries sont aussi apéritives que diurétiques, astringentes, pro-urinaires, anti-rhumatismale. En décoction: 30 g dans un litre d'eau à réduire au tiers, à passer et sucrer, pour un maximum de 4 tasses par jour.

Médicament des reins avec ses qualités diurétiques, la bruyère sait aussi se pencher sur l'albuminurie, la colibacillose, la goutte, la leucorrhée, l'insuffisance cardiaque. Mais elle est aussi précieuse pour la sauvegarde de la beauté.

Les taches de rousseur, en effet, fondent comme les dartres et les rougeurs: avec 100 g de fleurs de bruyère macérées 15 jours dans un demi-litre d'huile d'olive. Remuez le flacon épisodiquement pendant ces deux semaines, puis passer et employer le soir en massages légers. L'épiderme désenchanté de l'adulte perd sa poussière de son des taches de rousseur et finit par retrouver sa blancheur originelle.

Une bouillie de fleurs, collée en cataplasmes sur les articulations goutteuses, atténue la douleur – sans la faire disparaître.

Les guérisseurs de campagne ont encore recours à la bruyère pour apaiser les inflammations de la prostate, à défaut de réduire son hypertrophie.

*Illustrations de Lizzie Napoli*



Ils concoctent un mélange à poids égal – 20 g de bruyère, d'uvaursi et de thuya – ils les font bouillir 5 minutes dans un litre d'eau, puis infuser pendant une heure. Ils font boire cette tisane (chaude) 3 fois par jour: au réveil, au repas de midi, en se couchant. La prostate n'est pas guérie pour autant: elle préfère le traitement chirurgical. Mais elle est moins impérieuse.

Antiseptique urinaire de premier ordre avec l'arbutine, elle éclaircit les pipis troubles et dissipe leurs odeurs équivoques.

L'intérêt médical et esthétique de la bruyère finit par devenir culinaire: elle élimine rationnellement les résidus nocifs de l'organisme – de l'acide oxalique à l'urée, en passant par l'acide urique.

C'est donc Notre Dame du Salut pour les goinfres inconditionnels, apôtres, du moins militants des spécialités riches en azote et pour les ogres de la côte de bœuf.

En expulsant les produits de déchets de l'organisme aussi vite que les régimes de dictature chassent les contestataires, l'« Erica Vulgaris » de la famille des Ericacées purifie énergiquement le sang. Douce mais ferme: ce n'est pas sans raison qu'on exalte les « caractères » de la Bruyère. ■