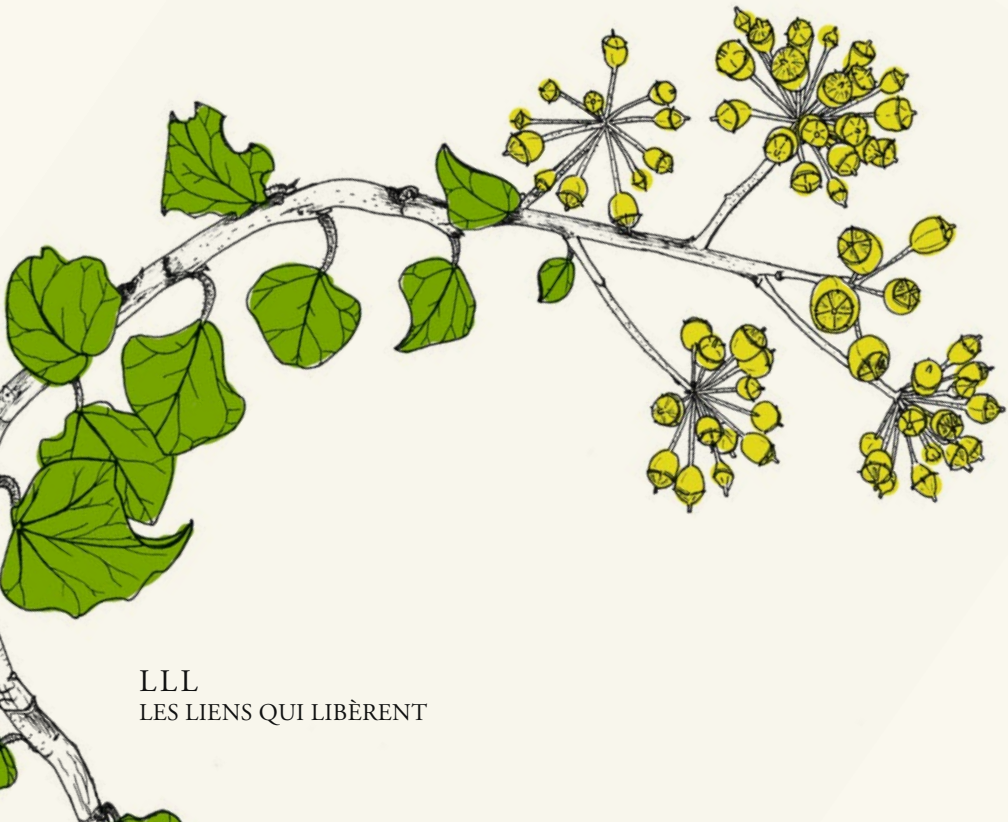
François Couplan

ÉMERVEILLEZ-VOUS !

Un voyage sensoriel au cœur du monde végétal



LLL
LES LIENS QUI LIBÈRENT

ÉMERVEILLEZ-VOUS !

François Couplan

Émerveillez-vous !

Un voyage sensoriel au cœur du monde végétal

Illustrations de Fanny Roussel

LLL LES LIENS QUI LIBÈRENT

Illustration de couverture : © Fanny Roussel
© Éditions Les Liens qui Libèrent, 2022
ISBN : 979-10-209-0940-4

For we are human only in contact, and conviviality, with what is not human.

Car nous ne sommes humains qu'en contact, et dans une relation conviviale, avec ce qui n'est pas humain.

David Abram, *The Spell of the Sensuous*,
Comment la Terre s'est tue[1]

1. David Abram, *The Spell of the Sensuous*, New-York, Vintage Books, 1996, traduit sous le titre *Comment la Terre s'est tue*, Paris, La Découverte, 2013.

À l'exploration du monde végétal

Vous avez maintenant écouté ce que les plantes avaient à vous dire [1], et je suis sûr qu'elles vous ont murmuré des secrets à l'oreille. Je souhaiterais maintenant vous proposer de découvrir tout ce qu'elles ont à vous offrir. Ce sera le sujet de plusieurs ouvrages car, vous vous en doutez, leurs cadeaux sont innombrables et touchent à tous les aspects de notre vie.

Pour commencer, j'ai pensé qu'il serait bon de vous proposer de vous inviter à développer votre propre relation avec les végétaux. C'est chose facile, je crois, et j'aimerais vous le démontrer dans les pages qui suivent. Mais comment un livre, qui manie des concepts, peut-il atteindre un but aussi concret ?

C'est tout simple : j'ai envie de vous donner envie de sortir de chez vous, où que vous viviez, et de vous inciter

1. François Couplan, *Ce que les plantes ont à nous dire*, Les Liens qui Libèrent, Paris, 2020.

à partir à la rencontre des plantes. Peut-être avez-vous un jardin ? Ou un bac sur votre balcon. Si vous habitez en ville, il y a certainement un parc pas loin de chez vous, et de toute façon, quelques plantes rebelles se sont fait leur place dans les fissures du bitume. Et quand vous partirez en vacances à la campagne, à la montagne ou à la mer, vous vous trouverez entourés de végétaux. Inconnus pour la plupart, ce n'est pas grave : prenez simplement conscience de leur existence.

Ensuite, c'est entre les plantes et vous que les choses se passeront, sans intermédiaire. Ce sont vos sens qui vous permettront de créer la relation : voir les plantes, ou plutôt les observer, ce qui est bien différent ; parfois les entendre et les écouter, ce qui peut demander de la créativité ; les toucher, source de grands et de petits plaisirs, mais aussi de sensations peu agréables… ; les sentir, ce qui peut se faire de différentes manières que vous découvrirez ici ; les goûter, bien sûr, car c'est une façon essentielle de se relier aux plantes, et les consommer[1] est un facteur puissant de réévaluation de son rapport au monde – de plaisir et de santé aussi – à la condition expresse, c'est essentiel, d'être certain de l'innocuité de la plante.

Et pour vous donner envie, je vais vous raconter des histoires, vous fournir des exemples, partager avec vous quelques-unes de mes aventures avec les végétaux. Vous pourrez alterner la lecture de ce livre avec les découvertes que vous ferez vous-mêmes sur le terrain. Vous allez voir : la vie au contact des plantes est passionnante !

1. Ce qui fera l'objet d'un prochain ouvrage.

L'éveil des sens grâce aux plantes

DE LA VILLE À LA MONTAGNE

Depuis ma venue sur terre, j'ai éprouvé le besoin de me relier. D'abord, je me reliai à ma mère. Pour autant que je m'en souvienne, c'était chose simple : je tétais, je me blottissais contre elle, j'étais câliné, je vivais dans un monde douillet et sécurisant dont j'aurais voulu ne pas sortir. Pourtant, il le fallait. Autour de moi, la grande ville se trémoussait, vibrait au rythme des moteurs, grouillait d'une vie trépidante à laquelle je m'habituai rapidement. Je me reliai alors aux choses : au phare giratoire de la tour Eiffel qui dardait toutes les deux minutes ses rayons jumeaux, à la nuit tombée, jusqu'au fond de notre appartement ; aux autobus et aux rames de métro dont le passage régulier faisait trembler les murs et m'appelait à un voyage mystérieux dans les profondeurs de la capitale ; à l'ascenseur de notre immeuble dont les portes grinçaient ; au baromètre-enregistreur à encre violette

qui trônait sur la cheminée de notre salon… Je m'émerveillais en contemplant les devantures illuminées des galeries Lafayette aux abords de Noël, où chaque vitrine animée était un monde dans lequel s'engouffraient mes désirs exploratoires. Tout ce qui bougeait me fascinait. Les animaux sauvages urbains n'étaient guère représentés que par les pigeons, mais j'avais la chance de pouvoir régulièrement prospecter les quinze hectares du zoo de Vincennes que dirigeait alors l'un de mes oncles et d'en découvrir avec délectation les coulisses. J'étais captivé par les pitreries des singes, envoûté par les feulements, les rugissements – et l'odeur – des fauves, séduit par le ballet des otaries, impressionné par l'immense cou des girafes, effrayé par les autruches, immenses poulets au cou plumé qui s'approchaient trop des grilles à mon gré, fasciné par le jeune okapi né au jardin zoologique, que l'on me présentait comme rarissime [1].

Me relier à mes semblables s'avérait moins aisé. Je n'avais pas beaucoup d'amis de mon âge et me battais volontiers avec les enfants qui m'approchaient, car ils avaient tendance à se moquer de ma petite taille et de ma difficulté à quitter le giron de ma mère – ce qui n'avait bien sûr pour effet que d'aggraver le cercle vicieux. Surtout, le monde des adultes me paraissait insupportable avec ses manigances, son hypocrisie et ses obligations à se comporter selon des règles absurdes. Leur comportement m'enrageait – à sept ans, je me battais

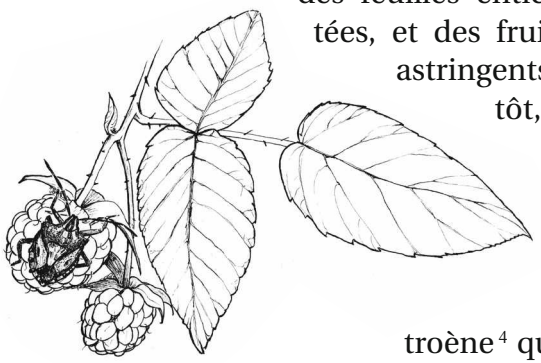
1. L'acclimatation de ce cousin de la girafe, menacé de disparition dans son habitat naturel, a été difficile. La première naissance viable eut lieu le 6 juin 1957 – j'avais sept ans – au zoo de Vincennes. Par la suite, 36 petits y naquirent jusqu'en 1995. Il peut vivre trente ans en captivité, contre vingt à l'état sauvage.

avec mon grand-père ! Je ne voulais pas grandir et j'ai assez bien réussi en ce sens… – et je refusais de voir le monde tel qu'il était, au point d'avoir développé à cinq ans une forte myopie doublée d'un astigmatisme carabiné qui m'ont depuis lors obligé à porter des lunettes. L'école tenta de m'extirper au forceps de mon cocon, avec un succès très relatif. Seule la géographie m'intéressait et je couvrais les murs de ma chambre des cartes du monde que je dessinais, en couleur. À peine rentré de mon bagne quotidien, je me plongeais dans la lecture de livres d'aventure : Bob Morane me fit voyager à travers la planète bien avant que je puisse concrétiser mes rêves.

La relation la plus facile, je la vivais avec la nature, ou plus exactement avec les plantes, car si la nature est au pire un concept ou au mieux une émotion, les plantes sont des êtres concrets qu'il est facile d'approcher dans les dimensions palpables de notre monde incarné. Cela commença sans doute – ce sont de bien lointains souvenirs… – par les camomilles[1] de l'esplanade des Invalides, ces petites matricaires allègrement piétinées et qui pourtant dégagent un parfum d'ananas enchanteur, tristement méconnues de la plupart de mes congénères. L'aventure continua dans le jardin de la maison de campagne que mes parents avaient achetée au sud de Paris lorsque j'avais deux ans. Il était alors mon univers. Tout en longueur, il n'était séparé de celui de notre voisin, un vieux monsieur qui nous adorait, ma sœur et moi, que par une haie basse, soigneusement taillée, composée d'essences variées. J'appris à y distinguer

1. *Matricaria discoidea*, Astéracées.

l'aubépine[1] du prunellier[2]. Ces deux arbrisseaux à la superbe floraison printanière sont munis d'épines acérées, mais l'aubépine porte des feuilles profondément incisées et des fruits rouges, tandis que le prunellier a des feuilles entières, juste un peu dentées, et des fruits bleus – terriblement astringents lorsqu'on y mord trop tôt, seules les gelées parviennent un peu à les adoucir. Je savais discerner le charme[3] aux feuilles finement dentées et le troène[4] qui les a lisses. Ce dernier porte en saison d'accortes panicules de fleurs doucement parfumées, puis des boules noires dont la pulpe couleur lie-de-vin peut servir à dessiner au pochoir – ma sœur et moi nous y amusions. Au pied de cette haie changeante se nichaient des primevères[5] d'origine horticole aux couleurs mêlées, jaunes et blanches, roses et violacées, délicates compositions printanières corsetées de feuilles gaufrées. Les accompagnaient de timides violettes odorantes[6] qui me transportaient d'aise lorsque j'allais fourrer mon nez



Rubus idaeus et punaise

1. *Crataegus monogyna*, Rosacées.
2. *Prunus spinosa*, Rosacées.
3. *Carpinus betulus*, Bétulacées.
4. *Ligustrum vulgare*, Oléacées.
5. *Primula* spp. (spp. est l'abréviation de species plurima. Elle signifie que l'on désigne plusieurs espèces à l'intérieur du genre considéré), Primulacées.
6. *Viola odorata*, Violacées.

dans leurs touffes serrées pour en humer la fragrance enchanteresse.

Mes premières leçons de botanique me furent prodiguées au fil des saisons par ma mère. Au printemps, les talus se paraient des fleurs jaunes des pissenlits[1], du moins de ceux que nous n'avions pas ramassés pour en préparer des salades croquantes, car je commençai très tôt à déguster les plantes. Nous cueillions au creux des bois des gerbes de narcisses[2] odorants pour en parfumer la maison. L'été, les champs s'ornaient de quelques bleuets[3] – mais ils disparaîtraient bientôt, car le progrès était en marche. Avec les camomilles[4], les marguerites[5] et les coquelicots[6], nous formions à l'occasion de patriotiques bouquets. C'est à peine si je m'apercevais que notre village beauceron était entouré à perte de vue de champs de blé, de betterave et de maïs. Les haies avaient été arrachées, seuls quelques rares bosquets soulignaient les bords de l'unique vallée qui rompait la monotonie de la plaine sans fin. D'innombrables lignes à haute tension, soutenues par des pylônes colossaux, régnaient sur le paysage. La Beauce dans les années cinquante était le comble du modernisme, mais je ne faisais preuve, à l'époque, de nul esprit critique envers mon environnement. J'y étais parfaitement heureux.

Derrière notre jardin s'étendait le parc du « château », l'ancienne maison du directeur de l'usine de chaussures

1. *Taraxacum officinale*, Astéracées.
2. *Narcissus poeticus*, Amaryllidacées.
3. *Cyanus segetum*, Astéracées.
4. *Matricaria chamomilla*, Astéracées.
5. *Leucanthemum vulgare*, Astéracées.
6. *Papaver rhoeas*, Papavéracées.



Hedera helix

en faillite depuis la fin de la guerre. Personne ne l'habitait et ce qui fut sans nul doute un espace parfaitement entretenu était totalement tombé à l'abandon et devenu une sylve sauvage. Les broussailles s'y enchevêtraient à qui mieux mieux, un lierre[1] épais tapissait le sol et certainement les esprits de la forêt le hantaient… En tout cas des bruits étranges sortaient de la pénombre qui l'emplissait même en plein jour et me faisait trembler d'un effroi teinté de plaisir. Des froissements de feuilles, parfois un choc sourd, des battements d'ailes là-haut dans les ramures, un petit cri vite étouffé… Je ne savais pas encore déchiffrer la nature, mais je décelais l'existence de tout un petit peuple animal qui trouvait refuge dans la végétation touffue. Ma mère permettait à l'enfant ignorant que j'étais de mettre des noms sur ces mystérieuses créatures. J'apprenais à identifier le cri troublant de la chouette hulotte qui transperçait la nuit, le roucoulement langoureux des tourterelles au petit matin, le pépiement des

1. *Hedera helix*, Araliacées.

mésanges bleues et le chant trillé du troglodyte, l'un des plus petits oiseaux, adorable avec sa queue retroussée. Grâce à tous ces arbres, l'avifaune était particulièrement diversifiée. Je surprenais parfois aussi deux écureuils roux, qui venaient sans crainte, sous mes yeux émerveillés, s'emplir la panse des noix de notre noyer. Mais encore et toujours, c'est avec les végétaux que je passais le plus de temps. Un grand noisetier [1], que notre voisin nommait « coudrier », me prêtait ses branches flexibles pour jouer à Tarzan et confectionner mes arcs d'Indien ; les boules de polystyrène de la symphorine [2] m'offraient des bouchons immaculés pour mes pêches imaginaires dans un bac empli d'eau ; une énorme touffe de thym [3] me faisait rêver d'un Midi que je ne connaissais encore que par la diffusion sur les ondes des romans de Pagnol ; un if [4] gigantesque m'abritait de la pluie lorsque l'orage éclatait. Ma mère m'avait fait promettre de bien me laver les mains après avoir touché son feuillage et elle m'apprenait aussi que le feuillage vernissé du laurier-cerise [5], qui sent si bon lorsqu'on le froisse, recelait un redoutable poison…

C'est dans les Alpes que ma relation aux plantes allait prendre de l'ampleur. Tous les ans, entre ma seconde et ma quinzième année, nos vacances eurent pour cadre le village d'Arêches dans le Beaufortain, en Savoie. Un décor admirable de montagnes embrassant de larges vallées, de prairies alpestres couvertes de fleurs, où gazouillaient des ruisseaux aux eaux limpides, des lacs

1. *Corylus avellana*, Bétulacées.
2. *Symphoricarpos albus*, Caprifoliacées.
3. *Thymus vulgaris*, Lamiacées.
4. *Taxus baccata*, Taxacées.
5. *Prunus laurocerasus*, Rosacées.

d'altitude qui reflétaient le bleu du ciel, à peine ridés par une douce brise d'été. Les chalets bistres sentaient le bois résineux et le foin fraîchement coupé. Les vaches brunes aux cornes grises faisaient tinter leurs sonnailles sans relâche et venaient lécher de leur langue râpeuse ma main qui leur tendait des bouquets d'herbe tendre. Résolument bucolique et totalement sensoriel ! Je me revois comme si c'était hier, bambin encore vêtu d'une barboteuse en coton à carreaux, mais les pieds déjà chaussés de lourds souliers de cuir. Quel bonheur de gambader sur les sentiers caillouteux qui descendaient vers la rivière… Mais que la pente du retour était donc raide ! J'apprenais à régler mon pas sur la pente, mon souffle sur mon pas. Nous portions, ma sœur et moi, un sac à dos miniature de grosse toile, avec des coussinets que ma mère avait rajoutés aux bretelles pour épargner nos épaules d'enfants. Si la montée s'avérait trop longue et le fardeau trop lourd, je me chantais *in petto* des chansons et le temps passait ainsi plus agréablement.

Souvent, nous nous rendions au bord de l'Argentine. Je pouvais dire les yeux fermés quand nous y parvenions : le grondement du torrent et la fraîcheur qui tranchait plaisamment sur la fournaise de l'été trahissaient sa présence, mais surtout, l'odeur douceâtre des pétasites [1] imprégnait l'air jusqu'à en devenir oppressante. C'est une senteur ambiguë : un demi-siècle plus tard, il m'est toujours difficile de dire si ces relents de jungle humide me plaisent ou me révulsent. Les pétasites ont des feuilles énormes, surnommées « chapeaux du diable », dont nous nous faisions, ma sœur et moi, d'efficaces couvre-chefs

1. *Petasites hybridus*, Astéracées.

pour nous protéger le crâne de la pluie. Ce sont des plantes bien curieuses, qui donnent au printemps de grosses grappes de fleurs roses, dressées, sortant directement du sol. Ce n'est qu'après avoir produit leurs boules duveteuses semblables à une multitude de pissenlits miniatures, qu'apparaissent les feuilles. Timides d'abord, elles s'enhardissent rapidement et atteignent une taille imposante, parfois de plus d'un mètre de haut et de la moitié de large. Leur masse couvre les rives des torrents d'une véritable forêt vierge où peuvent aller se perdre les jeunes explorateurs.

Nous récoltions sur les rochers les feuilles rondouillardes des sédums qui nous évoquaient des régimes de bananes juteuses et formaient, avec les « artichauts » miniatures des joubarbes [1], l'essentiel du fonds de notre commerce de fruits et légumes. Ces plantes appartiennent toutes deux à la famille des Crassulacées, du latin *crassus*, épais : il s'agit de plantes grasses. Les sédums ont des feuilles allongées, en forme de cylindre et des fleurs blanches ou jaunes ; les joubarbes des feuilles aplaties, densément imbriquées les unes dans les autres, et des fleurs d'un rose vif. La plupart des espèces poussent sur les rochers ou sur les murs. On plantait jadis en France de la joubarbe sur les toits des maisons pour les protéger de la foudre – elle est dédiée au dieu du tonnerre, comme l'implique son nom, dérivé du latin *Jovis barba*, barbe de Jupiter. J'ai encore vu récemment cette pratique sur des habitations en Serbie.

La cueillette était fréquemment le but de nos promenades. Alors se révélait le mystère du monde. En entrant

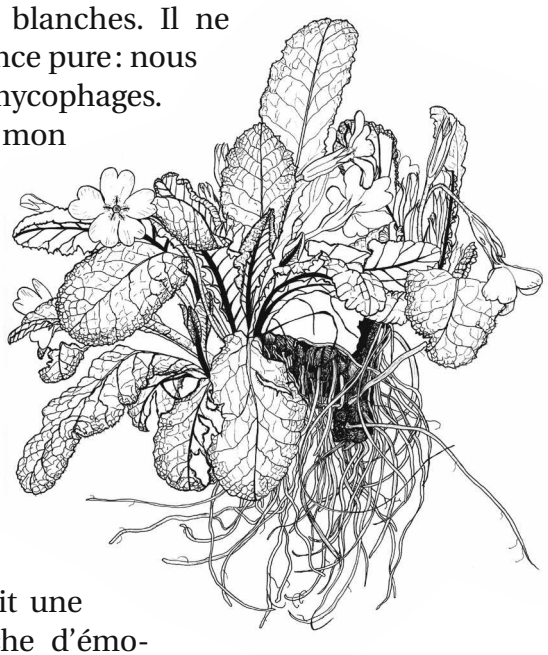
1. *Sempervivum* spp., Crassulacées.

dans le sous-bois, rien ne laissait deviner les prodiges qu'il cachait. Mais je les détectais. L'enfant que j'étais, comme Alice de l'autre côté du miroir, discernait mille détails remplis de vie, ignorés des adultes. Parmi les festons de la mousse gambadaient de minuscules coléoptères ; une myriade de moucherons dansaient dans les rayons de soleil qui perçaient le feuillage épais, leurs ailes brillant comme des diamants ; les lichens bleutés pendant aux branches dégageaient un parfum sensuel qui chauffait mon cœur ; un filet d'eau glougloutant modestement sur quelques cailloux devenait aussitôt un torrent impétueux aux rapides grondants. Je me souviens encore des émotions intenses qui m'assaillaient lorsque, à l'ombre des épicéas, je découvrais au creux de la mousse les boutons orangés des girolles [1] fleurant l'abricot. Il fallait savoir distinguer dans l'épais tapis d'aiguilles le léger renflement qui signalait la présence d'un champignon naissant, et faire rapidement le tour des troncs pour surprendre ceux qui n'avaient pas eu le temps de se cacher…

La persévérance est nécessaire pour apprendre à identifier ces nombreux fruits de la terre. Le chapeau des bolets [2] s'agrémente de tubes et non de lamelles. Les lactaires arborent un profond entonnoir, un pied robuste et leur chair casse comme de la craie, laissant couler un lait orange vif chez le lactaire délicieux [3], rouge brique chez son cousin le sanguin [4], bien plus goûteux. Le nom inquiétant des trompettes de la mort [5],

1. *Cantharellus cibarius*, Cantharellacées.
2. *Boletus* spp., *Suillus* spp., Bolétacées.
3. *Lactarius deliciosus*, Russulacées.
4. *L. sanguifluus*.
5. *Craterellus cornucopioides*, Cantharellacées.

noires parentes des chanterelles, ne doit pas empêcher de consommer cet excellent champignon. Les célèbres rosés des prés[1] se reconnaissent facilement à leurs lamelles roses qui deviennent d'un joli brun chocolat, ce qui permet de les différencier aisément des amanites[2] aux lamelles blanches. Il ne s'agissait pas que de science pure : nous étions avant tout des mycophages. J'allais fièrement porter mon butin dans le panier de ma mère, où chaque espèce était soigneusement triée afin d'éviter de possibles – et potentiellement dangereuses – confusions. De retour à l'hôtel, nous confiions le produit de notre récolte à Jean-Claude, le cuisinier, qui nous préparait une omelette baveuse et riche d'émotions gustatives. Autant que du plat succulent, je crois que nous nous délections aussi des regards envieux, parfois teintés d'inquiétude, des autres clients qui n'osaient pas jouir, comme nous, des prodigalités de la nature.



Primula vulgaris

Il y avait des cueillettes moins sujettes à controverse et plus immédiatement délectables. Ainsi en était-il des

1. *Agaricus campestris*, Agaricacées.
2. *Amanita* spp., Amanitacées.

framboises[1], myrtilles[2] et fraises des bois[3]. Les framboisiers sauvages poussent au bord des chemins, dans les clairières, sur les éboulis : ils aiment le soleil, qui gorge leurs fruits de velours pourpre d'un jus parfumé et sucré. Nous partions donc certains après-midi propices, nos seaux à la main, visiter nos coins à framboises. Les coquines tentaient bien de se dissimuler sous leurs feuilles au revers blanchâtre, mais elles n'avaient aucune chance avec nous : nos doigts agiles les saisissaient et les répartissaient de façon ordonnée – deux dans la bouche, une dans le seau. C'était une fête ! Nous ne cessions que repus, le museau barbouillé et les seaux presque remplis. Puis nous rentrions plus lentement que nous n'étions venus, l'estomac lourd, mais l'esprit heureux, savourant la béatitude d'une journée passée dans les bois. À l'hôtel, notre cuisinier attitré nous préparait une tarte à la framboise, sur un lit de crème pâtissière, dont cette fois profitaient également les familles amies.

Certaines framboises présentaient un goût particulier, fortement musqué. Je les aimais tout spécialement et me sentais transporté d'aise lorsque, par hasard, l'une d'elles me tombait sous la dent. Bien plus tard, en découvrant les feuilles de coriandre[4] au Mexique, je m'aperçus que cet arôme si plaisant provenait en fait des sécrétions d'une punaise qui s'était posée sur le fruit… La coriandre possède très précisément la même saveur, d'où son nom, tiré du grec *koris*, qui désigne l'insecte en question. Nos goûts et dégoûts sont affaire de culture : si j'avais su

1. *Rubus idaeus*, Rosacées.
2. *Vaccinium myrtillus*, Éricacées.
3. *Fragaria vesca*, Rosacées.
4. *Coriandrum sativum*, Apiacées.

qu'une punaise avait transmis son fumet à ma framboise, sans doute l'aurais-je recrachée avec répugnance. Mais, aujourd'hui, malgré la connaissance que j'ai de l'origine de leur goût particulier, je continue de les apprécier.

Parmi nos autres cueillettes, les myrtilles tenaient une place prépondérante. Le tout était d'arriver avant que les récolteurs professionnels ne soient déjà passés avec leur « peigne », dont la fonction m'intriguait : pourquoi abîmer la plante et se priver du plaisir de sentir entre ses doigts les petites billes bleues, dosant sa force pour les détacher de leur support sans les réduire en bouillie ? Je n'avais pas le sens du commerce ni du stakhanovisme. Quant à la chasse aux fraises des bois, il n'était pas question de rentabilité, mais de pure volupté. Il est indispensable que la fraise soit à point, d'un beau rouge foncé : laissez mûrir encore les pâlichonnes qui ne vous feraient présent que d'une fadeur acide. La nature était tellement généreuse qu'il nous arrivait d'en récolter de quoi préparer plusieurs bocaux de confitures après nous être gavés des succulents rubis sylvestres. Cela ne m'est plus arrivé depuis bien longtemps…

Il nous arrivait de partir pour la journée, munis du pique-nique fourni par l'hôtel. Nous montions le long d'étroits sentiers, à travers les prés fleuris. L'herbe drue balayait nos mollets tandis que les plus hautes plantes nous caressaient les bras. Nous apprenions à distinguer au passage la berce [1] aux tiges élevées, velue comme un ours, et les salsifis [2] aux jaunes capitules, sortes de grands pissenlits montés sur tige : ils renferment eux aussi un

1. *Heracleum sphondylium*, Apiacées.
2. *Tragopogon pratensis*, Astéracées.

latex blanc, mais sucré au lieu d'être amer, et leurs jeunes boutons floraux se croquent tels quels avec délices. Nous effeuillions en chemin la marguerite[1] et picorions les fleurs pleines de nectar du trèfle rouge[2], réunies en pompons gracieux dont la couleur marquée tranchait sur les verts chamarrés de la prairie. Le rhinanthe crête-de-coq[3] nous amusait de ses fleurs comiques, recourbées, jaune vif avec une petite corne bleue, qui ressemblent au museau d'un animal – son nom vient du grec *rhinos*, nez, et *anthos*, fleur – avec des feuilles dentées comme la crête du roi de la basse-cour, en vert. Ma mère nous expliquait la flore au cours d'arrêts que nous faisions durer à dessein. Son royaume était dans les alpages. Elle avait, du temps de ses courses en célibataire, réalisé un herbier montagnard et, sans se montrer une spécialiste de la botanique, elle possédait une connaissance plus qu'honorable de ce qui poussait là-haut, amplement suffisante pour les débutants que nous étions.

Les pelouses alpines dépassent en beauté tout ce qui existe plus bas. Les plantes y sont certes plus petites, car elles doivent se blottir au ras du sol pour résister aux gels extrêmes de l'hiver, mais les couleurs de leurs pétales sont plus lumineuses qu'en plaine. Il n'est pas rare de voir de minuscules végétaux munis de fleurs énormes pour leur taille, comme l'incroyable gentiane acaule[4] dont la gigantesque corolle indigo surmonte des feuilles minuscules : il faut à tout prix attirer les insectes et profiter du bref été montagnard pour assurer sa descendance.

1. *Leucanthemum vulgare*, Astéracées.
2. *Trifolium pratense*, Fabacées.
3. *Rhinanthus alectorolophus*, Orobanchacées.
4. *Gentiana acaulis*, Gentianacées.

Les alpages sont une symphonie de couleurs à nulle autre pareille. La quantité de plantes différentes au mètre carré, les taches bigarrées des fleurs, les formes inattendues des divers éléments du monde végétal harmonieusement intégré au minéral, tout s'unit pour composer un tableau qu'un peintre serait en peine d'imaginer. Comment ne pas s'émerveiller devant les gracieuses linaigrettes [1] aux doux pompons cotonneux, ne pas s'exclamer à la vue des tendres gentianes printanières [2], d'un bleu si vif qu'un homme n'aurait jamais pu le créer ? J'admirais songeur les rhododendrons [3], dont les fleurs hésitent entre le rose et le rouge et dont le revers des feuilles est couvert de rouille végétale. Et lorsqu'enfin nous découvrions un bouquet d'edelweiss [4], mon cœur bondissait d'une joie intense. Les « fleurs » de la plante mythique des montagnards sont en fait composées de capitules eux-mêmes formés de capitules plus petits, le tout entouré de feuilles modifiées, densément velues et blanchâtres, qui ont pris l'aspect de pétales – c'est un parfait trompe-l'œil…

Nous pique-niquions souvent auprès d'un torrent ou sur le bord d'un lac de montagne, turquoise sertie dans le jade des alpages. Chaque randonnée apportait son lot de nouveautés superbes, au-delà de la simple découverte des plantes. C'était aussi un sentiment de liberté, un bien-être dû à l'espace, une perception esthétique de la perfection du paysage. Déjà tout jeune, ma gorge se serrait d'émotion devant les beautés de la nature lorsque,

1. *Eriophorum* spp., Cypéracées.
2. *Gentiana verna*, Gentianacées.
3. *Rhododendron ferrugineum*, Éricacées.
4. *Leontopodium alpinum*, Astéracées.

du haut d'un tertre herbeux, je contemplais ce qui était pour moi l'infini.

LES PLANTES PAR TOUS LES SENS

Le jardin de mes parents, les prairies et forêts des Alpes, et même les pelouses parisiennes composaient un monde magique où mes sens s'éveillaient. Seule la petite enfance est à même de saisir spontanément l'essence de cet univers. Après il est trop tard, l'enfant a appris à mettre des limites à sa pensée et cesse progressivement de percevoir ce que l'adulte ne voit pas. Il ne serait cependant pas question de rencontrer des elfes et des lutins aux chapeaux pointus venus nous susurrer des confidences métaphysiques et nous révéler le sens de la vie. La réalité est beaucoup plus simple, mais tout aussi merveilleuse – et finalement accessible à tous ceux qui sont capables de retrouver leur âme d'enfant.

Les plantes peuvent nous permettre de découvrir la plénitude du monde des sens. D'abord la vue : quel plaisir d'observer le bleu délicat, tellement tendre, d'une fleur de myosotis [1], le vermillon éclatant du lis pompon [2] ou le jaune luisant des renoncules [3]. En en plaçant une fleur sous le menton de ma sœur, je pouvais lui affirmer, par la présence d'un reflet doré, qu'elle aimait le beurre – pas étonnant avec une grand-mère bretonne qui ne venait jamais nous voir sans une énorme motte de beurre salé.

1. *Myosotis* sp., Boraginacées.
2. *Lilium pomponium*, Liliacées.
3. *Ranunculus* spp., Renonculacées.

L'ouïe intervient plus rarement dans le domaine des plantes, mais l'on peut s'amuser à écouter le crépitement des fruits de l'euphorbe épurge [1] qui explosent violemment pour disséminer leurs graines, se délecter du murmure du vent qui glisse comme une main caressante sur les aiguilles des pins. Son chant me ramène dans notre jardin, où notre voisin, Monsieur Villette – nous l'appelions Monsieur Violette – avait planté un pin sylvestre [2] et un pin noir [3] pour ma sœur et pour moi.

Si chacun connaît le velouté exquis d'un pétale de rose, bien peu ont eu la chance de toucher l'amadou. L'amadouvier [4] est un champignon ligneux [5] et lignicole [6] qui pousse sur les troncs des hêtres. Il est composé de fibres particulières et lorsqu'on le découpe en tranches minces, il se passe entre les doigts un phénomène extraordinaire : un tout petit morceau d'amadou s'étale dans tous les sens en devenant souple et doux comme du daim – et même davantage. Il s'amincit, s'étale, grandit de façon inconcevable. Quelle voluptueuse sensation ! L'amadou est plus doux qu'une peau de bébé, le dérouler est plus sensuel que d'effleurer une femme. À l'époque de mon enfance, je me contentais de sentir la caresse de l'herbe sous mes pieds nus. Je frôlais de mes mains la rude écorce du noyer [7] avant de tenter maladroitement d'y grimper… et de m'y râper avec douleur bras

1. *Euphorbia lathyris*, Euphorbiacées.
2. *Pinus sylvestris*, Pinacées.
3. *P. nigra*.
4. *Fomes fomentarius*, Polyporacées.
5. Qui a la nature du bois.
6. Qui pousse sur le bois.
7. *Juglans nigra*, Juglandacées.

et jambes. Je caressais avec délice la mousse bouclée comme une toison d'agneau qui profitait de l'ombre de la haie pour s'épandre au sein du gazon.

L'odorat permet de découvrir tout un univers d'émotions. J'aimais que notre voisin fauche l'herbe de son jardin pour engranger le foin qui plus tard nourrirait ses lapins. Le soir venu, la verdure coupée répandait dans la tiédeur montant du sol des effluves entêtants que je respirais à pleins poumons. Je restais là, longuement, la fenêtre ouverte, à puiser des forces qui nourrissaient ma jeune âme. Enfant déjà, j'aimais aussi les senteurs de la pluie. J'attendais avec impatience, après une lourde journée où l'air avait été trop calme, de voir le ciel s'assombrir et les gouttes pesantes se mettre à tomber. En même temps que s'intensifiait le crépitement de l'averse, la terre et les plantes exhalaient un parfum suave et puissant comme de l'ambre – j'appris plus tard que l'on parle de « pétrichor », un liquide huileux sécrété par certains végétaux qui se combine avec la géosmine produite par les bactéries pour donner l'« odeur de terre mouillée » qui me ravissait. La lumière prenait alors des teintes violettes et souvent de pâles éclairs zébraient le ciel. La joie qui emplissait mon cœur irradiait dans tout mon être.

D'autres odeurs plus sereines s'exprimaient encore. En sortant dans le jardin, je manquais rarement de froisser une tige de menthe puis de porter à mes narines mes doigts embaumés. Quelle fraîcheur ! Les roses opulentes à l'inverse m'enivraient de leurs parfums capiteux, denses mais subtils pour les rouges, tendres et acidulés pour les jaunes. J'aimerais retrouver les noms des variétés que cultivaient mes parents : les roses actuelles sont

bien fades… Ah, l'étonnante odeur du gros buis[1] taillé en boule, qui constituait une cachette idéale pour les cadeaux que nous apportaient à Pâques les cloches revenant de Rome ! Les fleurs de buis ne se voient guère : elles sont verdâtres et minuscules, mais le nez les perçoit aisément car il en émane un délectable fumet de caramel qui évoque de façon saisissante la boutique d'un confiseur. Il n'est guère comparable qu'à l'arôme de gaufrettes à la vanille fruitée sortant tout juste du four qu'émettent intensément les énormes capitules de la carline à feuilles d'acanthe[2], parures des pelouses sèches sur les montagnes du Midi.

Le goût est le prince des sens car il combine tous les autres. Pour bien savourer, il faut d'abord voir et l'on goûte mieux ce qui est beau. La règle connaît quelques exceptions, telles la nèfle et la corme blettes, d'un brun inquiétant et pourtant crémeuses, sucrées et aromatiques à souhait. Jadis, on plantait couramment les néfliers[3] et les cormiers[4] dans les haies, pour la beauté de leur feuillage : de grandes feuilles un peu cuivrées pour le premier, élégamment découpées en multiples folioles pour le second. Comptaient également la dureté de leur bois et l'agrément de leurs fruits, appréciés tels quels, en compote, en confiture ou en vin. Aujourd'hui, les nèfles et les cormes sont oubliées, sauf de quelques amateurs, car les haies ont pour la plupart disparu et les fruits blets paraissent peu appétissants : on pense qu'ils sont abîmés, voire pourris, alors qu'il s'agit en fait d'une

1. *Buxus sempervirens*, Buxacées.
2. *Carlina acanthifolia*, Astéracées.
3. *Crataegus germanica*, Rosacées.
4. *Sorbus domestica*, Rosacées.

surmaturation qui permet de transformer des raves[1] immangeables, amères et terriblement astringentes, en délices végétaux dignes des Tropiques de légende. Nous en reparlerons.

Le goût lui-même n'est composé que des saveurs sucrée, salée, acide, amère et umami. L'astringent et le piquant, sensations physiques, les complètent. De même faut-il prendre en compte la texture des aliments, qui peut être croquante, molle, élastique, fibreuse ou fondante… En parlant de « goût », d'une façon habituelle, l'odorat se trouve inclus, ou plutôt la rétro-olfaction, sans laquelle un mets ne peut être apprécié. Goût et odeurs sont intimement liés : cruel supplice, il est impossible d'apprécier un aliment lorsqu'on est enrhumé avec le nez totalement bouché… Même l'ouïe peut s'y intégrer. Que l'on songe à la salivation provoquée par le bruit croustillant d'une pâte feuilletée bien cuite ou la peau du canard laqué pékinois. Et pourrait-on croquer une carotte sans un grignotement de lapin ?

Le contexte importe aussi. Jamais les cerises ne sont meilleures que sur leur arbre – au point que je m'en levais la nuit pour aller voler celles du voisin[2]… Les fraises que je savourais dans notre jardin familial étaient tellement plus appréciables que celles que ma mère achetait dans de petites barquettes de bois. Nous avions aussi quelques plants de fraises blanches étonnantes par leur couleur, certes, mais aussi par leur saveur extrêmement douce et parfumée. J'arrachais les carottes dans le potager et les

1. Le terme peut désigner plusieurs légumes-racines, en particulier le chou-navet, *Brassica napus*, Brassicacées.

2. Il y a prescription !

rongeais, à peine passées sous l'eau. Chaque jour, *incognito*, je grappillais quelques jeunes gousses de pois dont les tendres graines vertes, juteuses et sucrées éclataient entre mes dents. L'éducation de mes papilles a commencé très tôt. Que ce soit à la campagne où nous savourions les légumes du potager, ou à la ville dont le marché bi-hebdomadaire nous approvisionnait, le mot d'ordre était fraîcheur, qualité et diversité. Ma mère passait quotidiennement des heures entières à nous mitonner des petits plats élaborés, qu'elle se targuait de varier chaque jour. Il ne pouvait être question de conserves ou de plats préparés, indignes d'une épouse et mère attentive telle qu'on la concevait alors. Et les salades de pissenlit aux lardons, les cèpes revenus à l'huile d'olive et à l'ail, les confitures de framboises et la liqueur de tanaisie faisaient entrer le sauvage dans nos menus… De là est née mon appréciation du monde.

Voici ce que je souhaite partager avec vous ici : quelques rencontres végétales que j'ai pu faire au cours de ma longue exploration de l'univers de ces êtres vivants, tellement différents de nous et pourtant, généralement, si faciles à approcher. Je vous affirmais plus haut que seuls les enfants sont capables de le faire spontanément. Certes, mais cette approche reste possible à tout âge – comme il devient plus difficile d'apprendre une nouvelle langue après l'âge de huit ans [1], mais reste toujours possible pour qui s'y emploie avec diligence. Elle demande toutefois du désir, du temps et du travail – et de la méthode. J'espère, au fil de ces pages, aiguillonner

1. James J. Asher et Ramiro García, « The Optimal Age to Learn a Foreign Language », *The Modern Language Journal*, 1969.

votre envie de découvrir les plantes qui poussent à vos pieds, autour de vous, partout où la possibilité leur en est laissée. Il vous faudra des heures, des jours et des années, soyez-en bien conscient, mais la beauté est dans le chemin, pas dans le but. D'ailleurs quel serait ce dernier ? Connaître tous les végétaux qui existent sur terre, leurs caractères, leurs relations et leurs vertus ? Personne n'y songerait. Je vous propose simplement d'apprécier ce que rencontrent vos yeux, vos oreilles, vos doigts, votre nez et votre palais, au gré des circonstances.

COMMENT SE RELIER AUX PLANTES ?

Se relier est indispensable à l'humain. Mais à quoi nous relier aujourd'hui, en ce monde où même les communications entre individus sont devenues virtuelles ? Nous nous relions plus ou moins facilement au groupe humain auquel nous appartenons – et c'est indispensable. Nous nous lions de façon plus ou moins intime avec d'autres hommes et femmes, pour le meilleur et pour le pire. Mais nous éprouvons également le besoin de nous relier à ce qui nous dépasse, à l'inconnu, au mystère – au divin : c'est la religion ou ses équivalents.

Jadis, l'homme se reliait aussi à son environnement naturel, parce qu'il y vivait sans les barrières imperméables de la technologie moderne qui nous enferment dans notre monde exclusivement humain. Soumis aux éléments, il s'en protégeait par un toit d'herbes ou de palmes ou, comme en Afrique équatoriale, par de larges feuilles de Marantacées imbriquées à la façon des tuiles. Il construisait des maisons en pierre locales avec des charpentes en bois qu'il coupait dans les forêts qui

l'entouraient. Il se nourrissait du gibier qu'il chassait et des plantes qu'il récoltait, ou de celles qu'il cultivait lui-même. Il vit aujourd'hui dans un monde de sa création qui partout porte sa marque, au point de ne plus avoir vraiment de notion de ce qu'est la « nature » et donc de ne pouvoir s'y relier. Cette dernière, pourtant, se manifeste toujours sous forme de végétaux, d'animaux et de phénomènes – généralement perçus comme peu souhaitables : « mauvaises herbes », « nuisibles », inondations, éruptions volcaniques, tsunamis, etc. Le « sauvage », quel qu'il soit, nous effraie, car nous en sommes séparés. Certains souhaitent toutefois s'en rapprocher et combler progressivement ce fossé vécu comme une souffrance. Pour beaucoup, à commencer par les enfants, le contact avec la nature s'avère source de plaisir, de joie et d'équilibre. Il n'est pour cela pas besoin de la définir, ni d'entrer dans des considérations alambiquées : le processus peut être très simple et exempt de toute mystique.

Personnellement, je crois que vous l'avez compris, je privilégie le végétal : se relier aux plantes « marche » bien – sans doute pour la bonne raison qu'elles ne s'enfuient pas à mon approche ! Je peux sans souci me poser à côté d'elle et les observer à loisir. Je peux étendre ma main vers elles et les toucher, froisser légèrement une feuille et porter mes doigts à mon nez pour tenter d'y déceler une odeur agréable ou non. Je peux en goûter un fragment si je me suis assuré qu'elle ne me ferait pas de mal – dans mon enfance, je faisais totalement confiance au savoir de ma mère, qui ne s'est jamais, heureusement, trouvé pris en défaut…

D'autres personnes choisissent de se relier aux plantes par une approche très différente de la précédente, et qui

peut nous paraître insolite. Elle est basée sur les traditions des « peuples premiers [1] » qui n'étaient pas séparés de la nature comme nous le sommes – et n'avaient d'ailleurs pas de terme pour la désigner, puisqu'ils en étaient partie intégrante. Philippe Descola [2] explique que, si notre société élève une barrière entre soi et autrui qui crée une représentation du monde reposant sur une dichotomie entre nature et culture [3], ce n'est pas, contrairement à ce que nous croyons, la seule façon d'être au monde. Pour les Achuars d'Amazonie, chez qui il vécut deux ans, les plantes et les animaux sont en fait des humains déguisés pendant le jour, mais qui reprennent leurs vraies formes pendant la nuit et viennent visiter les membres du groupe en rêve : « Il y a donc une identité dans l'intériorité entre humains et non-humains, mais pas dans la physicalité [4]. » Le monde est vivant et leur parle.

Dans la plupart de ces ethnies, certains individus possèdent des pouvoirs particuliers, et assument les

1. On parle également de peuples autochtones, ou peuples indigènes : « les descendants de ceux qui habitaient dans un pays ou une région géographique à l'époque où des groupes de population de cultures ou d'origines ethniques différentes y sont arrivés et sont devenus par la suite prédominants, par la conquête, l'occupation, la colonisation ou d'autres moyens. » Irène Bellier, *Peuples autochtones dans le monde. Les enjeux de la reconnaissance,* L'Harmattan, 2013.

2. Philippes Descola, *Les Lances du crépuscule*, Plon, 1993 ; *Par-delà nature et culture*, Gallimard, 2005, *La Composition des mondes*, Flammarion, 2014.

3. Il nomme cette typologie le « naturalisme ».

4. Il nomme cette typologie l'« animisme ». Les deux autres façons de se relier au monde, dans sa classification, sont le totémisme et l'analogisme.

responsabilités qui vont avec : ils sont capables de communiquer avec les ancêtres, les esprits et diverses créatures animales ou végétales, mais en contrepartie, ils doivent assurer le bien-être de la collectivité, garantir des chasses fructueuses et des pêches abondantes, soigner les malades, diriger les rituels et s'occuper du bon état spirituel de tous. Ils détiennent souvent une grande connaissance des plantes médicinales et en utilisent certaines – considérées comme hallucinogènes – pour passer dans une autre réalité où ils peuvent obtenir des réponses à leurs questions. Ils utilisent également dans ce but des transes induites par les chants, les danses et les tambours. Ces êtres singuliers, jadis connus sous le nom d'« hommes-médecine », en anglais *medicine men* – bien que leur fonction soit parfois occupée par des femmes –, le sont aujourd'hui sous celui de « chamanes », ou *shamans*, un terme originellement employé par les peuples tougouses de Sibérie et passé dans la langue courante. Chaque communauté basée sur ce système socioculturel utilise sa propre terminologie.

Chez les Indiens Kichuas d'Équateur, avec qui je passai quelque temps, ce spécialiste était le *yachac*. Celui que je rencontrai à Sarayaku avait été désigné à l'âge de six ans pour succéder au tenant du titre et dut alors, au lieu d'aller jouer avec ses camarades, s'entraîner rigoureusement pendant plus d'une décennie et suivre chaque jour son maître en forêt. Vers l'âge de vingt ans, il partit vivre une année entière, seul au milieu de la jungle avec les plantes et les animaux qui prirent le relais de son *mentor* pour lui enseigner les mystères de la vie. Pendant cette durée, il lui fut strictement interdit de consommer du sel ou du piment et d'avoir des rapports sexuels. Au retour de

cette initiation, il continua son apprentissage, mais fut désormais autorisé à soigner ceux qui en avaient besoin. Il ne prit véritablement ses fonctions qu'à la mort de son prédécesseur. Je l'observai à maintes reprises dans l'exercice de sa charge, pour exercer laquelle il buvait au préalable une calebasse de yagé – ou *ayahuasca* –, un breuvage âpre et amer à base d'une liane de la forêt [1], capable de provoquer des hallucinations qui mènent le guérisseur à découvrir le moyen de traiter le problème du patient. En parlant avec lui, un homme très calme et même réservé, j'acquis la conviction qu'il agissait totalement comme serviteur de sa communauté et non pour y gagner du prestige. Il m'avoua même qu'il estimait son « métier » terriblement exigeant et que lorsqu'il était jeune, il n'avait aucune envie de s'y engager mais que, les esprits l'ayant choisi, il n'avait pu se dérober. Il me fit part aussi de son inquiétude à voir de nombreux jeunes Occidentaux venir en Amazonie équatorienne et péruvienne pour « faire l'expérience de l'ayahuasca », en une semaine ou quelques mois au mieux, alors que de nombreuses années sont nécessaires et qu'il faut, en outre, avoir baigné depuis son enfance dans une culture appropriée pour en tirer autre chose qu'une évasion passagère hors de sa sphère habituelle au risque d'éprouver de cruelles désillusions.

Mon approche est différente. Je ne cherche pas le mysticisme, je ne convoite pas le surnaturel, je ne m'efforce pas de trouver réponse à mes questions existentielles. Certaines civilisations ont une façon de se relier à leur biome qui m'étonne et m'interpelle, mais je la leur laisse

1. *Banisteriopsis caapi*, Malpighiacées.