

VALAIS

SUR LES TRACES DE GERMAINE COUSIN, FÉE DE L'OR VERT

11 août 2008 - 1 ? 's' : ") : 'Aucun commentaire'; ?>

RENCONTRE A MERITZO Dans le val d'Hérens, la grand-maman valaisanne cueille toujours les plantes qui font du bien. Et partage volontiers leurs secrets.



C'est un chemin où il paraît rapidement sacrilège d'oser poser les pieds. Sur le sentier qui conduit au mayen de Parion-d'en-Bas, en dessus de Suen dans le val d'Hérens, chaque brin d'herbe est susceptible de posséder une vertu bien particulière. Un pouvoir magique, une saveur. Ces petites fleurs violettes qui n'ont l'air de rien sur le talus, par exemple, c'est de la sarriette des montagnes. Un régal sur la langue. Quant aux jeunes bourgeons de sapin, ils ont le goût du citron. «C'est délicieux, allez-y, essayez!» encourage Germaine Cousin. Baskets aux pieds, la grand-maman de 83 ans semble connaître jusqu'au plus petit de ces végétaux qui conduisent à Méritzo, son refuge de bois qui domine la plaine. Avec sa canne, elle les montre, les nomme et leur rend hommage: «La nature est riche et généreuse. Si seulement les gens savaient en profiter!» Germaine, elle, s'en est fait une alliée. Une amie au long cours qu'elle ne se

lasse pas de présenter aux autres. «Ce qu'on a reçu, il faut le transmettre plus loin!» poursuit celle qui, par la force des choses, est devenue animatrice, accueillant dans son mayen les personnes désireuses de s'initier à ce savoir traditionnel. «On a su que j'avais expliqué comment fabriquer des pommades et des sirops. Un jour, quelqu'un m'a donc demandé quand le prochain séminaire aurait lieu... «Vous appelez ça un séminaire. Pour moi, c'est simplement une rencontre entre dames!» ai-je répondu. Comme mon interlocutrice insistait, je lui ai dit d'accord, pour autant qu'elle compose un petit groupe.»

Et c'est ainsi que depuis, à Méritzo, on vient régulièrement s'enquérir des recettes santé de nos grands-mères, ou encore, de cuisine végétarienne aux plantes sauvages. Car partager un repas avec Germaine Cousin ne s'entend pas sans une séance de cueillette préalable. Ce jour-là au menu, il y aura donc une salade délicatement aromatisée, des beignets auxquels on aura ajouté des feuilles de sauge et d'impératoire. Sans oublier la dégustation de sirops!

Du micro au macrocosme

Dans l'univers de Germaine Cousin, du micro au macrocosme, chaque élément est à sa place. C'est donc tout naturellement que, plus loin sur le chemin, elle présente «son» arbre, majestueux. «Un jour que je passais à côté de lui, j'ai entendu quelqu'un qui m'appelait. J'ai demandé qui était là, jusqu'à ce que je réalise que c'était dans ma tête que j'entendais cette voix...» Depuis, c'est ici que la grand-maman vient recharger ses batteries. «Je lui demande la permission, je le prends entre mes bras puis je m'imagine que je descends dans la terre, au bout de ses

racines. Je capte ensuite l'énergie d'en haut avec ses branches et je la fais circuler.» De quoi remettre les pendules à l'heure après des journées trépidantes. Car Germaine Cousin est très demandée. Si elle n'est pas en train de faire ses cueillettes, elle donne régulièrement des conférences aux quatre coins de la Suisse romande. «J'ai d'ailleurs accepté de prendre un téléphone portable, parce que mon fils était plus rassuré. Mais j'ai résisté longtemps...» avoue-t-elle dans un sourire.

Thym, marjolaine et pimprenelle

A Méritzo, le monde est dans une bulle. Les heures ont passé au gré des histoires et des noms aux consonances fabuleuses. Thym, marjolaine et pimprenelle. Onagre, potentille et carotte sauvage. Il y a eu aussi cette maroube blanche que Germaine Cousin veut sauver parce qu'elle est en train de disparaître. L'astragale pois chiche, la préférée. La cascade, un peu plus loin dans la forêt, les esprits de la nature.

Et puis, juste avant de partir, le conseil d'une grand-maman, jeune de ses 83 printemps à attendre impatiemment l'éclosion de ses protégées: «La santé, c'est l'affaire de chacun d'entre nous. Il faut se prendre en main, faire de la prévention. Les maladies, on les laisse au médecin.»

Pour connaître les dates et le contenu des séminaires de Germaine Cousin, renseignements au 079 386 33 04.

"Nous étions pauvres mais heureux"

Les plantes et Germaine Cousin, c'est une histoire qui remonte au berceau, qui se perd dans les générations. Née Zermatten en 1925 à Saint-Martin dans une famille de quatorze enfants, la Valaisanne a été initiée aux vertus des plantes sauvages par sa mère et son grand-père.

«A une époque où nous étions pauvres mais heureux. Il y avait beaucoup d'entraide au village, de troc aussi. Certaines jalousies étaient présentes parfois, mais quand quelqu'un était malade, on ne laissait pas les gens dans la misère.»

A 12 ans, après un accident de luge et une fissure à la colonne vertébrale, on lui annonce qu'elle marchera difficilement et qu'elle n'aura pas d'enfants. «Ma maman m'a dit qu'entre le Bon Dieu et elle, ils pouvaient faire des miracles. Elle m'a massée pendant deux ans avec du millepertuis, de l'arnica, et de l'astragale pois chiche. Je m'en suis sortie», explique celle qui deviendra à son tour mère d'un garçon.

Jeune fille, lorsqu'elle commence à travailler dans l'hôtellerie, c'est donc avec des bouteilles d'huiles bienfaisantes qu'elle quitte sa famille.

De retour dans son village après avoir vécu en ville, Germaine Cousin entreprend alors de faire le tour des anciens et de noter les recettes traditionnelles afin qu'elles ne se perdent pas. Un savoir qu'elle partage à son tour depuis de nombreuses années.