

Une approche goethéenne de la verveine

Isabelle et Patrice DRAI, Christian ESCRIVA, Jean-Michel FLORIN

La Verveine officinale, *Verbena officinalis L.*

C'est une médicinale plutôt oubliée, très rarement utilisée. Seuls quelques praticiens la conseillent encore. Pourtant les traditions en faisaient grand cas, en particulier chez les Grecs et les Romains.

Nous avons observé, en nous aidant du dessin, une plante présente à l'état sauvage dans le jardin, parfois ramassée par Patrice et Isabelle. Nous la voyons à peine en passant à côté d'elle ! Elle est si discrète et austère avec ses tiges fines, ses rares feuilles, ses fleurs si petites ; même la couleur de ses fleurs n'a rien d'appuyé et qui pourrait attirer notre regard ! Il s'en faut de peu pour que nous ne la méprisions... Dans un jardin les personnes non initiées ne la remarquent même pas et sont toutes surprises d'apprendre qu'il s'agit d'une médicinale autrefois célèbre, élevée même au rang de panacée !

Mais l'observation attentive nous révèle bien des aspects qu'un regard trop pressé est bien incapable de saisir. Elle apprécie les sols plutôt secs et compactés, cependant pas autant que le plantain qui peut pousser au milieu des chemins. Elle pousse plutôt en bordure de chemin, sur les talus en pleine lumière et en zone plutôt aérée, voire exposée. De plus près on constate que ses tiges verticales vert clair sont bien ancrées en terre par une racine puissante qui empêche de la déra-

ciner facilement. Ces tiges verticales ligneuses et rigides portent de petites feuilles quasiment rondes en bas qui se découpent pour terminer par de petites pointes vers le haut de la tige. Elles se ramifient à l'aisselle des feuilles décussées formant ainsi une structure carrée de tiges pénétrant l'espace dans toutes les directions. Les fleurs de très petite taille de couleur mauve pâle formant une petite



Verveine officinale.

bouche dont la forme est assez proche de celle des fleurs de Lamiacées telle que la lavande apparaissent en été au sommet de chaque tige qui poursuit sa croissance au fur et à mesure que les fleurs fanent. Ainsi au cours de l'été, les tiges carrées cannelées s'étendent dans toutes les directions formant une sorte de croix dynamique pénétrant l'espace avec 2-3 fleurs au sommet de chaque tige laissant derrière elles les petits fruits secs contenant les graines. Cette floraison peut se poursuivre assez longtemps jusqu'en septembre alors que les feuilles sont déjà fanées.

La verveine officinale a certes une apparence dépouillée, sa structuration est puissante, rude. Le goût des tiges semble tellement terrestre aussi ! Mais dans l'ensemble la plante a quelque chose « d'éclaté », de dynamique : les tiges secondaires semblent projetées vers la périphérie, dotées d'un élan surprenant. En outre les tiges sommitales sont étonnamment souples, mobiles, capables de mouvement à la moindre sollicitation du vent... Et les fleurs sont d'une délicate couleur lilas...

La plante évoquerait bien un moine chartroux qui a réduit à leur plus simple expression les aspects terrestres de sa vie et qui cherche de toutes ses forces à s'élever, dans l'humilité. Ou bien au sage taoïste dont il est dit « qu'il va en habit de crin, mais dans son cœur il porte un joyau » !

L'analyse chimique révèle la présence d'iridoïdes. Ces composants sont présents chez la gentiane jaune, l'harpagophytum, l'olivier. Ce sont des composants complexes résultant d'élaborations très longues qui révèlent la richesse du chimisme de la verveine officinale et donc de son « être » dans son ensemble.

Hildegarde de Bingen dans son « Livre des Subtilités des Créatures Divines » parle des vertus désinfectantes et restructurantes, astringentes : «...lorsque quelqu'un a des chairs qui se décomposent sous l'effet d'ulcères et de vermine, il faut faire cuire de la verveine dans de l'eau, placer un linge de lin sur les plaies putrides ou sur les parties du corps recouvertes de vermine, verser un peu de l'eau où l'on a fait cuire la verveine sur le linge placé sur le corps... ». Le subtil Cazin dans son « Traité Pratique et Raisonné des Plantes Médicinales Indigènes » semble être passé « à côté d'elle » malgré son habituelle sagacité, et se contente de dire qu'il ne faudrait peut-être pas l'oublier...

Quant au Dr Bach, il n'est pas surprenant vu son propre tempérament, sa personnalité humble et contemplative, la sincérité et la profondeur de sa recherche, qu'il se soit tourné vers cette plante si délaissée : il l'a dite (dans son ouvrage principal « La Guérison par les Fleurs ») bonne « Pour ceux qui ont des principes et des idées fermement établis et qui, sûrs d'avoir raison, changent très rarement d'avis. Ils ont grande envie de convertir à leurs points de vue tous ceux qui les entourent. Leur volonté est forte et ils ont beaucoup de courage quand ils sont convaincus de ce qu'ils cherchent à professer. S'ils sont malades, ils se battent longtemps encore là où d'autres auraient renoncé. » Il faut voir à l'œuvre ici, dans cette propriété thérapeutique perçue par le Dr Bach – cette vertu de nous rendre souples, humbles dans nos convictions, tolérants et moins exaltés, plus à l'écoute, capables de changements — le principe de souplesse et d'élévation, de discrétion et d'humilité, de tempérance, incarné dans cette plante.

Indiquons que dans l'antiquité grecque et romaine la verveine officinale était impliquée dans la préparation de l'eau lustrale, utilisée dans des rituels de purification : cette plante était perçue comme « connectée à des plans supérieurs ».

La verveine odorante, *Aloysia triphylla*
(L'Hér.) Britton et l'approche de
Patrice sur « l'esprit du Végétal »

Patrice a également, au cours du temps, renforcé les forces de structure des plantes du jardin par le travail de l'intention en essayant de communiquer avec l'Esprit du végétal. Qu'entendons-nous par « Esprit du Végétal » ? Tout d'abord, quelque chose qu'on ne peut voir avec nos propres yeux. C'est en se donnant une porte d'entrée que nous pourrions comprendre et atteindre cet Esprit, une Lumière qui régit les Forces : la « conscience » du végétal que l'on peut percevoir par des perceptions extrasensorielles, comme si l'on rentrait dans la perception de « l'aura » de la plante.

Prenons un exemple concret : le travail sur les verveines odorantes du jardin. Patrice effectue un travail de visualisation en s'imaginant la graine, le semis, puis la croissance au stade des cotylédons, puis le geste de croissance de la verveine jusqu'à se représenter sa forme idéale, en pleine floraison (avant le passage à la graine et l'involution de la plante aboutissant à la fanaison). Cette représentation s'effectue comme pour le musicien qui écrit la partition de sa musique et « entend » déjà dans l'espace autour de lui cette musique qui n'est pas encore jouée.

À ce stade ce n'est encore que la représentation idéale de la forme de la ver-



Verveines odorantes bouturées, notez la régularité des feuilles. Photo Altaïr.

veine si elle s'exprimait « au mieux » dans le jardin : on peut aussi parler d'archétype ou d'image idéale.

Alors, une image se présente à Patrice, de façon furtive mais puissante, comme un halo vibratoire autour de la plante, quelque chose qui émane de la plante, qui de simple dessin mental devient animée et lumineuse. Le plus difficile est de « garder » l'image, qu'elle ne s'efface pas.

A ce moment Patrice demande à cette perception si cela est juste et judicieux de prendre en charge la graine (ou le plant) de verveine qu'il souhaite semer, et de l'accompagner tout le long de son cycle. Il faudra solliciter à nouveau cette Lumière du végétal de la même façon, au cours du temps, pour les moments clés de la saison :

- le passage de la pépinière au terrain (Patrice attend 2 à 3 jours après le repiquage que le choc de reprise soit passé)
- à des moments cruciaux, de déséquilibres que parfois la nature nous offre, extrêmes climatologiques qui risqueraient de déprimer le végétal.

Grâce à ce contact avec l'Être de la plante la Verveine résistera mieux, ses forces de



Verveine aux feuilles dentées. Photo Altaïr.

Lumière seront mieux recentrées sur la plante elle-même et lui permettront une meilleure assimilation, plus de défenses face aux intempéries, face aux maladies et parasites. Il est bien entendu qu'en situation extrême la verveine pourra être touchée, mais le phénomène sera retardé. Il y aura également une meilleure qualité d'essences, plus subtiles, plus fines et élevées.



Verveine aux feuilles très fines. Photo Altaïr.

Il est à noter que dans notre jardin et partout en France, la verveine ne forme en principe pas de graines : on pratique des boutures du même pied-mère durant des années, ou bien on effectue des boutures de boutures. Dans les deux cas, on obtient des clones, c'est-à-dire que le génotype de ces plantes est toujours le même, et qu'elles s'expriment de la même façon extérieurement par leur phénotype : aspect extérieur, couleur, forme des feuilles,

arôme, tout est quasi identique. Pour la vente, il peut s'avérer intéressant d'avoir des plantes « spécialisées » dont la composition de l'huile essentielle est bien déterminée.

Ces verveines issues de boutures ont été sélectionnées vraisemblablement pour leur richesse en citrals, l'un des composants de leur huile essentielle. Elles ont un goût citronné, plus ou moins « terrestre » ou « élevé », en fonction des conditions de terrain, de culture, et donc du jardinier!

Au cours des années nous avons remarqué une certaine dégénérescence de ces plants bouturés : sensibilité plus grande aux parasites, présence de feuilles panachées de jaune... et nous nous sommes posé la question du renouvellement des gènes de la plante. Nous avons réussi il y a deux ans à faire germer des graines de verveine : une graine provenant de nos propres plantations et trois cents graines issues de deux provenances

différentes d'Amérique du Sud : une première !

Les plants issus de ces graines sont totalement différents des « clones ». En effet, les gènes sont redistribués, le génotype de chaque plant est différent de celui du plant voisin, et donc, les phénotypes (l'aspect extérieur) sont très variables. On appelle cela des verveines « population » : chaque plant est un individu différent.

L'univers de ces plantations de verveines « population » est tout à fait autre que celui des verveines « clones ». En passant d'un plant à l'autre on peut observer des différences de couleur de feuilles et de formes : certaines feuilles sont très grosses, certaines très dentelées, d'autres effilées et sans dentures. Les arômes, surtout, sont étonnants. Ici point de domination exclusive des citrals, la richesse des composants est infinie et fluctue d'un plant à l'autre, certaines verveines sont très citronnées, d'autres ont un goût plus « orangé », d'autres encore un peu plus « terrestre ». Il y a une finesse d'assemblages incroyable, et l'on pourrait, à partir de la sélection de certains plants, renouveler la plantation si l'on voulait à nouveau réaliser une culture clonale.

Le plus étonnant est que, depuis que nous avons installé ces plants différents au jardin et travaillé avec la Lumière de la Verveine, nos plants « clonés » se sont régénérés de façon évidente et spectaculaire : les plants chétifs, aux feuilles recroquevillées sont plus homogènes et présentent moins de sensibilité aux parasites...

Il semblerait que par le fait d'avoir pu travailler avec l'Esprit de la Verveine sur la semence, il se soit opéré comme un « transfert » sur l'ensemble des verveines du jardin.

Qu'en sera-t-il de l'accueil du client pour ces nouvelles tisanes ? En effet, le goût de la verveine est en général très « normé », et l'on s'attend à une forte proportion de citrals. Pourtant à la dégustation nous avons pu apprécier toute la richesse de la palette des arômes de ces verveines « population », et ce renouvellement nous enchante !

De toute façon, l'arôme et le goût des verveines de nos jardins présentent des notes citronnées, certes, mais légères, « affûtées », fines et lumineuses sans être « décollées ». À l'image des autres plantes cultivées dans les jardins et à l'image des jardiniers, les pieds sur terre et la tête dans les étoiles !

Il n'est guère surprenant qu'à partir du XVI^{ème} siècle l'attention des Européens se soit détournée de la verveine officielle, pour préférer la verveine odorante présente spontanément dans les Andes. Les aspects lumineux sont en effet bien plus immédiatement perceptibles, plus éclatants que chez notre verveine officielle et cette dernière est devenue peu à peu insignifiante.

Il est intéressant aussi de relever que des sélections ont été opérées chez les verveines odorantes cultivées et que ces sélections ont manifestement porté sur le taux de citrals, composants que nous évoquerons plus longuement ci-dessous. Ont été choisis des chémotypes de verveine odorante riches en ces composants.

Les citrals sont des composants particuliers présents chez certaines plantes. D'un point de vue chimique il s'agit d'aldéhydes particuliers dits « terpéniques ». Ils existent sous la forme de deux isomères, le néral et le gèranial. Le genre botanique le plus

célèbre riche en citrals est sans aucun doute le genre *Citrus* (famille botanique des Rutacées) comprenant nos agrumes : Citron, Orange, Pamplemousse, Bergamote, Cédrat... Les poches visibles à l'œil nu et situées à la périphérie du zeste contiennent une essence de composition variable selon l'espèce de *Citrus* ; elle peut être obtenue par expression à froid des zestes. Cette essence est constituée entre autres composants de citrals, responsables des notes citronnées caractéristiques, particulièrement de celles de notre citron bien sûr.

Un point de vue sensible peut être fondé sur l'approche sensorielle de ces composants, consistant ici en une olfaction de l'essence obtenue par expression à froid des zestes de *Citrus*, citron en premier lieu. Les citrals apparaissent à l'observateur attentif très liés à l'eau, à la lumière, à la chaleur. Ils évoquent manifestement, si l'on se place dans un registre métaphorique, la couleur jaune !

Les citrals sont présents dans des familles botaniques fort éloignées des Rutacées. On les trouve chez notre verveine odorante, mais aussi chez des Myrtacées tels que le fameux Myrte citronné australien (*Backousia citriodora* F. Muell.), certaines espèces d'eucalyptus dont *Eucalyptus staigeriana* F. Muell. ex Bailey, les «citronnelles» (dont la fameuse «Verveine des Indes», (*Cymbopogon citratus* (DC.) Stapf), notre mélisse citronnelle (*Melissa officinalis* L.), certains chénotypes de basilic (*Ocimum basilicum* L., à citrals), une espèce de pin nommée Pin jaune présente sur les côtes pacifiques d'Amérique du Nord et du Sud, *Pinus ponderosa* C. Lawson...

Il est intéressant de noter qu'un autre aldéhyde terpénique, le citronellal, contenu à un taux élevé dans le célèbre Eucalyptus citronné (*Corymbia citriodora* (Hook.) K.D.Hill & L.A.S.Johnson)) très utilisé en aromathérapie pour ses propriétés anti-inflammatoires, se révèle



Echantillons de feuilles verveine population prises au même stade.

par une approche sensible plus fortement lié encore à la chaleur.

Pour clore cette brève évocation des aldéhydes terpéniques, indiquons qu'une autre classe d'aldéhydes est aussi très célèbre : elle est représentée par l'aldéhyde cinnamique contenu dans l'écorce de cannelle de Ceylan connue de tous ; cet aldéhyde dit « aromatique » à cause de sa structuration chimique particulière (la molécule comprend un cycle benzénique dit « aromatique ») est plus étroitement encore lié à l'élément Feu, et « signe » des propriétés anti-infectieuses puissantes (ainsi qu'une forte dermocausticité qui interdit pratiquement son usage par voie externe...), propriétés dont les citrals ne sont que très faiblement por-

teurs (ils sont légèrement antibactériens et antifongiques).

Nous avons observé avec étonnement que les citrals sont très présents dans les jardins d'Altaïr : chez la verveine odorante, la mélisse officinale, certains basilics, et même une citronnelle cultivée pour une production de plante séchée ! Ces composants nous sont apparus comme une « signature » bien représentative du jardin, par leurs aspects très liés à la lumière, à une douce chaleur, par leur légèreté, leurs vertus très calmantes, leur effet « sérénité ». Ce sont des composants qui ne sont pas non plus totalement « libérés », dégagés de toute dimension terrestre ! ■

La culture de la verveine odorante

Isabelle et Patrice DRAI

L'Idée

L'Idée que donne la verveine est pour nous : « *la fraîcheur d'une cascade dans un continuel bruissement d'eau, aérée par la lumière qui la pénètre* ». C'est le jeu des esprits de la lumière et de la chaleur se fondant en cette limpidité de l'eau, l'éthérisant, la volatilissant.

On retrouve cette caractéristique eau-lumière dans le parfum de fraîcheur citronnée qui imprègne toute la plante.

Le milieu et le sol

La verveine, qui fait partie de la famille des Verbénacées, dont nous avons peu de représentants sous nos climats à part la verveine officinale, a besoin d'un terroir très spécifique : un sol bien approfondi, avec un bon humus, frais, mais où l'eau ne stagne pas au niveau des racines. Ce terroir bien drainant doit être animé par la

lumière cosmique, le soleil et la chaleur. Nous donnant une impression de fraîcheur en plein été, la verveine supportera difficilement les printemps humides et les hivers humides et froids : elle gèle dès -7 °C et la stagnation d'humidité lui est fatale lorsqu'elle n'a plus de feuilles pour évaporer l'eau en surplus. Elle craint donc encore plus l'excès d'humidité que le froid en plein hiver (ne pas la pailler, mais la recouvrir d'un fin voile laissant passer l'air pour la protéger). Elle craint également la sécheresse, ayant besoin de terrains toujours frais l'été (obligation d'arroser la culture).

La verveine réagit très fortement à la moindre erreur de sol ou de culture, et montre alors sa sensibilité aux attaques parasitaires (araignées rouges si la chaleur est trop forte, pucerons si le sol est trop riche en fumure...).



Une belle plate bande de verveine aux jardins d'Altair.

La multiplication

Originare d'Amérique du Sud, la verveine ne forme en principe pas de graines sous nos climats. Elle est donc délicate à multiplier. On prélève des boutures à partir des jeunes pousses de « pieds-mères » au printemps et l'on surveille leur enracinement à l'ombre sous une humidité et une chaleur constante. On brumise les jeunes boutures 3 à 4 fois par jour pendant au moins une semaine et on les protège sous une ombrière (s'il fait trop chaud) ou un voile de forçage (s'il fait trop froid)...Il faut s'en occuper comme l'on soigne un bébé si l'on veut que les petites boutures s'enracinent bien...

Au bout d'une dizaine de jours, les boutures racinent. On peut les repiquer en

plaques alvéolées jusqu'au mois de mai où elles seront repiquées en pleine terre.

L'aspect de la plante et sa taille

Une fois repiquée en pleine terre, pour peu que le milieu s'y prête, la pousse de la verveine peut être rapide. La plante est très structurée. La tige, qui peut atteindre 1m50 de hauteur, ligneuse rougeâtre et cannelée est vigoureuse. Les étages de feuilles se succèdent, à 3 feuilles voire 4 par étage ; les feuilles quasiment sans pétiole et de forme allongée sont tantôt lisses, tantôt finement ciselées. Leur toucher est râpeux et peut même se révéler irritant.

La réussite de la première taille est importante pour le pied de verveine, qui doit

accueillir la lumière. On taille chaque pied à l'image d'un bouquet de graminées, s'évasant vers l'extérieur.

La culture

Pour favoriser l'enracinement des jeunes plants après repiquage, on passe un préparat bouse de corne qu'on choisira de pulvériser en jour-racine. Au cours de la croissance, afin de soutenir la qualité lumière et les essences de la verveine, on passera de la silice de corne en jour-lumière. On répètera ces opérations après chaque coupe.

La récolte

Pour les récoltes, on évitera les jours-feuille. Chaque pied est taillé individuellement au sécateur, ou mieux à la faucille en sectionnant les branches à la base et en séparant les belles tiges des petites qui iront en mélange. Il ne faut pas tarder à porter les verveines au séchoir car toute la plante fane facilement. Les tiges doivent être bien rangées, toutes dans le même sens pour ne pas abîmer les feuilles (ce qui se passerait si les feuilles étaient enchevêtrées). On peut faire deux coupes successives dans la saison.

Le séchage et l'effeuillage

Le séchage est rapide mais demande un contrôle constant de l'hygrométrie : autour de 60° d'humidité relative, une verveine met 30 heures à sécher, passant de 3,5 kg de poids frais à 1 kg de poids sec tige comprise. La plante reprend très vite son humidité si elle n'est pas conservée dans de bonnes conditions.

Il est délicat de choisir le bon stade d'effeuillage : trop sèche, la verveine se brise, trop molle, les feuilles paraissent « mâchées » avec des flétrissures. Les tiges sont recyclées au compost.

On peut également effeuiller « en frais » la verveine, on choisit alors les plus belles tiges (souvent à la deuxième coupe). D'un geste sûr et précis, on sépare les feuilles de la tige, prenant soin d'éliminer les feuilles basales un peu jaunies et feuilles terminales plus petites et qui noircissent plus facilement. Il faut procéder par temps pas trop chaud et petites quantités, sous peine de voir les plantes faner rapidement. Cette méthode est beaucoup plus lente mais donne de belles feuilles torsadées avec un petit « tortillon » à leur base au niveau de l'attache à la tige...

La tisane de verveine

Pour préparer une tisane de verveine, rien de plus simple : il suffit de verser de l'eau de bonne qualité juste frémissante sur les feuilles de verveine déposées dans la tisanière ; 2 à 3 feuilles par tasse suffisent. Couvrir et laisser infuser 4 à 5 minutes, la verveine libère ses arômes rapidement. On peut bien entendu la boire froide en été.

Une autre façon d'apprécier la verveine en été est d'ajouter quelques feuilles (fraîches ou sèches) à 1 litre d'eau fraîche, et laisser macérer durant quelques heures. Vous pouvez alors boire cette eau délicatement parfumée... ■

