

VALAIS

En formation permanente pour faciliter la guérison

Monique Eberle
Christiane Grandmoulin

Infirmière, technicienne en herboristerie, médium-guérisseuse et praticienne chamanique, Anne Rey multiplie les approches avec comme point commun le soin et la guérison.

Anne Rey, de Grimisuat, commence sa vie professionnelle par exercer le métier d'infirmière, qu'elle occupe encore à temps partiel. Puis elle se forme comme accompagnatrice en moyenne montagne. Ensuite, elle élargit son champ professionnel et devient technicienne en herboristerie. Plus récemment, elle complète son cv et devient médium-guérisseuse et praticienne chamanique. Ainsi, elle développe en continu sa formation, son intérêt et sa passion à soigner et à transmettre la guérison.

De la médiumnité...

Au sens où l'entend Anne, la médiumnité a pour but la «recherche de soi», la «découverte de son esprit», de son «énergie» afin de mieux connaître «le monde perceptible et imperceptible qui nous entoure». C'est une «pratique» orientée vers la guérison. La médium-guérisseuse fait le lien entre le monde visible, matériel, et le monde invisible, spirituel. Pour se connecter, répondre aux besoins, demander la guérison, elle utilise la méditation, les jeux de cartes comme le tarot, le tambour



Anne Rey avec son tambour pour la relaxation.

M. EBERLE

chamanique et se laisse guider. Pour apprendre à ressentir la connexion, elle peut organiser des «cercles de tambours», un instrument qui aide à méditer, à «conduire à l'ouverture».

Les séances, de quatre à douze participants, durent le temps d'une soirée à l'intérieur ou en pleine nature.

Ainsi, elle peut soigner énergétiquement des maux physiques comme les migraines, les eczémas, et de maux psychiques; réactiver un moral en veille, raviver une énergie perdue. Sa pratique s'inscrit dans un tout. Médecins, médicaments, thérapies naturelles, guérisseurs forment un réseau. Elle se rend bien compte qu'elle «n'est pas médecin», par contre elle fait valoir sa connaissance de la relation à autrui, tirée de sa longue expérience d'infirmière. Notamment auprès des nombreuses personnes en fin de vie qu'elle a accompagnées.

Dans son enfance déjà, elle avait des «perceptions extraordinaires», des «flashes visuels», mais ne comprenait pas ce qui se passait. Bien plus tard, par la méditation, elle a reçu des réponses. Aujourd'hui, elle poursuit sa formation, seule ou en groupe, avec une médium, Céline Boson Sommer, à Martigny, et avec la Foundation for Shamanic Studies (FSS).

... à la complémentarité

Anne s'intéresse à une approche énergétique des plantes. Pour elle, la plante est composée d'une partie physique et d'une aura, d'une âme. Si on s'en approche, on ressent sa dimension énergétique. Il en va de même pour les pins, les mélèzes, les arbres en général. Il faut soi-même se connecter pour recevoir cette énergie, par la méditation. Anne guide les gens à développer cette connexion, ce senti. «A force de se connecter,

on est plus ouvert.»

Elle pratique la cueillette sauvage, seule, avec une amie herboriste ou un groupe, dans le cadre de son programme d'accompagnatrice. Au printemps, ortie, pissenlit, aspérule, ail des ours; en été, arnica, millepertuis, souci, etc. Au gré de l'avancement des saisons, elle suit les pentes et complète ses récoltes. Une fois les plantes cueillies, elle les fait sécher ou macérer selon les préparations à usage externe ou interne, tisanes, huiles essentielles, baumes. Autant de productions personnelles et naturelles destinées à soigner les douleurs physiques, musculaires, articulaires, etc., et psychiques. La fleur d'arnica, par exemple, soigne les contusions, les ecchymoses, aussi bien que les «bleus» de l'âme.

A l'aide de son approche énergétique, Anne travaille à trois niveaux: physique, psychique et spirituel. Elle se connecte à la personne soignée, personnalise la préparation et la dynamise de manière à ce que la personne reçoive exactement ce dont elle a besoin. Elle rappelle qu'autrefois, en guise de protection, pour éloigner le malheur, on suspendait des bouquets de millepertuis, d'achillée, d'armoise, au chambranle de la porte des granges et des habitations à la Saint-Jean.

«La nature m'a toujours fait du bien», dit-elle. Son parcours d'infirmière lui permet d'affirmer que la nature elle-même est source de guérison. Il est vrai qu'à l'hôpital, elle ne travaille pas du tout avec les plantes. Mais elle considère que «toutes les médecines du monde sont complémentaires» et que cette complémentarité fait ses preuves. En effet, la Fondation suisse pour les médecines complémentaires (ASCA) rembourse les prestations fournies par les diplômés de l'Ecole de plantes médicinales l'Alchémille, suivie par Anne.

SUR LE WEB

www.randoplaisir.ch
www.asca.ch



Au centre de la verrine, bouton d'ail des ours au vinaigre et épices.

SP



Anne Rey conserve des lots de fleurs dans de l'huile.

M. EBERLE

Des balades à thèmes

Pour répondre aux «envies de s'évader», en célibataires, entre amis, en famille, en sortie d'entreprise, Anne Rey offre tout un programme et invite les intéressés à la suivre dans ses multiples balades et randonnées à thème. Elles ont lieu pratiquement toute l'année, dans le Valais central et le Valais tout court (région de Montana, du Muveran, vallon de Réchy, Haut-Valais), dans le Jura, le Parc naturel régional du Jura vaudois, et durent d'une demi-journée à cinq jours. En automne, elle ajoute la découverte du Safran de Mund AOP au programme. En hiver, elle organise des balades à raquettes, qui s'adressent plutôt aux vacanciers ve-

nus d'autres cantons, d'autres pays. Bien évidemment elle travaille avec les offices du tourisme.

Valeur des plantes

Elle reconnaît que dans ses circuits elle est «très axée sur les plantes», sujet qui plaît à tout le monde, même aux enfants. Avec émotion elle se rappelle d'un jeune garçon dont elle réalise, après une heure de marche, qu'il est aveugle! Il suivait le groupe en s'accrochant au sac à dos de sa sœur «avec une aisance incroyable!» Elle s'intéresse aussi à leur valeur culinaire. En 2013, elle est gardienne du gîte de Lodze, au-dessus des mayens de Conthey. Une magnifique occa-



En balade le long du bisse du Baltschiedertal.

SP

sion de pouvoir cuisiner avec les plantes et au feu de bois. Là, elle prépare des soupes et des chips d'orties, des pestos et des tortillas aux plantes, des chaussons à la berce, aux épinards sauvages, au plantain, à l'achillée et pour le dessert, des tartes aux orties, au plan-

tain, des flans à la reine des prés, à la mélisse, un festival de saveurs naturelles!

Aujourd'hui, elle cherche à regrouper, centraliser géographiquement ses différentes activités, voire à lancer ses propres cultures d'herbes médicinales et culinaires.

ME, CG