

# «La crise écologique remonte aux débuts de l'agriculture»

**FLORE.** Spécialiste mondial des plantes sauvages comestibles, l'ethnobotaniste **François Couplan** est l'auteur de «**La nature nous sauvera**», dans lequel il lie les problèmes environnementaux

à l'époque où l'homme commença à produire sa nourriture, il y a 10 000 ans. Une thèse singulière qui interroge sur nos rapports à la nature. **Interview**



♦ **À LIRE**  
«La nature nous sauvera»,  
François Couplan,  
Éditions Albin Michel, 2008

Frédéric Rein  
frederic.rein@edipresse.ch

**P**endant longtemps, François Couplan aura été, comme il le dit lui-même, «l'Indien du fond des montagnes qui broutait l'herbe des moutons». Aujourd'hui, cet ethnobotaniste est la référence mondiale en matière de plantes sauvages comestibles. Il est l'auteur de «La nature nous sauvera. Réponses préhistoriques aux problèmes d'aujourd'hui», un ouvrage qui, sous forme d'entretien, résume et vulgarise son approche de la nature.

♦ **Dans votre 46e ouvrage au titre volontairement provocateur, vous faites remonter les véritables causes de la crise écologique bien avant l'industrialisation, lors de l'invention de l'agriculture...**

Le grand tournant de l'histoire de l'humanité a eu lieu lorsqu'elle s'est mise à pro-

duire de la nourriture. Y réfléchir, c'est se pencher sur le fondement même de notre société. Et remettre cela en question revient à explorer quelque chose de très profond. Je ne préconise pas pour autant l'abandon de l'agriculture, j'incite juste à s'interroger sur cette nature dont tout le monde parle, à la définir.

♦ **Quelle en est votre propre définition?**

C'est ce qui n'a pas été créé par l'homme, l'endroit où l'on ne ressent pas sa présence. Cette notion est difficile à comprendre, particulièrement dans un pays comme la Suisse, où l'on possède des moyens importants pour la modifier. Protéger la nature, est-ce que cela veut dire la gérer, comme ce qui se fait par exemple à la Grande Caricaie, où l'on coupe la roselière pour éviter que la forêt ne s'y installe. Cette forêt n'est-elle pas précisément l'expression de la nature? Je ne dis pas que c'est bien ou mal, je propose à chacun d'y penser en connaissance de cause.

♦ **Ce livre se veut donc plus philosophique que pratique?**



Je ne fais pas de différence entre les deux, car toute action se doit d'être sous-tendue par un fondement philosophique, sous peine de perdre sa cohérence et sa continuité. C'est bien d'éteindre la lumière, mais si cette démarche n'est pas réfléchie, elle demeure en surface. On ne peut pas s'économiser le passage par la réflexion!

♦ **Mais, concrètement, quelles sont vos réponses préhistoriques aux questions d'aujourd'hui?**

En 10 000 ans d'agriculture, soit quelque 500 générations, l'être humain n'a pas beaucoup changé. On demeure toujours profondément connecté à notre environnement naturel, même si, dans les villes d'Europe par exemple, il faut chercher la faune et la flore. Pour moi, qui suis plus cueilleur que chasseur, j'ai depuis l'âge de 2 ans (*il en a désormais 58, ndlr*) été guidé vers les plantes. La vie étant une histoire de relations, j'essaie de communiquer avec le monde végétal, un peu

comme je le ferais avec mes congénères. Pour ce faire, il s'agit de redévelopper nos sens, souvent mis de côté dans le monde urbanisé. De changer la perception qu'ont les gens par des actions qui se démontrent facilement. Touchez la douceur soyeuse d'une tête de linaigrette, humez le parfum de champignon d'une feuille de plantain, goûtez la saveur de réglisse d'un rhizome de polypode ou l'arôme anisé de

**François Couplan essaie de communiquer avec le monde végétal, un peu comme il le ferait avec ses congénères.**  
Photos DR

la myrrhe odorante... Vous ne percevrez ensuite plus jamais le monde de la même façon!

♦ **A en croire le nombre de personnes qui se pressent à vos stages, de survie ou culinaires, on dirait que vous n'êtes pas le seul à chercher ce retour aux origines...**

Mes propositions, qui mènent vers mon monde «féérique», sont entendues par de plus en plus de gens. Mais

c'est assez logique. Quand on a tout, on cherche à revenir à l'essentiel. C'est la question que je pose au début de mon livre: «Quels sont mes véritables besoins et comment faire pour le savoir et en être proche?» Lorsque l'on arrive à prendre conscience que l'on a besoin de très peu de choses et que le reste est superflu, on se prend moins la tête! Et c'est peut-être ce qui nous évitera de basculer dans l'autodestruction... ♦



Après avoir goûté des produits de la nature (ici des ravioles à l'ail des ours), on verra le monde autrement.

## L'ortie, ce délice aux multiples vertus



L'ortie possède sept fois plus de vitamines C que l'orange.

♦ Revenons à nos plantes sauvages comestibles... Entre toutes, l'ethnobotaniste François Couplan ne tarit pas d'éloge sur l'ortie: «Cette plante possède sept fois plus de vitamines C que l'orange, trois fois plus de fer que l'épinard, et presque autant de protéines que le soja.» Des valeurs nutritives exceptionnelles qui

s'accompagnent d'une excellente saveur. Car la démarche fondamentale de François Couplan est avant tout une affaire de goût! «L'avantage avec les plantes sauvages comestibles, c'est qu'il y en a une variété énorme, qu'elles sont faciles à reconnaître et à attraper!» plaisante-t-il. Mais manger des plantes, cela s'apprend. Il ne

faut pas, par exemple, confondre les saveurs subtiles de l'ail des ours avec les toxiques colchiques ou muguets. Son conseil pour cuisiner l'ortie? «En faire une soupe classique, mais garder des pousses d'orties fraîches. Les hacher très fin et les ajouter en fin de cuisson. Mixer le tout avec du lait d'amande.» ♦