

# Rencontre

## PORTRAIT DE PLANTES

Ce mois nous partons à la découverte de Lumière, Douceur, Cocon et Elévation, Consolation... à travers ces trois nouvelles plantes ; Calendula, Sureau noir et Camomille matricaire



## OBJECTIFS

Calendula

Sureau noir

Camomille matricaire



SEQUOIA & VALERIANE



## CALENDULA

*Calendula officinalis*

Astéracées



Souci



SEQUOIA & VALERIANE

## LIEU DE VIE

Le Calendula appelé également Soucis des jardins est une fleur cultivée.

Appréciés pour leur couleur, faciles à cultiver, ils apportent de la gaité aux potagers.

Les soucis de jardins sont généreux dans leur floraison qui s'étale du printemps à l'automne.

## TRADITION

Son nom Calendula vient de Calendae, qui signifie premier jour du mois. On l'appelle la fiancée du soleil. On raconte qu'elle fleurit les premiers jours du mois.

Son nom Souci vient de *sol sequia* qui signifie « qui suit le Soleil ».

Les capitules s'ouvrent au lever du soleil et se referment lorsqu'il se couche. Il fait office de baromètre et ne s'ouvre pas le matin s'il va pleuvoir dans la journée.

On raconte qu'un jeune berger était amoureux fou du soleil. Il ne supporta pas sa disparition derrière un nuage un jour d'orage et en mourut de dépit. Touché, Apollon le transforma en fleur ressemblant au soleil.



Figure 1 - Pixabay

## FEUILLES

- Ovale et allongées
- Faiblement dentées



Figure 2 - Pixabay

## FLEURS

- Capitules orange ou jaunes
- Sécrétions collantes, en lien avec sa volonté de refermer les plaies



Figure 3 - S&V

## FRUITS

- En forme de croissant de Lune
- Rayés
- Disposés en cercle sur le réceptacle floral, de l'extérieur vers l'intérieur pour fermer la partie blessée



SEQUOIA & VALERIANE



Figure 4 - Pixabay

## PLANÈTE ET ÉLÉMENT

Le Calendula est lié au **Soleil** et à la **Lune**. Son orange ou jaune resplendit et sa chaleur interne renferme les forces solaires. Cependant on perçoit une douceur de la Lune et de l'élément **Eau**, notamment par le fait des mucilages qui donnent un côté collant aux capitules. Son élément est également l'**Air** - **Lumière** qu'elle apporte au jardin.

## MESSAGE

- Harmonie de l'âme
- Apaise
- Enrobe, et câline
- Console
- Purifie et cicatrise, il referme le champ énergétique dérangé et apporte de la force pour une guérison rapide.

Le Calendula répare les blessures physiques et émotionnelles passées ou présentes pour nous conduire à la guérison. Il rayonne au plus profond de nos cellules et nous apportent du réconfort. A utiliser en cas de soucis, de doute pour retrouver le sourire comme un rayon de soleil.

## RÉCOLTE ET TRANSFORMATION

Facile à cultiver au jardin, les Soucis se ressèment d'année en année.

Il est préférable d'utiliser les Soucis orange. Pincer la tige sous le calice, les doigts collent du fait de la présence de résine. Le séchage est assez long. Une fois secs, veillez à ce qu'ils ne se réhumidifient pas, c'est son lien avec la Lune qui se rappelle à nous si cela se produit.

Par voie interne ne pas consommer plus de deux semaines de suite.

- Tisane
- Extrait huileux
- Onguent
- Alcoolature
- Elixir spagyrique
- Cuisine (boutons floraux, confis dans du vinaigre, tels des câpres)

C'est une plante qui va prendre soin de votre peau, vous aider à cicatriser. En lien avec la Lune, elle apaisera les douleurs des femmes.

## RENCONTRE

**L'échantillon 25** contient un extrait huileux, obtenu par macération solaire de Soucis durant 40 jours.

Appliquer le macérat sur des cicatrices qui témoignent physiquement ou symboliquement une blessure et ajouter quelques gouttes sur votre plexus solaire.

Laisser agir et réaliser l'exercice du corps de Lumière qui consiste à visualiser la lumière terrestre remonter de vos pieds à votre plexus solaire et la lumière céleste du sommet de votre crâne à votre plexus solaire. Les deux rayons se rejoignent et une sphère de lumière vous



SEQUOIA & VALERIANE

enrobe et vous protège. Elle guérit toutes vos blessures, referme tous les fissures et vous contient, entier, dans son cocon.

*« Petit Soleil des jardins, je viens réchauffer ton cœur et penser tes blessures, du corps et du cœur.*

*Je relie, je rassemble, j'affine et j'apporte la guérison par la douceur et la joie pétillante. Je protège, nourris, répare, ton enveloppe terrestre et spirituelle.*

*Je me mets en lien avec ton guérisseur intérieur et pause un baume sur et dans ton être. Imagine une douce tasse de chocolat chaud et une couverture posée sur toi. Laisse-toi dorloter, choyer et profite de l'instant donné où tu te relies au bien être, uniquement au doux bien être.*

*Sais-tu qu'au fond de toi tu as toutes les ressources pour guérir tes blessures ?*

*Sais-tu que tu peux prendre contact avec ton médecin intérieur et cicatriser toutes les déchirures ?*

*Je suis le Calendula et j'apaise la douleur, je referme les plaies, de ton corps, de ton cœur. Je suis douceur et lumière de guérison.*

*J'assure ta protection et dépose un baume en toi et tout autour de toi.*

*Je suis consolateur, je sèche les larmes. Tu peux te blottir contre moi, et venir te réchauffer au creux de mes bras. Et lorsque tu seras prêt, tu pourras rejoindre ton quotidien, reprendre tes activités, retrouver tes passions.*

*Je t'accompagne pendant ce moment de pause, et prends soin de toi, je t'écoute avec bienveillance et avec respect de ton rythme intérieur.*

*Je rayonne dans chacune de tes cellules pour leur permettre de déclencher le processus de guérison. »*



Figure 5 - Flickr



SEQUOIA & VALERIANE

## SUREAU NOIR

*Sambucus nigra*

Adoxacées



Sureau



SEQUOIA & VALERIANE

## LIEU DE VIE

- Aime les milieux humides et riches
- Dans les bois et proches des ruisseaux

Les oiseaux et insectes apprécient sa compagnie, ainsi que les petits mammifères.

Arbustes pouvant atteindre sept mètres.



Figure 6 - S&V

## TRADITION

Le Sureau est l'arbre de fées.

Les druides communiquaient avec l'au-delà au son des flûtes en bois de Sureau. Puis la flûte laissa place à la baguette magique pour jeter des sorts et ensorceler les animaux.

Le Sureau symbolise à la fois la vie et la mort, mais plus particulièrement le voyage vers l'autre monde. Il abrite les fées et d'autres êtres de la nature.

Ses fleurs blanches contrastent avec ses fruits noirs, tel le Yin et le Yang.

Nous retrouvons bien ici la liaison, le transfert, l'équilibre.

## ECORCE

- Claire
- Crevassée
- Les rameaux possèdent de petites verrues

## RAMEAUX

- Creux, remplis de moelle blanche

## FEUILLES

- Opposées
- Composées de cinq à sept folioles :
  - ovales et allongées
  - dentées et pointues



Figure 7 - S&V

## FLEURS

- Corymbes formant des ombelles
- S'ouvrent vers le haut





Figure 8 – S&V

## FRUITS

- Baies noires
- Sucrées
- Grappes pendantes

Ne pas consommer les baies crues



Figure 9 - Pixabay

## PLANÈTE ET ÉLÉMENT

En lien avec **Jupiter** par sa forme de buisson, sa floraison et sa fructification abondante. Ses éléments **Air, Lumière** ainsi que **Feu** le mettent en lien avec l'élévation spirituelle. Son rapport à l'**Eau** nous parle de la recherche de l'équilibre.

## MESSAGE

Proche de l'homme, le Sureau propose de nombreux concepts en lien avec le passage.

- Evolution psychique et spirituelle
- Rite de passage à l'âge adulte
- Passage à des niveaux supérieurs
- Maturation
- Le lâcher prise et abandon au guide intérieur
- C'est en alliant les deux polarités que nous atteignons l'équilibre et faisons face à notre moi profond pour prendre son propre pouvoir

## RÉCOLTE ET TRANSFORMATION

La récolte des **fleurs** au printemps sert à confectionner :

- Tisane
- Sirop

Elles sont également utilisées en cuisine pour aromatiser des salades de fruits ou des vins de mai.

Les **feuilles et fleurs** sont utilisés pour les teintures mères.

Dans la littérature on retrouve l'utilisation de la **moelle du bois** en décoction, mais ceci n'est pas conseillé en raison des risques de vomissement.

Enfin les **fruits** sont utilisés pour des sirops, des confitures et gelées, à utiliser en cas de blocage pour fluidifier.



## RENCONTRE

**L'échantillon 26** contient des fleurs de Sureau pour vous préparer une tisane à déguster chaude ou froide.

Installez-vous confortablement dans un fauteuil ou une chaise longue.

Le Sureau vous invite à un voyage entre ici et l'autre monde. Un voyage initiatique.

Tout d'abord préparer vous en visualisant de la lumière venir de la terre et vous englober des pieds à la tête, ressentez...

Puis visualisez la lumière céleste descendre et vous englober de la tête jusqu'aux pieds, ressentez.

Laissez se mêler les deux énergies, et s'équilibrer ce qui doit être.

Puis invoquez le Sureau et ses fées, laissez-les tourner autour de vous. Observez les sensations, les couleurs, les changements même anodins. Soyez juste présent et laissez-vous guider par les fées à travers des sensations et peut être des paysages qui vont se présenter à vous.

Accueillez tout, ne rejeter rien, si rien ne vient accueillez également le travail se fait sur un autre plan de conscience, c'est sans importance.

Puis lorsque vous sentez que le travail en vous a opéré alors revenez dans votre fauteuil, sentez votre dos en contact avec les coussins, bougez légèrement et ouvrez les yeux.



*« Je suis le Sureau, l'arbre des fées et de leur magie.*

*Je t'invite à faire le point sur ce que tu vis actuellement, à mettre des mots, simplement sur les derniers événements, sans jugement, ni des autres, ni de toi.*

*Je vais t'accompagner pour grandir, prendre tes responsabilités et ne plus laisser les autres te dire ou t'imposer leurs idées.*

*Prends ton pouvoir, tu as les clés en toi pour te transformer pour cesser de t'adapter sans cesse aux désirs des autres, aux volontés de la société.*

*Ce processus Feu présent en toi fait son travail, il te permet d'évoluer, j'assure la juste mesure, je veille au bon degré pour te permettre de parachever ce processus qui t'a fait t'élever. »*



Figure 10 - S&V

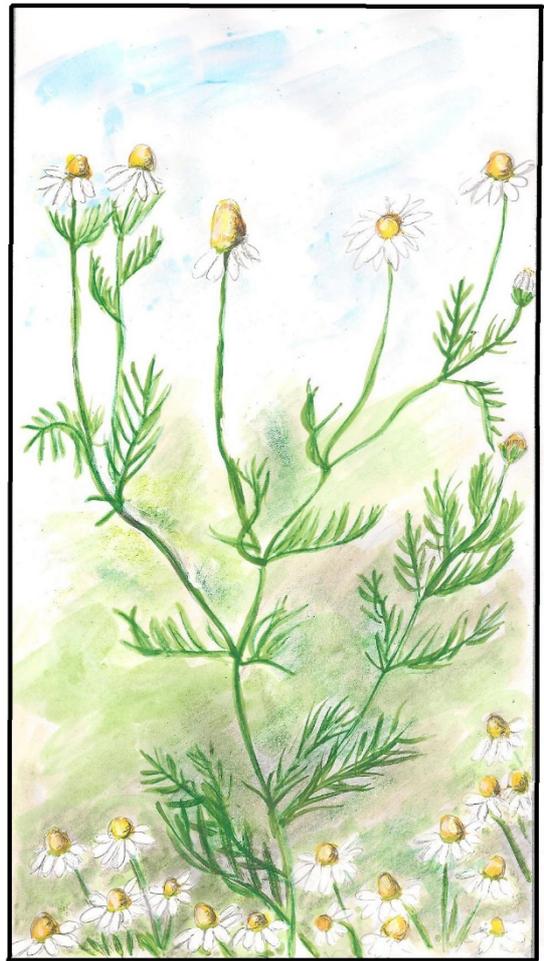


SEQUOIA & VALERIANE

## CAMOMILLE MATRICAIRE

*Chamomilla recutita*

Astéracées



Camomille matricaire



SEQUOIA & VALERIANE

## LIEU DE VIE

- Sol sableux
- Champs cultivés
- Bords de chemin
- Sols compacts
- Plante annuelle de 40cm de haut
- Se ressème dans les jardins d'année en années



Figure 11 - Pixabay

## TRADITION

Camomille vient de *Chamaemelon* en grec qui signifie « pomme du sol » dû à l'odeur de la plante.

Le terme Matricaire, vient de matrix, la matrice féminine, la mère.

Reticuta, signifie « circoncis », par allusion à son fruit sans aigrette aidant à la dispersion par le vent.

Plante sacrée des Egyptiens, dédiée au Soleil et des Vikings où elle est un cadeau du dieu Odin.

Herbe purificatrice et protectrice, elle protège les maisons des mauvais sorts et malédictions.

## FEUILLES

- Finement découpées, deux fois

- Glabre, vert sombre
- Parfum fruité



Figure 12 - Pixabay

## FLEURS

- Petits capitules
- Réceptacle conique et creux; clé d'identification: couper le cœur jaune en deux dans le sens de la hauteur
- Ligules blancs inclinés vers le bas en fin de floraison
- Fleurs tubulées jaunes



Figure 13 - Pixabay

## FRUITS

- Akène allongé, avec des côtes plus claires



SEQUOIA & VALERIANE

## PLANÈTE ET ÉLÉMENT

Lien avec la **Lune**, la sensibilité, la douceur et avec l'élément **Air**, dans la finesse de ses feuilles découpées.

## MESSAGE

- Protection des bras d'une mère
- Réconfort
- Douceur
- Apaisement, dans le sommeil

D'un grand soutien chez les personnes fragiles émotionnellement, cette huile essentielle est en lien avec Star of Bethlehem chez Bach, une consolatrice.

Elle apporte clarté et lucidité après un choc physique.

## RÉCOLTE ET TRANSFORMATION

- Tisane
- Macérat huileux pour détendre les muscles
- Huile essentielle
- Hydrolat

Au jardin elle se ressème, la cueillette se fait au fur et à mesure de l'ouverture des capitules. Le séchage est aisé.

La couleur bleue de l'huile essentielle riche en chamazulènes, se révèle lors de la distillation, elle imprégnera votre être de sa protection et de son apaisement en vous apportant sa douce chaleur.

Pour les processus inflammatoires et spasmodiques

## RENCONTRE

**L'échantillon 27** renferme l'huile essentielle de Camomille matricaire dans un macérat huileux de Camomille matricaire.

Si vous ressentez des tensions, de la colère, lorsque vos sens sont exacerbés, mettant à fleurs de peaux vos émotions, on se sent en proie à la douleur, l'exaspération.

Utilisez l'huile essentielle pour vous ramener au centre, dans les bras sécurisant de la mère, celle dont nous avons besoin pour pouvoir reprendre notre pouvoir, notre unité, en allant chercher dans les profondeurs de la matrice, à la recherche du Temps des rêves, là où tout est possible.



SEQUOIA & VALERIANE

*« Je suis la Camomille, mon bleu se révèle à la chaleur pour t'envelopper dans une couverture de laine bleue.*

*Telle une mère, je te borde et te couvre.*

*Je te lis des histoires, des contes de fées et de papillons qui les accompagnent pour créer un arc en ciel de couleur autour d'elles.*

*Raconte-moi tes peurs et tes doutes, je t'écouterai d'une oreille attentive. Sans jugement, tu peux tout me confier, tes lumières et tes ténèbres.*

*Je suis remplie de l'Amour inconditionnel, peu importe ton parcours, ce qui compte à présent c'est comment tu vas vivre tes valeurs, exprimer tes volontés et te relier à ton essence divine.*

*Je suis une mère qui accompagne, mais discrète, je ne te montre pas le chemin, je t'aide à ouvrir les yeux pour que tu détectes ton propre chemin.*

*Câlme et affectueuse, débordante de l'amour, de l'Amour, du tout, de tout ce qui existe, de tout ce qui vibre.*

*Pierres, plantes, éléments, je me diffuse en chacun d'eux, pour ressentir leurs vibrations et entrer en résonance pour mieux ensuite la diffuser autour de moi, porteuse de l'ensemble, de l'unité car tout est lié, tout est UN. »*

