Rencontre

PORTRAIT DES PLANTES

Ce mois, nous allons partir à la rencontre de 3 plantes que vous trouverez toujours proche de vous ou que vous soyez.

Le Pissenlit, souvent la première plante connue enfant.

Le Millepertuis, si proche de vous que ce soit en ville ou à la campagne.

L'Epicéa, le compagnon de vos ballades en forêt.

OBJECTIFS

Pissenlit

Millepertuis

Epicéa

SEQUOIA & VALERIANE

PISSENLIT

Taraxacum officinalis

Astéracées

LIEU DE VIE

- Prairie
- Bord de chemin
- Pelouse
- Terres présentant un excès d'engrais, de fumier frais

Figure 1 –Pixabay

FEUILLES

- En rosette
- Formes variables, lobes triangulaires, dirigées vers le sol
- Plus fines vers le bas
- Se mangent en salade au printemps

Figure 2 - Althea provence

RACINE

- Pivotante
- Jusqu'à 50cm de profond

TIGE

- Dressée, dépourvue de feuilles

FLEURS

- Capitule florale unique
- Astéracées : ensemble de centaines de fleurs, les ligules qui forment le capitule

Figure 3 –S&V

FRUITS – GRAINES

- Aigrettes qui s'envolent au vent

Figure 4 - S&V

PLANETE ET ELEMENT

Le Pissenlit est lié au la Soleil par sa tige dressée et sa couleur jaune soleil. Mais également à la Lune, en graine. Observez comme le Pissenlit ressemble à la pleine Lune.

Il a donc une double signature.

Les éléments sont également multiples, car le Pissenlit fait le lien entre la Terre et l'Air, de sa racine ancrée à l'envol de ses graines.

MESSAGE

- Purification
- Nettoyage
- Allègement
- Transformation
- Adaptation
- Dissipe l'engourdissement

Avec sa grande capacité d'adaptation, le Pissenlit se transforme : de la rosette de feuilles à la fleur solaire puis à la sphère lunaire. Lorsque vous traversez de périodes de changements, déménagement, séparation, nouveau travail, départ des enfants, etc… Le Pissenlit vous accompagne pour vous aider dans le processus de changement et d'adaptation à votre nouvel environnement.

De même qu'il purifie le sol, prendre du Pissenlit pourra vous alléger de ce qui est en excès en vous. Ami particulier du foie, organe de la transformation des substances, il nettoie et purifie.

RECOLTE ET TRANSFORMATION

Récolter les racines à l'automne lorsque la sève redescend.

Attention au lieu de récolte ! Bien s'assurer qu'il est sain.

Les racines sont lavées, séchées et coupées en tronçons pour être amenées au séchage. Le séchage des racines peut se faire au soleil ou dans une armoire de séchage ayant un déshumidificateur ou légèrement chauffé selon l'herboriste Claude Roggen à 45°C.

Pour les préparations médicinales :

- Alcoolature
- Tisane

RENCONTRE

Nous vous invitons à rencontrer *Taraxacum* par le biais de la teinture mère.

L'échantillon n°7 contient 15 gouttes de teinture mère Cérès, soit 3 prises de 5 gouttes à diluer dans l'eau.

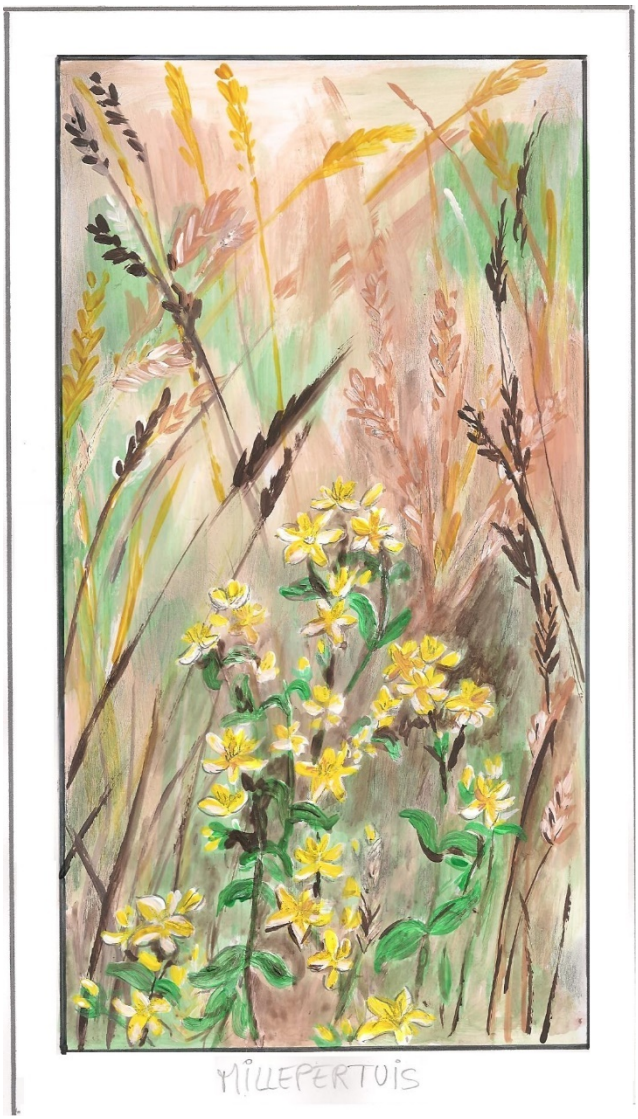
Noter dans votre cahier d'herboriste ce qui vous encombre et dont vous voudriez vous alléger ou les changements que vous vivez en ce moment.

Visualisez ensuite votre vie telle que vous la souhaitez. Vous allez ainsi rendre possible ce futur potentiel, déjà inscrit dans votre arbre de vie, et augmenter la probabilité de sa réalisation.

MILLEPERTUIS

Hypericum perforatum

Hypericacées



LIEU DE VIE

- Friche
- Clairière
- Prés secs
- Bord de chemin
- Sols secs

Figure 5 - Pixabay

LEGENDES

Les druides utilisaient cette plante pour chasser les mauvais esprits et les influences négatives.

On raconte que le Millepertuis fait venir les fées bienveillantes la nuit, pendant le sommeil.

Au moyen âge, appelé chasse diable, il repoussait les démons et les forces destructrices. Le Diable aurait d'ailleurs essayé de le perforer avec sa fourche d'où les « trous » dans ses feuilles. Il était utilisé pour les exorcismes.

FEUILLES

- Opposées
- Ovales
- Glandes translucides : la feuille s'est adaptée pour laisser passer la lumière
- Points noirs, pigment d'hypéricine

Figure 6 - Althea provence

TIGES

- Fermes
- 30 à 60 cm
- Restent tout l'hiver

FLEURS

- Telles des soleils
- Ecrasées, elles libèrent la couleur rouge
- Étamines longues et nombreuses

Figure 7 - Pixabay

GRAINES

- Toutes petites graines
- La chaleur lève la dormance

PLANETE ET ELEMENT

Plante solaire par excellence, le Soleil se reflète dans chacune de ses fleurs, la puissance du feu est en braises rouges au cœur même de la plante.

MESSAGE

- Lumière solaire
- Source d'énergie

Lorsque nous nous trouvons dans un passage de notre vie où nous cherchons la lumière, le Millepertuis nous guide et nous fait reprendre nos capacités à trouver la lumière qui se trouve au fond de nous. Il panse nos blessures physiques et psychiques pour nous relier à la lumière et ainsi retrouver nos capacités de discernements et d'autoguérison.

RECOLTE ET TRANSFORMATION

Pour les préparations médicinales :

- Macérat huileux
- Alcoolature
- Huile Essentielle
- Tisane
- Homéopathie

Récolter les fleurs à la Saint Jean, lorsque le soleil est le plus haut dans le ciel.

Elles concentrent ainsi toute la lumière et la chaleur solaire pour les restituer.

La célèbre huile de Millepertuis, un macérat huileux, se colore d'un rouge profond au soleil pendant les 40 jours d'exposition. La chaleur s'y concentre et rayonne lors de l'utilisation.

Quelques fleurs peuvent agrémenter une tisane pour apporter la lumière.

L'huile essentielle est très précieuse. Elle pour nous aider à retrouver le rythme, tel celui des saisons.

RENCONTRE

Recevez cet **échantillon n°8** qui contient un extrait huileux de Millepertuis, appelé communément huile de Millepertuis.

Allumez une bougie et appliquez l'huile chaque soir sur votre plexus solaire pour l'équilibrer et faire pénétrer la lumière du Millepertuis en vous.

EPICEA

Picea abies

Pinacées

LIEU DE VIE - SILHOUETTE

- Montagne
- Plaine (planté en grand nombre)
- Aime sol calcaire – roche peu profonde – terre faible épaisseur
- Décomposition lente, qui donne un humus acide
- Grande taille, toujours vert – 30 à 50m
- Port conique, cime pointue même chez les sujets âgés
- Flèche dressée
- Côté triste, branches pendantes, résistant à la neige
- Rameaux pendants, orange bruns
- 40 espèces
    - Epinette du canada, Epinette noire = *Picea mariana*
- Réserve de nourriture pour les petits animaux, écureuil, oiseaux

Figure 8 - Pixabay

TRADITION

Dans la mythologie grecque, l'Epicéa est dédié à Artémis, déesse de la Lune et de la vie sauvage, protectrice des femmes qu'elle assiste aux accouchements : l'Épicéa est l'arbre de la naissance.

Cette tradition est reprise par les Chrétiens : l'Épicéa est associé à la naissance de Jésus qui est fêtée le 24 décembre, date du solstice et de la renaissance du soleil. C'est en Alsace qu'apparaît le "sapin de Noël", qui était souvent une branche d'Epicéa. Cette tradition est introduite en France en 1870. Aujourd'hui, l'*Abies nordmanniana* est le plus apprécié pour cet usage.

BOURGEONS

- Non résineux
- Peu pointus
- Petits, bruns
- Bourgeons éclatent en forme de petits pinceaux

Figure 9 - Pixabay

FEUILLES

- Aiguilles
- Piquantes, section à 4 angles
- En brosse tout autour du rameau
- Feuilles prolongées sur la tige (segment foliaire) ; si l'on tire sur une aiguille, un bout de la branche vient avec.

Figure 10 - Pixabay

CONES

- A tous niveaux contrairement au Sapin qui n'a que des cônes femelles en hauteur
- Monoïque : cônes femelles et cônes mâles sur le même arbre
- Fleurs femelles rouges de l'année
- Fleurs mâles en chatons, jaunes sur les rameaux de l'année précédente

Figure 11 - Pixabay

FRUITS

- Cônes pendants
- Allongés
- Tombent en entier au sol

Figure 12 - Pixabay

PLANETE ET ELEMENT

En lien direct avec la planète Saturne comme tous les conifères. Lien au Temps, aux forêts du Jura, berceau de l'horlogerie. Il nous donne le temps pour se reposer en ôtant la fatigue de nos épaules.

Son élément est le Feu, par la chaleur que ses rameaux apportent à la terre, par le Feu qu'il nourrit.

MESSAGE

- Apporte la force
- Il prend soin de nous, se met à notre portée
- Il nous soutient si nous baissons les bras
- Il nous permet de faire naître les nouveaux projets

RECOLTE ET TRANSFORMATION

Pour les préparations médicinales :

- Huiles Essentielles (rameaux)
- Hydrolat
- Gemmothérapie (bourgeons)
- Tisane

Jeunes pousses parfois préparées en décoction. Leur saveur de sapin dotée d'une touche citronnée fait des jeunes pousses d'Épicéa un aromate sauvage.

Les jeunes pousses se récoltent au début du printemps quand les bourgeons s'ouvrent et font apparaître de petites touffes d'aiguilles tendres et vert clair. Une fois la saison avancée, ces jeunes pousses se développent, prennent une couleur vert foncé et deviennent trop coriaces. Prenez garde de laisser suffisamment de jeunes pousses sur l'arbre pour ne pas entraver son développement.

Les jeunes pousses de l'Epicéa peuvent être séchées dans un endroit aéré et à l'abri de la lumière. Elles entrent alors dans la composition de tisane et parfument les desserts. Les jeunes pousses peuvent également être transformées en sirop qui se conserve plus d'un an s'il est fabriqué dans les règles de l'art.

RENCONTRE

Respirez **l'échantillon 9**, Huile Essentielle d'Épicéa. Laisser son odeur de forêt vous envahir, pénétrer en vous et vous apporter sa force, son énergie, son calme propre aux conifères, sa verticalité, sa connexion au ciel. Demandez-lui de vous aider si vous avez perdu le courage ou baissé les bras dans une situation particulière.

Noter toutes vos sensations dans votre cahier d'herboriste, images, couleur, associations d'idées. Écrivez, dessinez, prenez de la hauteur et laissez-vous guider par votre intuition.