

Rencontre

PORTRAIT DE PLANTES

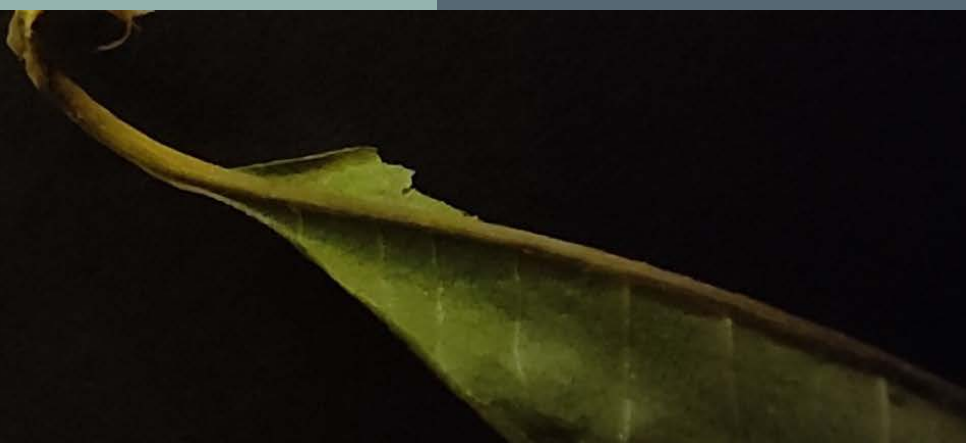
Ce mois nous partons à la découverte de 3 nouvelles plantes :

Le Tussilage

Le Tilleul

La Verveine

Trois plantes très proches de l'homme, très proche de vous.



OBJECTIFS

Tussilage

Tilleul

Verveine



SEQUOIA & VALERIANE

TUSSILAGE

Tussilago farfara

Astéracées



Tussilage



SEQUOIA & VALÉRIANE

LIEU DE VIE

Sur des sols instables, riches en bases et en argile

Sols mouvants, lieux humides

Bord de chemin, plante pionnière

Talus, remblais, éboulis

Fleurit tout au début du printemps, perce parfois les dernières neiges.



Figure 1 – (Flickr)

TRADITION

Son nom vient de *tussi*, qui signifie « tousser » et de *agere* qui veut dire chasser.

Farfara vient de *farfarus* ; farineux, par rapport à la blancheur feutrée des feuilles.

Claude Roggen le nomme le « petit poussin ébouriffé ».



Figure 2 – (Flickr)

TIGES

Écailleuses et cotonneuses

Sans feuilles

Une fois la floraison passée, la tige s'allonge pour donner un tremplin aux graines qui s'envolent.

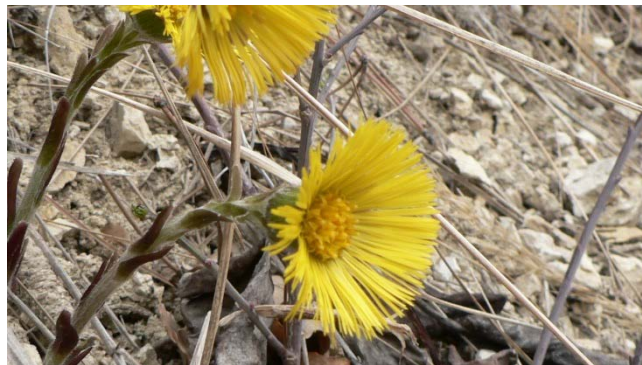


Figure 3 – (Flickr)

FEUILLES

- Apparaissent après la floraison
- Pétiolées
- Forme arrondie, épaisses
- En cœur à la base
- Vertes dessus
- Blanches, cotonneuses, feutrées dessous
- Bord sinué, bordées de larges dents
- En forme de « Pas-d'âne »

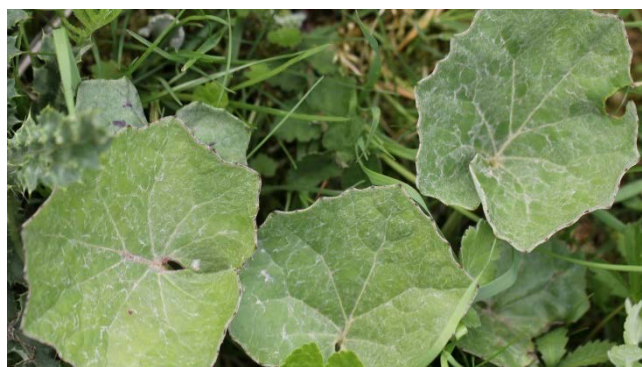


Figure 4 – (Flickr)



SEQUOIA & VALERIANE

RACINES

Une racine principale, et des secondaires autour.

FLEURS

Tout au début du printemps, le Tussilage nous apporte la lumière pour le commencement d'un nouveau cycle.

Astéracées : chaque capitule est formé de nombreuses fleurs : au centre les tubules, autour les ligules jaunes telles de petits soleils.

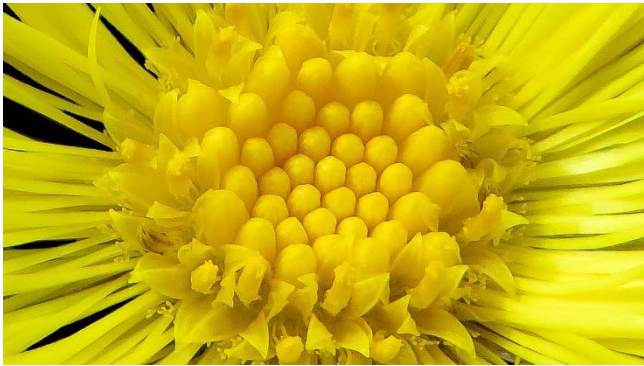


Figure 5 - (Flickr)

FRUITS

Akènes surmontés d'une aigrette ; petits parachutes.



Figure 6 - (Flickr)

PLANÈTE ET ÉLÉMENT

A la fois représentant du Soleil et de la Lune, le Tussilage apporte la lumière et la douceur du coton.

En lien avec l'eau, il stabilise les sols et les émotions.

MESSAGE

- Petit soleil
- Joie et optimisme
- Espoir
- Pétillant
- Respect de l'ordre des choses

"Je suis le Tussilage, petit soleil dans ta vie, celui qui va réanimer ta joie, ton optimisme. Je fais ressurgir l'espoir lorsque tout sort de la grisaille, du froid qui a rigidifié tes structures.

Je t'apporte la chaleur, je pétille tel le regard d'un enfant qui découvre les petits miracles de la vie. Je t'accompagne dans les moments de ta vie où le désespoir laisse place à la volonté de croire, celle d'ouvrir tes yeux pour ne comprendre que tout n'est finalement qu'expérience.

Je suis la petite flamme présente au fond de ton corps, celle qui ne demande qu'à être animée par le souffle divin présent en toi."

Les fleurs viennent avant les feuilles, le Tussilage présente la venue prématurée d'un événement, un décalage dans le processus temporel de ce qui doit être. L'élixir spagyrique sera conseillé pour celui qui reste figé sur une idée, lui permettant de respecter ainsi l'ordre des choses.



SEQUOIA & VALERIANE

RÉCOLTE ET TRANSFORMATION

Les fleurs se récoltent en tout début de floraison pour éviter que les fruits ne mûrissent au séchage.



Figure 7 - (Flickr)

Les feuilles se récoltent en été lorsqu'elles sont bien développées. Les couper en morceau et les faire sécher.

Pour les préparations médicinales :

- Tisane
- Alcoolature
- Élixir spagyrique
- Sirop
- Cuisine

Ne pas consommer plus de 8 jours de suite !



Figure 8 - (Flickr)

RENCONTRE

Nous vous invitons à attendre le printemps et partir à la rencontre de ces petits soleils qui viendront vous réchauffer le cœur.

En attendant, vous trouverez **l'échantillon 13** composé de fleurs et feuilles séchées pour vous préparer une infusion à boire au cours de votre journée afin d'apporter des étincelles lumineuses dans votre quotidien.



SEQUOIA & VALERIANE

TILLEUL

Tilia sp

Tiliacées

Dans le cadre de cette formation, nous vous présentons deux espèces principales sauvages :

Tilia cordata , Tilleul à petites feuilles

Tilia platyphyllos , Tilleul à grandes feuilles.



SEQUOIA & VALERIANE

LIEU DE VIE

Tilleul à grandes feuilles : forêt et colline

Tilleul à petites feuilles : plaine

Arbre de 30m

Résiste à la sécheresse, aux pucerons et à la pollution des villes

Sols profonds et frais

Vit de 500 à 600 ans.



Figure 9 – (Pixabay)

TRADITION

- Symbole de l'amour conjugal et de la fidélité
- Symbole de l'amitié
- Chez les celtes, arbre de la vérité, de la clémence
- Son bois était considéré sacré au Moyen Age, utilisé pour la sculpture des Saints.

ÉCORCE

D'abord lisse jusqu'à l'âge de 20 à 30 ans.

Puis profondément crevassée.

L'aubier est la couche de bois située juste sous l'écorce, zone d'accroissement du bois, d'une forte vitalité. Cette partie est utilisée en herboristerie.



Figure 10 - Pixabay

BOURGEOIS

Tilleul à petites feuilles : 2 écailles

Tilleul à grandes feuilles : 3 écailles.

FEUILLES

- Caduques
- Alternes
- Pétiolées
- Cordées : échancrées en forme de cœur à la base
- Finement dentées
- Souvent dissymétriques

Tilleul à petites feuilles : 3 à 8cm, touffe de poils roussâtres à la bifurcation des nervures.

Tilleul à grandes feuilles : 8 à 10cm, légèrement velues sur le dessus, touffes de poils blanchâtres à la bifurcation des nervures.

BRACTÉES

- Sorte d'ailes allongée attachées aux fleurs
- Étroites, lancéolées
- Blanc vert tilleul
- Plus ou moins grandes selon l'espèce.



SEQUOIA & VALERIANE



Figure 11 - Pixabay



Figure 13 - Flickr

FLEURS

- Floraison à partir de la sixième année
- Fleurs regroupées en bouquet lâche au-dessus d'une bractée
- Le Tilleul à petites feuilles a plus de fleurs par bouquet que celui à grandes feuilles.



Figure 12 - Pixabay

FRUITS

- Petits fruits ronds, akènes, qui persistent l'hiver
- Un peu pubescent.

PLANÈTE ET ÉLÉMENT

Rondeur, abondance dans la floraison, senteurs exaltantes, ceci nous fait penser à Jupiter, la planète de l'accomplissement et de l'abondance.

Sa douceur, sa rondeur et sa quiétude nous relie inévitablement à l'élément Eau.

MESSAGE

- Douceur
- Calme dans la tourmente
- Permet d'unifier, de renouer
- Signe de paix

Le Tilleul permet de comprendre l'autre et évite de se braquer dans les situations difficiles

RÉCOLTE ET TRANSFORMATION

Largement utilisé pour calmer le mental, le Tilleul est récolté pendant une très courte période estivale.

Récolter les fleurs et les bractées ; le bouquet floral, lorsque les premières fleurs sont ouvertes et les autres encore fermées.



SEQUOIA & VALERIANE



Figure 14 - Flickr

Une fois sèches, les fleurs doivent avoir une belle couleur beige.

RENCONTRE

L'échantillon 14 présente le Tilleul sous forme de bractées et fleurs séchées.

Déguster votre infusion en admirant le coucher du soleil pour intégrer les divers messages de la journée. Les laisser agir en vous, dans la quiétude quelque soient les situations vécues, l'expérience s'intègre et le Tilleul vous apporte le calme et la paix dont vous avez besoin.



SEQUOIA & VALERIANE

VERVEINE CITRONNEE

Lippia citriodora

Verbénacées



Verveine Citronnée



SEQUOIA & VALERIANE

LIEU DE VIE

- Originaire d'Amérique du sud
- Aime les terres riches, plutôt fraîches
- Cultivée dans nos régions en large pot.
- Dans les régions douces, il est possible de la planter en pleine terre, il faut cependant abondamment pailler la souche en hiver.



Figure 15 - Pixabay

TRADITION

Autrefois la plante était utilisée uniquement pour les parfums, les savons et la liqueur.

Dans l'antiquité, les romains plaçaient de la Verveine sous les tables pour faciliter les conversations joyeuses.

Les druides l'utilisaient pour effectuer leurs prophéties.

FEUILLES

- Lancéolées
- Rudes, rêches
- Pointues
- Verticillées par 3
- Fort parfum citronné
- Nervure centrale saillante dessous.



Figure 16 - Pixabay

TIGES

- Rougeâtres
- Anguleuses

FLEURS

- Nombreuses
- Petites, il est facile de ne pas les voir
- Blanches, bleutées
- En épis au bout de la tige.



Figure 17 - Flickr

FRUITS

Petites drupes renfermant deux graines.



SEQUOIA & VALERIANE

PLANÈTE ET ÉLÉMENT

Ses feuilles, pointues et rêches, nous font penser à Mars et nous informe de sa forte activité.

Ses buissons jaillissent du sol avec détermination et fougue. Sa tige rougeâtre nous rappelle également cette planète.

Ses feuilles en forme de flammes nous parlent de Feu, de lumière solaire. Connaissant le Feu, la Verveine est une alliée dans tous les processus inflammatoires.

MESSAGE

- Chaleur du soleil et apport de lumière
- Console et panse les peines
- Apporte la joie et la gaieté
- Aide à intégrer ce qui a été mémorisé

En période d'examen, utiliser l'Huile essentielle en déposant une goutte sur votre front. La concentration, la mémoire et l'intégration de ce qui a été appris en seront fortement aidés. La Verveine vous aidera à garder votre calme tout en tonifiant vos capacités d'apprentissage.

RÉCOLTE ET TRANSFORMATION

Avant la floraison, couper quelques branches puis effeuiller en tirant les feuilles en direction de la base. L'effeuillage frais est caractérisé par une petite torsade observable après séchage à la base des feuilles. Cela garantit une qualité supérieure. Il est en effet beaucoup plus rapide d'effeuiller une fois séchée mais au risque d'émietter, le travail sera moins soigné.

Pour les préparations médicinales :

- Tisane
- Huile essentielle

- Élixir spagyrique
- Liqueur
- Alcoolature



Figure 18 - Flickr

RENCONTRE

Une préparation à base d'huile végétale de Jojoba et d'huile essentielle de Verveine vous est proposée dans **l'échantillon 15** pour découvrir sa puissance équilibrante émotionnelle.

Appliquer ce mélange sur votre front dans les périodes d'examen, ou sur les poignets en cas de difficultés à vous endormir ou tout simplement pour vous procurer la détente et le dynamisme dont vous avez besoin dans votre quotidien.

L'huile essentielle est photo sensibilisante, éviter de vous exposer au soleil après application.

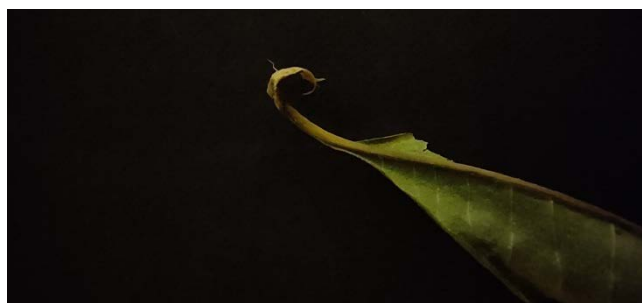


Figure 19 - S&V



SEQUOIA & VALÉRIANE