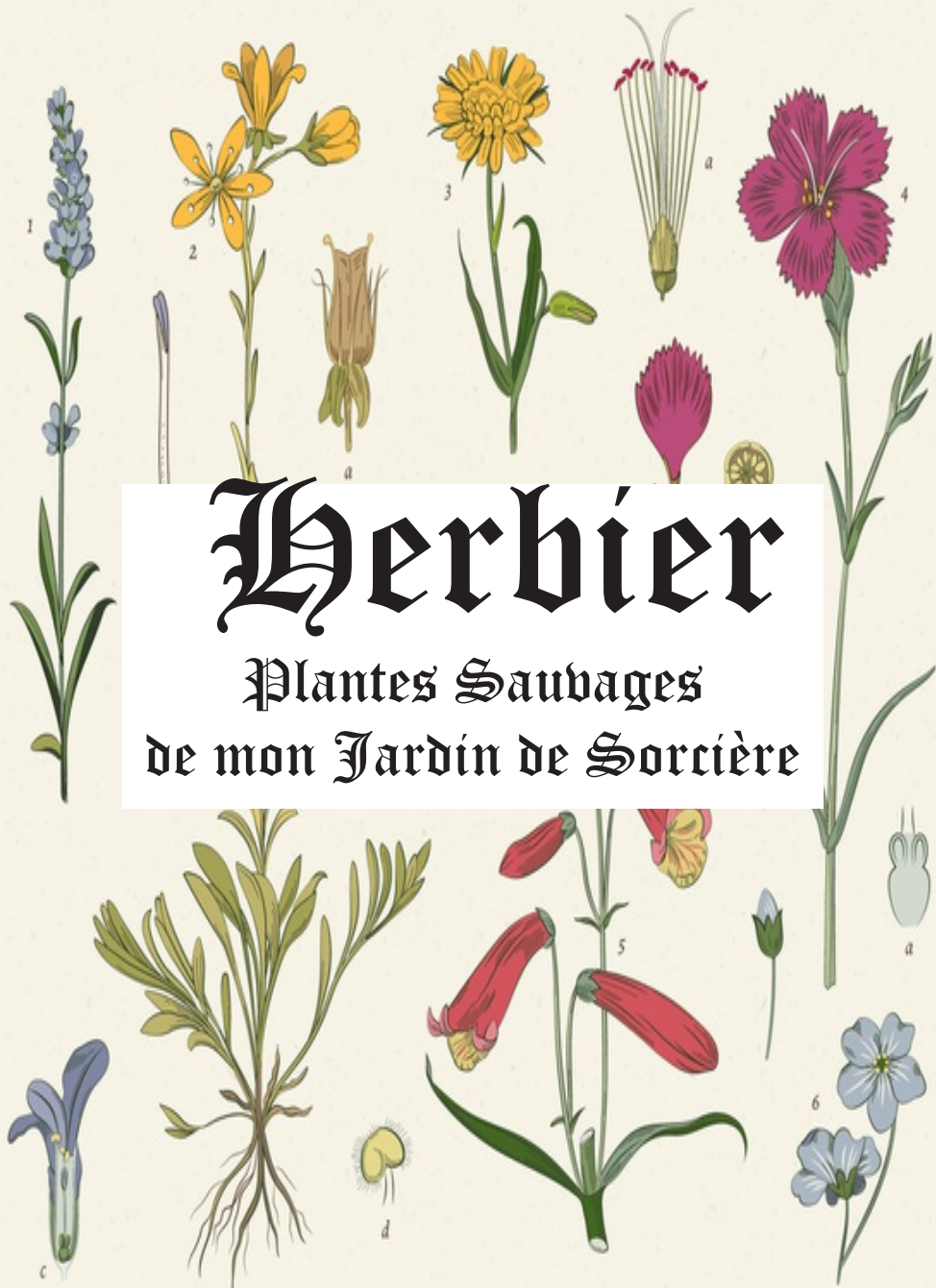




Sommaire

1. Le plantain lancéolé
2. Le pissenlit
3. Le lamier pourpre
4. La violette
5. La bugle rampante
6. Le géranium à feuilles rondes
7. La mâche sauvage
8. La véronique petit chêne
9. L'oxalide dressée
10. Le trèfle
11. La cardamine hirsute
12. La porcelle enracinée
13. L'ortie
14. Le lierre
15. La flauve
16. La pâquerette
17. L'euphorbe des bois
18. Le laiteron des champs
19. Le mûrier sauvage
20. Le Seneçon vulgaire

Plantain

Plantago lanceolata

Famille : Plantaginacées

Planète : Mars

Élément : Feu

Créature magique :



Vertus thérapeutiques

En décoction: 30 à 60g de feuilles /litre d'eau, à prendre par voie interne ou gargarisme

- Propriétés antiallergiques
- Adoucissant des voies respiratoires
- Conseillé pour la bronchite, l'asthme, le rhume des foins, la sinusite, la rhinite, la toux, la pharyngite, la laryngite, la tuberculose
- recommandé en cas de maladie du foie ou de la vessie, hémophilie, anémie, fatigue

Graines :

- antidiarrhéique à faible dose
- laxatif à forte dose

Feuilles froissées ou broyées :

- apaise les piqûres d'insecte (feuilles froissées)
- propriétés asséchantes et hémostatiques

Propriétés magiques

- Cueillir le plantain après le coucher du soleil en lune descendante et de la main gauche pour qu'elle aie le maximum d'efficacité.
- La plante portée en amulette soulage les maux de tête.
- Le plantain fait parti du «charme des neufs herbes sacrées.»

Pissenlit

Taraxacum officinale

Famille : Astéracées

Planète : Jupiter, Mercure

Élément : Air

Créature magique : Farfadet

Vertus thérapeutiques

En décoction, tisane: 10g de feuilles/
150ml d'eau ou 3 à 5 g de racines /tasse

- anti-inflammatoire
- stimule et apaise le foie
- agit sur les troubles digestifs : constipation, digestion difficile, excès de cholestérol ou inappétence
- prévient les problèmes rénaux : insuffisance urinaire ou hépatique, troubles biliaires
- traite l'hypertension artérielle
- soulage rhumatisme, arthrite

Feuilles broyées:

- lutte contre les manifestations cutanées: dermatoses, maladies de peau, verrues...



DANDELION
Leontodon taraxacum L.
CHICORY FAMILY

Propriétés magiques

- Boire une tisane de pissenlit favorise la clairvoyance, la divination, la réception de messages, les prophéties/présages, les prises de conscience
- En amulette, il favorise la protection, la purification intérieure, la guérison et développe l'autorité et la liberté. Il attire l'argent.
- En sachet sous l'oreiller, favorise le sommeil et le travail onirique
- A l'extérieur, soufflez sur ses aigrettes et faites un souhait

Lamier

Lamium Purpureum

Famille : Lamniacées

Planète : Vénus

Élément : Eau

Créature magique :



Lamium purpureum L.

Vertus thérapeutiques

Plante annuelle qui pousse en automne et au printemps. Les propriétés médicinales sont plus importantes chez le lamier blanc.

En décoction, tisane:

- tisane de fleur: anti-bronchite
- expectorant
- astringent
- anti-diarrhéique, diurétique
- affections gynécologiques, règles douloureuses, maux de ventre

Feuilles broyées:

- excellent désinfectant et cicatrisant en cataplasme sur les plaies

Cuisine:

- les feuilles toutes jeunes ont un goût de champignon (attention ne pas manger les feuilles avec des tâches blanches d'Oïdium). Délicieux en omelette.

Propriétés magiques

- Pouvoirs : fécondité, douceur, attraction, fidélité
- Sachet magique : pour avoir un enfant
- Bougie : graver son prénom et celui de son amoureux(se) sur une bougie blanche. Frotter la bougie avec du lamier poupre. A chaque fois que la bougie sera allumée et brûlera, elle assurera amour et fidélité au couple dont les prénoms sont gravés sur la bougie.

Violette

Viola Papilionacea

Famille : Violaceae

Planète : Vénus

Élément : Air, Eau

Créature magique : Fées

Vertus thérapeutiques

En décoction, tisane: 50g de fleurs /litre d'eau bouillante

- vertus expectorantes en cas d'infection respiratoire (rhume/bronchite)
- calme les irritations
- soulage la toux
- laxative et diurétique, traite les constipations légères (même chez les enfants)
- sudorifique, recommandée en cas de poussée de fièvre et état grippal
- efficace contre l' indigestion ou l'intoxication alimentaire

En inhalation:

- calme la nervosité, baisse le stress et réduit les insomnies

Feuilles et racines de violettes broyées:

- cataplasmes chauds efficaces contre petites plaies et crevasses du sein (allaitement) ou escarres.



A. LUNDVIOL, VIOLA RIVINIANA ECHR.
B. HUNDVIOL, VIOLA CANINA L.

Propriétés magiques

- Pouvoirs : amour, bien-être, bonheur, chance, désir sexuel, fertilité
- En amulette : magie des fées, angélique, défensive, sexuelle
- Tisane ou sirop : soulage les peines de coeur, guérison

Bugle rampante

Ajuga reptans

Famille : Labiées

Planète : Saturne

Élément : Air, Eau, Terre

Créature magique :

Vertus thérapeutiques

Apelée également Petite consoude. On utilise les parties aériennes de la plante. La bugle rampante est légèrement tonique, astringente et fébrifuge.

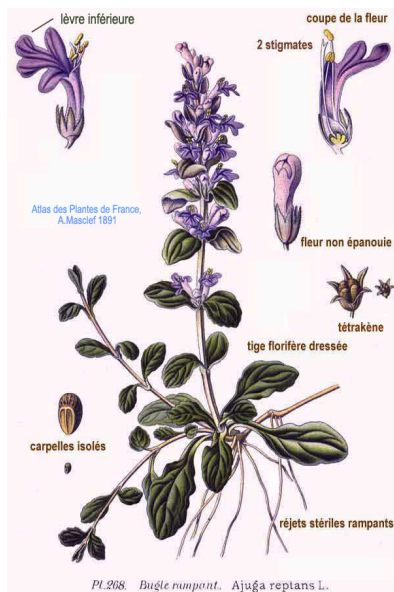
En décoction, tisane : on la consomme traditionnellement en tisane dans les cas de pneumonie, dysenterie, hémorragies, angines, maux de tête, diarrhées et leucorrhée.

Gargarismes : on en fait des gargarismes pour apaiser la toux, les inflammations de la bouche et de la gorge.

En usage extérieur : C'est une plante antiseptique et cicatrisante.

Décoction : 20 à 30g de plante fleurie par litre d'eau. En cas d'inflammation des yeux, on faisait des lavages avec la décoction de bugle rampante.

Les jeunes pousses et les feuilles étaient jadis consommées en salade.



Pl. 268. Bugle rampant. *Ajuga reptans* L.

Propriétés magiques

- Sachet magique: pour se souvenir de ses rêves
- Eau d'arquebuse : la bugle fait partie des 17 plantes de ce vulnéraire réputé
- Amulette : attire l'argent, force, guérison, prospérité, protection

Géranium

Geranium rotundifolium

Famille : Geraniaceae

Planète : Vénus

Élément : Eau

Créature magique : Fées

Vertus thérapeutiques

Le géranium à feuilles rondes est aussi appelé la Mauvette ou le Mauvin.

Broyé en application externe : La plante fraîche est astringente (qui resserre les tissus vivants) , vulnéraire (qui guérit les blessures, plaies) et résolutive (calme les inflammations).

Gargarisme : contre les angines

Elle était utilisée contre les hémorragies, les néphrites, les contusions.



Propriétés magiques

- Pouvoirs : action, amitié, bonheur, calme
- Sachet magique : développe la communication, la concentration, la confiance en soi, courage; amène liberté, guérison et harmonie
- Amulette : rompt les envoûtements, diminue anxiété, stress et tristesse

Mâche

Valerianella locusta

Famille :

Planète :

Élément :

Créature magique :

Vertus thérapeutiques

La mâche sauvage est également appelée doucette. Elle renferme beaucoup de bêta-carotène, un antioxydant qui se transforme en vitamine A dans l'organisme.

En décoction, tisane: 50g de fleurs /litre d'eau bouillante

- vertus expectorantes en cas d'infection respiratoire (rhume/bronchite)

- calme les irritations

- **En inhalation:**

- calme la nervosité, baisse le stress et réduit les insomnies

Feuilles et racines de violettes broyées:

- cataplasmes chauds efficaces contre petites plaies et crevasses du sein (allaitement) ou escarres.



Propriétés magiques

- Sachet magique: pour se souvenir de ses rêves
- Eau d'arquebuse : la bugle fait partie des 17 plantes de ce vulnéraire réputé
- Amulette : attire l'argent, force, guérison, prospérité, protection

@grainedescrriere

Véronique

Veronica Chamaedrys

Famille : *Plantaginaceae*

Planète :

Élément :

Créature magique :

Vertus thérapeutiques

La véronique du petit chêne est parfois appelée Fausse Germandrée (nom vernaculaire).

Elle a les mêmes que celles de la Véronique officinale. Elle est peu utilisée car la présence d'aucuboside peut provoquer des diarrhées.

Véronique officinale : Elle a des propriétés astringentes, eupeptiques et cicatrisantes. La présence d'aucuboside¹, un anti-inflammatoire, contribue à soigner l'arthrose. La véronique combat aussi l'artériosclérose et a un effet antioxydant qui aide à combattre le diabète ; elle protège le foie, pour lequel elle est citée en conjonction avec d'autres plantes (pissenlit, chicorée, aspérule) par l'herboriste renommée Maria Treben, qui la cite également pour l'excès de cholestérol, les blessures enflammées à cicatrisation difficile, l'eczéma chronique (avec l'ortie), les vieilles bronchites, la jaunisse, les affections de la rate, les troubles intestinaux, la nervosité issue de surmenage intellectuel et les vertiges.



Propriétés magiques

Oxalis

Oxalis fontana Bunge

Vertus thérapeutiques

Famille : Oxalidaceae

Planète : Mercure

Élément : Air

Créature magique :



- OXALIS -
VINTAGE STYLE BOTANICAL ILLUSTRATION

Oxalis dressé, oxalis des fontaines.

Oxalis signifie «oseille», par allusion à la saveur acide de la plante, très proche de celle de l'oseille.

Jadis, on la prenait au printemps pour purifier le sang, chargé des toxines qui s'étaient accumulées tout au long de l'hiver. On l'a également prise pour traiter les ulcérations de la bouche et de la gorge : on en mastiquait quelques feuilles ou la mangeait en salade. On lui attribuait en outre des vertus antiscorbutiques, ce qui est tout à fait plausible puisqu'elle est relativement riche en vitamine C. En bêta-carotène aussi, d'ailleurs. On l'a de plus employée en voie externe: les feuilles cuites étaient appliquées en cataplasmes afin de favoriser la suppuration des abcès froids. Froids, par opposition bien sûr, à chauds, c'est-à-dire que contrairement à ces derniers, ils ne s'accompagnent pas d'inflammation aiguë (donc de chaleur, de rougeur, de gonflement et de douleur).

Propriétés magiques

- Pouvoirs : Protection
- Amulette : protège des démons (japon)

Trèfle

Trifolium pratense

Famille : Fabaceae

Planète : Mercure

Élément : Air

Créature magique : Fées

Vertus thérapeutiques

Trèfle rouge ou trèfle des prés est plante herbacée vivace longtemps utilisée en médecine traditionnelle chinoise et russe pour ses propriétés sédatives, diurétiques et antitussives. On lui attribue aussi des vertus dépuratives, cholérétiques et antispasmodiques et pour soulager, en usage externe, les affections de la peau.

- lutte contre cancer du sein
- améliore santé cardiovasculaire
- atténue les symptômes de la ménopause
- prévention de l'ostéoporose
- santé pulmonaire
- beauté de la peau et cheveux

Les fleurs séchées sont prioritairement utilisées en phytothérapie sous forme de tisane.



Propriétés magiques

- Pouvoirs : ancrage, calme, chance, émotions équilibre spirituel
- Sachet magique : acceptation, amitié, attirer l'amour, prospérité
- Amulette : trèfle à 4 feuilles pour enchanter votre vie, attirer l'argent, attirer la chance, la réussite, la magie des fées

Cardamine

Cardamine hirsuta

Famille : *Brassicacées*

Planète :

Élément :

Créature magique :

Vertus thérapeutiques

Cardamine hirsute ou cardamine hérissée, cresson des murailles.

Des feuilles des cardamines, on ne consommera que les jeunes feuilles inférieures disposées en rosette. Pour faire la salade, il faut couper la cressonnette finement comme on coupe du persil sur une salade verte. Les fleurs peuvent également entrer dans la composition des salades. Ses sucs facilitent la digestion.

On l'utilisait jadis comme antiscorbutique (car elle contient beaucoup de vitamine C), tonique et stomachique, expectorant pour traiter les bronchites et les toux.

Cataplasme : désinfectant, cicarisant, efficace sur les piqûres d'insecte, les problèmes de peaux, abcès...



Propriétés magiques

- Pouvoirs : stimule activité de l'Esprit, Amour
- Philtre : ingrédient utilisé dans la composition d'un philtre d'amour

Porcelle

Hypochaeris radicata

Famille : Asteraceae

Planète : Jupiter, Mercure

Élément : Air

Créature magique :

Vertus thérapeutiques

La porcelle enracinée est une vivace à l'allure particulière : depuis une rosette de feuilles rêches et poilues, profondément ancrée et complètement plaquées au sol, se dressent de longues tiges nues, peu ramifiées, qui portent les fleurs jaunes en été.

Les anciens connaissaient bien la Sauvage, dont ils mangeaient les feuilles croquantes, cuites ou crues, comme le Pissenlit (la Porcelle enracinée est bien moins amère que ce dernier).

L'espèce est cependant soupçonnée d'être toxique pour le cheval si elle est consommée en excès et de provoquer des spasmes chez l'équidé.



Propriétés magiques

- Pouvoirs: favorise la clairvoyance, la divination, la réception de messages, les prophéties/présages, les prises de conscience
- En amulette, il favorise la protection, la purification intérieure ainsi que la guérison.

Ortie

Urtica dioica

Famille : *Urticaceae*

Planète : *Mars, Pluton*

Élément : *Feu*

Créature magique :

Vertus thérapeutiques

- Diurétique, élimine l'urée
- Entraîne une diminution modérée de la pression artérielle
- Dépurative, cholagogue, stimulerait la production enzymatique du pancréas
- Anti-rhumatismale, préventive de l'artériosclérose, Articulations douloureuses, ostéoporose
- Anti-inflammatoire, antalgique, Antimicrobien, anti-ulcéreux
- Anti-anémique, reminéralisante
- Hépatoprotecteur et antioxydant
- Hypoglycémiant
- Anti-allergique
- Immuno-stimulant,
- Prévention du cancer
- Acné modéré, hyperséborrhée
- Asthénies
- Chute de cheveux : activation du métabolisme pileaire



Propriétés magiques

- Pouvoirs : accroissement, calme, chance, communication, confiance en soi, courage, guérison, enchantement, justice, purification, sécurité
- Sachet magique : communication, désir sexuel, purification, unité
- Amulette : magie défensive, protection psychique, briser envoûtements
- Bouteille de sorcière: empêcher le mal d'entrer dans votre foyer, bannir

@grainesdesorciere

Lierre

Hedera Helix

Famille : *Araliaceae*

Planète : *Saturne*

Élément : *Air, eau, terre*

Créature magique :

Vertus thérapeutiques

En infusion : laisser infuser 300 mg de feuilles séchées dans de l'eau bouillante, pendant dix minutes. Boire l'infusion trois fois par jour.

Utilisation interne

En cas de rhume, de bronchite et même de coqueluche, son action permet de dégager les voies respiratoires et apaiser une toux grasse. Il traite aussi l'arthrose et les rhumatismes.

Utilisation externe

Action reconnue contre les affections de la peau, diminution des démangeaisons, des brûlures. Il contribue à la cicatrisation des plaies et possède un effet anticellulite.

Il permet, notamment, de soigner les cors au pied.



Propriétés magiques

- Pouvoirs : Amitié, amour, protéger les animaux, connaissance, honneur, messages/présages, divination, secrets, sécurité, transformation
- Sachet magique : croissance, équilibre, guérison, protection, renouveau
- Amulette : attachement, attraction, fidélité, mariage, fertilité, chance

Mauve

Alba sylvestris

Famille : Malvaceae

Planète :

Élément :

Créature magique :

Vertus thérapeutiques

Tisane: 2 cuillères à soupe d'un mélange de fleurs et de feuilles, pour 1 l d'eau. Boire 1 à 3 tasses/j

Utilisation interne

Propriétés calmantes, adoucissantes et anti-inflammatoires : la mauve apaise les gorges irritées ou enflammées et calme la toux sèche. Lutte contre les toux (action pectorale) et affections inflammatoires des voies respiratoires (rhumes, bronchites, trachéites, angines, laryngites, pharyngites, états grippaux). Elle améliore également certains troubles digestifs bénins (inflammations des muqueuses de l'estomac et de l'intestin) et prévient les infections urinaires chez les personnes à risque.

Action laxative légère : elle permet de traiter la constipation chronique, notamment chez les sujets fragiles comme les jeunes enfants, les personnes âgées ou les femmes enceintes.

Utilisation externe

Action calmante et émolliente. Apaise les peaux sensibles ou irritées, comme celle des bébés.



Propriétés magiques

La mauve fait partie de la « tisane des quatre fleurs », composée de sept espèces, avec le coquelicot, le tussilage, le pied-de-chat, le molène bouillon-blanc, la guimauve et la violette. Au XVI^e siècle, en Italie, on la nommait omnimorbia, « remède à toute maladie ».

Pâquerette

Bellis Perrenis

Famille : Asteraceae

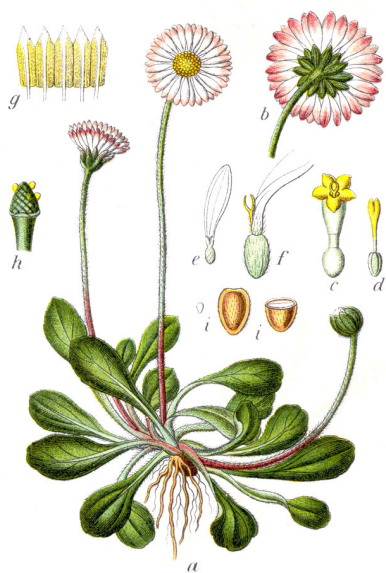
Planète : Soleil, Vénus

Élément : Eau

Créature magique : Fées

Vertus thérapeutiques

Infusion de fleurs et feuilles : 1 cuillerée à dessert par tasse. Bouillir et infuser 10 minutes. 3 tasses par jour entre les repas



Lutte contre :

- rhumatisme, goutte
- pleurite, bronchites, asthme, laryngite
- hydropisie
- insuffisance hépatique et rénale
- surmenage
- insomnie
- traumatismes, hématomes (usage interne et externe)
- mastites, tumeurs du sein (usage interne et externe)
- dermatoses, furonculoses, ulcérations (usage interne et externe).

Le thé de pâquerette est recommandé pour les enfants amaigris ou qui ne se développent pas.

Propriétés magiques

- Pouvoirs : amour, bonne humeur, calme, chance, créativité, lumière, prise de conscience, message/présage, vérité, vie
- Sachet magique : guérison, harmonie, jeunesse, plaisir, protection
- Amulette : amour, attraction, bénédiction des fées, créativité

Euphorbe

Euphoria helioscopia

Famille : Euphorbiaceae

Planète :

Élément :

Créature magique :

Vertus thérapeutiques

Helioscopia «qui regarde le soleil», dérivé du grec, fait allusion à l'ombelle qui se déploie tôt le matin, face au soleil, d'où, aussi, le nom vernaculaire de «réveil-matin.»



Euphorbia helioscopia L.

Utilisation médicinale : a des effets purgatifs, laxatifs. Était utilisée contre les problèmes respiratoires de type bronchite et l'arthrose, la sciatique. Le suc serait utilisé pour réduire les verrues. Comme toujours et à de rares exceptions, les effets des plantes sont très peu documentés par des études scientifiques.

Utilité alimentaire : le latex de cette plante est **toxique** à la consommation et allergisant au toucher.

Propriétés magiques

- Pouvoirs :
- Sachet magique :
- Amulette :

Laiteron

Sonchus arvensis

Famille : Asteraceae

Planète :

Élément :

Créature magique :

Vertus thérapeutiques

Sonchus arvensis appelé également laiteron des champs.



Le laiteron est une plante médicinale qui perd peu à peu de l'intérêt, elle permet pourtant de traiter les gripes grâce à son apport en vitamine C, ainsi que les infections urinaires. Elle apaise les douleurs de l'estomac et des crises de goutte, elle est bénéfique pour soigner les gastrites et en usage externe, elle traite efficacement les verrues.

Propriétés magiques

- Pouvoirs : la clairvoyance, la divination, la réception de messages, les prophéties/présages, les prises de conscience
- Amulette : il favorise la protection, la purification intérieure, la guérison et développe l'autorité et la liberté. Il attire l'argent.

Mûrier

Rubus fruticosus

Famille : Euphorbiaceae

Planète : Lune, Vénus

Élément : Eau

Créature magique : Fées

Vertus thérapeutiques

La ronce est aussi appelée mûrier sauvage

Utilisation interne

Astringente et antidiarrhéique : la ronce est préconisée en cas de diarrhée, quelle soit d'origine virale, parasitaire ou bactérienne.

Antioxydante et antivirale : grâce à ses tanins limitant l'entrée des virus dans l'organisme, la ronce prévient les maux de l'hiver.

Vasoconstrictrice : elle est utilisée en cas de règles abondantes, mais aussi de sinusite et de rhume.

Utilisation externe

Régulatrice de sébum : la ronce soigne les dermatoses suintantes comme l'acné, les dartres et l'eczéma ; elle protège le cuir chevelu.

Astringente : en bain de bouche ou gargarisme, le mûrier sauvage traite gingivites, angines, pharyngites et névralgies dentaires.

Antibactérienne : elle peut soigner les blessures légères et prévenir les caries.



Pl. 288. Mûrier noir. *Morus nigra* L.

Propriétés magiques

- Pouvoirs : ancrage, argent, attachement, bonheur, chance, communication, croissance, envie, intuition
- Sachet magique : purification intérieure, fertilité, guérison, harmonie
- Amulette : prospérité, protection, chance, richesse

Seneçon

Senecio vulgaris

Famille : Asteraceae

Planète :

Élément :

Créature magique :

Vertus thérapeutiques

Traditionnellement présentée, sans preuve pharmacologique, comme susceptible d'améliorer la circulation veineuse. En Haute-Provence, c'est une plante considérée comme antitraumatique (pour les contusions) et résolutive (cataplasme) de la médecine populaire.

Le seneçon commun fut une plante médicinale mais en raison de sa toxicité hépatique, il a été transféré par l'arrêté du 25 août 1997 de la liste A à la liste B (plantes dont le rapport bénéfices/risques est défavorable).



Pl. 170. Seneçon vulgaire. *Senecio vulgaris* L.

Propriétés magiques

Le naturaliste romain du I^{er} siècle, Pline, relate certaines pratiques magiques de son époque. La plante était supposée capable de se charger des maux qu'elle était censée guérir et de les déposer dans la terre si on l'y replantait.

