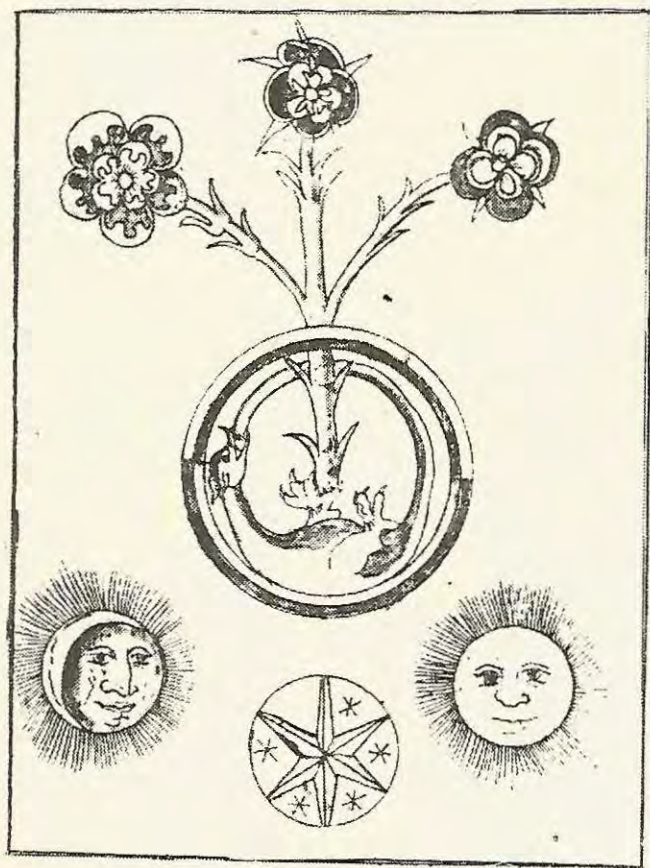


Frédéric VERNET

Plantes médicinales et sorcellerie dans le Midi



Frédéric VERNET

Plantes médicinales et sorcellerie dans le Midi



NIMES

C. LACOUR, EDITEUR

Place des Carmes - 25 bd amiral Courbet

Collection COLPORTEUR

1991

© LACOUR S.A. 1991.

" P R E F A C E "

La Provence est plus qu'une simple région, c'est le berceau d'un monde qui vit depuis de nombreux millénaires. Son histoire se retrouve bien avant le paléolithique. Des fouilles, non loin de Nice, nous prouvent chaque jour l'existence d'un peuple établi face à l'immensité de cette mer intérieure, la Méditerranée. Sans doute, ses rivages ne connaissant pas de marées attirèrent-ils nos lointains ancêtres ?

Ici, tout est à profusion, le soleil, la mer, l'eau de source, le poisson, le gibier, les plantes, les fruits. Déjà, les senteurs de romarin, de lavande et de thym devaient fleurir bon dans les Garrigues.

Les premiers sons qui sortirent de la gorge de ses premiers habitants furent certainement (des chants, des mélodies). Aujourd'hui, ce doux accent est capable d'embellir un jour de pluie. La joie et le bonheur de vivre règnent en maîtres, car les dieux ont tout donné à cette terre bénite.

Les celtes furent probablement les premiers à s'installer dans cette merveilleuse Provence, puis vinrent les autres... Les étrangers : ce furent les sumériens, les phéniciens, ensuite les grecs. Ces derniers fondèrent la plus célèbre cité de toute la région, celle dont on parle dans le Monde entier, le plus grand port phocéén, qui devint Marseille.

Eternels conquérants, les romains laissèrent plus récemment leur empreinte. On retrouve partout les vestiges de leur passage, de Vaison-la Romaine

à Saint-Rémy-de-Provence, de Nîmes à Arles. Ils sont toujours là, ils sont présents à Orange, enjambent le Gard.

Comment, avec un passé aussi riche, la Provence ne connaîtrait-elle pas la sorcellerie, la Magie ? Chaque peuple y a contribué, chacun est venu apporter sa connaissance, pour finalement trouver toujours mieux. Les pierres, les plantes sont là, sauvages, à notre portée, pour apprendre à nous soigner. Rebelle à toute culture religieuse la Provence est demeurée libre, parfois albigeoise ou cathare, mais toujours indépendante.

De nos jours, rien a changé, il suffit de se baisser un peu, pour trouver tout ce qui est bon, à portée de notre main. Plions les reins, pour ramasser cette herbe bienfaitrice, nous le faisons bien pour compter les points à la pétanque. Et puis, de toute manière, il existe la sieste, authentique sacrement auquel tout véritable provençal vous conviera.

La terre peut paraître aride, mais elle est bonne et généreuse, tout comme ses habitants. Pourquoi avoir abandonné tant de villages dans la montagne, quand le moindre pied d'herbe peut nous être utile ?

Par bonheur, cette connaissance, n'est pas oubliée. C'est ce que nous allons tenter de vous expliquer. A Salon-de-Provence, ce vieux sage de Nostradamus s'était installé là, non pas pour rédiger ses prophéties, mais pour composer ses onguents de grande réputations, ses confitures uniques, dont Catherine de

Médecis se délecta.

A Montpellier, si cette ville libre fonda la plus brillante faculté de médecine de toute la Renaissance, ce fut pour l'unique raison qu'il existait tout pour soigner.

Chaque médecin était un peu sorcier, souvent astrologue et qu'il savait... non pas ce qu'on lui avait enseigné, mais ce qu'il avait appris des habitants. Aussi venait-on de loin pour devenir un "sage", un véritable sorcier. Dans cet ouvrage, vous découvrirez mille recettes, toute une connaissance, parfois reconnue officiellement quelquefois regardée comme étant un vieux fond de superstition.

Quelle erreur !...

La Nature n'a jamais rien laissé au hasard. En Provence, il existe trop de lumière, pour que le soleil n'ait point un "porteur". Le mal, qui nous assaille trop souvent, est guéri par cette même Nature.

Si les natifs de cette région donnent une apparence de nonchalance, c'est qu'elle est la marque de la quiétude, de la tranquillité. Quand on a tout, que peut-on demander de plus. Ce n'est pas un conte de Daudet, ni une histoire marseillaise, nous allons, au cours des pages qui vont suivre, vous offrir suffisamment de recettes pour vous convaincre qu'il existe encore un petit coin de paradis, sur cette terre de France. Mais au fait, la Provence ne serait-elle pas le bijou, qui orne notre beau pays ?

-----8-----

SI NOUS

PARLIONS PLANTES

Nous allons vous décrire 100 plantes utiles pour votre santé, autant que pour votre usage quotidien. Pour plus de facilité, nous avons choisi l'ordre alphabétique, afin également de ne pas nous rendre coupable de la moindre préférence. Toutes ces plantes sont bonnes, en vente libre dans les pharmacies, encore faut-il savoir s'en servir. Ici intervient notre principal travail.

Malheureusement, depuis quelques temps, les ouvrages sur les "simples" prolifèrent et ne sont pas toujours conformes à ce que l'on devrait obtenir.

Afin de ne courir aucun risque, il est préférable d'acheter ces plantes à des personnes compétentes, plutôt que de vouloir les cueillir soi-même et d'avoir le risque de se tromper.

Le séchage des plantes est également très délicat pour quelqu'un qui n'a pas la compétence voulue la moindre moisissure fait perdre les propriétés à la plus active des plantes.

Enfin il est conseillé de les préparer tel que nous l'indiquons, soit en infusion, en décoction ou en macération. Si une plante peut avoir plusieurs usages, il est également possible de réunir plusieurs herbes, pour créer une nouvelle tisane, plus efficace, par rapport au but recherché.

-----8-----

Le nom seul nous fait penser à la "mominette" de nos grands-pères, au "Ricard" et à tous ses dérivés. Paradoxalement, l'ABSINTHE est une plante sorcière extrêmement utile, dont les propriétés sont nombreuses et très recherchées. De son nom scientifique, elle est nommée "ARTEMISIA ABSINTHIUM". Pour des raisons plus obscures, certains lui accordent le surnom d'HERBE SAINTE, mais plus généralement d'ARMOISE AMERE.

L'ABSINTHE se prépare en infusion chaude ou froide. Sur une cuiller à soupe, on remplit d'eau bouillante un grand bol. On laisse ensuite infuser durant au moins cinq minutes.

Prise chaque soir, encore chaude, l'ABSINTHE, on l'ignore trop souvent, est excellent pour les rhumatismes. Mais sa principale propriété est d'abord APERITIVE, de ce fait, elle aide considérablement la digestion. Dans ce cas, il vaut mieux la prendre froide, même fraîche, avant le repas, car elle évite les indigestions. Pour cette même raison, on peut aussi en prendre, toujours fraîche, après le repas, même une heure plus tard, si on se sent alourdi...

Mais les qualités de l'ABSINTHE ne s'arrêtent pas là. Elle possède une action DIURETIQUE indéniable, ce qui aide à l'élimination des toxines du corps, tout en activant le fonctionnement des reins. Elle peut aider, dans un certain sens à maigrir, à condition de ne pas en boire plus d'un litre par jour. L'ABSINTHE fera uriner.

Autre particularité, qui n'est pas à dédaigner chez les femmes, une telle tisane aide à la venue des menstruations. Effectivement, son action sur la circulation sanguine est excellente. Ainsi, quelques jours avant la date des règles, il est bon d'en prendre une tasse avant de se coucher.

Enfin, on la dit VERMIFUGE, cela est connu depuis fort longtemps. Cet effet est certain, mais il ne faudrait pas lui accorder une trop grande confiance. Il existe bien d'autres plantes, qui possèdent cette même propriété, et qui peuvent être associées à son action.

Pour terminer, nous devons signaler, il ne faut pas confondre l'absinthe avec l'anis vert (qui entre véritablement dans la fabrication du pastis), bien que certaines de ses actions sont assez semblables

On aura intérêt à sucrer cette tisane avec énormément de miel, car elle est très amère, comme son surnom d'"ARMOISE AMERE" le précise. Il est donc fortement déconseillé aux nourrices. Il rend le lait amer.

-----8-----

A I L

On ne saurait parler de la Provence, sans citer l'AIL, de son nom scientifique ALLIUM SATIVUM. Or, son origine et son utilité se perdent dans la nuit des temps. Ce sont les Celtes qui furent les premiers à la connaître, d'ailleurs, le mot lui-même est celte, puisqu'on nommait cette racine "ALL", dans cette langue ce qui signifie "chaud et brûlant".

On en finirait pas de parler des vertus de cette plante, dont seule la racine nous intéresse. On peut la conserver en grappes tressées, en pot, elle est toujours là pour nous être utile. Disant cela, nous ne pensons pas à son arôme, qui agrmente tant de plats provençaux, mais à la plante, sous son aspect médicinal.

Effectivement, elle facilite la circulation sanguine et nous ne saurions trop la recommander à ceux qui font de l'artério-sclérose. On prétend que les grands mangeurs d'ail n'ont généralement jamais de cancer.

Antifatigue par excellence, l'ail était, au temps des pharaons, consommé en grande quantité par les ouvriers bâtisseurs de tant de monuments.

Sans aller jusqu'à dire qu'il s'agit d'une panacée de jeunesse, il est un fait certain, c'est qu'en régularisant la circulation sanguine, l'ail évite le vieillissement des artères et facilite le travail du cœur.

Mais il existe un aspect beaucoup plus magique : dans les campagnes, on s'en sert encore pour

éviter au nouveau-né d'avoir des convulsions, pour cela, on constitue un collier d'Ail qu'on pose autour du cou.

Il ne s'agit pas là d'une vague superstition, mais bien d'une réalité. D'ailleurs, les limites de la science et de la Magie sont très restreintes. Paradoxalement, ce bulbe particulièrement sympathique possède quelques inconvénients en Magie traditionnelle, l'AIL nuit au phénomène de voyance. C'est pour cette raison qu'un collier d'AIL évite les convulsions aux enfants nerveux, et qu'encore aujourd'hui, on prétend que cette plante chasse les "vampires". Dans ce dernier cas, il faut demeurer sage et ne pas confondre légendes et réalités. Les vampires, tels qu'on les décrits en Transylvanie, dans les romans ou au cinéma relèvent du rêve et d'un enfantillage de mauvais goût. En revanche, il existe des phénomènes, que l'on pourrait assimiler à du vampirisme, c'est le cas de certaines personnes auprès desquelles on se sent mal à l'aise. Elles absorbent, souvent involontairement, notre potentiel énergétique, rechargeant leurs batteries, pourrait-on dire, à nos dépens. De là l'expression populaire très courante : "il me pompe l'air". Pour éviter ce phénomène qui est bien réel, il est utile de porter toujours dans sa poche une ou deux gousses d'AIL. Cela suffira pour éloigner les importuns. Mais si vous désirez pratiquer la voyance sous une forme quelconque, abstenez-vous de manger de cette racine durant cette journée.

-----8-----

Son nom latin est "VACCINIUM MYRTILLUS" elle fait partie de la famille des Ericacées. En vérité, il s'agit tout simplement de la famille de la MYRTILLE que nous savourons parfois en confiture ou sur une tarte.

Outre le plaisir apporté par ses fruits délicieux ce sont surtout les feuilles séchées qui nous intéressent. La Magie traditionnelle a, depuis longtemps, constaté ses qualités astringentes. La tisane préparée raisonnablement, dans la proportion d'une cuiller à café pour une tasse (ou si nous préférons la valeur d'un filtre à thé dans une tasse d'eau bouillante) durant cinq à dix minutes, offrira bien des avantages. Cette propriété de resserrer la rend antidiarrhéique.

Absorbée en lune montante, l'AIRELLE aurait, selon la plus vieille tradition, la propriété de régénérer le pourpre tétinien, de ce fait d'améliorer la vision nocturne. Ceci est particulièrement indiqué aux automobilistes, de nos jours.

Mais les vertus de l'AIRELLE ne s'arrête pas là. Non seulement son action est certaine dans les cas de colibacillose, mais elle contribuerait facilement, dans certains cas de diabète, à éviter le pire, grâce à ses vertus Hypoglycémiantes.

Toujours en raison de ses facultés astringentes, l'AIRELLE est donc favorable pour certaines maladies des reins et de la vessie, évitant, par exemple, le "pipi au lit", qui devient parfois une véritable maladie,

apportant une contrainte chez de nombreux adolescents des adultes, et à plus forte raison, chez les personnes âgées, qui sont souvent atteintes par ce mal.

Ce sont les feuilles séchées qui ont le plus de vertus, surtout si on prend le soin de les cueillir une nuit de PLEINE LUNE, avant que celle-ci soit parfaitement pleine.

Il faut éviter de toucher aux grappes, qui peuvent apparaître au printemps, sous forme de petites fleurs roses en gralots, car cela nous priverait de fruits délicieux, qui peuvent être consommés tel quel, à la condition d'être lavés, ou bien, comme nous en avons parlé plus haut, en confiture. Dans ce cas, on peut en user et en abuser, ce n'est pas l'AIRELLE qui vous rendra malade ou vous donnera la colique.

-----8-----

ANIS VERT

De son vrai nom c'est la PINPINELLA ANISUM. Elle est originaire d'Orient et est donc connue et cultivée, depuis longtemps, en Provence. On la surnomme encore PETIT ANIS et ANIS D'EUROPE.

on la prépare en infusion, à raison d'une cuiller à café, pour une tasse d'eau bouillante.

Au bout de cinq à dix minutes, cette tisane dégage un arôme agréable. On la sucre avec du miel, ce qui est toujours préférable. Enfin, on la déguste en bénéficiant des propriétés de cette plante.

Elle est généreuse dans bien des cas. Un enfant qui a des cauchemars profitera d'un sommeil calme. Même les adultes peuvent en prendre, elle permet de lutter contre l'insomnie. Mieux, elle facilite les règles difficiles, et, en ce sens, elle peut-être associée à d'autres plantes, possédant les mêmes propriétés, comme l'ABSINTHE.

Les avantages procurés par l'ANIS VERT ne s'arrête pas là, cette plante est digestive, antispasmodique, mieux encore, elle facilite la lactation chez les femmes qui allaitent.

Ce qu'on sait moins est que l'ANIS VERT lutte contre la toux et l'asthme, ce qui représente encore un avantage, dont on a su tirer parti depuis les temps les plus reculés.

Toutefois, il existe certaines conditions essentielles, pour cultiver et récolter cette plante. Elle appartient à l'immense et redoutable famille des ombel-

lifères, parmi lesquelles nous trouvons aussi bien la cigüe que le cerfeuil. C'est dire avec quel soin on doit être assuré de posséder la PINPINELLA ANISUM.

En Provence, elle se cultive facilement, si on choisit une terre saine, mais surtout bien ensoleillée. Le meilleur moment est d'ensemencer après les dernières gelées, surtout si on réside en hauteur.

Seules les graines nous intéressent, on les cueillent le matin, au lever du jour, quand il y a de la rosée, puis on laisse ces graines sécher au soleil.

Pour les conserver, en vue de les semer l'année suivante, il faudra garder ces graines dans du sable, durant tout l'hiver, car la moindre humidité leur serait fatale. Même en vue de faire des tisanes, il faut les conserver dans un pot parfaitement sec, à l'ombre, et ne les préparer qu'en dernière minute.

L'ANIS VERT est donc une plante merveilleuse, dont il convient de prendre grand soin. Toutefois, il est important de signaler qu'une trop forte consommation d'essence d'anis peut être dangereuse. On peut de même la comparer à un stupéfiant.

-----8-----

ARMOISE

Son véritable nom est ARTEMISIA VULGARIS. Parlant d'Artémis, la Diane chasseresse des Grecs, on le comprend tout de suite, cette plante très utile est connue depuis la plus lointaine antiquité pour les bienfaits qu'elle peut apporter, en particulier, à la femme.

On nomme également l'ARMOISE : HERBE DE LA SAINT JEAN. Ce n'est pas sans raison. En Magie traditionnelle, on peut être certain qu'un bouquet d'ARMOISE cueilli dans la nuit du solstice d'été portera bonheur toute l'année. Malheureusement, ceci est surtout vrai pour les femmes. Cependant, elle peut protéger quelquefois les deux sexes, car la tisane, préparée en infusion, composée d'une bonne poignée, déposée dans le fond d'un grand bol et sur laquelle on versera de l'eau bouillante, il suffira de dix minutes pour obtenir un excellent antispasmodique. De plus l'ARMOISE est un excellent stimulant, cela, nous le savons depuis longtemps. Toutefois, il est important de signaler que cette plante doit être utilisée avec précaution et sans excès afin d'éviter des risques de convulsions.

Tout comme Artémis qui protégeait les femmes malades, sans avoir le moindre pouvoir abortif, l'ARMOISE facilite la menstruation, évitant ainsi les douleurs abdominales précédant, généralement, la venue des règles. Nous pouvons donc l'affirmer, c'est un puissant emménagogue. Nous pourrions presque le dire, l'ARMOISE est une plante des femmes par excellence.

Mais là ne s'arrête pas ses vertus. Cette plante doit être impérativement cueillie au début de l'été, elle se conserve séchée assez longtemps, tout en conservant ses pouvoirs.

Le meilleur moment, pour la cueillette, est en lune montante, nous sommes obligés d'insister sur ce point, il est très important.

Il n'est pas utile d'attendre qu'elle soit sèche pour l'utiliser. Fraîche, elle fait une tisane tout aussi excellente, peut-être même plus efficace.

En revanche, cette plante était connue des sorcières depuis fort longtemps, pour une propriété très particulière. Cueillie l'été, elle aura le temps de sécher, quand vous serez en automne. Si vous pouvez avoir la peau d'un lièvre, vous en faites des jambières, dans lesquelles vous placerez des feuilles d'ARMOISE. Vos jambes deviendront infatigables. Vous pourrez parcourir de nombreux lieux sans ressentir la moindre fatigue. La chasse au lièvre ne manque pas dans notre belle Provence, on peut donc se régaler de sa chair, mais ne pas oublier de tanner sa peau pour confectionner ses jambières très utiles. Même avec un costume moderne, un "jean", elles passeront inaperçues, aux yeux de ceux que vous rencontrerez. De nos jours, tant de femmes, portant le pantalon dès la venue de l'automne, nul ne saura ce qu'elles auront autour des mollets. Naguère les femmes portaient cette préparation sous leurs longues robes, de nos jours, la mini-jupe ne facilite pas la chose, mais le pantalon, oui!

C'est le CYNARA SCOLYMUS des botanistes. Si on parle souvent des ARTICHAUTS de Bretagne, ce n'est pas une raison suffisante pour vouloir l'ignorer, il en pousse une énorme quantité dans le midi.

Cuit, c'est un plat excellent, dont il est inutile de parler, tant l'ARTICHAUT est connu. On peut le manger cuit, mais également cru, quand il est tout petit, à peine gros comme une petite figue. On le laisse mariner dans de l'huile d'olive et du gros sel. Non seulement c'est un hors-d'oeuvre délicat, mais il favorise la vésicule biliaire. D'ailleurs son action sur le foie est prouvé depuis toujours.

Curieusement, on ne mange que ses fleurs, car l'ARTICHAUT, par lui-même, est avant tout une énorme fleur.

Il régnait en maître contre l'insuffisance hépatique, sur les reins, la vessie. Comme il facilite le drainage du sang dans les vaisseaux, il est souverain contre les rhumatismes. Pour cela, il est possible de boire le jus de cuisson de nos artichauts, comme s'il s'agissait d'une tisane. Le seul inconvénient est que ce breuvage ne se garde pas longtemps, le lendemain, il semble engendrer des bactéries qui risquent d'être nuisibles et rendre gravement malade. Pour cela, nos anciens prétendaient qu'un ARTICHAUT, qui n'est pas consommé dans la journée où il est cuit, est capable de faire du "vert-de-gris", ce qui n'est pas du tout exact. Toutefois les empoisonnements qu'il occasionne-

rait se rapprocherait assez de ceux produits par l'oxyde de cuivre.

Mais n'allons pas chercher si loin. Contentons nous de le déguster tiède, avant d'être cuit, avec une légère vinaigrette à l'huile d'olive, dans ce cas, l'ARTICHAUT, se révélera, non seulement un excellent hépatique, mais aussi un diurétique et un laxatif. Voilà bien de belles qualités faites pour faciliter, à la fois, notre digestion et notre transit intestinal. C'est un authentique stimulant pour nos sucs digestifs. Ceci lui donne la propriété d'être un très bon "amuse-gueule" avec l'apéritif, surtout si vous le consommez, quand il est petit, avec de l'huile d'olive et du gros sel marin, comme nous vous le conseillons au début.

Mais nous insistons beaucoup sur ce point : quand il est cuit, n'attendez pas le lendemain pour le manger, même si vous le gardez au réfrigérateur.

Enfin, rappelons-le, l'ARTICHAUT est parfois nommé BARIGOULE dans le midi.

-----8-----

ASPERULE ODORANTE

On a seulement francisé son nom latin, car, pour les botanistes, c'est l'ASPERULA ODORA. Mais elle est sibelle, elle porte souvent le nom de REINE DES BOIS. En Provence, on la trouve principalement dans les frénais. Mais elle s'adapte si bien au climat où elle naît, on la rencontre en Alsace-Lorraine, en Hollande, en général un peu partout.

Les propriétés de cette plante sont tellement diversifiées qu'on peut la juger comme une excellente plante. Tout en elle est bon de la racine à la fleur, à la condition de la consommer fraîche, en infusion.

Surtout, ne confondez pas l'ASPERULE ODORANTE avec une autre plante, car on la nomme parfois "MUGUET DES BOIS". Or, le vrai MUGUET, celui que l'on offre comme porte-bonheur le 1er Mai, est un poison violent. Il vit également dans les bois, mais surtout dans l'humidité, dans les sols mouvants, garnis de mousse. Au contraire, si notre ASPERULE ODORANTE vit dans les frénais, elle recherche plutôt les endroits protégés et ne supporterait pas l'humidité de certaines forêts.

Cette plante possède de nombreuses propriétés. En infusion, elle facilite la digestion, elle lutte contre l'insomnie et aussi contre l'insuffisance hépatique. Une cuiller à dessert pour une tasse, c'est un régal, même si on est en bonne santé. Elle peut remplacer avantageusement le thé du soir, puisqu'elle ne rend pas nerveux. Au contraire son pouvoir est hypno-

tique et antispasmodique. Ceci nous prouve qu'on peut sans crainte en boir avant de dormir, ce n'est pas elle qui troublera votre sommeil.

Pourtant...Il convient de se méfier de l'ASPERULE ODORANTE, dans certains cas.

Comme nous le disions au début, elle est excellente consommée fraîche. Séchée, ce qu'elle supporte très bien, elle a des qualités aphrodisiaques certaines. Pour cette raison, à moins que ce soit le but recherché, n'en consommez que fraîchement cueillie. Mais surtout, ne donnez pas de cette tisane à des enfants, leurs rêves seraient certainement trop doux pour eux. Laissons-les en paix.

Pour cette dernière et très intéressante raison, l'ASPERULE ODORANTE est parfois nommée la "SORCIERE". Personnellement, pouvons-nous juger cela comme étant une injure ? Nous ne le pensons pas. L'ASPERULE ODORANTE demeure toujours la REINE DES BOIS.

-----8-----

AUBEPINE

C'est la plante des buissons par excellence. Son véritable nom est CRATAEGUS OXYACANTHA. Sincèrement, nous lui préférons de beaucoup celui d'AUBEPI-NE, qui nous invite à la poésie. Elle est de la famille des "Rosacées".

Ce sont les boutons, de cette plante, que l'on cueille au printemps. Car, à peine ouvertes, les fleurs laissent tomber leurs pétales.

Malgré sa beauté, l'AUBEPINE doit être approchée avec une certaine prudence, ce qui lui vaut ces surnoms d'EPINE DE MAI ou encore d'EPINE BLANCHE. Elle fait partie des épineux, déchirant facilement vêtements et chairs, si on n'y prend garde.

Mais revenons à ces fleurs délicates, cueillies en boutons. On en fait des infusions, que l'on sucre au miel, ce qui rend le breuvage encore plus délicieux.

Elle est bonne pour le coeur, dans certains cas bénins, elle pallie heureusement certaines petites insuffisances cardiaques, facilitant non seulement le drainage du sang, mais évitant, de ce fait, l'hypertension.

On prend alors 15 grammes de boutons d'AUBEPINE, pour un litre d'eau bouillante. L'infusion faite, on pourra en boire sans crainte trois ou quatre tasses par jours.

Mais l'AUBEPINE possède encore une autre vertu, non négligeable. Cette fois, on mettra 20 grammes pour un litre d'eau bouillante, en infusion, sucrée

au miel, et on obtiendra un remède excellent contre les maux de gorge. Cette fois, il ne faudra pas la boire, mais se contenter de s'en gargariser.

Ne quittons pas notre AUBEPINE, les mois ont passé, le printemps est derrière nous, revenons, vers notre buisson en fin d'été, en août, par exemple. Cueillons les baies, elles se séchent facilement et peuvent avoir le même usage que les boutons de fleurs, recueillis au mois de mai. Par la même occasion, remarquons qu'on-le, les épines sont pointues. Choisissons un jour de lune montante, peu avant la pleine lune, nous enlèverons facilement quelques-une de ces agressives pointes. Voilà pourquoi:

Quand nous préparons un poulet, pour le faire cuire, nous conservons rarement son cœur pour le manger. Et bien cette fois, gardons-le. Nous le ferons lentement sécher sous une petite pyramide de carton, en prenant soin d'orienter les faces dans la direction des quatre points cardinaux. Pour que tout soit parfait nous placerons ce cœur de poulet au tiers de la hauteur totale de la pyramide et nous attendrons trois jours. A ce moment là, nous déposerons, sous le cœur, une petite photo d'identité de la personne que l'on désire, puis on enfoncera trois épines d'AUBEPINE dans ce cœur. Attendons trois semaines, celle ou celui que vous aimez viendra à vous infailliblement.

-----8-----

Scientifiquement, son nom est ARCTIUM LAPPA. Toutefois, elle est plus généralement connue sous les noms d'HERBE AUX TEIGNEUX, d'HERBE AUX POUILLEUX, ce qui en dit long sur ses propriétés... Cette plante est de la famille des Composées.

C'est au bord des routes, dans les terrains incultes, dans les garrigues, qu'on la trouve facilement. Elle atteint souvent la taille d'un homme moyen.

C'est sa racine qui nous intéresse le mieux. Il faut en faire une décoction.

Nous ouvrirons ici une parenthèse. Contrairement à l'infusion, où on se contente de verser de l'eau bouillante sur une plante, pour une décoction, il faut la faire bouillir durant un certain temps.

Pour les racines de BARDANE, nous devons les utiliser fraîchement cueillies, sinon la dessiccation lui fait perdre une grande partie de ses propriétés. Si on prend soin de suivre les instructions données, la BARDANE offre des vertus assez proches (quoique bien moindre) de la pénicilline. Cette plante est un authentique antibiotique, qui fut depuis longtemps utilisé dans les cas de dermatoses, comme l'acné ou l'eczéma. C'est également un microbicide. C'est surtout, un antivénéreux. Elle peut être utilisée comme diarrhéique et en cataplasmes contre les douleurs rhumatismales et goutteuses.

De nos jours, le "codex" comprend suffisamment de produits beaucoup plus actifs ; pour ne pas

avoir à se préoccuper des qualités de la BARDANE, pour guérir certaines maladies. On la dit antisyphilitique, c'est vrai, mais, avouons-le, la médecine a fait d'autres progrès. Même si la BARDANE aurait guéri Henri III de la syphilis, ce n'est guère une raison pour tenter cette expérience de nos jours.

En revanche, elle peut encore nous être utile en usage externe, pour les cas bénins de furonculose ou de dermatose. On fait des compresses avec le liquide de la décoction.

Maintenant, en attendant les premiers secours les feuilles fraîches de BARDANE passent pour neutraliser le venin des vipères. Notre devoir est de ne pas vous conseiller de se contenter de cela.

En Magie, heureusement, elle offre un intérêt certain. Ses fruits sont de petites baies sphériques, garnies de crochets. Projetées sur un vêtement, elles restent accrochées. On s'en sert dans les farces et attrapes, comme vous avez dû déjà vous en apercevoir.

Voici comment agir, pour retenir celle ou celui qu'on aime. Vous prenez six baies de BARDANE. Il faut avoir un fragment de tissu appartenant à la personne que l'on désire attacher. Une nuit de pleine lune, exposé face à l'astre de la nuit, vous accrochez trois baies au fragment d'étoffe de la personne désirée et les trois autres à un vêtement vous appartenant. Le lendemain, au lever du jour, vous reprenez ces six baies et vous allez les jeter dans la nature

(sur une pelouse, dans un champ, dans un square, etc...) Il faut qu'elles soient réunies toutes les six, vous les retournerez à la nature. Cette dernière fera le reste, la personne viendra vers vous, d'autant plus facilement que vous penserez chaque soir à elle durant cinq minutes, avant d'aller vous coucher, ceci durant une lunaison, soit donc, jusqu'à la pleine lune suivante.

-----8-----

Comment ne pas parler du BASILIC en Provence? Cette plante aromatique entre dans la composition de la fameuse soupe au "pistou". D'ailleurs, si le nom scientifique du BASILIC est *OCYNUM BASILICUS*, on le nomme communément "pistou", en Provence. Ailleurs, ses qualités étant largement reconnues, on lui donne le surnom "ORANGER DES SAVETIERS", mais surtout "herbe royale".

Ce dernier surnom est mérité, le BASILIC est une plante souveraine, on peut la cultiver en appartement dans un pot, sur un balcon, elle pousse très facilement. Elle permet d'éloigner les moustiques.

On récolte essentiellement ses feuilles, que l'on peut facilement faire sécher au soleil. Non seulement, réduites en poudre, elles entreront dans la composition de la soupe au "pistou", mais si nous prenons simplement 15 grammes de ses fleurs séchées, on pourra en faire une excellente tisane, toujours sucrée au miel, pour un litre d'eau. Elle se conserve assez bien, près d'une semaine, à la condition de la conserver au frais et à l'ombre. Un petit bol (ou une grande tasse) permet de lutter chaque soir contre l'insomnie. A l'approche de la période menstruelle, les femmes ont intérêt à en boire, car le BASILIC est un emménagogue reconnu. Mieux encore, il lutte contre les rhumatismes, c'est un stimulant et un antispasmodique certain

Voici déjà beaucoup de qualités, pour une modeste plante, facile à cultiver, même en ville, mais ses pouvoirs ne s'arrêtent pas là. Cette plante est magique pour plus d'une raison.

On devrait toujours en avoir chez soi, en culture et séchée.

Le BASILIC en pot possède la curieuse propriété d'absorber les mauvaises ondes. On se sent mal en un endroit quelconque, dans son appartement, dans sa maison, cette plante absorbera les radiations nocives, sans perdre pour cela ses qualités propres. Il sera donc inutile de la jeter, quand on se sentira mieux, encore moins de la brûler, ce qui serait particulièrement horrible. Mûre, on pourra la laisser sécher sur un pied et faire tisane et soupe, avec ses feuilles.

Si on en met dans la poche gauche de son pantalon (valable pour un homme) ou dans le bonnet gauche de son soutien-gorge (pour une femme), le BASILIC sec vous protégera utilement contre ceux qui vous approcheront, en voulant vous mentir. Ils seront incapable de le faire. Selon le degré de leur puissance personnelle, ils se tairont ou bien avoueront la vérité.

Décidément, avec le BASILIC, on peut dormir tranquille.

-----8-----

Son véritable nom est, scientifiquement HERACLEUM SPONDYLIIUM. Cette plante est aussi nommée PANAIS SAUVAGE ou ANGELIQUE SAUVAGE.

Elle fait partie de la terrible famille des Ombellifères, ce qui la rend redoutable en ce sens qu'il faut parfaitement l'identifier, avant de pouvoir l'utiliser.

Pour ceux qui ont une tension trop forte, sa tisane stimulante en fait un hypotenseur doux et dont les effets restent prolongés. Toutefois, il ne faudra pas en abuser trop longtemps.

Sa racine est particulièrement bénéfique en décoction, à raison de 15 grammes par litre d'eau. Il faudra faire bouillir les racines fraîches et lavées durant une bonne dizaine de minutes, pour en tirer l'essentiel. Plus longtemps, les propriétés disparaîtraient, moins longtemps, on ne pourrait pas extraire le principal constituant de la plante : l'OCTANOL.

On dit que les semences sont vermifuges, nous le pensons également, au moins en ce qui concerne les oxyures, mais il ne convient pas d'en donner aux enfants, car cette plante a des propriétés aphrodisiaques certaines, puisqu'elle permet de régulariser la tension artérielle et, pour cette raison, d'exciter les parties sexuelles chez la femme et, encore davantage, chez l'homme. Du reste, son nom latin d'HERACLEUM nous le dit bien, c'est la plante d'HERACLES, Hercule des romains. En un mot, son usage répété permet de

lutter contre l'impuissance, si l'on préfère, elle facilite l'érection, tout en produisant une certaine excitation.

Passons sur ce point essentiel des propriétés de l'ANGELIQUE SAUVAGE, nous devons insister sur nos qualités digestives et diurétiques.

Naguère, on prétendait qu'elle pouvait guérir de l'épilepsie. Nous en doutons un peu, puisque nous nous trouvons devant une plante stimulante. Par contre il n'est pas impossible, en cas de blennorragie qu'elle procure un effet salubre, puisqu'elle est puissamment diurétique. La proportion de 15 grammes pour un litre d'eau en décoction reste valable.

Il faut toutefois l'utiliser avec prudence, une dose exagérée produirait des vomissements.

Enfin, en usage externe, toujours en décoction à raison de 100 grammes pour un litre d'eau, l'ANGELIQUE SAUVAGE devient un puissant désinfectant, contribuant à cicatrifier les ulcères des jambes.

-----8-----

Son nom est CENTAUREA CYANUS, mais on la nomme aussi "CASSE-LUNETTES". Au premier abord, on se demande pourquoi, en vérité, depuis toujours cette plante a la réputation de soulager les yeux fatigués, c'est un anti-ophtalmique. Evidemment, si on a une myopie épouvantable le BLEUET ne rendra pas la vue, mais il pourrait bien l'améliorer chez ceux qui souffrent des paupières.

Naguère, les femmes faisaient des infusions de BLEUET, avec deux pincées de plante coupée pour une tasse d'eau bouillante durant dix minutes, puis quand l'eau devenait tiède, elles faisaient des compresses qu'elles se posaient sur les yeux. Ceux-ci deviennent brillants, ont un éclat vivant et charmeur.

Par ce même moyen, on peut, sans l'ombre d'une hésitation, prendre des bains d'yeux, dans les cas d'orgelet, de conjonctivite surtout, et même de blépharite.

Le BLEUET est une excellente tisane, on peut en boire, additionnée de miel, dans une infusion d'un litre, avec une poignée de fleurs. Non seulement nous avons là un très bon dépuratif, un calmant et, en augmentant légèrement la dose, un diurétique remarquable, qui fait aussi tomber la fièvre.

Les graines de BLEUET, sont purgatives, on peut les consommer tel que, ou bien mélanger dans du miel. En compresse, en usage externe donc, c'est un astringent, un adoucissant, dans les cas de rhuma-

tismes, ce qui n'empêche pas qu'on peut en boire trois tasses par jour, l'effet est remarquable.

Mais si on prépare le BLEUET (la plante entière) à raison de 30 grammes par litre d'eau en décoction, c'est à dire en la faisant bouillir durant une bonne dizaine de minutes, nous obtiendrons un puissant antinévralgique et un antirhumatismal effectif. Là encore, on doit en boire trois tasses par jour, assez espacées.

Mais pour les rhumatismes, il n'y a rien de mieux que de laisser macérer le BLEUET dans de la bière durant plusieurs jours, généralement trois, en lune montante.

Quant en infusion, il est intéressant de signaler que cette plante, peut être utilisée pour des digestions difficiles et pour la tachycardie.

Enfin, ce que vous ignorez probablement, c'est qu'on devrait offrir un bouquet de BLEUET à celle que l'on aime ou que l'on désire. Recommencer plusieurs fois, toujours en lune montante. Ses yeux brilleront d'un éclat intense, toutes les fois qu'elle vous rencontrera. Finalement, elle vous tombera dans les bras.

Mais attention, mesdemoiselles, pour un homme, ce procédé ne fonctionne pas du tout, au contraire. Mieux vaut donc s'en abstenir.

Mais boire une tisane de BLEUET à deux, dans un grand bol fortifiera l'amour réciproque, toujours en lune montante, bien entendu.

La PNEUMUS BOLDUS est une plante originaire du Chili. Nous en parlons pour plusieurs raisons. Premièrement, bien connue dans l'ancien continent depuis seulement trois siècles, elle entra tout de suite dans la pharmacopée des mages provençaux, en raison de ses qualités.

Il faut le dire, il s'agit d'un arbuste s'adaptant particulièrement bien à nos latitudes. Il n'existe aucune contrainte particulière pour le faire pousser. Mais ce sont surtout ses feuilles qui nous intéressent.

Sur le plan physique, on pourrait dire que le BOLDO est l'ami du foie. On peut facilement l'associer à l'artichaut, dont il renforcera les qualités.

Non seulement le BOLDO est un bon diurétique un stimulant général, mais aussi un ami de la vésicule biliaire. Toutefois c'est une plante qu'il faut consommer raisonnablement. A trop fortes doses, elle peut provoquer une accélération du pouls, des vomissements et des diarrhées.

En la préparant en infusion, à raison de deux cuillers à soupe de feuilles séchées et broyées pour un litre d'eau, on obtiendra une excellente tisane, qui vous décongestionnera le foie. Le BOLDO peut pallier aux insuffisances hépatiques, particulièrement à la cholécystite et à ses conséquences.

On peut en boire deux tasses par jour avant les repas. Mais il existe une autre méthode assez peu connue. On laisse des feuilles de BOLDO (environ une

trentaine de grammes) macérer dans de l'huile d'olive vierge avec quelques artichauts. On obtiendra une huile digestive, très parfumée, pour confectionner des vinaigrettes. Si on le désire, on pourra ajouter encore des feuilles de romarin. Ce sera souverain.

Sur un tout autre plan, le BOLDO évite le stress. Son action sur le foie évite donc également de se faire de la bile, par un moyen externe, extrêmement utile à connaître.

Pour cela, il faut prendre des feuilles fraîches de BOLDO. On en placera sur son front et sur ses tempes, durant une petite heure. Au cours de la sieste, par exemple. On sera tout surpris, après ce laps de temps, de retrouver une partie de son énergie.

Comme il n'arrive pas toujours que l'on ait du BOLDO frais, on peut prendre des feuilles séchées et broyées. On mettra une bonne poignée, même deux, si on veut. Puis on fera bouillir dans un demi-litre d'eau, jusqu'à diminution, au point qu'il n'en reste plus qu'environ 20 centilitres (la valeur d'un verre à boire ordinaire). On s'en fera une compresse sur le front. La bile, le mauvais sang qu'on pouvait se faire disparaîtront au bout d'une heure. Ce remède était connu chez les Incas.

-----8-----

Il existe plusieurs variétés de BOULEAU, celui qui nous intéresse est le BETULA ALBA, aussi nommé BOULEAU BLANC et BOULEAU ARGENTE. Chez lui, tout est bon et utile, que ce soient les bourgeons, les feuilles l'écorce et même la sève. Pour cette dernière, nous en parlerons plus loin.

C'est en avril et mai que l'on cueillera ses bourgeons, on les fera en décoction, à raison de 100 grammes pour un litre d'eau, mais on prendra soin d'ajouter une pincée de bicarbonate de soude, cela facilitera la dissolution des résines. Cette préparation lutte contre l'engorgement des ganglions lymphatiques.

Les feuilles peuvent être préparées en infusion (50 grammes de feuilles séchées pour un litre d'eau bouillante, durant dix minutes), on ajoutera encore une pincée de bicarbonate de soude. En buvant trois tasses par jour entre les repas, nous aurons un excellent diurétique, éliminateur des chlorures, de l'urée et de l'acide urique évidemment. Mais cette tisane est également dépurative, facilitant l'insudation (donc élimination des toxines du corps) et sera, pour vous, un très bon stimulant.

L'écorce semblerait un meilleur fébrifuge, mais il conviendra de la préparer en décoction, c'est aussi un digestif intéressant et un dépuratif certain.

Souvenons-nous bien, le bouleau est contre les maux de tête, les vertiges, certains cas d'arthrite, l'albuminurie.

Ce que l'on sait moins, ce sont les vertus du BOULEAU, pour lutter contre la cellulite, l'obésité, l'hydropisie. Nous nous trouvons donc en présence d'un amaigrissant facilement utilisable, ne possédant aucune contre-indication. On prétend que le BOULEAU ARGENTE serait également efficace contre certains vers intestinaux, ce qui est fort possible.

Utilisé de manière externe, cet arbre lutte contre les dermatoses, les adénites et permet la cicatrisation rapide des plaies, à condition qu'elles ne soient pas infectées.

Enfin, dans un chapitre spécial, nous parlerons du vin que l'on peut obtenir avec sa sève.

Mais ce n'est pas tout. L'écorce de BOULEAU possède une étrange particularité: en séchant, elle devient très élastique. Naguère, on s'en servait pour faire de petits emballages. En Magie traditionnelle, on utilise toujours de l'écorce de BOULEAU, mais pour enfermer les cheveux de celui ou celle qu'on aime, une de nos propres dents, que l'on enterrera près du domicile de la personne aimée. Si parfois la chose est difficile ou impossible (de nos jours, les grands ensembles ne permettent pas de résoudre ce problème), pourtant, il n'existe rien de plus simple. Faites parvenir une plante grasse à l'être convoité, mais ayez soin d'enterrer, dans le pot de fleur, le petit sac de BOULEAU contenant le charme.

Cette plante existe partout en Europe. Toutefois on la recherchera de préférence dans les bois, près des étangs, les landes, à la condition que l'endroit soit humide. En Provence, la BOURDAINE se trouve principalement sur les massifs des Alpes et les contreforts du Massif Central. Nous en avons trouvé sur le Mont Ventoux, mais aussi vers Anduse. Son véritable nom est RHAMNUS FRANGULA, dans certaines régions la BOURDAINE se nomme encore BOURGENE et même AUNE NOIR. En vérité, il s'agit d'un petit arbuste, pouvant atteindre parfois 3 mètres de hauteur. On ne peut d'autant pas dire qu'on se baisse pour la ramasser, que la partie, qui nous intéresse est, essentiellement l'écorce de ces branches. Mais attention, fraîche, cette écorce est vomitive. Pour perdre ce pouvoir, il faut la laisser sécher au moins une année. La cueillette se fait en mai ou en juin. Ce ne sera donc qu'au printemps suivant qu'elle sera utilisable.

Pour préparer cette plante, il faut faire une décoction de deux grosses poignées dans un litre d'eau, faire bouillir durant un quart d'heure. Puis on laisse l'écorce macérer pendant encore 6 heures. Regardez le calendrier, le moment favorable se situe entre le premier quartier et la pleine lune.

On décantera notre tisane, mais on prendra la précaution de n'en boire qu'une seule tasse, avant de se coucher. C'est un laxatif qui n'irrite pas les

parois du tube digestif, mais qui lutte contre la constipation spasmodique, particulièrement chez les femmes enceintes, qui ont tendance au péristaltisme intestinal (pour ceux qui ne le saurait pas: le péristaltisme est une constriction annulaire, qui se propage de haut en bas du tube digestif).

Pour cette raison, préparée comme indiqué plus haut, ce remède est excellent dans les cas d'hémorroïdes, mais aussi pour lutter contre l'insuffisance biliaire consécutive à la constipation.

La BOURDAINE est bonne encore contre l'obésité, puisqu'elle régularise les fonctions intestinales, ainsi que contre certaines formes de cellulites. La BOURDAINE peut éviter les troubles circulatoires.

Cette tisane devra toujours être sucrée avec du miel. Mais nous insistons, si cet arbuste est laxatif, il n'est pas purgatif. Il est donc inutile d'en prendre en grande quantité, on obtiendra rien de plus, bien au contraire.

Enfin, si on réduit au maximum cette tisane, au point de ne plus avoir qu'un jus noir, on s'en servira comme remède externe contre la teigne et la gale. Il suffira de verser le peu de liquide concentré, qui reste, dans un demi verre de vinaigre. Au moyen âge, on prétendait ainsi soigner la lèpre. On arrivait malgré tout à des résultats assez spectaculaires.

En Magie, on doit toujours garder chez soi quelques branches de BOURDAINE, elles feront fuir

les mouches porteuses de maladies infectieuses. Bien séchées, ces brindilles peuvent être brûler dans l'âtre, leur odeur caractéristique sera encore plus efficace.

C'est à l'approche de l'automne que cela sera utile, quand les derniers insectes, porteurs de maladies, pénétrèrent dans les fermes et les maisons.

-----8-----

B O U R R A C H E

Elle est velue, ne dépasse pas 40 centimètres, or cette plante est excellente pour la santé. Son nom est BORRAGO OFFICINALIS, mais on lui donne aussi les surnoms de BOURRACHE et de BOURRACHE COMMUNE, tant elle est répandue sur le pourtour méditerranéen. Pourtant, on nous apprend qu'elle est originaire de Syrie, depuis longtemps, elle a fait son chemin.

La BOURRACHE fleurit de mai à juillet. Elle possède de fort belles fleurs, assez grandes et pendantes, d'une jolie couleur bleu ciel. Il suffit d'en mettre quelques-unes dans une carafe de vin, pour aromatiser agréablement ce breuvage.

Mieux encore, on peut manger de la BOURRACHE en la faisant cuire avec des épinards, non seulement ces derniers donnent du fer, mais grâce au nitrate de potassium contenu dans cette plante, nous avons là un puissant diurétique, capable également de faire transpirer abondamment, ce qui élimine les toxines de notre corps, et fait tomber la fièvre. Elle est riche aussi en vitamine C.

En salade avec du pissenlit et du cresson, réhaussée d'une vinaigrette à base d'huile d'olive vierge, nous avons là un puissant dépuratif.

Les fleurs, prises en tisane, à raison d'une cuiller à soupe pour une tasse (fleur sèche évidemment) ou les tiges et les feuilles en décoction, nous éviterons les éruptions cutanées. On peut en boire trois tasses par jour entre les repas, encore et toujours

sucrée avec du miel, cette tisane évitera la rétention d'urine et soulagera en partie des coliques néphrétiques et des rhumatismes aigus.

Moins connues, les vertus de la BOURRACHE ne s'arrêtent pas là. Cette plante est bonne contre les rhumes, les bronchites et même les pleurésies. On pourra en boire bien chaude avec du miel, en infusion pour les fleurs, en décoction, nous le rappelons, pour les tiges et les feuilles.

Eventuellement, on peut faire brûler des feuilles sèches dans une cassolette en terre, comme on en trouve facilement dans les villages et dans chaque mas provençal, cela facilite la respiration.

Enfin, on dit que la jeune fille, qui désire être embrassée sur les joues, doit prendre de cette tisane, durant toute la période d'une lune montante, en été. Cela lui donnera de belles couleurs, un teint frais et appétissant. En effet, la BOURRACHE, luttant contre les éruptions de la peau, devient un préventif de l'acné, tant redouté des adolescents.

-----8-----

B O U R S E A P A S T E U R

Les noms ne lui manquent pas : CAPSELLA BURSA PASTORIS, on la nomme également THLAPSI BURSI PASTORI, mais plus communément : BOURSE DE CAPUCIN, quand ce n'est pas MOLETTE DE BERGER, TABOURET ou THLASPI, sans doute pour faire mieux.

Probablement doit-elle tant de nominations au fait qu'elle est si connue, qu'on en trouve vraiment partout, à la condition que le terrain soit quelconque, inculte ou cultivé, le long des routes ensoleillées, à l'ombre, dans les jardins, près des voies ferrées. Il est inutile de cultiver la BOURSE A PASTEUR, on n'a qu'à se baisser pour la ramasser. Elle possède de jolies petites fleurs blanches disposées en grappes. Ses fruits ont, curieusement, la forme d'un coeur et contiennent de toute petites graines rougeâtres en quantité.

On prétend que son pays d'origine est l'Italie. Admettons-le, mais elle a su émigrer en Provence, où on la trouve partout.

Cette petite plante est fort utile, on peut la cueillir sans hésiter et la consommer, en tisane, fraîche ou séchée. Il faut prendre la plante entière, tout est bon.

Voyons maintenant à quel usage la réserve-t-on ?

C'est avant tout une plante astringente tonique, susceptible de régulariser le fluide menstruel. Elle est capable d'augmenter le tonus du muscle utérin.

Mais ses vertus ne s'arrêtent pas là, la BOURSE A PAS-TEUR est un excellent hémostatique. Elle doit être préparée en tisane, à raison de 50 grammes de plante sèche pour un litre d'eau. On lui prête le pouvoir de dissoudre les calculs urinaires, toutefois, nous gardons une certaine réserve sur ce point. Le laser de nos jours est certainement plus efficace. Néanmoins, en usage externe, appliquée en compresse sur les plaies, elle arrête les hémorragies, si elles ne sont pas trop violentes. Absorbée, cette plante évite les varices, les hémorroïdes, les hématuries et l'hémoptysie. Mais c'est sûrement dans les cas de métrites hémorragiques et les métrorragies de la puberté et de la ménopause, qu'elle semble le plus utile. Toutefois, certains anciens manuels la recommandent dans les cas de blennorragie, éventuellement de dysenterie et de scorbut.

On s'intéresse beaucoup plus à ses fruits en Magie traditionnelle. On doit boire trois tasses par jour de cette tisane, quand on a une peine de coeur. Pour préparer cette potion miracle, il faut pas plus d'une cuiller à café de fruits pour une tasse d'eau bouillante, sucrée au miel. Au bout de huit jours, on aura retrouvé la confiance en soi et on pansera la plaie du chagrin. Dans les cas graves, on laisse macérer une grosse cuiller à soupe de ces fruits dans un petit rosé de Provence, on en boira chaque jour un verre à liqueur avant de dormir, cela évitera de rêver à l'être aimé, à l'infidèle.

-----8-----

Cette plante est connue de tous. Sa racine, qui peut être énorme, sert à faire des pipes de grande réputation. Son véritable nom est ERICA CINEREA ou bien encore CALUNA VULGARIS. Selon les régions, on peut aussi la nommer BRANDÉ ou CALLUNE.

La partie de la plante qui nous intéresse est la fleur, plus exactement ce que l'on nomme les sommités fleuries. Pour ceux qui demeureraient perplexes, nous voulons dire qu'il convient de cueillir, dans la fleur, uniquement les pétales et de laisser les sépales en place. On peut utiliser notre récolte fraîche ou séchée. Il suffit, pour un litre d'eau de prendre une poignée de ces sommités, de les préparer en décoction, en laissant d'abord bouillir 3 à 4 minutes, puis infuser encore une dizaine de minutes hors du feu.

Nous obtenons alors un excellent dépuratif, mais aussi un puissant diurétique, un antiseptique des voies urinaires. Toutefois, ce breuvage se conservant mal, il faut le consommer dans les 24 heures, que ce soit en usage interne ou externe.

On peut boire de cette décoction dans les cas de cystites, particulièrement les prostatiques, car c'est un décongestionnant de cet organe. Son efficacité est également prouvée dans les cas de rhumatismes. Mais comme cette plante agit de manière intéressante en tant que dépuratif, elle traite assez bien les pertes blanches de la femme.

En usage externe, on se frotte, avec cette

décoction, dans les endroits rendus douloureux par les rhumatismes, également dans les cas de goutte et de certaines paralysies légères et momentanées.

La décoction de BRUYERE est souveraine pour la peau, elle fait disparaître les taches de rousseur, ainsi que les dartres. A ce titre on peut dire qu'elle est l'amie des femmes.

Voyons en Magie. Cette fois sa racine est intéressante. On peut (difficilement, il est vrai, car elle est extrêmement dure) tailler des petits objets, des statuettes, des cendriers gravés avec des mots d'amour. Si on prend soin de méditer, sous la pleine lune, avec l'objet réalisé, on l'offrira à celui ou celle qu'on aime. Nos propres radiations d'amour resteront imprégnées dans le bois et envelopperont la personne recevant le cadeau.

Cependant, il n'est pas bon, pour une femme, d'offrir une pipe en BRUYERE à un homme, cela pourrait avoir un double sens, qui risquerait d'être compris de tout autre manière.

-----8-----

B U I S

De son véritable nom, c'est le BUXUS SEMPER-VIRENS on le nomme encore BOIS d'ARTOIS (rassurons-nous, on en trouve énormément en Provence), parfois c'est la GUEUZETTE, mais on le reconnaîtra tout de suite, si on lui accorde le pseudonyme de BUIS BENIT. Dans de nombreux foyers, on conserve un brin accroché au crucifix de la chambre, tout en méconnaissant ses véritables vertus.

On peut utiliser les feuilles, mais aussi l'écorce de la racine. Si on mélange les deux, on peut en faire une tisane dans la proportion d'une cuiller à café pour une tasse d'eau. On fera bouillir, puis, dès les premiers bouillons, on retirera du feu, pour laisser infuser encore 10 minutes à un quart d'heure. C'est un dépuratif très actif, mais aussi un laxatif. On prétend qu'il entrerait dans le traitement de la syphilis, des troubles nerveux et de l'épilepsie. Nous gardons une grande réserve sur ces trois points. Sans doute, faute de mieux, s'en servait-on il y a trois siècles, aujourd'hui, on en conviendra, la médecine a fait des progrès.

En revanche, 50 grammes de feuilles sèches pour un litre d'eau, préparées en décoction, jusqu'à réduction de moitié du liquide, font du BUIS une très bonne potion fébrifuge.

Malheureusement, il existe un revers à cette médaille. La tisane de BUIS est difficilement acceptée par l'estomac. Ceci est un point très important, aussi

vaut-il mieux s'assurer de la tolérance, en commençant par un petit essai.

La décoction des feuilles sèches, préparée comme il est dit ci-dessus est, par contre, excellente pour un usage externe. On l'utilisera avec bonheur en pansement dans les cas d'ulcères de la peau et même, faute de mieux, pour soigner les plaies gangréneuses.

En Magie traditionnelle, il convient d'acheter du BUIS le jour des Rameaux (le dimanche précédant Pâques) sans discuter du prix, puis le brûler sitôt rentrer chez soi. On détruira toutes les mauvaises radiations de la maison ou de l'appartement. Ensuite, on ira jeter les cendres très loin ou bien simplement au cimetière, ainsi les influences néfastes ne nuiront plus. Mais il faut impérativement que le BUIS ait été béni.

Si on cueille simplement du BUIS, en début de lune montante, on le fera brûler, mais cette fois on gardera ses cendres. Additionné d'une lessive douce, on pourra s'en faire un shampoing. La chevelure deviendra progressivement d'un beau roux vénitien.

-----8-----

B U S S E R O L E

C'est l'ARCTOSTAPHYLOS UVA-URSI des botanistes. Arbuste de la Haute Provence, on le surnomme RAISIN D'OURS, PETIT BUIS, ARBRE AUX FRAISES.

Tout en étant un arbuste, la BUSSEROLE atteint rarement plus de 30 centimètres, mais ses vertus sont remarquables. On pourrait le surnommer l'arbre du "sexe". C'est un diurétique, antiseptique et antripuride, il résout la plupart des problèmes urinaires, aussi bien l'incontinence que la rétention. Même si cela paraît contradictoire, ce pouvoir est parfaitement réel. La BUSSEROLE lutte contre l'inflammation des voies urinaires. Elle est également bénéfique dans les cas de cystite, de pyélonéphrite, d'urétrite blennorragique, elle décongestionne la prostate chez les hommes et évite la leucorrhée chez les femmes, l'hématurie (émission de sang dans les urines, pour les deux sexes), la ménorragie (exagération de l'hémorragie menstruelle, chez la femme, évidemment).

Mais ce n'est pas tout, la BUSSEROLE est également utile pour l'intestin, elle soigne l'entérite, la diarrhée et la dysenterie. Elle jouerait même un rôle bienfaisant dans les cas de colibacillose.

Comme on peut le constater facilement, l'utilité de la BUSSEROLE est certaine. On peut la prendre en infusion. Pour ceci, il suffit d'une bonne poignée de feuilles et de baies pour un litre d'eau. Dès que cette dernière bouillonne, on retire du feu et on laisse un bon quart d'heure, avant de consommer le breuvage

sucré au miel.

Plus efficace encore elle est en décoction. Il faut à peu près la même proportion de baies et de feuilles pour un litre d'eau, mais on laisse bouillir assez longtemps pour réduire d'un tiers. On boira alors trois tasses par jour, en espaçant les absorptions. Par exemple une tasse le matin, dans la journée et une le soir, avant de se coucher.

En Magie, la BUSSE-ROLE possède une toute autre action, cette plante doit être séchée, puis broyée dans un mortier. Réduite en poudre, on la mettra dans un sachet de toile rouge, puis on le suspendra autour de cou. Cela donnera de l'assurance, aussi bien pour un homme, vis-à-vis des filles, qu'une fille envers les garçons.

Cette méthode permet de lutter contre la timidité entre sexes. Si on constate qu'il existe une certaine exagération de part et d'autre, on se débarrassera du sachet en le brûlant durant une nuit sans lune.

-----8-----

CAMOMILLE ROMAINE

Son nom latin est ANTHEMIS NOBILIS, c'est la CAMOMILLE OFFICINALE, surnommée aussi CAMOMILLE DOUBLE et ANTHEMIS NOBLES. En vérité il s'agit essentiellement d'une plante cultivée. En Provence, on produit beaucoup de CAMOMILLE ROMAINE. Pour cela, il faut un terrain frais et bien retourné. Déjà, les grecs et les romains en faisaient une large consommation. Encore de nos jours, il existe de vastes champs de culture de cette CAMOMILLE, dans les environs de Rome. Curieusement, là-bas, elle est surnommée CAMOMILLA INGLESE. Si les Italiens lui donnent ce nom, c'est que les Anglais sont de grands consommateurs de CAMOMILLE ROMAINE.

Ne l'oublions pas, ce sont ses fleurs qui sont principalement utilisées.

On en fait infuser une petite poignée, (la valeur d'une bonne cuiller à soupe), dans un bol, dans lequel on versera de l'eau bouillante.

Cette tisane n'est pas du goût de tout le monde. On peut l'associer au Tilleul, mais, dans tous les cas, il faudra deux cuillers à soupe de miel pour rendre la tisane agréable. Or, c'est un calmant merveilleux, qui lutte contre l'insomnie (à la condition de prendre cette infusion le soir avant de se coucher). Elle a encore la particularité d'éviter certaines migraines (celles dues au surmenage intellectuel, mais non dans les cas de traumatismes crâniens).

La CAMOMILLE ROMAINE est également bonne pour lutter contre les douleurs arthritiques. On peut

en faire prendre aux jeunes enfants, sans aucun danger. Mais son utilité est certainement plus grande encore, chez les femmes, au cours de la ménopause. Le sang n'étant plus nettoyé par le flux menstruel, la CAMOMILLE ROMAINE évite l'engorgement des tissus utérins, quand la menstruation tend à disparaître progressivement et devient douloureuse.

Résumons-nous, la CAMOMILLE ROMAINE est à la fois un antispasmodique, une tisane digestive, emménagogue et en même temps stimulante, puisqu'elle facilite la circulation sanguine.

En Magie, on se sert de sa tige fine. Il faut en cueillir trente, puis les laisser sécher durant une lunaison. On prendra ensuite 15 tiges d'un côté et quinze de l'autre. Sans les casser, on les tissera soigneusement, durant une nuit de pleine lune, à la condition que Mars ne soit pas trop près de la lune, mais plutôt de Vénus (un éphéméride astronomique ou un ami astrologue vous renseignera facilement). Durant tout le tissage, il faudra penser à la personne aimée, au besoin en plaçant devant soi un fragment de tissu, un mouchoir lui ayant appartenu, mieux une photographie. Durant les 28 jours qui suivent, la personne viendra à vous.

-----8-----

CAMOMILLE SAUVAGE

Elle pousse spontanément dans les endroits herbeux et incultes. Les botanistes la nomment MATRICARIA CHAMOMILLA ou MATRICARIA DISCOIDEA. Beaucoup plus petite que la précédente, elle n'a point de parfum, aussi la nomme-t-on encore MATRICARIA INODORE.

Curieusement, malgré tout, la CAMOMILLE SAUVAGE est beaucoup plus active que la précédente. Ses principes sont plus puissants. Sans trop savoir pourquoi, on la surnomme encore CAMOMILLE ALLEMANDE, comme la CAMOMILLE ROMAINE est prétendue anglaise.

On prépare ses fleurs séchées en infusion, mais pour le même résultat, il suffira d'une bonne cuiller à café pour un bol d'eau bouillante. On croirait que la Nature s'est ingéniée à concentrer les pouvoirs de la CAMOMILLE SAUVAGE. Elle possède d'ailleurs les mêmes vertus que sa grande soeur, mais c'est sûrement la CAMOMILLE SAUVAGE la plus ancienne, l'aînée pourrait-on dire.

Antispasmodique, son effet est tout aussi efficace contre la migraine, l'arthrite et l'insomnie. Elle est stimulante et digestive. Emménagogue, elle est favorable durant la période de la ménopause. Nous ne voyons guère de différence avec la CAMOMILLE ROMAINE, sinon qu'étant moins odorante, elle est plus agréable à boire, pour ceux qui n'aime point son goût.

Il vaut mieux la cueillir que de la cultiver. Mais cette fois, il existe un autre problème, non des moindres : il faut la chercher longtemps, parfois un

pied ne donnera que quelques fleurs, nous devons parcourir de longs kilomètres pour en retrouver, et comme la récolte est difficile, il est souvent préférable de recueillir soigneusement des pieds entiers, que l'on transplantera dans un lieu sauvage de son jardin, dans sa garrigue, dans le but qu'elle vivra et se reproduira en toute liberté. Au bout de deux ou trois ans, on sera en mesure d'en faire une abondante récolte, sans avoir à courir la campagne durant plusieurs jours.

En Magie, on cueillera, en automne les plans morts et secs, que l'on gardera précieusement dans un sac en toile ou dans une cruche en terre, à la condition que celle-ci ait un couvercle. Quand on recevra une personne aimée, on en jettera sur la braise avec quelques graines d'encens. L'odeur répandue rendra les relations reposantes, affectueuses, faisant naître la tendresse. Parfois, on sait comment peut dégénérer une douce étreinte...

-----8-----

C A R O U B I E R

Il s'agit en réalité d'un arbre méditerranéen dont la hauteur peut atteindre 10 mètres, mais ce qui nous intéresse en lui ce sont ses fruits, les CAROUBES, de couleur noirâtre, tandis que ses fleurs sont particulièrement odorantes. Ces fruits sont d'assez grande dimension, au point qu'on les surnomme "Pain de Saint-Jean".

Son nom scientifique est le CERATONIA SILIQUA.

Frais, les fruits sont appréciés par les chevaux, mais si on fait sécher notre récolte, on peut réaliser une farine avec laquelle on fera une décoction aqueuse. Pour cela, il faudra faire bouillir, durant une demi-heure, jusqu'à ce que cela prenne la consistance d'une bouillie. Agréablement sucrée au miel, c'est un anti-diarrhéique parfaitement accepté par l'estomac. Mieux encore, on peut en donner aux enfants, car nous avons là un très bon remède contre les entérites infantiles.

Les qualités du CAROUBIER ne s'arrêtent pas là. Cet arbre possède, grâce à ses fruits, bien d'autres vertus. Parmi celles-ci, la décoction aqueuse est un anticatarrhal. On prétendait, naguère que l'on pouvait soigner ainsi la tuberculose pulmonaire. Comme nous l'expliquons parfois, il existe mieux, aujourd'hui.

Mais le bois sert également en marquetterie et permet d'exécuter de fort jolis motifs. Son écorce rugueuse de couleur gris-brun, se récolte en février

mars. On peut également la faire en décoction. On écrase la valeur d'une bonne poignée pour un litre d'eau, nous obtenons encore un antidiarrhéique intéressant.

Notons, en passant, l'écorce et les feuilles du CAROUBIER servent au tannage des peaux.

Tant de propriétés sont connues depuis très longtemps en Magie traditionnelle. Comme toujours, la pharmacie moderne n'existerait pas, si un grand nombre de personnes ne s'était pas intéressé aux plantes et à leurs propriétés. Les remèdes ont été parfois tellement merveilleux qu'on les croyait diaboliques. Pour cette raison on finissait sur le bûcher. L'imbécillité de quelques fanatiques retarda, de plusieurs siècles, l'évolution de notre société.

Si on brûle de l'écorce, du bois et des feuilles de CAROUBIER, on obtient une cendre très utile, puisqu'elle contient du sulfate de chaux en grande proportion. On peut alors s'en servir pour en peindre les murs et purifier les lieux.

-----8-----

C A R V I

Le CARUM CARVI des botanistes est souvent confondu avec le CUMIN. En vérité le CARVI est une plante sauvage, de la famille des Ombellifères. Le CUMIN est la même plante, mais cultivée, particulièrement en Europe Centrale, pour la cuisine.

La plante herbacée, qui nous intéresse, pousse spontanément sur tout le pourtour de la Méditerranée. Son goût, légèrement anisé, est agréable dans de nombreuses préparations. On nomme aussi le CARVI : CUMIN DES PRES ou CUMIN ALLEMAND, car ces derniers l'additionnent avec certains fromages forts, des potages, des ragoûts. En Provence, on s'en sert davantage dans la salade, car cette plante l'aromatise agréablement.

Sur le plan thérapeutique, le CARVI facilite la digestion, évite les fermentations de l'estomac et facilite la lactation, chez les femmes qui allaitent. On peut en faire une agréable infusion, en mettant ses graines dans un vin blanc chaud.

Nous insistons, ce sont les graines seules qui nous intéressent. En tisane, on se contentera d'une cuiller à café pour une tasse d'eau bouillante.

Curieusement, en plus grande quantité, on peut en donner aussi bien aux ovins qu'aux bovins, mais aussi aux chevaux qui apprécient beaucoup ces graines et même la plante entière, quand elle est séchée, d'ailleurs elle n'excède pas 40 à 60 centimètres de hauteur, dans les prés.

Par contre, le CARVI, est dangereux pour les oiseaux, comme toutes les plantes anisées (FENOUIL, ANIS VERT, etc...). Seul les pigeons échappent à cette règle, au contraire, il est recommandé de leur mettre du CARVI dans leur mangeoire, mélangé aux autres graines, pour les attacher à leur pigeonier.

Le CARVI facilite les règles difficiles, il est diurétique et carminatif (il permet d'évacuer les gaz intestinaux).

En Magie, on le sait bien, le CARVI est un léger aphrodisiaque, comme toutes les plantes anisées. Pour cela, on peut manger simplement des graines naturelles, on sera surpris de son efficacité.

Enfin, voici une recette authentiquement sorcière, qui est connue, mais dont on ne soupçonne pas l'origine :

Prendre 60 à 80 grammes de semences, on les laisse macérer dans un litre de bonne eau-de-vie durant une lunaison, puis on ajoute, après avoir filtré ce breuvage, 500 grammes de sucre candi. On obtiendra une délicieuse liqueur digestive, bien connue, le Kummel.

-----8-----

C A S S I S

Il fait partie de la famille des Saxafragacées. Son nom scientifique est RIBES NIGRUM, plus populairement, on le nomme GROSEILLER NOIR. Effectivement, le CASSIS possède certaines ressemblances avec la groseille, mais il est moins sucré. Pour en faire des confitures, il faut compter le même poids de sucre que de fruits. Comme ce n'est pas le point qui nous intéresse, voyons plutôt les qualités thérapeutiques du CASSIS. Ce sont ses feuilles et sa racine qui nous occupent et non ses fruits. Malgré que ces derniers soient très riches en vitamine C.

En cas de rhumatismes, de goutte et d'arthritisme, le CASSIS fait merveille, si on le prépare en tisane, dans les proportions d'une cuiller à soupe de feuilles sèches et broyées pour une tasse. Sucrée au miel, cette tisane est particulièrement agréable. On en prendra 3 ou 4 tasses par jour.

Dans les cas d'hypertension, de troubles circulatoires de ménopause, d'artériosclérose, on fera une décoction avec les racines et les tiges, dans la proportion d'une cuiller à dessert par tasse. Il faut laisser bouillir, puis infuser durant encore dix minutes. Une tasse le matin, une dans la journée, la troisième avant de dormir donneront des résultats surprenants.

La tisane de CASSIS lutte encore contre certains parasites intestinaux, contre la diarrhée, la dysenterie et la migraine.

A la fois astringent et diurétique, le CASSIS

lutte contre les lithiases rénales et l'oligurie.

Les bienfaits du CASSIS ne s'arrêtent pas là. Depuis les temps les plus anciens, on s'en sert en usage externe contre les piqûres d'insectes. Pour cela, il suffit de froisser des feuilles fraîches et de frotter la blessure provoquée par l'insecte.

Sur un abcès, un furoncle, une plaie qui suppure, on peut appliquer quelques feuilles fraîches, le CASSIS devient un antiseptique et un cicatrisant particulièrement favorable.

A présent un petit conseil utile. Si vous n'avez que des feuilles sèches, il suffit de les tremper une petite demi-heure dans de l'eau tiède, elles retrouveront toute leur souplesse.

Enfin, nous ne pouvons pas passer sous silence une particularité assez étonnante, mais le CASSIS est un préservatif contre la grippe et contre les dangers éventuels de certaines épidémies.

-----8-----

On le nomme aussi CEDRATIER, pour les botanistes, c'est le CITRUS. Il ressemble à un grand citronnier, mais c'est essentiellement son écorce qui nous intéresse. Arbre méditerranéen par excellence, on l'utilise essentiellement en pâtisserie (en Italie, par exemple, où il entre dans la composition du Panettoni). En Corse, il existe une excellente liqueur nommée "Cedratine", fort appréciée par tous ceux qui y goûtent.

Il serait originaire d'Extrême-Orient, mais depuis si longtemps qu'il est parfaitement adapté à nos climats provençaux.

S'il possède de fort jolies fleurs blanches, le CEDRAT donne des fruits peu charnus. Malgré cela, la pulpe, d'un blanc jaunâtre, se mange telle quelle, elle fait merveille contre la colite.

Dans le domaine thérapeutique, c'est à peu près la seule raison de son intérêt, sinon, c'est l'arbre des gourmants, mais aussi celui des raffinés, car son odeur est si subtile qu'elle entre dans la confection de parfums très doux, féminins, suaves et un tantinet excitants.

Voici déjà de bien belles qualités, pour mériter d'être cités dans ce manuel. Pourtant, il existe une raison beaucoup plus importante, si nous parlons de CEDRAT.

C'est une plante magique par excellence. Connue depuis toujours, les magiciens de l'antiquité le plaçaient sous l'influence de JUPITER, donc du ZEUS

grec. On lui accordait une très grande influence. Il était conseillé de le planter devant une maison, afin de placer celle-ci sous l'influence du maître de l'Olympe.

Certains affirment qu'un CEDRAT, planté devant la maison, protégeait celle-ci contre toute dégradation durant l'absence des maîtres, au cours d'un long voyage, par exemple.

Curieusement, cette foi était si bien enracinée, nul ne se serait permis de pénétrer dans une maison placée sous une aussi haute protection, sans prendre des risques énormes. Un CEDRAT équivalait une serrure de sûreté. De nos jours, la foi s'est perdue.

Cependant il existe une survivance bien réelle. On prétend que les feuilles du CEDRAT font naître l'orgueil et la violence. Nous n'irons pas jusque là. Néanmoins, il existe un rapport certain. Quand on veut avoir de l'assurance, il est bon d'avoir dans sa poche des feuilles de CEDRAT. On se sentira rassuré, plus sûr de soi, sans être forcément orgueilleux, on aura le sentiment d'être protégé.

-----8-----

CENTAUREE

On la nomme plus communément "PETITE CENTAUREE". Il ne faut surtout pas la confondre avec la "GRANDE CENTAUREE", avec laquelle elle n'a rien à voir, les deux plantes n'appartiennent d'ailleurs pas à la même famille. Son nom véritable est ERYTHRAE-RA CENTOTIUM. Elle appartient à la famille des Gentiacees. Pour cette nouvelle raison, on parle d'elle en la désignant sous le nom de PETITE GENTIANE ou HERBE A FIEVRES.

Voyons maintenant ses pouvoirs thérapeutiques. La CENTAUREE, qui nous préoccupe, a des propriétés à la fois externe et interne.

Occupons-nous tout de suite de son usage interne. Cette plante est à la fois digestive (comme la plupart des Gentiacees), mais aussi tonique et dépurative. On la prépare en infusion à raison d'une grosse poignée de racine pour un litre d'eau. Quand nous parlons d'infusion nous pourrions presque dire décoction, car il faut faire bouillir, durant un quart d'heure, les racines, pour bien saisir les principes actifs, ensuite on laisse reposer, donc infuser, jusqu'à une température buvable, plutôt tiède.

Une tasse avant les repas est remarquable. La CENTAUREE est également fébrifuge et lutte contre les douleurs rhumatismales, même contre l'asthénie, dans ce dernier cas, son pouvoir est reconnu depuis longtemps.

La même préparation que ci-dessus peut se

révéler intéressante sur le plan externe. On fait des compresses tièdes dans les cas d'eczéma pas trop tenace, mais son pouvoir est absolument magique contre l'acnée juvénile. Cette plante a des vertus certaines en dermatologie.

La tisane, dont nous avons parlé plus haut, ne subit pas de contradiction et peut être bue durant plusieurs semaines sans inconvénient, dans les cas d'affections hépatiques, mais surtout de rachitisme. Pourquoi ? Parce qu'elle est apéritive et ouvre l'appétit, il faut donc avoir à manger, il s'agit d'un remède contre l'anoxerie et non d'un substitut à la nourriture.

On dit, en Magie, que la PETITE CENTAUREE est le bonheur des jeunes filles. Absorbée et prise en compresses, elle fait disparaître ces vilains boutons sur le visage, désagrément dont souffrent tant de filles à la fleur de l'adolescence. Pour les garçons également, mais ceux-ci attachent généralement moins d'intérêt à cette disgrâce de l'adolescence.

-----8-----

CHICOREE SAUVAGE

Les botanistes la nomme CICHIRIUM INTHYBUS, mais plus populairement, c'est la BARBE DE CAPUCIN ou parfois la CHICOREE AMERE, de la famille des Composées.

On la trouve partout, même en ville, car elle pousse naturellement. Il convient toutefois de se méfier, cette plante possède une curieuse propriété, celle d'absorber en abondance toutes les pollutions chimiques qui sont à sa portée. Par voie de conséquence, ne vous amusez pas à en cueillir en ville, pas plus qu'à proximité d'une centrale nucléaire (elle devient très vite radio-active).

En revanche, elle est particulièrement utile dans certains cas de maladies. Elle lutte contre la constipation, peut-être contre certains diabètes, mais très certainement contre l'indigestion.

La CHICOREE SAUVAGE est donc à la fois digestive, diurétique et laxative.

On prépare ses feuilles séchées en infusion, à raison, d'une bonne pincée pour une tasse d'eau bouillante. On laisse infuser une dizaine de minutes.

Mais attention. les racines sont également très utiles. Il convient de bien les laver, afin de les débarrasser de toute terre, on ne les épluche pas, on les coupe ensuite en petits morceaux et on les fait revenir dans de l'huile de table, comme l'huile d'olive, puis on ajoute un peu de gros sel. L'effet est bénéfique, pour ceux qui souffrent de rhumatismes

articulaires. Cette préparation ne guérit pas, mais diminue considérablement les douleurs. Il en est de même pour l'arthrite.

Mieux encore, on dit de la CHICOREE SAUVAGE que ces racines, ainsi préparées, seraient toni-cardiaques. Cette dernière affirmation mérite quand même une certaine réserve, toutefois, cela peut contribuer à l'action positive des médicaments traditionnels.

Dans la Grèce Antique, on considérait déjà cette plante comme étant excellente, cuite ou crue. Dans ce dernier cas, nous voulons parler de ses feuilles en salade. Evidemment, à cette époque, la pollution n'était pas le souci majeur des populations.

En Magie, offrir les racines, cuites à l'huile au cours d'un repas, faisait, paraît-il, battre le cœur des invités. Ne devons-nous pas rapprocher ce phénomène à l'action tonocardiaque dont nous parlions plus haut.

En revanche, de tout temps, la présence de la CHICOREE SAUVAGE dans un jardin a toujours été le désespoir des cultivateurs, tant cette plante a une fâcheuse tendance à la prolifération.

-----8-----

Il en existe plusieurs variétés, mais celui dont nous voulons vous entretenir est le TRITICUM REPENS, de la famille des Graminées. Plus vulgairement nommé FROMENT RAMPANT, HERBE A CHIENS, LAITUES A CHIENS. Nous pourrions même lui accorder le surnom de "REGAL DES COCHONS".

Malgré toutes ces appellations défavorables, il s'agit, bel et bien, d'une plante médicinale. Terreur des jardiniers, nous sommes, en vérité, en présence d'une plante des plus utiles. On dit qu'elle a des racines rampantes qui envahissent le sol, ceci n'est pas tout à fait juste, il s'agit de rhizomes, donc des tiges horizontales, allongées et pérennantes, donc qui peuvent vivre ainsi plusieurs années, si nul ne vient les arracher ou les manger. C'est d'ailleurs ce que font les cochons, qui sont particulièrement friands du CHIENDENT, tout comme les chiens. Car cette plante est un excellent purgatif, un dépuratif, voire même un émollient, un vermifuge et un cholagogue, sans pour autant oublier ses facultés de diurétique rafraîchissant.

On doit se méfier d'une chose, les rhizomes sont souvent attaqués par les vers, surtout quand ils sont secs. Mieux vaut utiliser le CHIENDENT frais, quand on en a la possibilité. Sinon, nous recommandons vivement de bien l'examiner, avant de l'utiliser.

Cette plante étant très amère, on peut lui ôter, en partie, cet inconvénient, si on fait bouillir durant une minute seulement, une poignée de rhizomes

dans de l'eau. On jettera celle-ci, ensuite on écrasera les rhizomes, puis on les fera bouillir durant le temps nécessaire pour obtenir une réduction d'un tiers. Cette préparation est, malgré toutes ces précautions, parfaitement imbuvable, si on ne sucre pas abondamment avec du miel.

On peut alors boire cette tisane, à raison d'une tasse le soir, pour lutter contre l'arthrite et les rhumatismes. Activant les fonctions des reins et de la vessie, c'est un excellent diurétique, qui lave le sang et combat les difficultés de la ménopause.

En boire une tasse le matin à jeun et une autre le soir lutte contre certaines dermatoses comme l'acné et l'eczéma. On peut même, éventuellement, en appliquer sur la peau, aux endroits malades, l'efficacité du CHIENDENT est prouvé.

Au Moyen-Age, les magiciennes avaient coutume de préparer un seau entier de cette tisane, qu'elles donnaient aux chevaux des cavaliers, qui leur en faisaient la demande, cette préparation avait la propriété de rendre la robe de ces animaux plus brillante. Les chevaux appréciaient cette boisson, les chevaliers ignoraient la composition du remède, tout le monde y trouvait son compte.

Aujourd'hui, les rhizomes continuent à faire le désespoir des vignerons. Or, il suffirait de garder quelques cochons entre les rangées de ceps, pour être débarrassé de cette plante indésirable aux cultivateurs.

-----8-----

COQUELICOT

Aussi étonnant que cela puisse paraître, le modeste COQUELICOT, cette fleur rouge, qui enjolive nos prairies, fait partie de la famille des Papavéracées. Autrement dit, il s'agit d'un pavot. Dans sa famille nous trouvons le redoutable fournisseur d'opium. Or, de son nom scientifique PAPAVER RHOEAS, notre honnête COQUELICOT possède pourtant des propriétés narcotiques, certes très faibles, mais existantes. Aussi, on utilise une pincée de ses jolies fleurs rouges séchées pour en faire une tasse d'infusion. On peut en préparer un litre entier, que l'on gardera au frais, en laissant infuser doucement 15 grammes de fleurs durant une dizaine de minutes, on aura ainsi un sédatif de la toux (les pharmaciens vendent d'ailleurs des bonbons au COQUELICOT), un antispasmodique utile, un adoucissant certain pour la gorge, mais capable de lutter contre les insomnies chez les enfants, les vieillards ou les personnes délicates. Mieux encore, c'est un excellent sédatif, capable de se révéler un fébrifuge.

Cette même tisane peut être appliquée en cataplasmes sur les paupières, afin de guérir l'inflammation de celle-ci.

En infusion, les pétales (qui sont les seuls utilisés) pourraient être pris sans sucre, tant la saveur est agréable, pourtant nous recommandons, comme toujours, le miel, celui-ci étant le rare sucre naturel parfaitement accepté de tous, même par les estomacs les plus délicats, ainsi que les diabétiques.

En Magie traditionnelle, il en est tout autrement, le COQUELICOT est une des fleurs qui se fanent le plus facilement. A peine cueillie, elle meurt, aussi nous n'utilisons pas les pétales, mais le bulbe, constitué par une capsule où se trouvent enfermées les multiples petites graines, qui font, là encore, le désespoir des cultivateurs.

On fait sécher les capsules contenant les graines en les exposant au soleil sur une grande feuille de papier blanc, en espérant qu'on ne verra pas les graines jaillir de leur cachette. Ensuite, on enfermera cinq capsules dans un petit sac de toile rouge avec un objet ou quelques cheveux de la personne aimée ou désirée (de nos jours, il est encore plus facile de glisser une petite photographie). En conservant ce sachet accroché autour du cou durant trois lunaisons, vous obtiendrez satisfaction, la personne reviendra vers vous, si elle vous a quitté.

-----8-----

C O R I A N D R E

De son vrai nom, c'est le CORIANDRUM SATIVUM. On le connaît surtout en cuisine, pourtant, il s'agit d'une plante médicinale, dont les vertus étaient déjà connues en Egypte Ancienne. Ombéllifère, elle exhale une odeur détestable quand cette plante est fraîche, on lui attribue même parfois le surnom de "PUNAISE ECRASEE", ce qui nous donne tout de suite une idée de son parfum naturel.

Pourtant on la plante au printemps dans une bonne terre chaude, que l'on aura légèrement enfumée.

La CORIANDRE se cueille en principe l'été. Or, cette rapidité de croissance est sans doute une qualité, mais si on veut pleinement profiter de ses propriétés, mieux vaut planter la CORIANDRE au mois d'août ou septembre, la laisser dormir tout l'hiver, pour la cueillir plus tard, à la fin du printemps suivant.

Sèche, elle perd de sa déplorable odeur. Sa senteur naturelle est parfois si puissante, surtout à l'approche d'un orage, qu'elle occasionne des maux de tête.

Or, on se sert de ses graines. En Provence, on en fait de l'huile. Ainsi peut-on, par distillation, faire de nombreuses liqueurs. Mais plus généralement ses fruits se préparent en décoction. On en prend une bonne poignée, qu'on laisse bouillir dans l'eau durant une demi-heure.

Sucrée au miel, c'est une excellente tisane aux effets carminatifs, en d'autres termes, capables

de faire évacuer les gaz intestinaux. On peut en prendre encore en cas de digestion difficile. C'est la raison pour laquelle, en cuisine, la CORIANDRE est souvent utilisée dans les plats trop riches, à digérer.

Sur le plan médicinal, c'est la seule valeur que nous lui reconnaissons vraiment.

On ne peut pas dire que la Magie lui reconnaisse beaucoup de vertus.

Toutefois, son huile entre dans la préparation de nombreux onguents. On la préfère communément aux autres huiles, bien que la préférence soit réservée à l'olive.

Mais l'huile essentielle de CORIANDRE est attribuée à la fois à la planète VENUS et au signe de la VIERGE, entrant ainsi dans la confection de parfums personnalisés.

-----8-----

C U M I N

Précédemment, nous vous avons parlé du CARVI, qui peut, dans de nombreux cas, remplacer le CUMIN. Pourtant on jugera de la différence, en raison même des semences, mais également de leur utilité respective. Le CUMIN se nomme CUMINUM CYMYNUM pour les botanistes. Cette plante fait encore partie des Ombellifères.

L'usage du CUMIN, hormis la question culinaire est un excellent remède qui peut être utilisé à la fois, par voie interne et externe. En raison de certaines de ses propriétés et de sa saveur, on le nomme encore FAUX ANIS ou FAUX ANETH.

Rappelons, seulement à titre de mémoire, qu'on met les graines de CUMIN dans la pâte à pain, dans les soupes, dans certaines saucisses, évidemment sur le fromage, mais passons, il n'existe aucune contre indication.

En revanche on peut en faire une excellente tisane, avec une cuiller à café de semences, pour une tasse d'eau bouillante. L'infusion durera dix minutes. Une tasse après les repas fait merveille, nous sommes en présence d'un carminatif et d'un digestif. Mais ses qualités ne s'arrêtent pas là, bien au contraire. Boire de cette tisane ou manger quelques semences évite les ballonnements intestinaux, aérophagie, puisque le CUMIN permet l'évacuation des gaz. Toutefois il faut quand même préciser qu'une consommation excessive peut à la longue irriter l'estomac.

C'est aussi un assez bon vermifuge, plutôt

pour les oxyures.

Enfin, ces semences de CUMIN sont très utiles pour les femmes. Elles peuvent favoriser la venue des règles, si celles-ci sont difficiles ou douloureuses.

Le CUMIN facilite également la lactation chez la femme qui allaite.

Ceci est également valable en médecine vétérinaire, avec, toutefois, quelques réserves. D'abord, le CUMIN est aussi diurétique, ensuite, sur les mammifères de ferme, cette plante est assez aphrodisiaque. Il faut donc le savoir. Remarquons-le au passage, il en est de même pour les humains, mais cette action est moins puissante ou bien, peut-être, y fait-on moins attention.

En Magie, depuis l'Antiquité, le CUMIN est une graine utilisée de manière externe. Si on fait une décoction d'un bon quart d'heure, avec une grosse poignée de graines pour une casserole d'eau, on pourra faire des applications sur la poitrine des femmes et affermir leurs seins. Avec cette même décoction, quelques gouttes dans l'oreille permet de mieux entendre. Sans doute cela facilite-t-il l'évacuation du cérumen.

Comme on le constatera, le CUMIN ne trouve pas seulement son utilité sur l'étagère de la cuisinière.

-----8-----

CYNORRHONDON

Ne soyons pas effrayés par ce nom rébarbatif. Il s'agit tout simplement du fruit de l'égantier, plus exactement de sa baie. Les botanistes se contentent de dire savamment ROSA CANINA, qui se traduit facilement par ROSE DE CHIEN. plus populairement, c'est le GRATTECUL, mais aussi le ROSIER SAUVAGE, le ROSIER DES BOIS. En un mot l'EGLANTIER. La fleur est l'égantine.

C'est une rosacée, nous allons bientôt nous en apercevoir, tout est utile, dans cette modeste plante.

On prend des feuilles et des fleurs séchées, coupées. On met la valeur d'une cuiller à dessert dans une tasse et on verse de l'eau bouillante. Dix minutes d'infusion suffisent. On obtiendra un laxatif tonique, utile dans les cas de lithiase urinaire, mais aussi d'asthénie, si on boit 3 ou 4 tasses de cette tisane, durant la journée.

Cette même infusion est excellente en usage externe, pour laver les plaies, les ulcères et les brûlures.

Notons-le au passage, cette tisane, additionnée de miel, est d'un goût délicieux.

Parlons, maintenant du CYNORRHONDON, à proprement parler, donc des baies, des fruits. L'action astringente fait merveille, particulièrement dans les cas de dysenterie, de diarrhée, mais aussi en cas de gonorrhée, de leucorrhée.

pour cela, on fera une décoction très courte, en laissant bouillir une trentaine de fruits dans un bon demi-litre d'eau, durant deux minutes, tout au plus. On boira de temps à autres de cette tisane, sucrée au miel, durant la journée.

Si on ne met qu'une dizaine de baies pour une tasse, nous la boirons le matin à jeun, nous ferons une excellente cure de printemps.

En fin, ce qui est encore un avantage, on peut faire des confitures délicieuses, pleines de vitamines "C".

En Magie, cette plante est un peu sorcière. On prétend qu'au solstice d'été, il faut s'allonger sous un EGLANTIER, en compagnie de la personne aimée. On respirera profondément le délicat parfum de ce rosier sauvage, tout en se donnant la main, de l'autre, restée libre, on caressera la terre. On aura un enfant dans l'année. Dans l'antiquité, on faisait macérer les fleurs dans de l'huile d'olive vierge. Après avoir laissé passer trois lunaisons, on filtrait le tout et on avait un excellent onguent pour les yeux.

L'eau de rose est extrêmement facile à faire, il suffit d'effeuiller les fleurs de l'égantier, sans couper les fleurs (n'en retirez que les pétales), faites en bouillir 100 grammes dans un litre d'eau. Une fois retiré du feu, laissez infuser une dizaine de minutes. Vous filtrez le tout et vous le transvasez dans une bouteille préalablement stérilisée.

-----8-----

C Y P R E S

CUPRESSUS SEMPERVIRENS, tel est le véritable nom de ce conifère. Cet arbre vit dans tout le bassin méditerranéen. En Provence, il sert de coupe-vent contre le mistral, il est alors planté afin de former une haie serrée. Pour certains, ses fruits ressemblent à des têtes de mort. Il faut voir là une analogie, car bien souvent on trouve des cyprès dans les cimetières. Il est effectivement le symbole de l'éternité, car en toute saison il conserve sa belle couleur verte.

Hippocrate parle du CYPRES, les Assyriens l'appréciaient. on peut utiliser ses fruits, en les distillant on obtient une huile essentielle, très odorante, possédant mille vertus. D'abord, c'est un antisudorifique, un désodorisant pour les pieds.

En usage externe, on peut appliquer avec succès cette huile, dans les cas d'hémorroïdes, en raison de ses qualités vaso-constrictrices.

On fait des bonbons de ses cônes, ou même du sirop, pour soigner la toux, l'aphonie, même la coqueluche. Parfois il suffit de faire couler quelques gouttes de cette essence sur l'oreiller, pour obtenir une très bonne amélioration de la santé, en une nuit, dans les cas de grippe bénigne.

On le sait moins, on peut faire une tisane, à la saveur très particulière avec ses fruits, une dizaine de cônes dans un demi-litre d'eau. On laisse bouillir 10 minutes, puis infuser une nuit entière. Ce remède simple fait merveille pour la cicatrisation des plaies

Si on met à bouillir 300 grammes de fruits de CYPRES dans dix litres d'eau, on obtiendra un très bon remède pour faire disparaître, en bains de pieds, l'odeur fétide de la transpiration.

En Magie, le CYPRES n'a guère bonne réputation. Abandonner cinq de ses "TETES DE MORT" dans une maison, aurait la réputation de maléficier les lieux.

En glisser sous le lit de son ennemi, c'est le promettre à la mort, dans l'année qui suit. Même si cela ne réussit pas, cela nous prouve qu'on a toujours intérêt à passer un balai sous son lit. On risque d'avoir des surprises.

Depuis longtemps, on a prétendu que le CYPRES portait malheur, c'est peut-être la raison pour laquelle on le cultive dans les cimetières, les morts ne risquant plus grand chose de pire.

-----8----

DOUCE AMERE

De son véritable nom : SOLANIUM DULCAMARA, on comprend tout de suite qu'il s'agit d'une plante appartenant à la famille des Solanacées. on lui donne encore pour nom VIGNE SAUVAGE et même HERBE A FIEVRE.

C'est une plante grimpante atteignant facilement 2 mètres de haut. Malheureusement, elle est vénéneuse et son usage n'est guère conseillé.

Pour cette raison, on s'en sert principalement en usage externe.

La DOUCE AMERE est aussi surnommée "CREVE-CHIEN", ce qui nous donne tout de suite une idée du danger qu'elle peut représenter. Néanmoins, une bonne poignée de tiges ou de baies seront mis à bouillir une quinzaine de minutes dans un bon litre d'eau. On pourra alors en faire des compresses sur des dartres, mais aussi les herpès, éventuellement sur les hémorroïdes, si elles ne sont pas ulcérées. L'eczéma peut parfois diminuer au point de se résorber, grâce à cette lotion.

En usage interne, il ne faut pas plus de 15 grammes de tiges pour un litre d'eau, puis on laisse bouillir deux minutes et infuser un petit quart d'heure. Deux tasses de cette infusion, pris entre les repas, peuvent traiter la furonculose, bien des dermatoses, également le psoriasis et les toux spasmodiques. Mais on ne sera jamais assez prudent avec cette plante dangereuse. On prétendait, autrefois, pouvoir ainsi guérir de la syphilis, c'est le célèbre docteur Linné

De nos jours, il existe des remèdes beaucoup plus efficace et certainement moins dangereux. Nous ne saurons jamais trop insister sur ce point.

Tournons-nous plutôt vers la Magie. La DOUCE AMERE est connue depuis longtemps pour ses bienfaits thérapeutiques. Si on prend ses feuilles fraîches et qu'on les écrase, on pourra les appliquer avec succès sur les contusions. Cette méthode est bonne dans le cas d'abcès du sein, ce qui fait dire que la DOUCE AMERE soignerait peut-être certains cancers (nous demeurerons très réservés, quand à cette dernière propriété).

Autrefois, les sorcières faisaient des cataplasmes extraordinaires en faisant bouillir 4 bonnes poignées de feuilles pilées, deux grosses poignées de farine de lin et un morceau de lard gras. Appliqué chaud, ce remède devait être conservé toute la nuit. Le matin, on s'apercevait que de grosses tumeurs avaient disparues et que les douleurs de graves contusions ne se faisaient plus sentir. Alors, il fallait jeter la compresse dans la cheminée, le mal brûlé était définitivement éloigné.

Enfin, on prétend que le suc, contenu dans les rameaux de cette plante, faisait fonction de narcotique et donnait des rêves hallucinatoires.

-----8-----

EPINE - VINETTE

Son véritable nom est : BERBERIS VULGARIS, de la famille des Berbéridacées. Souvent on la nomme simplement BERBERIS, ou même VINETIER.

Dans cette plante, on se sert principalement de l'écorce et de ses racines, mais les feuilles et les fruits sont à prendre en considération.

Voyons tout d'abord l'écorce de l'EPINE-VINETTE.

On peut en faire une infusion très tonique. Pour cela, on prend environ 50 grammes d'écorce, à la rigueur de racines, on laisse infuser dans un litre d'eau bouillante durant dix minutes. On s'en servira telle une boisson quotidienne, cela n'est pas déplaisant, mais indéniablement vous donnera du tonus. C'est une plante riche en vitamine C.

Ce remède est d'autant plus avantageux qu'il facilitera les digestions difficiles, ouvrira l'appétit, peut soigner l'ictère, l'hépatisme.

En utilisant cette tisane, on devrait éliminer les lithiases biliaires et rénales, si elles ne sont pas trop graves.

C'est également un remède contre la constipation, à la condition de ne pas poursuivre trop longtemps le traitement, car il y aurait accoutumance et il faudrait envisager de boire une autre tisane.

L'EPINE-VINETTE est vraiment utile pour la sauvegarde du tube digestif. Sans en abuser, cette même tisane peut réduire l'hypertrophie de la rate,

dans le cas de malade atteint de paludisme. Enfin, c'est un remède souverain contre l'oligurie. Nettoyant le sang et le tube digestif, cette tisane a la faculté d'augmenter notablement la quantité d'urine. De ce fait, elle permet une élimination des toxines du sang et régénère l'organisme.

Nous n'avons guère parlé des feuilles. Elles peuvent être préparées de la même manière que les racines et l'écorce, en tisane, mais leurs principes sont moins actifs. Il faut donc une plus grande quantité.

Parlons des fruits de l'EPINE-VINETTE. On les nomme OXYACANTHA. On peut les consommer de deux manières mais ils ne sont bons qu'après avoir subi les premières gelées.

Dans le premier cas, on peut en faire des confitures, des gelées, du sirop rafraîchissant.

Dans le second cas, on confit ces fruits dans du vinaigre. Ils se révèlent aussi savoureux que les câpres et peuvent entrer dans la composition des salades, surtout si celles-ci sont accompagnées de poissons.

En Magie, l'EPINE-VINETTE fut surtout cueillie comme étant une plante capable de soigner. Aujourd'hui son action thérapeutique est reconnue, utilisée par les sorcières et les rebouteux, cette plante trouve maintenant ses titres de noblesse dans le codex.

Notons au passage que Nostradamus parlait déjà d'elle dans son recueil de confitures.

-----8-----

EUCALYPTUS

L'EUCALYPTUS se nomme scientifiquement EUCALYPTUS GLOBULUS, connu aussi sous le nom d'ARBRE A FIEVRE, faisant parti de la famille des Myrtacées.

En réalité, il ne s'agit que d'une variété d'EUCALYPTUS, parmi beaucoup d'autres. En fait, c'est un arbre gigantesque venant d'Australie, pouvant atteindre parfois 100 mètres de haut et plus. Il s'est parfaitement acclimaté sur le pourtour méditerranéen, où il peut atteindre tout au plus 50 mètres de hauteur, ce qui n'est déjà pas si mal.

A titre indicatif, notons que les feuilles d'EUCALYPTUS représentent l'unique nourriture du koala, ce curieux marsupiaux, vivant en Australie.

Outre ses bienfaits, comme nous le verrons plus loin, l'EUCALYPTUS est un arbre bien curieux. Pour protéger ses feuilles de l'ardeur du soleil, il les oriente, de telle manière, que les rayons de l'astre du jour ne les frappent que sur la tranche. Autre curiosité, le tronc de l'EUCALYPTUS est plutôt mou, ce qui offre encore cette nouvelle particularité exceptionnelle, celle d'absorber les ondes sonores. Il est donc bon d'entourer une propriété de plusieurs rangées d'EUCALYPTUS, si elle se trouve en bordure d'une route passagère. La demeure connaîtra le silence le plus reposant.

Voyons, à présent, ses qualités thérapeutiques. Ses feuilles broyées et roulées en cigarettes peuvent être fumées avantageusement, pour libérer les

voies respiratoires. Pourtant, il ne faut pas en abuser, car dans toute combustion il existe des goudrons cancérogènes, particulièrement dans le papier.

Outre cela, il est possible de faire une très bonne tisane avec ses feuilles broyées et ses fleurs, quand elles sont en boutons. Dans ce cas, il faut sucrer abondamment de miel, ce qui complètera l'effet expectorant et évitera l'âcreté de son goût, cette plante contenant énormément de tanin.

Si on le veut, on peut, dans les cas de bronchites, de gros rhumes, verser un demi-litre d'eau bouillante et inhaler ses vapeurs, la tête sous une serviette, l'effet est merveilleux. L'EUCALYPTUS est un antiseptique, non seulement des voies respiratoires, mais aussi des voies urinaires. On fait des bonbons savoureux, mais le sucre est à éviter.

Les effets de l'EUCALYPTUS en tisane ou en inhalation est remarquable dans certains cas de rhumatismes.

C'est également un vermifuge, un stimulant et un fébrifuge, pour cette raison, un des surnoms de l'EUCALYPTUS est "ARBRE A LA FIEVRE".

La Magie moderne connaît toutes ses propriétés mais son acclimatation, en Europe, est trop récente. On ne peut donc pas parler de son passé. Toutefois une fois de plus la Magie et la science se sont rapprochées. Comme quoi, plus le temps passera, plus ces deux connaissances se rejoindront, se complèteront.

-----8-----

F E N O U I L

Pour les botanistes, c'est le FOENICULUM VULGARE ou encore ANETHUM FOENICULUM, mais plus populairement, on nomme le FENOUIL : ANIS DOUX (ce qui est vrai), mais aussi QUEUE DE POURCEAU.

Le FENOUIL appartient à la famille des Ombellifères.

Cette plante, bien connue et appréciée en Provence, facilite la digestion et rend les règles moins douloureuses. Ses propriétés sont apéritives, carminatives, diurétiques et emménagogues.

Non seulement ces bulbes entrent dans la composition de nombreux plats méridionaux, mais ses feuilles peuvent être mangées en salades et glissées dans les soupes ou parmi les légumes de la ratatouille.

On peut utiliser à peu près tout, dans cette plante miraculeuse, les racines, les feuilles, les semences. Nous devons toutefois ajouter un détail qui ne manque pas de saveur. Il faut distinguer deux variétés de FENOUIL : le doux et le sucré. On dit, de celui-ci, qu'il est originaire de Florence (Firenze). On peut le consommer à la manière du cèleri, même manger ses branches crues avec un peu de gros sel (c'est délicieux).

C'est surtout la racine de FENOUIL qui est diurétique. On la prépare en décoction. On prend environ 30 grammes pour un litre d'eau, on laisse bouillir 2 ou 3 minutes, puis on fait infuser lentement pendant un quart d'heure. Cette décoction est également bonne

pour lutter contre la goutte et les oliguries.

Mâcher des semences de FENOUIL permet d'éviter la grippe.

Si on veut un tonique et un excellent digestif, il faut préparer un litre d'infusion avec 50 grammes de feuilles.

Les chinois prétendent qu'on doit considérer le FENOUIL comme un puissant antivenimeux contre les piqûres de serpents et de scorpions (cela nous semble quand même risqué).

En Magie, contrairement à l'anis vert, le FENOUIL est convulsif.

Si on veut rendre une femme ou un homme sensuel et impudique, il suffit de mélanger en parties égales des graines de coriandre, d'anis vert, de carvi et de FENOUIL. On en met en assez bonne quantité dans un plat ou dans une salade. Si on en mange à deux, on ne pourra pas résister de faire l'amour.

Les feuilles fraîches peuvent être utilisées en cataplasme sur les seins des femmes qui allaitent, afin de désengorger ceux-ci. Ce remède est également valable pour décongestionner les tumeurs et les ecchymoses. En fin, en mâchant ses tiges, on aura de belles dents, bien solides. Curieusement, le FENOUIL entre aujourd'hui dans la composition de nombreux dentifrices.

Pour faire une belle récolte de FENOUIL, il faut le planter au printemps au moment de la nouvelle lune.

-----8-----

F E N U G R E C

Voici une ravissante petite plante d'environ 30 à 40 centimètres, faisant partie des Papilionacées. Elle dresse fièrement sa tige dans les sols calcaires. Son nom est TRIGONELLA FOENUM GRAECUM. Elle est originaire de l'Asie de l'Est, mais croît très bien sur le pourtour de la Méditerranée. On la trouve parmi les rocailles, les sols calcaires, les garrigues. Le FENUGREC pousse si bien qu'en recueillant ses semences on peut le cultiver facilement, sans aucun engrais, tout au plus peut-on lui ajouter un peu de chaux, quand il est à maturité.

Si le FENUGREC fleurit en juin et juillet, on le cueillera lorsque ses pétales seront tombés et que ses fruits, en forme de gousses apparaissent.

Généralement, la plante est récoltée à la faux ou à la faucille, puis on lie la récolte en bottes, qu'on laisse sécher sur place. Cela peut demander quelques jours seulement, s'il fait beau temps. Mais il convient de rentrer le FENUGREC avec précaution. Il faut éviter de perdre ses semences, ce sont celles-ci qui nous intéressent. On les laissera encore sécher un peu, afin de conserver toute leur valeur thérapeutique.

Ces semences ont une odeur très particulière, celle-ci est pénétrante, très aromatique et d'un goût amer. Pourtant les avantages ne manquent pas.

Prenant une pincée de ces graines, on verse une tasse d'eau bouillante et on obtient une tisane

excellente contre la toux. Malheureusement, son amertume nécessite beaucoup de miel, ce qui ne peut être qu'un avantage supplémentaire.

Le FENUGREC fait des merveilles comme reconstituant, après une grave maladie. Dans ce cas, on mélange une cuiller à dessert dans un pot de compote de pommes. Nous ne connaissons pas de meilleur fortifiant.

Mieux encore, le FENUGREC excite la digestion et le métabolisme.

Si on prépare un litre de tisane, comme il a été dit plus haut, mais en mettant cette fois une cuiller à soupe de semences à infuser dix minutes, on pourra l'utiliser, sans sucre, pour faire des bains de bouche, dans le cas d'inflammation des gencives. Cette même préparation est utile pour le cuir chevelu, en cas de pustules et en bain contre les engelures.

En médecine vétérinaire, on peut soigner les blessures des chevaux, des porcins, des ovins et des bovins en leur appliquant des compresses.

On mout très finement le FENUGREC, on le mélange aux aliments du bétail, c'est un très bon reconstituant. Le FENUGREC augmente la production laitière.

En Magie, faire brûler des feuilles sèches de FENUGREC, dans la cheminée, assure la santé à tous ceux qui sont présents sous le toit.

-----8-----

Son nom savant est FABA VESCA, mais selon les régions on la nomme aussi FAVEROLLE, VESE et tout simplement FEVE. Cette plante entre dans la famille des Légumineux.

Nous pouvons le regretter, voici un légume qui avait une place de premier choix sur nos tables jusqu'à ce qu'on vienne à l'oublier. Pourtant, il s'agit d'une plante médicinale particulièrement utile.

Ce sont ses fleurs et ses gousses, qui nous intéressent particulièrement.

Jeunes, les FEVES peuvent se manger crues, après avoir été décortiquées, avec un peu de gros sel, en guise de hors d'oeuvre. Séchées, les FEVES ressemblent à de gros haricots, on peut les faire cuire et en faire des purées ou accommoder les potages.

Naguère, c'était un légume très prisé, à juste titre, car nutritif, léger et, de ce fait, parfaitement digeste.

On lutte contre les coliques néphrétiques en tout premier lieu, car la FEVE assure un drainage parfait de la vessie, des reins et de l'uretère. Mais son action demeure efficace pour bien d'autres maux, comme la migraine, la sciatique et la lombalgie. Pour cela, on prépare une tisane avec une quarantaine de grammes de fleurs pour un litre d'eau. Il suffit de verser de l'eau bouillante dessus et de laisser infuser quelques minutes. On sucre au miel, puis on boit trois tasses par jour, entre les repas.

Si on fait une décoction, avec cent grammes de sommités fleuries de FEVE pour un litre d'eau, on obtiendra un parfait remède contre les coliques néphrétiques, mais également contre toutes les affections urinaires (particulièrement valable pour ceux qui urinent goutte à goutte). Cette préparation est encore bonne contre la dysenterie, et la toux.

Une décoction de gousses vertes à raison de 40 grammes pour un litre d'eau, lutte contre l'albuminurie. Tandis que les gousses séchées au four, puis pulvérisées au mortier, soignent la gravelle, si on en prend chaque matin une pincée dans un verre de vin vieux.

Par elle-même, la FEVE est une plante magique. En Magie, une très ancienne recette nous dit de manger des FEVES sous la pleine lune, cela libère les désirs inassouvis. En revanche, si on dévore cinq FEVES crues, longuement mâchées, au moment de la nouvelle lune, on passera une nuit d'amour inoubliable, avant la prochaine lunaison.

Avoir quelques FEVES sèches dans la poche amènent de l'argent.

Il serait temps de manger à nouveau de la soupe à base de FEVES, on ralentirait le processus de la vieillesse, le sang serait mieux irrigué et les érections seraient plus fréquentes chez l'homme, tout comme les désirs chez les femmes.

-----8-----

Les botanistes la nomment POLYSTICHUM FILIX MASC, de la famille des Polypodiacées. Elle est parfaitement connue de tous, c'est une des plantes les plus anciennes de notre monde. Il ne faut pas la confondre avec le capillaire de Montpellier ou la Fougère aigle. La véritable FOUGERE MALE n'a jamais aucune fleur. Son origine daterait de 350 millions d'années. On la trouve dans les endroits ombragés, dans les forêts. Parfois, c'est le repère favori des vipères. La FOUGERE MALE se reproduit grâce à ses spores, ce qui prouve, s'il le fallait encore, son état de végétal primitif. Il convient de faire très attention à cette plante commune, elle est extrêmement toxique, totalement incompatible avec les huiles. Par contre, il n'existe guère de meilleur vermifuge, elle est même capable de venir rapidement à bout du toenia, en d'autre terme du ver solitaire. Mais la FOUGERE MALE est capable de tuer tous les parasites intestinaux, que ce soient les oxyures, les ascarias, les douves, les botriocéphales, les ankylostomes.

Pour cela, on fait une décoction avec une vingtaine de grammes de rhizomes pour un litre d'eau, on laisse réduire de moitié. On boit le tout d'un seul coup, le matin à jeun, puis on garde le lit pour la journée, car celle-ci sera rude.

Une heure après l'ingestion de cette tisane, on en boira une autre, faite avec de la Bourdaine, à raison d'une cuiller à soupe de feuilles pour une tasse d'eau, qu'on fera bouillir durant deux minutes.

Il est alors bon d'ajouter une cuiller à soupe de séné, puis on laisse infuser 10 minutes.

Comprenons le mécanisme, la FOUGERE MALE, en raison de sa toxicité, empoisonnera littéralement le toenia (par exemple). Etant à jeun, ce long ver absorbera la totalité de la tisane de FOUGERE. Il s'endormira et lâchera prise. C'est le moment de boire la bourdaine additionnée de séné, ce qui provoquera une inévitable diarrhée et permettra d'évacuer l'hôte indésirable.

En usage externe, des bains de pieds avec une décoction de racines de FOUGERE MALE feront merveille contre la goutte. Si on met un sachet de FOUGERE MALE dans son bain, on luttera contre les céphalées et les douleurs rhumatismales.

En Magie, la FOUGERE, dans les chaussures, éloigne la fatigue et réchauffe les pieds. D'ailleurs, si on a des crampes aux membres inférieurs, rien ne vaut l'application de quelques feuilles fraîches sur les mollets ou les pieds. On peut aussi en appliquer aux endroits douloureux, produits par les rhumatismes. On faisait, autrefois, des matelas de fougères sèches, pour lutter contre le rachitisme et la débilité infantile. Dans les cas de refroidissements, il faudrait dormir avec un oreiller de feuilles de FOUGERE vertes. Enfin, en accrochant au plafond d'une pièce un botillon de FOUGERE MALE, on fait disparaître les mouches, les punaises et les puces.

Mais souvenons-nous toujours de la toxicité de la FOUGERE.

-----8-----

C'est le seul FRAISIER qui nous intéresse, on le nomme scientifiquement FRAGARIA VESCA, de la famille des Rosacées. Il ne faut surtout pas récolter les feuilles des FRAISIERS cultivés, elles n'ont aucune utilité pour nous.

On doit parcourir les haies, les buissons, parfois les bordures des sous bois, pour trouver cette plante délicate. Les fruits sont loin de ressembler à ceux que nous consommons en guise de dessert, ils sont petits, parfois minuscules.

On peut cueillir les fleurs, qui contiennent des principes actifs. Pour les sécher, il convient de les mettre à une température voisine de 50° centigrades. Si vous faites votre cueillette trop tard, peu importe qu'on ait déjà ramassé tous les fruits, ils sont excellents mais ne nous intéressent pas sur le plan thérapeutique. En revanche, on peut prendre la plante entière, soit donc les racines, les tiges et les feuilles. Celles-ci seront séchées avec le plus grand soin, afin d'éviter toute moisissure. Plus loin, nous vous ferons connaître les bienfaits de cette plante.

Si certaines personnes sont allergiques aux fraises, c'est qu'elles contiennent des principes dépuratifs tellement actifs, qu'ils nettoient rapidement le sang, c'est ce qui produit l'apparition de l'urticaire.

Une décoction de jeunes feuilles de FRAISIER SAUVAGE, dans la proportion de deux poignées pour un litre d'eau, permettra d'obtenir une excellente

tisane contre les diarrhées, l'ictère et les coliques néphrétiques. Il faudra sucrer abondamment au miel, car le goût est souvent amer.

Si on prend une poignée de racines coupées mélangées aux feuilles séchées, pour un litre d'eau, on fera une décoction qu'on laissera bouillir et infuser au moins un quart d'heure. Cela vous guérira de l'arthrite, de l'artériosclérose, de l'hypertension. On dit aussi, depuis Virgile, que cette préparation nettoie les voies urinaires. On peut en boire à volonté.

Pour les jeunes enfants, il suffira d'une infusion de 20 grammes de racine pour les soigner de la diarrhée, mais qu'on ne s'inquiète pas, cette préparation donne une teinte rouge aux selles et fait rosir les urines.

Les feuilles fraîches pilées peuvent être appliquées en cataplasmes sur les ulcères, le résultat est souvent spectaculaire.

Ce que l'on sait moins, c'est qu'on peut (par gourmandise) faire de la soupe, dans laquelle on aura mêlé des feuilles de FRAISIERS SAUVAGES.

En Magie, une femme, qui aura préparé, en lune montante, une tarte aux fraises des bois, rendra amoureux l'homme qui la mangera.

-----8-----

F R E N E

De son vrai nom, c'est le FRAXINUS EXCELSIOR de la famille des oléacées, un arbre qui peut atteindre une quarantaine de mètres. Il aime les forêts tempérées on le trouve en abondance sur les hauteurs de la Provence, côté alpin ou sur les derniers contreforts des cevennes. On le nomme aussi QUIQUINA D'EUROPE. Ce qui nous intéresse en lui, ce sont ses feuilles, ses semences et son écorce.

Cet arbre est connu pour ses nombreuses vertus. Si nous voulons faire une boisson susceptible de venir en aide aux goutteux et aux rhumatisants, il faudra prendre une poignée de feuilles sèches pour un litre d'eau. On laissera bouillir dix minutes, puis on infusera jusqu'au refroidissement. En ajoutant le jus d'un citron, on obtiendra un très bon remède. A boire à volonté.

Une infusion de feuilles de FRENES prise tous les matins serait un elixir de longue vie. Pour cela, il suffit de laisser infuser 50 à 100 grammes de feuilles sèches, sur lesquelles on aura versé un litre d'eau bouillante.

En prévention d'une maladie assez courante, malheureusement, sur les bords de la méditerranée, le paludisme, il est bon de préparer une macération vineuse composée de 50 grammes de feuilles de saule, dans un litre de vin rouge. on laisse ainsi une semaine entière, en partant d'un jour de nouvelle lune, puis on filtrera. Il suffira de boire un verre de ce vin

avant les repas, en guise d'apéritif.

Si on se sert de l'écorce de ces deux arbres, il suffira de laisser macérer 30 grammes seulement de chaque espèce, dans les mêmes conditions, le résultat sera le même.

La FRENETTE est une boisson préparée en Provence avec des feuilles de FRENE, du sucre et un peu d'acide tartrique. C'est à la fois désaltérant et pétillant. Fraîche, cette boisson peut se donner sans crainte aux enfants.

En Magie, quand on veut aller traiter un contrat, si on trouve un FRENE sur sa route ou son chemin, on coupe une petite branche de vingt centimètres de long environ (autrefois on mesurait l'écart de la main entre l'extrémité du pouce et celle de l'auriculaire, les doigts allongés). On placera cette branche après l'avoir débarrassée de ses feuilles, dans la ceinture de son pantalon (naguère nous aurions dit dans le haut-de-chausse), on sera certain de faire un contrat avantageux pour soi. Le FRENE a la réputation d'apporter la sagesse et le bonheur. En affaire, il donne de la souplesse et du raisonnement.

-----8-----

F U M E T E R R E

Scientifiquement, on le nomme FUMARIA OFFICINALIS, mais, populairement, c'est l'HERBE A JAUNISSE, le FIEL DE TERRE, le PISSE SANG, l'HERBE A LA VEUVE. Ces différentes appellations doivent nous inciter à être extrêmement prudent dans son emploi. Cette plante fait partie de la redoutable famille des Fumariacées et ne contient pas moins de huit alcaloïdes. On en trouve partout, dans les terrains calcaires, les jardins, les terrains à bâtir, mais aussi dans les dépotoirs. On peut cultiver le FUMETERRE, c'est une plante précieuse, à condition de savoir l'utiliser.

Le FUMETERRE décongestionne le foie, combat l'artériosclérose de manière spectaculaire, c'est un tonique, un anti-anémiant luttant contre le lymphatisme. Il serait même un peu vermifuge, apéritif, antiscorbutique et antiscrofuleux.

Voici, selon certains, un nouvel élixir de longue vie.

Pour l'utiliser au mieux, il faut faire une infusion avec 50 grammes de sa plante, dont on évitera surtout la racine (nous nous contenterons des fleurs et de la tige, qui ne dépasse guère 40 centimètres). On laissera infuser 15 à 20 minutes. On boira cette tisane deux ou trois fois par jour, à raison d'une tasse avant les repas. Attention, on commencera en début de lune montante, puis on s'arrêtera dès le premier quartier, sinon, en prolongeant ce traitement, on aurait un remède calmant, certes, mais somnifère (dangereux

pour ceux qui conduisent) et amaigrissant.

Comme on le constatera, le principe tonique se trouvera brutalement inversé.

Avec réserve, nous le signalons, on prétend que le FUMETERRE lutte contre certaines maladies vénériennes bénignes, il n'est donc en aucune manière question du sida.

En usage externe, en Magie, on a toujours soigné les dermatoses, à l'aide de la même tisane appliquée en compresse sur la peau.

Précisément pour cette raison, le FUMETERRE est l'ami des femmes, car sa tisane constitue une eau de beauté remarquable, nettoyant la peau en profondeur.

Toujours en Magie, on peut prendre la plante toute entière, la faire longuement sécher, puis la laisser brûler lentement sur des braises rouges. Cette sorte de fumigation aide à la méditation. Toutefois, souvenons-nous que cette plante contient des alcaloïdes, en conséquence, il ne faudrait pas en abuser. Cette utilisation pourrait donner des visions, qui n'auraient rien à voir avec l'effet recherché, c'est-à-dire la sérénité et l'éclaireissement des idées.

En résumé, servons-nous du FUMETERRE, mais au moindre abus ses effets salutaires se retournent contre vous.

-----8-----

De son vrai nom, c'est le SARD THAMNUS SCORPARIUS, de la famille des Papilionacées. Cette plante existe dans les landes Provençales, tout comme dans les landes de Bretagne. On la nomme GENET A BALAI, car, autrefois, débarrassé de ses fleurs jaunes, on le liait solidement en bottes pour en faire un balai. Naguère encore, les sorcières allaient ainsi à leurs réunions, en dissimulant leur baguette magique ainsi dans la botte de GENET, ce qui fit croire qu'elles partaient à cheval sur cet ustensile ménager, jusqu'au lieu du Sabbat.

Le GENET est toutefois une plante gangereuse, particulièrement pour les personnes sujettes aux palpitations, tout comme celles faisant de l'hypertension.

Effectivement, le GENET agit sur les nerfs du coeur et non sur le muscle cardiaque, comme la Digitale.

Pourtant, cette plante est bien utile pour ceux qui souffrent d'oedèmes cardio-rénaux. Le GENET ne guérit pas, mais il seconde habilement le traitement. De plus, il élimine les chlorures contenus dans le corps, par les voies urinaires.

Pour préparer une tisane de GENET, on prend la valeur d'une cuiller à café de fleurs fraîches, que l'on fera infuser durant 10 minutes. A titre de précaution, on commencera, le premier jour, par ne prendre qu'une seule tasse. Si celle-ci est bien supportée,

on se risquera à en prendre deux ou trois tasses par jour, mais pas davantage.

En cas de palpitations, il faudra cesser immédiatement le traitement. Nous en venons à nous demander si le remède ne risque pas d'être pire que le mal.

De toute manière, cette tisane est un puissant diurétique, mais on ignore généralement une de ses particularités : l'antitoxine.

Depuis toujours, on a laissé paître les moutons là où il y avait des GENETS. S'ils en mangent, ils peuvent être, sans dommage, mordus par les vipères.

Curieusement, si le venin des vipères est hémotoxique, celui des cobras est neurotoxique, pourtant, les fleurs du GENET conserveraient les mêmes propriétés.

Néanmoins, nous ne tenterons personne à faire une telle expérience.

En Magie, nous l'avons dit plus haut, cette plante servait à dissimuler la baguette magique, pour lui donner l'apparence du traditionnel balai, mais, toujours en Magie, le GENET possède une autre propriété. Pour ceux qui vivent dans la Haute Provence, en montagne, dès les premiers gels, surtout dès la première neige (il en tombe en Provence), il est bon de se rouler dedans, puis de se fustiger vigoureusement avec des branches de GENET, on aura pas d'engelure durant tout l'hiver.

-----8-----

GENTIANE

On la nomme aussi la GENTIANE JAUNE, la GRANDE GENTIANE, le QUINQUINA DU PAUVRE, mais son nom scientifique est GENTIANA LUTEA, de la famille des Gentianacées.

Elle fleurit de juillet à août. On la trouve en Haute-Provence, dans les prés maigres, parmi la rocaille, les friches et les marécages. On n'en trouvera pas au bord de la mer, mais déjà à une certaine hauteur, dans l'arrière pays. C'est surtout sa racine, qui nous intéresse.

Pour la préparer, on l'extrait du sol, on la nettoie soigneusement de toute la terre. On récolte les racines à l'automne, puis on doit les faire chauffer à une température d'environ 50 degrés centigrades, durant le temps nécessaire, pour qu'elles soient bien sèches. Ensuite il faudra les laisser dans un endroit sec, à l'air libre, à la condition que le lieu soit bien ventilé.

Pour qu'elle soit prête à l'emploi, il est nécessaire de la réduire en poudre. Autrefois, on la fragmentait, puis on la passait longuement au pilon. De nos jours, nous avons suffisamment d'outils, pour parvenir rapidement à ce résultat. On peut la râper, certes, mais dans un moulin à café bien propre, on pourra la réduire en poudre sans grandes difficultés.

Les avantages de la gentiane sont nombreux car elle est d'abord apéritive, dépurative, et aussi antirhumatismale.

On le sait moins, mais la GENTIANE permet une meilleure autodéfense organique, en favorisant la prolifération des globules blancs. C'est également un fébrifuge, de ce fait, il ne serait pas étonnant qu'elle soit aussi antipaludéenne.

La GENTIANE est stomatique. On peut la prendre avant le repas, elle ouvrira l'appétit, ou bien après le repas, elle facilitera la digestion.

Comment la préparer ? La GENTIANE est très amère. On peut faire une décoction avec 30 grammes de racines coupées pour un litre d'eau, qu'on fera bouillir environ deux ou trois minutes. On laisse encore infuser toute une nuit. On en prendra un verre avant chaque repas, sans la sucrer. Son amertume surprendra, mais on peut s'y habituer.

Le plus pratique est la macération. Cinq grammes de poudre pour un petit bol d'eau froide, dans laquelle elle séjournera une demi-journée. On passera, puis on boira. Là encore l'amertume est grande.

Curieusement, il faut faire attention à la GENTIANE, prise en trop grande dose elle entrave la digestion, ce qui peut paraître paradoxal. Elle provoque alors des vomissements.

Si dans la vie courante la GENTIANE est nommée le QUINQUINA DU PAUVRE, elle pourrait, en Magie être surnommée la MANDRAGORE DES IGNORANTS. En raison de sa racine, bien des amateurs recueillent

pieusement la racine de GENTIANE, croyant avoir trouvé une racine de MANDRAGORE.

Nous en parlerons plus loin, il n'existe aucune similitude entre les deux plantes. L'une est une GENTIANEE, l'autre une SOLANACEE.

-----8-----

On le nomme GERANIUM ROBERTIANUM, son nom botanique est PELARGONIUM ODORANTISSIMUM, de la famille des Géraniacées, on lui donne également les noms d'HERBE A ROBERT, BEC DE GRUE, GERANION. On en trouve dans toute la Provence, il en existe à peu près 700 espèces.

Les vertus du GERANIUM sont astringente, anti-diabétique, mais aussi antiseptique, hémostatique et (sous toute réserve) anti-cancer. Voilà pour l'usage interne.

En usage externe, c'est encore un aseptisant remarquable, mais aussi un cicatrisant. On peut considérer le GERANIUM comme étant parasiticide, pour le moins, il éloigne les moustiques.

Pour lutter contre les diarrhées, les asthénies diverses, particulièrement les insuffisances corticostyrénales, l'ictère, les hémorragies utérines et même la stérilité de la femme, on l'utilise comme suit une cuiller à dessert de ses fleurs séchées, sur lesquelles on verse de l'eau bouillante durant 10 minutes, on obtiendra une infusion, qu'on prendra soin de sucrer avec un miel très aromatisé. Il faut toujours la préparer au moment de la boire, on devra donc renouveler la tisane de GERANIUM trois fois par jour.

En usage externe, le GERANIUM peut faire des miracles. Ses feuilles pilées, appliquées sur les coupures et les plaies facilitent la cicatrisation.

On peut préparer une forte décoction de

la plante entière (une grosse poignée pour un litre d'eau qu'on fera bouillir un quart d'heure, avant de laisser infuser en refroidissant), on obtiendra un remède souverain contre les névralgies faciales, les darts, les exzemas secs, les oedèmes des jambes, l'engorgement des seins chez les nourrices, contre les douleurs gastriques et lombaires. Tout ceci en application de compresses sur les endroits douloureux.

On prend des fleurs fraîches, on les écrase soigneusement, puis on les applique sur les yeux, chez ceux qui sont atteints d'ophtalmie, le résultat sera surprenant.

Cette même préparation peut être utilisée en gargarisme dans de nombreux cas d'angines, de glossites et de stomatites.

En Magie, on le sait depuis longtemps, qui cultive du GERANIUM sur son balcon ou le long de sa maison évitera les moustiques. Ceux-ci ont horreur de sa présence.

L'essence de GERANIUM entre dans la composition de la poudre de contre-empoisonnement.

Avoir chez soi des pots dans lesquels on cultive cette plante, cela éloigne les inimitiés et apporte au contraire, de nombreuses amitiés.

-----8-----

Cette plante, se présente sous différents aspects, le plus connu est le TEUCRIUM CHAMAEDRYS, surnommé le PETIT CHENE, mais on trouve le TEUCRIUM SCORODORIA connu comme étant la GERMANDREE SAUGE DES BOIS, enfin signalons la TEUCRIUM SCORDIUM, nommée alors GERMANDREE AQUATIQUE.

Ce sont les sommités fleuries qui nous intéressent en tout premier lieu, mais la plante entière est médicinale.

Stomatique et tonique, la GERMANDREE possède aussi des pouvoirs antiseptiques, peut-être vermifuge, mais surtout cholagogues et diurétiques.

En cas de convalescence, de manque d'appétit et d'insuffisance hépatique, on peut sans crainte utiliser une excellente infusion de GERMANDREE.

Pour cela, il suffira de verser de l'eau bouillante sur une cuillerée à dessert de sommités fleuries dans une tasse, puis de laisser infuser durant 10 mn.

Trois tasses par jour, avant chaque repas, devraient conduire à la guérison, mieux, à retrouver toute sa vigueur. Disant cela; nous ne voudrions tromper personne, la GERMANDREE n'est nullement un aphrodisiaque, elle permet de retrouver ses activités, après une maladie. La différence est suffisamment importante, pour souligner ce point.

La meilleure variété, à notre avis, est la première citée, le TEUCRIUM CHAMAEDRYS. Comme toutes les GERMANDREES, elle fait partie de la famille des Labiées.

On dit encore que cette plante est favorable contre la goutte, la dysenterie et surtout contre les rhumatismes. N'ayant aucun principe formulant une contre-indication, on peut donc associer ses vertus à d'autres plantes remplissant les mêmes fonctions.

La GERMANDREE est également antihémorroïdaire. Elle naît et vit dans les haies, sur les murs. Il n'est pas rare de voir de nombreuses abeilles prélever son pollen, car ces insectes utiles ont une large préférence pour cette plante. Si on parvient à découvrir dans quelle ruche ces abeilles déposent leur miel, on pourra, préférer recueillir celui-ci à tout autre, tant il est parfumé et agréable, donnant un arôme délicat à toutes les boissons ou tisanes qui seront sucrées avec.

La GERMANDREE entre dans la composition de nombreuses liqueurs, notamment la célèbre Chartreuse, mais aussi certains Vermouth.

En Magie, depuis longtemps, on distille la plante entière, pour obtenir une boisson alcoolisée rendant l'haleine agréable (ce qui facilite les relations entre sexes), mais aussi pour attirer vers soi des personnes avec lesquelles on veut entrer en relation. Cela s'entend sur le plan affaire, aussi bien que sentimental. On prétend même que cela facilite les rapports entre ennemis et ramène la concorde et la confiance perdue.

Il faut aussi le savoir, on nomme cette plante : SAUGE AMERE et CALAMANDRIER, selon les régions.

Les botanistes le nomment PUNICA GRANATUM. C'est une Myrtacée connue depuis la plus lointaine Antiquité sur tout le pourtour de la Méditerranée.

Contrairement à ce qu'on pourrait penser, ce ne sont pas les fruits, qui nous intéressent ici, mais l'écorce de la racine, les jeunes rameaux et les fleurs.

Il existe, dans cette plante, un alcaloïde dangereux, appartenant au tableau C du Codex : la PELLE-TIERINE. Il est déconseillé de le prescrire aux enfants, aux femmes enceintes et aux nourrices.

On trouve cet alcaloïde dans l'écorce de la racine, c'est une remarquable toénifuge, au même temps qu'un astringent.

Pour se débarrasser du ver solitaire, qui est, avouons-le, un compagnon gênant, propageant inévitablement une anémie difficile à surmonter, si on est adolescent ou faible, voici la méthode :

On laisse macérer durant toute une journée (soit donc 24 heures), 60 grammes d'écorce de GRENADIER dans 40 décilitres d'eau. Il faut le faire durant le premier quartier de la lune. Le lendemain matin, on fera bouillir notre décoction durant tout le temps nécessaire pour réduire de moitié (soit 20 décilitres). On absorbera cette préparation en trois fois, à un quart d'heure d'intervalle, à la condition de sucrer abondamment au miel, afin d'ôter, en partie, l'amertume du breuvage obtenu.

Deux heures plus tard, le ver solitaire sera endormi, on devra boire une tisane purgative préparée avec une cuiller à soupe de BOURDAINE, une autre de SENE, pour un petit bol d'eau bouillante. On boira dès que ce sera suffisamment refroidi, pour ne pas se brûler. A nouveau deux heures plus tard, l'effet de la seconde tisane se fera sentir, vous expurgerez le toenia sans aucune difficulté. Nous pensons que ce remède est moins dangereux que la FOUGERE (voir ce mot).

Pour les femmes atteintes de métrorragie ou de leucorrhée, il faut prendre des fleurs, dans la proportion de 50 grammes pour un bon litre d'eau, faire bouillir durant dix minutes, puis laisser infuser jusqu'à obtenir une tiédeur douce (celle du corps 37° centigrades). On en fera des injections vaginales trois fois par jour, jusqu'à la guérison.

En Magie, une grenade (le fruit) sera mis à sécher sur le dessus d'une armoire, les époux resteront fidèles. Ils ne connaîtront que les joies du foyer. Toutefois, mieux vaudra brûler le fruit sec, si ce couple devient trop solitaire, ne pouvant plus supporter l'approche de quiconque. Rappelons-nous, seul le feu est un purificateur susceptible de détruire toutes les formes d'envoûtement.

-----8-----

Cette plante est de la famille des Loranthacées, il y aurait tellement à dire sur cette merveilleuse plante magique, qu'il faudrait lui consacrer un livre entier. Pourtant, nous essayerons d'être concis. Dans certaines régions, le GUI est nommé BLONDEAU ou BOUCHON Scientifiquement c'est le VISCUM ALBUM.

C'est une plante parasitaire, naguère cueillie exclusivement sur les chênes à l'aide d'une faucille d'or. Il devait tomber sur un drap blanc, tenu par de jeunes pucelles. On vénérât le GUI avec juste raison. Malheureusement, les superstitions ridicules l'ont fait disparaître des chênes, mais on le trouve encore sur le peuplier, le tilleul, le pommier, le robinier, l'aulépine et le sorbier. Selon certains, il existerait encore trois chênes en France, porteurs de GUI, les autres ont été abattus sauvagement, pour détruire le culte justifié, qui était rendu à cette plante extraordinaire. La tisane de GUI permet de lutter contre l'athérosclérose et l'hypertension. C'est un authentique élixir de jeunesse. Il suffit de très peu, tout au plus d'un gramme de feuilles séchées, pour faire une tisane excellente pour la santé. On peut mélanger ce gramme de GUI avec la BOURSE-A-PASTEUR, la PRELE et le LAMIER, le GUI favorise alors la coagulation du sang, en cas d'hémorragie.

Il n'existe pas de mots pour louer cette plante. On la suspend au solstice d'hiver, afin que tous ceux qui franchissent la porte bénéficient de ses ondes

généreuses. Seuls les sots redoutent le GUI, qui nous apporte, avec générosité, tous ses bienfaits.

Avant même de le signaler, le GUI est une des plantes magiques par excellence, avec le sureau, la mandragore.

Outre qu'il soit antispasmodique, le GUI guérit les toux convulsives, la goutte, l'œdème, les engorgements lymphatiques. Toutefois, il est important de signaler que des excès peuvent être mauvais pour le cœur.

Ses fruits, qui sont d'adorables petites boules blanches, font le délice des petits oiseaux.

Comme nous ne voulons pas faire preuve de favoritisme pour cette plante merveilleuse, nous nous contenterons de vous livrer un secret, connu seulement de quelques initiés :

Grimpez sur un arbre où se trouve du GUI, cueillez religieusement trois beaux fruits. Ils pourront sécher, se durciront, mais ne pourriront pas. Vous les ferez sertir en broche dans de l'or. Il faut qu'on voit les fruits, il ne s'agit pas de les tremper simplement dans un bain d'or, mais de faire réaliser un authentique bijou. Portez celui-ci sur vous, vous serez assurés d'obtenir "Fortune", "Amour" et "Gloire".

Restons-en là, mais craignez ceux qui redoutent le GUI, ce sont des gens de mauvaise foi, qui vous nuiront à la première occasion.

-----8-----

Qui n'en a pas entendu parler ? C'est une plante extrêmement utile, connue depuis longtemps. Son nom botanique est *ALTHAEA OFFICINALIS*, de la famille des Malvacées. Elle fleurit de juillet à septembre, tout autour de la Méditerranée. On la trouvera de préférence dans les endroits chauds et marécageux. Si vous désirez la cultiver, il faut en prendre grand soin, car elle est fragile, ne supporte ni les maladies, ni le moindre parasite. On peut en trouver près de la mer, car la GUIMAUVE aime les marais de roseaux un peu salés.

C'est en automne qu'on la cueille. On peut l'enlever avec la racine, chez elle tout est bon, il n'existe aucune contre-indication.

On peut faire lentement sécher ses racines, quand on les aura nettoyées soigneusement, mais surtout pas avec de l'eau. Il convient de les essuyer, puis de les suspendre à un fil, afin de les mettre hors de portée des souris, qui en sont friandes.

C'est une plante mucilagineuse. Durant des siècles on donna des bâtons de racine de GUIMAUVE aux nourrissons, afin de leur permettre de faire sortir leurs premières dents. Très émolliente, cette plante a également un goût agréable, un peu sucré, c'est surtout un anti-inflammatoire de la bouche, des gencives. Autre avantage, en suçant une racine de GUIMAUVE, l'enfant évite l'entérite.

L'année où l'on récolte les racines, on

n'utilisera pas les feuilles. Inversement, si on prend les feuilles, cette année-là, on laissera les racines en place. La plante se reproduira facilement.

On peut se contenter de faire une macération dans de l'eau froide, la GUIMAUVE conservera toutes ses vertus. En buvant de cette liqueur, un peu visqueuse, on pourra traiter les voies respiratoires et urinaires. Dans ce dernier cas, la GUIMAUVE est le bon remède pour lutter contre la cystite.

Les anglo-saxons s'en servent beaucoup en confiserie, car elle contient également de l'amidon et quelques graisses.

On peut mettre de la GUIMAUVE dans toutes les tisanes carminatives.

Toujours en macération à froid, la GUIMAUVE peut être utilisée en gargarisme contre les affections de la gorge et des bronches.

En usage externe, elle fait merveille en compresses, pour lutter contre certaines maladies de la peau. Pour cela, la fragile GUIMAUVE ne doit pas bouillir ni être infusée, le seul fait de la tremper dans de l'eau suffit.

En Magie, cette plante douce et si bénéfique apporte la joie dans les foyers. D'abord parce que les enfants qui font leurs dents ne pleurent pas, mais aussi en raison des excellentes radiations qu'elle dégage. C'est une protectrice du foyer. Si on en fait pousser dans un bac copieusement arrosé, devant la fenêtre

elle remplira le rôle des dieux Lares de naguère.

A ce propos, Cicéron en parle dans ses Epîtres : Après avoir abusé d'un pâté de GUIMAUVE, il connut dix jours de diarrhée.

Pour rendre joyeux un groupe de personnes, autrefois les sorcières préparaient une soupe nommée honteusement "Epinards sauvages". C'était un mélange de chénopodes, d'orties et de guimauve bouillis ensemble. Non seulement ce plat est délicat, mais donne de bons instincts.

L'homme qui garde dans sa poche un bâton de racine de GUIMAUVE, soigneusement enveloppé dans du lin, aime les enfants. Ce dicton se répétait beaucoup au XVIème Siècle.

-----8-----

HELIANTHE

Nous aurions pu le classer sous le nom où l'HELIANTHE est le plus connu : le TOURNESOL. De son nom scientifique c'est l'HELIANTHUS ANNUUS. On lui donne aussi les surnoms de SOLEIL, de GRAND SOLEIL, de FLEUR DU SOLEIL.

En réalité, c'est une plante merveilleuse. Rien est à négliger. Ces graines fournissent une huile si légère qu'elle est anticholestérol, ce qui est bien un paradoxe.

Outre cela, l'HELIANTHE contient des résines assez proches de la résine du pin maritime, ce qui permet de lutter contre certaines affections fébriles.

A juste raison, on le soupçonne d'être antipaludéen. Comme il guérit des fièvres, cela n'a rien de très étonnant.

Les perroquets ne s'y trompent pas, ils raffolent des graines de TOURNESOL. Dans certains pays méditerranéen, comme l'Espagne, beaucoup de gens grignotent de ces graines pour leur amusement, mais aussi pour bénéficier des vertus de cette plante.

En raison de sa forme et de sa couleur, cette plante, appartenant à la famille des Composées, est attribuée au Soleil. Qui ne se souvient du "Champ de tournesols", qui fut l'un des derniers tableaux de Van Gogh. l'HELIANTHE a quelque chose de fascinant. Bien des chercheurs se sont penchés sur son cas, c'est ainsi que les homéopathes l'utilisent contre les affections de la rate et par conséquence, contre

le paludisme.

Il y a moins d'un demi-siècle, on attachait beaucoup moins d'importance à cette plante. On en voyait une ou deux plantées dans un jardin, comme plante ornementale. Il est vrai que sa majesté en impose, s'il se trouve isolé, car l'HELIANTHE est d'un port admirable. Sa large fleur jaune possède une propriété assez proche de celle de l'eucalyptus, elle est capable de tourner sur son pied, afin de toujours orienter sa fleur vers le soleil (l'eucalyptus, au contraire, abrite ses feuilles en les tournant de manière à présenter la tranche, vers l'astre du jour).

En Magie, on l'ignore souvent, on conservait les tiges tendres de l'HELIANTHE, afin de lutter contre les maux d'estomac. Pour cela, il suffisait de faire une tisane en hachant ses tiges, dans la proportion d'une grosse cuiller à soupe pour un bol d'eau bouillante. On sucre avec du miel parfumé, quelques minutes plus tard, les douleurs disparaissent.

Toutefois, il faut le dire, l'origine de cette plante, aujourd'hui relativement commune, est le Pérou. Avant le XVIème siècle, on ignorait jusqu'à son existence. Les sorcières s'aperçurent de ses qualités thérapeutiques bien avant les savants. Cela aussi méritait d'être signalé.

-----8-----

H O U B L O N

Son nom est le HUMULUS LUPULUS, une cannabinacée, surnommé communément vigne du nord. Cette dernière appellation vient du fait que le HOUBLON entre en grande partie dans la composition de la bière. En réalité, cette plante possède beaucoup d'autres vertus.

C'est une plante tonique. Pour cela on la prépare en infusion. On prend trente grammes de ses cônes (non pas les fruits, mais les fleurs), puis on verse un litre d'eau bouillante dessus. Après avoir laissé infuser un quart d'heure, on peut prendre une tasse avant chaque repas. Toutefois, afin de bénéficier du maximum de ses bienfaits, il est préférable de faire une macération à froid durant toute une journée, mais toujours au cours de la lune montante. Ce sont des détails auxquels on doit attacher énormément d'importance.

Un verre de cette infusion, le soir avant de se coucher, à laquelle on additionnera une cuiller à dessert d'eau de fleur d'oranger, en fera un excellent sédatif.

En cataplasme, mélangeant cônes et feuilles qu'on fera bouillir durant une demi-heure dans de l'eau, on obtiendra un calmant très appréciable, contre les douleurs rhumatismales et la goutte. On dit aussi qu'il s'agit là d'un résolutif contre les ulcères cancéreux et les abcès froids.

Les jeunes pousses de HOUBLON peuvent être

mangées exactement comme des asperges, c'est à la fois dépuratif, apératif et digestif.

D'ailleurs, le HOUBLON passe encore pour être un léger vermifuge, un antiscrofuleux et un antiscorbutique. Comme le HOUBLON est également un diurétique, on peut aussi le considérer comme étant un sédatif génital.

Le HOUBLON n'était pas connu des Celtes, ni des Gaulois, il n'entrait donc pas dans la composition de la cervoise. On le remplaçait par des grains de méteil. Par contre, en Magie, on s'est très tôt intéressé à cette plante, pour lutter contre le nervosisme et les insomnies. Autrefois, les hommes, qui ne parvenaient pas à satisfaire la nymphomanie de leur femme, leur faisait prendre des philtres à base de HOUBLON, préparé par quelques sorcières de village. Cette plante agit également contre les fièvres de printemps et d'automne.

Ne jamais abuser du HOUBLON, à forte dose il devient dangereux, il est toxique. D'autre part, son pouvoir urticant provoque des nausées et surtout des allergies cutanées.

Toujours en Magie, il est recommandé d'utiliser des oreillers de toile de lin, remplis de HOUBLON, pour lutter contre l'insomnie et ceux qui urinent au lit en dormant.

C'est une plante utile qui mérite tout notre intérêt.

-----8-----

H Y S O P E

En Provence, c'est une plante extrêmement commune. Appartenant à la famille des Labiées, l'HYPUS OFFICINALIS est facilement cultivée dans les jardins, à la fois comme plante aromatique et comme plante médicinale. On utilise surtout ses feuilles et ses sommités fleuries. Très parfumée, l'HYSOPE perd cette qualité en séchant, mais conserve toutes ses propriétés.

Nous pouvons l'affirmer, Hippocrate s'y intéressait déjà beaucoup.

Non seulement cela, l'HYSOPE est un puissant désinfectant, particulièrement pour la gorge et les bronches. Pour réaliser une excellente infusion, il suffit de verser un litre d'eau bouillante pour 30 grammes de sommités fleuries. Cela permet au malade d'expectorer, tout en décongestionnant les muqueuses de la gorge.

Mais là ne s'arrêtent pas les qualités de l'HYSOPE. Sudorifique et diurétique, c'est un hypotenseur, sans exclure des vertus digestives, stomatique et emménagogue. On le dit aussi vermifuge, mais sous toutes réserves, il existe tant de plantes possédant ce pouvoir. On parle aussi de l'HYSOPE comme étant un anti-cancéreux. Nous gardons une certaine méfiance quant à cette affirmation.

Il faut prendre garde de l'HYSOPE en tant que huile essentielle. Cette essence est capable de produire de véritables crises d'épilepsie. Malgré cela,

on le reconnaît, cette essence neutralise le bacille de Koch, qui semble vouloir revenir en force, depuis quelques années.

En usage externe, l'HYSOPE est un très bon cicatrisant et un résolutif. On fait une décoction avec ses feuilles, à raison de 100 grammes pour un litre d'eau. On s'en sert comme cataplasme contre les maux de gorge, évidemment, mais aussi sur les plaies, les ecchymoses, les eczémas.

Toujours en compresses, on l'affirme, que ces soins peuvent améliorer certaines végétations cancéreuses ou quelques plaies syphilitiques. Nous demeurons septiques sur ces deux derniers points. Tout au plus, dirons-nous, peuvent-ils aider la thérapie traditionnelle, si le médecin traitant y consent.

Dans les cas de bronchite, l'HYSOPE associée avec de la Guimauve, du bouillon blanc et des fleurs de Mauve, en égales quantités, mais ne dépassent pas 30 grammes pour un litre d'eau, peut être prise en infusion avec succès.

En Magie, cette plante fut toujours respectée, chez les anciens, c'était l'herbe sacrée par excellence. Mise à sécher chez soi, elle éloigne certaines maladies, particulièrement celles de la gorge et des poumons. On prenait autrefois des bains, dans lesquels on avait mis des feuilles d'HYSOPE, pour éviter une trop abondante transpiration ou les sueurs nocturnes, durant le sommeil.

-----8-----

IRIS COMMUN

C'est une Iridacée, nommée aussi IRIS DES JARDINS, GLAÏEUL BLEU. Son nom scientifique est IRIS VERSICOLOR ou même IRIS GERMANICUS, pour cette raison, cette fleur a parfois le surnom d'IRIS GERMANIQUE. Il ne faut surtout pas le confondre avec l'IRIS DE FLORENCE (IRIS FIORENTINA) qui est une Iridée et est surtout un vomitif. Enfin, il existe, dans la même catégorie, l'IRIS PSEUDO-ACORUS, très toxique, surnommé IRIS DES MARAIS sa couleur est jaune safran.

Revenons à notre IRIS COMMUN, il est contre les céphalées, mais également contre les migraines menstruelles, avec vomissements bilieux. Il protège les organes respiratoires, digestifs et urinaires contre l'inflammation. C'est la racine, qui nous apporte ses qualités thérapeutiques.

Pour en obtenir l'essentiel, point n'est besoin de grandes préparations. Râpons cette racine en tout petits copeaux, elle peut être sèche ou fraîche, cela ne changera rien à ses propriétés. On prend un poids égal de ces copeaux qu'on trempe durant toute une nuit dans de l'eau, (100 grammes de racine pour 100 grammes d'eau). Le lendemain, on filtre, puis on la boit, à jeun, sans rien ajouter, pas même le miel traditionnel.

On peut recommencer quelques jours de suite, on obtiendra certainement la guérison attendue, car cette boisson, ainsi préparée, active la circulation sanguine, évite les fermentations, est dépurative, ex-

pectorante, diurétique et cholagogue.

Placer quelques racines d'IRIS dans une armoire, vous parfumerez agréablement votre linge.

Depuis l'Antiquité, cette plante est reconnue comme étant magique par tous les sages. On doit la considérer comme étant liée à la lune. Pour cette raison, on cueillera plus volontiers sa racine en fin de lune montante, la nuit, quand notre satellite est visible dans le ciel. A ce moment-là, on aura intérêt à réciter une courte prière d'évocation à la lune, selon notre inspiration du moment.

Ensuite, il sera bon d'aller se coucher et de chercher le sommeil, l'IRIS préside à celui-ci. Toutefois, comme on aura arraché les pieds entiers, il ne faudra pas laisser les plantes, fraîchement cueillis, dans la pièce où l'on dort (ceci est valable pour la plupart des plantes et des fleurs), mais l'IRIS, en particulier, émet des exhalaisons nocturnes qui pourraient, selon certains, provoquer l'angoisse et même la mort.

Par contre, soigner un pot dans lequel on fera pousser des IRIS entretiendra la paix et la tranquillité dans la maison.

La racine d'IRIS entre dans la composition de la poudre de contre-envoûtement.

-----8-----

J O U B A R B E

Scientifiquement, on la nomme communément *SEMPERVIVUM TECTORUM*, de la famille des Crassulacées, populairement, c'est la JOUBERBE DES TOITS, l'ARTICHAUT SAUVAGE ou l'HERBE AU CORS.

La JOUBARBE est une plante vivace, ressemblant à une petite tête d'artichaut. On la trouve surtout sur les chaumes des anciennes demeures, au milieu des ruines, le long des vieux murs, parfois sur les toits entre les tuiles rondes de la Provence.

On peut utiliser ses feuilles, elles sont fraîches et astringentes. Le suc même de la plante est un excellent antihémorroïdal.

Si on fait macérer des feuilles de JOUBARBE dans de l'huile d'olive, en assez grande quantité et durant au moins quatre lunes, cela devient un puissant coricide.

Cette plante est surtout utilisée dans les campagnes, où elle rend de très grands services. On peut appliquer des feuilles de JOUBARBE sur une brûlure, afin d'éviter une cloque, à la condition que ce ne soit pas au deuxième ou troisième degré. La JOUBARBE serait également utile, en usage externe, dans les cas d'inflammations superficielles et sur les plaies gangréneuses. Dans ce dernier cas, nous gardons une certaine réserve.

On peut aussi faire des potions de JOUBARBE dans les affections spasmodiques, on prélève une demi-cuillerée à café de son suc, on le mélange avec un

peu d'eau sucrée. On recommencera trois ou quatre fois par jour et on viendra à bout de certaines dysenteries et spasmes provenant de troubles fonctionnels de l'utérus.

Ecrasons de la craie, réduisons-la en poudre, puis on mélange encore de suc de JOUBARBE, jusqu'à lui donner une certaine consistance, proche de celle d'un liniment. On pourra appliquer cette médecine sur les eczémas suppurants, avec de grandes chances de réussite.

Le suc de JOUBARBE, additionné d'une quantité d'eau suffisante, on ajoutera un peu de miel. On se gargarisera de cette préparation en cas d'aphtes.

Toujours pour les cors, en cas d'urgence, si on ne possède pas sous la main l'huile nécessaire, on dépouille les feuilles de leur cuticule et on les applique directement sur le cor, surtout s'il est douloureux, après une longue marche.

Cette plante curieuse est beaucoup plus utilisée en médecine populaire, qu'en médecine traditionnelle.

En Magie, on la cueille, puis on la place au-dessus de la porte principale d'accès à la maison. Elle détruira en peu de temps tous les maléfices que peuvent envoyer les méchants sorciers.

-----8-----

Nous pourrions dire "les LAVANDES", de la famille des Labiées, car outre la LAVANDULA OFFICINALIS, on connaît l'ASPIC (rien à voir avec le serpent) nommé LAVANDULA LATIFOLIA et la LAVANDE STOECHAS, scientifiquement LAVANDULA STOECHAS.

La première citée est médicinale, la deuxième servirait davantage à faire des parfums, tant son odeur est forte, enfin la dernière est d'un arôme si puissant qu'il donnerait des étourdissements.

Non seulement, en Provence, cette plante est cultivée abondamment, mais elle pousse spontanément.

Depuis toujours, on en a fait usage pour parfumer le linge, tout comme on le fait avec les racines d'iris. Mais ici le parfum est plus subtil, plus prenant.

Cueillie fraîche, la LAVANDE est séchée au soleil accrochée à un fil. D'ailleurs, il lui faut toujours des endroits chauds et ensoleillés. Il faut récolter les fleurs avant qu'elles soient complètement ouvertes. Le mieux est de procéder à plusieurs cueillettes, car la floraison s'étale des mois de juin à septembre. Ce sera surtout vers la soirée qu'on pourra le mieux les cueillir, puis on en fera des botillons faciles à suspendre en plein air.

Nous laisserons aux professionnels de la parfumerie le soin de préparer l'essence. Par contre, nous pouvons très facilement faire nous même l'EAU DE LAVANDE.

Pour cela, on prendra 5 litres d'un alcool

très pur titré seulement à 30°. Le premier jour de la nouvelle lune, on y mettra 300 grammes de fleurs de LAVANDE. On les laissera macérer durant toute une lunaison. Au nouveau changement de lune, on filtrera, il nous restera la fameuse EAU DE LAVANDE, si rafraîchissante et si douce pour la peau.

Il est possible de faire une infusion de LAVANDE, que l'on boira, en se contentant de 10 grammes pour un litre d'eau. On en absorbera 4 tasses par jour, c'est un excellent remède contre la grippe, l'asthme et la coqueluche. C'est un excellent sédatif général, il lutte contre l'anxiété. C'est aussi un antispasmodique.

Si on met 20 grammes dans un bol d'eau bouillante, on peut s'en servir en fumigation, pour désinfecter les voies respiratoires.

Dans la même proportion, la LAVANDE peut s'appliquer en compresses contre les contusions, en lotion contre les brûlures et l'eczéma.

On attribue des propriétés antivenimeuses à la plante entière. Si on est mordu par une vipère. Ne prenez pas ce remède à la lettre. Un sérum antio-phidique donnera certainement la guérison attendue.

En revanche, ce que l'on sait moins, la LAVANDE est une plante magique hautement appréciée, elle chasse les larves, elle entre dans la composition des fumigations de contre-envoûtement, elle chasse les mauvaises radiations et purifie ceux qui la respire longuement.

-----8-----

L I E R R E

Nous vous entretiendrons surtout du LIERRE TERRESTRE (GLECHOMA HEDERACEA), qui est une plante appartenant à la famille des Labiées, plus communément, on le nomme HERBE DE SAINT-JEAN.

On cueille la plante entière quand elle est fleurie. On sèche la plante jusqu'à dessication, mais jamais à une température supérieure à 35° centigrades.

Il est possible d'en faire une infusion, qui sera extrêmement amère, avec une cuiller à dessert, pour une tasse d'eau bouillante. On laisse infuser 10 minutes, trois ou quatre tasses, prises entre les repas devraient soigner facilement les affections pulmonaires bénignes, mais aussi l'asthme (quand on sent venir la crise) et même la bronchite chronique, sucrer au miel. Cette même tisane serait également bonne contre la lithiase urinaire, l'hématurie et les petites infections urinaires. On peut extraire le suc de la plante fraîche et la mêler à une eau pure bien sucrée au miel. Si on veut préparer une alcoolature, on laisse une poignée de LIERRE terrestre, durant deux lunes, en macération dans un alcool titrant tout au plus trente degrés. Deux cuillerées à café par jour devrait vous soigner.

Enfin, en cataplasme, sur des furoncles et des abcès, le LIERRE fait merveille.

Le LIERRE GRIMPANT se nomme HEDERA HELIX, de la famille des Araliacées. On utilise uniquement ses feuilles. C'est un antinévralgique, un topique, un

décongestionnant, en raison de ses qualités vaso-constrictrice.

On prend des feuilles fraîches de ce LIERRE GRIMPANT, on les coupe et on verse un litre d'eau bouillante sur trois cuillers à soupe de feuilles, laisser infuser 10 minutes. Vous en boirez 3 tasses par jour, ce remède est souverain contre la trachéite, la bronchite chronique, même et surtout contre l'hypertension. Cette tisane peut se révéler utile dans les cas de règles difficiles, de tithiase biliaire et de leucorrhée.

En usage externe, l'application de feuilles fraîches est bonne contre les rhumatismes et la sciatique.

En Magie, le LIERRE GRIMPANT est confit, durant trois lunes, dans un bon vinaigre de vin, on obtient alors un remède exceptionnel contre les cors et les durillons. D'ailleurs, ce sont les sorcières de naguère qui firent des décoctions de feuilles fraîches, dans la proportion de trois grosses poignées pour une demi-pinte d'eau, bouillant au moins un quart d'heure. Appliquée en compresse, cette médication soulage les douleurs rhumatismales, les névrites et la cellulite douloureuse.

Ces compresses font également désenfler les chevilles.

Donnons, à titre de mémoire, ce dernier renseignement, les baies de LIERRE sont purgatives. Mais il vaut mieux s'en méfier.

Autrefois, on soignait la folie en appliquant des compresses de décoction de LIERRE sur le front des déments.

-----8-----

Nous parlons surtout du LIS BLANC (LILIUM CANDIDUM) appartenant à la famille des Liliacées.

Les parties utilisées sont le bulbe et les fleurs.

Cette plante est avant tout topique (à ne pas confondre avec tonique). Le sens de topique est surtout psychique, il intéresse le Moi intérieur. Freud en a donné l'explication.

Or, le LIS possède un authentique pouvoir sur nous. Nous comprendrons facilement pourquoi les rois de France en firent leur emblème, alors, qu'habituellement les empereurs et les rois choisissaient des symboles d'animaux puissants, tels que le lion, la panthère ou le loup.

Malgré toute sa beauté et sa candeur, le LIS BLANC rend orgueilleux et fier. C'est la plante du guerrier par excellence.

En effet, en cas de blessures ou de contusions, il suffit d'appliquer des fleurs de LIS, qu'on a fait tremper au moins 6 heures dans de l'eau de vie.

Contre les brûlures, on prend des pétales frais, que l'on imbibe d'huile d'olive, ce remède évite les cloques.

Comme on le voit, ces remèdes sont surtout destinés à ceux qui combattent, qui donnent et qui reçoivent des coups.

Parfois, les blessures mal soignées, on attrape

abcès, furoncles et panaris. On cuit des oignons dans un feu de cendre (après la bataille, au bivouac), on applique l'oignon cuit sur la plaie. On renouvelera trois ou quatre fois dans la journée, si nécessaire. Un guerrier pouvait reprendre le combat.

Le LIS ne se contente pas de ces vertus. En Magie, en avoir, chez soi, permet de chasser les forces du mal.

Inversement, il est déconseillé de dormir dans une chambre où se trouveront des LIS, car leur arôme provoque des migraines épouvantables, des syncopes et même des vertiges.

Le LIS TIGRE passait, au temps des Croisades, pour être l'ami de la femme, il aurait la propriété de chasser la nymphomanie et, surtout, la mélancolie, durant la grossesse.

Après avoir énuméré tous ses avantages, on comprendra certainement mieux pourquoi, naguère, la France était surnommée le pays des "LYS".

-----8-----

Il existe un grave problème, chez cette plante. Son nom latin est MAJORANA HORTENSIS, elle fait partie de la famille des Labiées, tout comme sa cousine germaine ORIGANUM VULGARUS, nommé aussi ORIGAN ou MARJOLAINE VULGAIRE. Il faut vraiment être un botaniste averti pour faire la différence, puisqu'elles prêtent souvent à confusion. Heureusement pour nous, ces deux plantes ont les mêmes propriétés.

Chez l'une, comme chez l'autre, il est bon de cueillir les sommités fleuries au début de la floraison, c'est avant tout un excellent condiment en cuisine. De plus, les fleurs sont jolies, faciles à cultiver, bien des citadins ornent leur balcon de MARJOLAINE. En principe, elles fleurissent l'été, dans les jardins, sur les terrasses. Elles affectionnent les terres sèches, les coteaux et les pentes.

On peut en faire de petits bouquets, qu'on laisse sécher à l'ombre, dans un endroit sec, ils se conserveront très longtemps.

Une chose modifie cependant le choix des deux plantes : la MAJORANA HORTENSIS est la seule qui fournisse l'HERBA MAJORANAE, utilisée en cuisine, c'est aussi l'ORIGANUM MAJORANA.

En revanche, l'ORIGANUM VULGARUS intervient dans de nombreuses compositions de tisanes.

Araison de cinq cuillers à soupe pour un litre d'eau bouillante, infusée 10 minutes, la MARJOLAINE BATARDE favorisera le sommeil, luttera contre les

migraines et les dérèglements nerveux. Attention, à fortes doses, elle peut être un stupéfiant.

Cette même MARJOLAINE BATARDE fait merveille en cataplasmes chauds, faits avec des plantes fraîches, contre les rhumatismes aigus et le torticolis.

Une recette excellente, pour prendre un bain est de mettre dans un sac de toile une poignée de MARJOLAINE (celle que l'on voudra), une poignée de SAUGE, une de PRELE, une de BENOITE COMMUNE, une de LAMIER. Vous placez le tout dans une eau très chaude. L'infusion se fera progressivement. Quand vous pourrez entrer dans le bain, tout sera prêt pour lutter contre les démangeaisons (particulièrement celles provenant de l'eczéma).

On peut utiliser le même procédé en lotion pour les éruptions du cuir chevelu.

En Magie, la MARJOLAINE VULGAIRE, aussi bien que sa cousine HORTENSIS, fait merveille. Offrez un bouquet séché à celle que vous désirez, au printemps suivant la cueillette. En principe, le 14 février est la date la plus indiquée, puisqu'elle est celle, selon la tradition, où les oiseaux commencent à faire leur nid. Vous serez surpris de voir votre bien-aimée tomber dans vos bras, quelques jours plus tard. Cette expérience a été faite et fut souvent prouvée.

-----8-----

Il ne faut surtout pas le confondre avec le châtaignier. Le MARRON D'INDE, nommé scientifiquement *AESCULUS HIPPOCASTANUM*, de la famille des Hippocastanacées, pourrait être surnommé l'arbre des croisés. En effet, il fut importé de TURQUIE vers la fin du Moyen-Age. Mages et sorcières se sont tout de suite intéressés à lui. C'est un arbre remarquable, non pas seulement pour sa haute taille, mais aussi pour son intérêt thérapeutique.

Parfois, il se contente d'orner nos parcs et nos forêts, nos rues et nos avenues, il a bien d'autres qualités, bien qu'il représente deux dangers certains. En premier lieu, la foudre le frappe souvent, s'il est dangereux de rester sous un arbre durant un orage, mieux vaut éviter d'abord le marronnier. Le second danger se produit à l'automne, quand il laisse tomber ses fruits, parfois de fort haut. L'écorce de sa graine, garnie de piquants, peut blesser sérieusement le cuir chevelu, sans compter le choc sur le crâne.

Pourtant, ce sont les fruits mûrs que l'on utilisera. On laissera ceux qui sont accroché à l'arbre, ils ne servent encore à rien. On ramasse donc les marrons, on ne les cueille pas.

Réduits en farine, les marrons rendent la peau laiteuse et veloutée.

Cet arbre est à la fois vaso-constricteur, fluidifiant pour le sang, un merveilleux tonique veineux,

facilitant la miction chez les malades de la prostate et un astringent non négligeable.

Le MARRONNIER, que l'on nomme parfois FAUX CHATAIGNIER, ou CHATAIGNIER DE CHEVAL, peut être utilisé en décoction. Une poignée d'écorce en copeaux, pour un litre d'eau, que l'on fera bouillir au moins un quart d'heure, sera à boire en 2 jours, pour rendre le sang plus fluide. C'est également un très bon fébrifuge.

En alcoolature stabilisée, c'est un remède souverain contre les hémorroïdes et les varices, il faut prendre environ 30 gouttes par jour durant la lune montante et cesser en lune descendante, on sentira, non pas une amélioration, mais le chemin de la guérison venir à vous.

20% de cette alcoolature mêlée à de la vaseline officinale, on obtiendra une excellente pommade contre les hémorroïdes, que l'on appliquera doucement.

Malgré tout cela, en Magie on laisse macérer une dizaine de grammes d'écorce séchée de MARRONNIER, on obtiendra une boisson très proche du quinquina, qui aura les propriétés d'être à la fois fébrifuge et tonique.

On l'affirme depuis le XVIème Siècle, garder deux ou trois marrons d'Inde dans les poches, vous éviterez toutes les fièvres épidémiques.

-----8-----

Voici encore une plante double. Il existe la MAUVE SAUVAGE (la plus intéressante), connue sous le nom scientifique de MALVA SYLVESTRA, de la famille des Malvacées, et la MAUVE A FEUILLES RONDES, la MALVA NEGLECTA. Citons encore une variété moins connue, la MALVA MAURITANICA.

Celle qui nous intéresse le plus est la MAUVE SAUVAGE. Malgré son nom, elle se cultive facilement en Provence, surtout si le sol est riche en nitrates, dans une chaleur humide. Les fleurs sont bisannuelles. On recueille les feuilles, qui servent énormément, peu avant la floraison.

Parmi les noms familiers qu'on lui donne, la MAUVE SAUVAGE est aussi désignée sous les appellations de GRANDE MAUVE, FOUASSIER, FROMAGEON. La MALVA RODONTIFOLIA est plus couramment nommée PETITE MAUVE.

La MAUVE SAUVAGE possède des principes émollients, diurétiques, pectoraux, laxatifs et calmants en plus forte dose.

On peut faire des infusions de fleurs et de feuilles (les deux réunies également). Une poignée pour un litre d'eau bouillante, que l'on versera dessus, pourra être bouilli une dizaine de minutes y compris l'infusion. On en boira une tasse le matin à jeun, ce sera la meilleure, puis, dans la journée, une ou deux autres tasses entre les repas.

Mélangée à la farine de lin, la MAUVE fait

merveille en cataplasmes dans les dermatoses, en cas de tumeurs, d'abcès ou de furoncles.

Si on fait une décoction de feuilles uniquement, on pourra, après avoir fait bouillir au moins un quart d'heure, obtenir un très bon remède à prendre en gargarisme, en cas d'aphtes.

La même décoction sert pour le lavage des plaies infectieuses et douloureuses. Elle est également utile pour les soins des yeux en cas d'orgelets, mais on peut également faire des injections vaginales, dans les cas d'infections primaires.

Le suc de Mauve fraîche est également très utile contre le venin des abeilles (on prendra soin d'ôter le dard), ainsi que de certains insectes comme les moustiques.

En Magie, on sème la MAUVE autour des sépultures. Cette tradition existait déjà dans l'Antiquité car cette plante est propice à l'esprit des défunts, elle confère la paix et la sérénité aux âmes qui tentent d'entrer en possession d'un vivant, en se transformant en larves.

La MAUVE est d'ailleurs le symbole de la sérénité. Les Romains la consommaient autrefois comme s'il s'était agi d'un légume.

-----8-----

Cette plante est connue en Provence depuis les temps les plus anciens. Vulgairement, on le nomme TREFLE DE CHEVAL, mais son nom scientifique est MELILOTUS OFFICINALIS ou TRIFOLIUM MELILOTUS, de la famille des Papilionacées. En effet, ces feuilles ovales sont réunies par trois, un peu comme le trèfle courant. Toutefois les feuilles sont allongées et ne risquent pas d'être confondues. D'ailleurs, le MELILOT peut aller de 30 centimètres à 1 mètre cinquante. On le trouve dans les terrains vagues, au bord des chemins, mais il est parfaitement cultivable, dans une terre sablonneuse et calcaire. Dans ce cas, il ne demande aucun soin particulier.

Attention, pris en trop grande quantité, le MELILOT est toxique, mais non mortel, car c'est un anticoagulant puissant. Il risque quand même de se révéler dangereux chez les personnes faibles, car il provoque alors des hémorragies internes. Outre cela, le MELILOT est excellent pour les bains d'yeux, il est antiseptique, antispasmodique (particulièrement pour le nerf sympathique). Diurétique, il soigne encore les voies urinaires. C'est un résolutif qu'on peut aussi employer en tant que somnifère pour les enfants, les vieillards et les convalescents. Il lutte contre le nervosisme, la mélancolie, les troubles de la ménopause et de l'andropause. Il évite l'hypertension artérielle, en raison de sa propriété à fluidifier le sang. Pour cela encore, il a des chances d'éviter les phlébites, les

embolies et les périphlébites.

Ce sont les sommités fleuries que l'on utilise en tisane, comme en compresse.

Par voie interne, le MELILOT est préparé de la manière suivante : on prend une cuiller à dessert de sommités fleuries, pour une tasse d'eau bouillante, versée sur la plante. On laisse infuser 10 minutes, puis on sucre avec du miel, mais le goût n'est pas mauvais, sinon un peu amer. On prendra deux ou trois tasses par jour. On peut également faire un hydrolat, en distillant de l'eau, contenant un même poids de sommités fleuries de MELILOT, 30 grammes par jour apportent le sommeil. A prendre avant de se coucher.

Une infusion de 25 grammes de MELILOT pour 100 grammes d'eau servira de collyre dans les cas de blépharites ou de conjonctivites. On pourra même laver les yeux avec des compresses.

Tous les remèdes thérapeutiques actuels furent découverts par les sorciers de naguère. Aujourd'hui, la science a reconnu le bien fondé de ces utilisations.

Un dernier mot à ajouter, le MELILOT est parfois additionné en mélange avec le tabac à fumer, il donne alors un goût voisin du tabac de Virginie. Pour notre part, jugeant le tabac comme étant un redoutable cancérigène, une drogue apportant l'accoutumance, contenant un poison violent, la nicotine, nous réprouvons ce mélange et le citons juste à titre indicatif.

Cette plante est surtout connue pour son "EAU de MELISSE" réputée, mais on lui donne également les surnoms de CITRONNELLE, de PIMENT DES RUCHES et même de THE DE FRANCE, de la famille des Labiées. On lui a donné le nom scientifique de MELISSA OFFICINALIS, mais il existe aussi une espèce, non cultivée, qu'on surnomme MELISSA SYLVESTRIS. Les deux plantes ont les mêmes propriétés. Pour faire croître la MELISSE, il faut une terre profonde, lourde et riche en éléments nutritifs. Elle vit très bien en Provence, mais elle est sensible aux gelées, on la trouvera plus souvent en plaines abritées ou en forêts en basse altitude. On utilise les sommités fleuries et les feuilles.

Curieusement, la MELISSE agit sur l'utérus, le cerveau, mais aussi le cœur. C'est à la fois un antispasmodique et un stimulant physique et intellectuel.

Autrefois, on disait que la MELISSE entraînait dans la composition de l'élixir de longue vie. Cette plante est stomachique, sudorifique et carminative. Elle favorise les règles chez la femme.

On utilise la MELISSE de manière souvent interne. Alors, elle lutte contre l'asthme, les névralgies de toutes sortes, l'émotivité, les crises nerveuses, les syncopes, les vertiges, les bourdonnements d'oreilles et spasmes cardiaques.

Elle est capable de donner une meilleure mémoire, chasse la mélancolie et guérit l'anémie.

pour cela, il faut boire, en infusion sucrée au miel, la valeur d'une cuiller à dessert de sommités fleuries, pour une tasse d'eau. On laisse infuser 10 minutes. On boira trois tasses par jour.

L'eau de MELISSE n'a jamais été une création de quelques carmélites, mais un remède spécifiquement sorcier, datant de fort longtemps. En voici le secret : On verse trois litres d'esprit de vin (à 33°) dans un cruchon de grès, avec 500 grammes de sommités fleuries et de feuilles de MELISSE, on ajoute environ 15 grammes de racines sèches d'angélique et un peu plus de cent grammes de zestes de citrons. On ferme hermétiquement la cruche en grès, on laisse macérer entre la nouvelle lune et la premier quartier, plus deux jours. On prend soin de retourner le cruchon deux ou trois fois tous les jours. Au bout de ce temps, on passe à travers une gaze fine, on presse, comme on le ferait pour une gelée de groseilles, puis on remet le liquide dans la cruche. On ajoute alors deux grammes de clous de girofle, le double de cannelle finement concassée, dix fois plus encore de noix de muscade rapée et enfin cinq fois plus de coriandre. On rebouche la cruche. On laisse macérer jusqu'au dernier quartier de la même lune, tout en agitant la cruche chaque jour. On passe enfin le tout, puis on ajoute alors un tiers de litre d'eau distillée. On laisse reposer tranquillement jusqu'à la nouvelle lune. Il ne reste plus qu'à mettre en bouteille.

En usage externe, une forte décoction de MELISSE, dans un grand bain d'eau chaude, évitera les troubles nerveux, les spasmes et donnera de la mémoire. En compresses, cette décoction désangorgera les seins et soignera les ecchymoses. Enfin le suc de MELISSE guérit les piqûres d'insecte.

-----8-----

M E N T H E

Cette plante, de la famille des Labiées, fleurit de juillet à septembre. Elle pousse très bien en Provence et est largement utilisée. Elle demande seulement un sol humide, une exposition chaude et demi-ensoleillée. A l'état sauvage, on peut la trouver près des maisons, dans les fossés au bord des routes. Il existe beaucoup de variétés de MENTHE. Celle qui nous semble la meilleure serait la MENTHE POIVREE ou MENTHA PIPERATA. Citons encore la MENTHE VERTE, la MENTHE DES CHAMPS, la MENTHE POULIOT.

La MENTHE fraîche offre une propriété exceptionnelle : à l'air libre, elle chasse les mouches et les moustiques. Elle ne les tue pas, elle les fait fuir.

La MENTHE trouve toujours sa place dans une cuisine, elle servira à aromatiser de nombreux plats, sans compter le thé à la MENTHE, particulièrement apprécié dans les pays arabes.

En usage interne, on prendra une cuiller à dessert de MENTHE sèche, pour une tasse d'eau bouillante, on laissera infuser une dizaine de minutes. On peut la boire chaude, quand la température est caniculaire, sans sucre, ni miel, elle désaltère. La même infusion, après les repas, facilite la digestion. Ne l'oublions pas, la MENTHE est également antispasmodique, c'est donc un calmant non négligeable, en cas de surmenage physique. La MENTHE POIVREE est carminative, elle permet d'expulser les gaz intestinaux, par le bas et les gaz de l'estomac par le haut.

par contre, il faut éviter d'en donner aux jeunes enfants car elle peut provoquer des syncopes. C'est aussi, une contre-indication en cas de traitement homéopathique.

En usage externe, on peut faire une forte décoction de feuilles de MENTHE, on la prendra en gargarismes contre le catarrhe bronchitique. Dans ce cas, les feuilles sèches de MENTHE peuvent servir à confectionner un oreiller qui amènera la guérison.

Mais la Magie a découvert, outre les propriétés précédentes, d'autres possibilités dont on parle peu. La MENTHE est un des rares véritables aphrodisiaques.

Prendre des bains de MENTHE facilite l'érection chez l'homme et amène le désir chez la femme.

Mâcher des feuilles de MENTHE produit le même effet.

Il est bon de se parfumer discrètement à la MENTHE, quand on va voir celui ou celle qu'on aime, cela facilitera les rapports et excitera les deux.

Le menthol, contenu dans cette plante, est excellent pour la blancheur des dents. C'est un apéritif et un stimulant.

On le dit souvent, on devrait toujours avoir, dans sa poche, des feuilles de MENTHE, cela favorise l'amour et apporte le désir.

-----8-----

MILLEPERTUIS

Cette plante est l'une des plus utiles. On s'en sert énormément en Magie. Cette Hypericacée a pour surnom HERBE DE SAINT-JEAN (car elle doit se cueillir à midi pile au soleil, le jour du solstice d'été). Sinon, en cas de pluie, quand il fait beau, en juin. Elle bénéficie aussi du surnom d'HERBE AUX PIQÛRES. Au Moyen-Âge, on lui donnait le nom de CHASSE DIABLE (FUGA DOEMONIUM), car on lui attribue, avec juste raison, de faire fuir les larves dans les maisons maudites, de chasser Jéhovah et toutes ses entités néfastes. Son nom latin est HYPERICUM PERFORATUM.

On utilise les feuilles et, surtout, les sommités fleuries. Balsamique, diurétique et fébrifuge, le MILLEPERTUIS est un stimulant, un apéritif, digestif. Il détruit les acidités de l'estomac, serait également vermifuge et astringent. Voilà pour l'usage interne.

En usage externe, le MILLEPERTUIS est un puissant antiputride, il soigne les plaies, les brûlures et les ulcères des chevilles.

On boit le MILLEPERTUIS en infusion. Une trentaine de grammes de sommités fleuries, pour un litre d'eau bouillante, qu'on versera dessus, permettra d'obtenir une infusion remarquable. On la sucrera au miel le plus parfumé possible, ce qui rendra cette médication encore plus agréable à boire chez les enfants. Pour un adulte, on utilisera 3 ou 4 tasses dans la journée. On réduira proportionnellement à l'âge, chez l'enfant, mais les résultats demeureront spectaculaires,

dans tous les cas cités ci-dessous :

Aussi bien pour l'asthme, la cystite, l'arthérite oblitérante, l'insuffisance circulatoire, les fièvres intermittentes, les diarrhées, la congestion hépatique, les maladies infectieuses infantiles, les pertes blanches de la femme, la névrite, même contre les bronchites et les affections pulmonaires.

Ne disons pas, c'est la panacée universelle, mais elle n'en est pas loin.

En compresses, elle se révèle excellente, mais il y a mieux. Il faut faire bouillir doucement, durant deux heures, deux poignées de MILLEPERTUIS dans 1 litre d'huile d'olive. On laissera encore macérer durant TROIS jours en lune montante ou durant la pleine lune, puis on versera dans des petits flacons hermétiquement bouchés et tenus à l'ombre. On en prendra un pour soigner, avec une gaze légère, en cas de plaies suintantes ou de brûlures.

Mieux encore, on cueillera un pied de MILLEPERTUIS le jour du solstice d'été à midi vrai et on le suspendra au plafond de la pièce principale, cela chassera tous les esprits malins de la maison. Un prêtre fornicateur, par exemple, ne pourra plus entrer chez vous.

-----8-----

MYRTILLE

Il ne faut surtout pas la confondre avec la myrte, qui est une myrthacée. La MYRTILLE fait partie de la famille des Ericacées. Son vrai nom, pour les botanistes, est VACCINIUM MYRTILLUS. On se soigne avec ses feuilles, on se régale avec ses fruits.

C'est certainement, actuellement, la plante anticollibacillaire la plus puissante. Certains prétendent qu'une forte décoction de baies détruit, en 24 heures, le bacille de la fièvre typhoïde. Mais ne rêvons pas. Il est certain que la MYRTILLE lutte contre les cystites provenant de collibacillose, car cette plante règle les excès d'urée.

Il n'y a pas si longtemps, on l'utilisait favorablement dans les cas de diabète.

Pour se soigner, on récolte les jeunes feuilles de juin à fin septembre. Pour les fruits, ce sera en juillet et août. On trouve des MYRTILLES SAUVAGES dans les forêts claires, les tourbières et les landes. On en trouve énormément en Provence, cela ne doit pas empêcher d'en cultiver dans les jardins.

Quand on mange ses baies savoureuses, mieux vaut en prendre trois ou quatre, elles parfument agréablement la bouche.

Voyons comment utiliser la MYRTILLE :

En usage interne, contre la cystite et le diabète, éventuellement contre l'incontinence d'urine chez les enfants. On prend une poignée de feuilles sèches, que l'on prépare en décoction, en laissant

bouillir un quart d'heure dans un litre d'eau. Puis on la fait reposer durant dix minutes, comme pour une infusion. Un diabétique devrait en boire un litre par jour.

Toujours pour soigner le diabète, on peut mettre moitié feuilles de MYRTILLE et moitié feuilles de FRAISIER. On prépare simplement en infusion, en mettant 30 grammes de mélange par litre d'eau. Cette boisson est très recommandée.

En usage externe, une décoction de racine de MYRTILLE, dans la proportion de 20 grammes par litre d'eau, sert à assainir les plaies et aide la cicatrisation

Voyons en Magie, depuis toujours les sages ont recommandé de manger énormément de fruits frais, ils donnent une meilleure vision la nuit. Cette nourriture plaisante rend nyctalope. Curieusement, la science s'est aperçue, depuis peu de temps, que les baies de MYRTILLE contenaient un pigment anthocyanique favorisant la régénération du pourpre rétinien. Cette particularité est intéressante, par exemple, pour les automobilistes qui roulent souvent la nuit.

Inversement, ne mangeons pas la MYRTILLE DE LOUP (*VACCINIUM MYRTILLUS*), d'une saveur très agréable également, cette plante occasionne les mêmes troubles que l'état d'ébriété éthylique.

-----8-----

N E N U P H A R

Que ce soit la NYMPHAE ALBA (NENUPHAR BLANC) ou la NYMPHAE LUTEA, ces plantes aquatiques font partie de la famille des Nymphaeacées. Populairement, on les surnomme LIS D'EAU, LIS DES ETANGS, REINE DES LACS. Ce sont tous des anaphrodisiaques. Entendons-nous bien, le NENUPHAR réduit à zéro les désirs sexuels, dix fois plus efficacement que le bromure.

Evidemment, cette fleur est fort belle, s'épanouit au soleil en demeurant à fleur d'eau, avec ses feuilles en forme de coeur. Elle naît dans la vase, elle y vit et elle y meurt. Le soir, refermant les pétales de ses fleurs, le NENUPHAR s'enfonce dans les eaux glauques de son étang et s'endort pour la nuit.

Mais ses fleurs et ses rhizomes possèdent de nombreuses qualités thérapeutiques. On dit du NENUPHAR qu'il est le poison de l'amour, le destructeur des plaisirs. Admettons-le, mais dans les cas de nymphomanie, ses effets sont remarquables, tout aussi bien qu'en cas d'hystérie.

Le NENUPHAR est aussi un antispasmodique, un astringent et un hypnotique.

On prépare une infusion de fleurs ou de racines en arrosant d'eau bouillante, la valeur d'une cuiller à café de NENUPHAR réduit en poudre. Il guérit alors, si on en prend chaque soir, les pollutions nocturnes, on évite les rêves érotiques, apportant l'apaisement par le sommeil, évitant le syndrome de l'anxiété.

Outre cela, une bonne décoction de racine,

dans la proportion de 50 grammes pour un litre, bouillant pendant un bon quart d'heure, permet d'obtenir une boisson, que l'on sucrera au miel, mais qui soignera la dysenterie, la cystite et la néphrite, si on prend soin d'en boire deux ou trois tasses dans la journée.

On aura même la chance de soigner une toux provenant d'une irritation, comme celle produite par le tabac. En revanche, on ne devra pas espérer réaliser des prouesses sexuelles. On attendra pour plus tard, si on est un homme, on pensera à autre chose, si on est une femme et qu'on doit remplir son devoir conjugal.

En Magie, on a toujours prétendu qu'où il y avait des NENUPHARS, il existait des Dames des Lacs, des Dames Blanches, de ces espèces de fées, souvent fort susceptibles.

Il n'y a pas de fumée sans feu, toute légende contient une part de vérité. Restez auprès d'un étang, la nuit, quand les NENUPHARS dorment, vous aurez des visions extraordinaires, qu'il vous sera difficile d'oublier.

Inversement, si vous restez chez vous et buvez une légère tisane de NENUPHAR, vous connaîtrez un sommeil tranquille et sans rêve.

-----8-----

NOYER

Qui ne connaît pas cet arbre ? par contre on ignore ses ressources. On mange ses fruits (les noix), on fait une huile délicieuse, généralement les connaissances s'arrêtent là. Alors, parlons du JUGLANS REGIA (c'est son nom botanique), il fait partie de la famille des Juglandacées.

On peut utiliser les feuilles, l'huile et le tronc de cet arbre, mais aussi le "BROU DE NOIX", à la condition de savoir le préparer. Or, rien n'est plus simple, on prend l'écorce fraîche des noix, à l'automne, et on en fait une très forte décoction. Il faut facilement 500 grammes de ces enveloppes pour deux litres d'eau, on fait alors bouillir 20 minutes, on a le BROU DE NOIX. Les feuilles donnent le même résultat, mais nous le trouvons moins bon.

1 kilo de feuilles pour 10 litres d'eau, on versera cette décoction chaude, après un quart d'heure de cuisson à gros bouillons, dans un bain, le résultat fait merveille pour les affaiblis, les scrofuleux et les rachitiques, à la condition d'ajouter au moins deux kilos de gros sel marin dans de l'eau du bain.

Après s'être lavé les cheveux, on se rince avec de l'eau, dans laquelle on a fait bouillir deux poignées de feuilles pour 2 litres d'eau. La chevelure deviendra plus souple, un peu plus foncée et, surtout, plus luisante.

Si on transpire des mains, il suffit de se

laver régulièrement avec une infusion de feuilles de noyer, puis de poudrer avec du lycopode.

On facilite l'allongement des cils en passant, avec un coton-tige, chaque jour, un peu de décoction de feuilles de NOYER à laquelle on aura ajouté une partie infinitésimale de sulfate de quinine.

Cette décoction de feuilles peut être utilisée en injections vaginales, contre les ulcérations du col de l'utérus. En lavement, le remède est souverain contre les diarrhées, même dysenteriques.

On se frotte le visage et les mains avec des feuilles de NOYER fraîches, on ne sera pas piqué par les moustiques, ni par les guêpes, ni les abeilles.

En Magie, on pend des rameaux de NOYER au plafond des pièces d'une maison, nous ne verrons ni mouche ni insecte. Si on fait les litières des chiens et des chats avec des feuilles de NOYER, ils n'auront plus de puces.

En cas de rage de dents, on mâchait le brou de noix. On en mâchait encore contre les vers intestinaux.

Les fourmis non plus n'aiment pas le brou de noix.

Enfin, le brou de noix, dans de l'eau de vie, devient une délicieuse liqueur stomatique.

-----8-----

De son nom scientifique ALLIUM CEPA est une Liliacée. On utilise son bulbe et son suc.

Connu depuis l'Antiquité, l'OIGNON possède mille et mille vertus. pourtant, selon certains, l'OIGNON connaît les affres de la mort, quand il s'aperçoit qu'on va l'écorcher vivant, puis le couper et le jeter dans de l'huile bouillante. Est-ce-vrai ? Peut-être voudrait-il mieux interroger l'intéressé.

L'OIGNON fait partie des plantes donnant la vie. En manger cru, et souvent, fait les centaines, car c'est un antiseptique, un anti-infectieux, bref un authentique antibiotique naturel. C'est un équilibrant du système glandulaire, d'après certains un aphrodisiaque (sous réserve de se purifier l'haleine, en mangeant une pomme après l'ingestion de quelques oignons). L'eau salée fait disparaître l'odeur de l'oignon sur les mains.

Il faut le savoir, l'OIGNON cru possède une large action sur le système urinaire, cuit il agit sur le tube digestif.

Pour avoir une bonne santé, il suffit de laisser mariner des oignons dans une huile d'olive naturelle. On s'en servira pour faire des salades, aromatiser les crudités, les potages et les viandes. On peut aussi le piler au mortier et le mélanger dans du lait, ou encore l'étaler pilé sur une tartine d'huile d'olive.

L'OIGNON préserve de la vieillesse, il lutte contre l'obésité, même contre le diabète, le lymphatisme et les vers intestinaux. Il évite la lithiase biliaire

(quand il est cuit), mais cru il préserve des infections génitaux urinaires.

Un remède génial contre les diarrhées des nouveaux nés. Il suffit de laisser macérer, durant 2 heures une infusion composée de 3 petits oignons. On sucrera avec du miel et on donnera au biberon.

En cas de congestion cérébrale, le seul fait de frotter les tempes avec un oignon coupé en deux, peut permettre d'attendre le médecin. Si on veut éviter les piqûres d'insectes, il convient de se frotter la peau avec un oignon. Evidemment on ne sentira pas très bon, mais dans certaines régions, cette pratique est utile.

Le suc d'OIGNON fait merveille contre l'alopécie à la condition d'y mélanger du poivre et du sel. Ce remède appartient à la Magie arabe.

Contre le rhume, rien ne vaut le sirop d'OIGNON. Il suffit de piler un gros OIGNON et de le mélanger avec du miel liquide.

Si on respire ou fait respirer fortement un OIGNON cru, fraîchement coupé, on évitera les crises de nerfs.

Un OIGNON cuit au four, placé sous la plante des pieds, au coucher, évite les crises cardiaques et les crises d'asthmes. Au printemps, mangez les fanes vertes des OIGNONS nouveaux avec des tartines de saindoux, vous conservez la santé durant toute l'année.

Il y aurait tant à dire de l'OIGNON qu'un livre entier ne suffirait pas.

-----8-----

OLIVIER

On ne saurait parler de la provenance, sans nous entretenir de l'OLIVIER.

Son fruit, l'OLIVE, verte ou noire, est excellent, son huile encore meilleure. Mais on se sert également des feuilles et de l'écorce d'OLIVIER, de son nom botanique OLEA EUROPOEA. Cet arbre, pouvant atteindre 15 mètres, fait partie de la famille des Oléacées. Sous-entendu l'huile est le principal élément retenu. Pourtant...

Les vertus de l'OLIVIER sont innombrables. On pourrait écrire longuement, si nous voulions dévoiler tous ses secrets.

Cet arbre est né sur le bassin méditerranéen, comme pour nous apporter ses bienfaits. Aucune cuisine n'est meilleure qu'à l'huile d'olive, cela dit sans aucun chauvinisme. Effectivement, le principe oléagineux de l'OLIVIER ne nuit jamais au foie. Les hépatiques peuvent manger, sans crainte, tout ce qui est cuit et aromatisé à l'huile d'olive. De plus, c'est un hypotenseur remarquable, car il agit par vaso-dilatation. De ce fait, il ne produit pas de dépression cardio-vasculaire et soulage tout autant. Donc, en cas d'hypertension, on peut avoir recours à lui. Diurétique, l'OLIVIER est encore antidiabétique. Il combat même les fièvres.

Pour avoir un beau teint, il faut boire, tous les matins, à jeun, une cuiller d'huile d'olive, cela purifie le sang, les fonctions urinaires, par élimination

d'urée. Cela est encore valable dans les cas d'artériosclérose.

Voyons comment préparer une tisane d'OLIVIER. On prend environ 50 à 100 grammes de feuilles pour un litre d'eau. On porte à ébullition, on retire du feu et on laisse infuser un quart d'heure. On pourra boire trois tasses par jour avant les repas, cette tisane devra être chaude. Si on ne peut pas la boire telle quelle, on additionnera avec un bon miel.

On peut faire cela durant un quartier de lune, au quartier suivant on recommencera avec de la tisane d'aubépine, la cure sera complète en deux lunaisons, dans les cas d'hypertension.

Si l'huile d'olive décongestionne le foie, c'est également un puissant antipoison. Mieux encore, si on veut rendre la peau éternellement jeune et souple, on se servira de l'huile d'olive comme d'une lotion de beauté, en frottant le visage et en faisant pénétrer lentement dans les pores de la peau.

Ce n'est pas une plaisanterie, la cueillette des olives la meilleure est de laisser les fruits se détacher de l'arbre. On tend des draps blancs autour de son tronc et, chaque jour, on fera la récolte. Cela peut durer de septembre à novembre. Un fruit arraché n'est pas un fruit mûr. De là cette plaisanterie des pays d'oïl, prétendant que la récolte des olives fut mauvaise en raison du manque de mistral.

Les romains attribuaient l'OLIVIER à la déesse

Minerve, qui représentait la sagesse. C'est un symbole de la paix, symbole toujours aussi vivace de nos jours. La superstition ridicule, voulant qu'une colombe aurait ramené une branche d'OLIVIER à bord de l'Arche de Noé est une légende stupide. L'OLIVIER a toujours été l'objet d'un culte parmi les peuples les plus anciens.

-----8-----

Voici une plante encore bien difficile à décrire en peu de place. Le véritable ORANGER est l'ORANGER AMER, nommé aussi BIGARADIER, c'est le CITRUS VULGARIS, nommé parfois CITRUS BIGARADIA, de la famille des Rutacées. Avec ses fleurs à peine écloses, cueillies un jour de beau temps, on prépare l'eau de fleur d'ORANGER, connue comme calmant et comme sédatif, utilisée également par les confiseurs et les pâtisseries.

ORANGE DOUCE (CITRUS DULCIS) est celle que nous consommons volontiers en toute saison. Le CITRON, beaucoup plus acide (CITRUS LIMONUM) fait partie de la même famille. Décrire toutes les propriétés de ces arbres serait vouloir faire une anthologie de cette large famille.

L'ORANGER est un léger hypnotique, on utilise sans danger ses feuilles, ses fleurs et l'écorce de ses fruits.

Une des principales qualités, outre un apport substantiel de vitamines, est le fait de diminuer l'amplitude des contractions cardiaques. L'ORANGER serait aussi un vermifuge, particulièrement contre les oxyures. C'est pourquoi il est toujours bon d'en donner à manger aux enfants en bas âge. Le jus d'ORANGE pur est un merveilleux reconstituant, surtout si on le prend le matin à jeun.

Ne l'oublions pas, cet arbre ne fut importé en Europe qu'au moment des Croisades, pourtant dès qu'il fut planté sur le pourtour de la Méditerranée,

les sorcières comprirent tous les bienfaits qu'on pouvait en tirer. Aujourd'hui, il est difficile de savoir si les remèdes ont, pour origine, les recherches pharmaceutiques ou simplement des découvertes sorcières.

On peut faire de délicieuses tisanes avec les feuilles. Il faut compter 30 à 50 grammes pour un litre d'eau. On portera à ébullition, puis on laissera infuser durant 20 minutes. On pourra en boire trois ou quatre tasses par jour, en sucrant avec du miel ou sans rien du tout. A la rigueur, on peut ajouter un peu de l'eau de fleurs d'ORANGER.

Une grosse poignée de fleurs sèches pour un litre d'eau, infuser 20 minutes également, après avoir été porté à ébullition, on obtiendra, dans les deux cas, des résultats spectaculaires contre le nervosisme. Ces tisanes évitent les palpitations, surtout chez les adolescents. Cette même tisane est favorable contre les insomnies, l'agitation nocturne, lutte contre les toux nerveuses, les migraines, l'aérophagie et, selon certains, contre les crises d'épilepsie.

Attention, contrairement au Nénuphar, l'ORANGER n'est pas anaphrodisiaque. Il ne nuit jamais aux fonctions sexuelles.

D'ailleurs, l'ORANGER est attribué à la planète VENUS, tout en représentant l'innocence. Pour cette raison, les jeunes filles, qui se mariaient, portaient, autrefois, une couronne de fleurs d'ORANGER, qu'elles conservaient sous une cloche en verre, sur la cheminée

de la maison.

Il est recommandé de porter au moins une fois sur soi un rameau de fleurs d'ORANGER, par un mystérieux transfert magique, l'innocence se transforme en sagesse. Celui ou celle qui n'était qu'innocent acquiert soudain la sagesse, qui lui sera utile le restant de sa vie.

-----8-----

ORTIES

Il existe trois variétés d'ORTIES, de la famille des Urticacées. Enumérons-les :

- ORTIE DIOIQUE (URTICA DIOICA), plus connue sous le nom de GRANDE ORTIE, ORTIE COMMUNE, ORTIE VIVACE.
- ORTIE BRÛLANTE (URTICA URENS), nommée populairement PETITE ORTIE, ORTIE PIQUANTE, ORTIE DES JARDINS, ORTIE GRIECHE.
- ORTIE ROMAINE (URTICA PILULIFERA) ou ORTIE A PILULES.

on peut utiliser les feuilles, les racines, les graines et même la plante entière.

Une infusion d'ORTIE, dans un baril d'eau chaude pendant une journée, donne une boisson rafraîchissante et nourrissante. On peut en donner au bétail.

Les animaux, mangeant du fourrage, profite mieux, si on ajoute à celui-ci de l'ORTIE sèche. Les canards, les oies et les poules en mangent volontiers, quand elle est sèche et coupée en petits morceaux. Les chevaux eux-mêmes en raffolent.

Une infusion d'ORTIE faite de 100 grammes de racines et de feuilles pour deux litres d'eau bouillant 5 minutes, puis infusée une demi-heure, peut se boire à volonté. C'est non seulement un antidiarrhéique, un antirhumatismal et un dépuratif de grande valeur.

Pour deux litres d'eau, 50 grammes de plantes entières ou de racines, bouillant un quart d'heure, constituent une boisson salubre contre les rhuma-

tismes. On doit en boire entre les repas durant deux jours, en lune montante de préférence.

En usage externe, on fait bouillir une poignée de racines dans du vinaigre, c'est un stimulant du cuir chevelu, susceptible de stopper la chute des cheveux.

En Magie, l'ORTIE est une plante appartenant à la planète VENUS. C'est un aphrodisiaque externe, qui favorise le désir sexuel. On peut, soit se rouler dans les ORTIES piquantes, si on est totalement nu. Sinon, il est bon de se fustiger avec des ORTIES piquantes les parties génitales, les fesses et les reins, on connaîtra une érection extraordinaire. Les femmes également ressentiront rapidement les désirs monter en elles. Il sera alors difficile de les satisfaire. L'ORTIE éloigne toute frigidité.

Autrefois, à titre de punition, on mettait de l'ORTIE piquante dans les caleçons des séminaristes, mais était-ce vraiment une punition ?

On peut faire de la soupe, avec des ORTIES, elles ont un goût d'oseille. Si on ajoute une cuiller de fécule de pomme de terre et qu'on graisse avec une cuiller à soupe d'huile d'olive, on pourra soigner ainsi les lithiases biliaires, l'ictère, l'anémie et le rachitisme.

On prétend qu'en cataplasme, l'ORTIE soignerait certains cancers de la peau. Nous gardons des réserves, mais certainement une décoction d'ORTIE peut faciliter le traitement thérapeutique.

-----8-----

PASSIFLORE

De son nom latin PASSIFLORA INCARNATA, ou PASSIFLORA CAERULEA, populairement on la nomme FLEUR DE LA PASSION, car les superstitieux croient y reconnaître tous les attributs de la passion. Il faut, pour cela, avoir une très grande imagination.

Néanmoins, bien que d'origine tropicale, parfaitement acclimatée en Provence depuis fort longtemps, la PASSIFLORE est très jolie, orne nos jardins, et, sur certains côtés, se révèle fort utile pour notre santé.

On utilise aussi bien ses fleurs que ses feuilles. On les fait lentement sécher au soleil, puis on les conserve dans l'obscurité d'un pot, loin de toute humidité.

La PASSIFLORE est un calmant remarquable, c'est un sédatif ne présentant aucunement un effet dépressif secondaire.

On utilise la PASSIFLORE dans les cas d'insomnie, de neurasthénie, mais aussi pour guérir des angoisses irraisonnées, de l'hystérie et des palpitations, chez les personnes émotives.

Les infusions de cette plante évitent les crises d'épilepsie et réduit l'excitation cérébrale. Aussi est-elle tout indiquée durant les troubles de la ménopause.

Pour faire une bonne tisane de PASSIFLORE, il suffit de verser de l'eau bouillante dans une tasse, au fond de laquelle on aura mis la valeur d'une cuiller

à dessert de feuilles séchées et broyées. On laisse infuser deux ou trois minutes, on sucre avec du miel. On bénéficiera d'un antispasmodique efficace, apportant tous les bienfaits que l'on peut attendre.

Si on préfère, il est facile de faire une alcoolature avec les fleurs. On laisse une poignée de celles-ci dans une eau de vie moyenne, ne titrant pas plus de 30 à 35 degrés, durant une lunaison. Le mieux serait de commencer le jour du changement de lune. Ensuite on filtrera. Il suffira de prendre une trentaine de gouttes le soir, avant de se coucher, dans un peu d'eau de source.

Pour la tisane, il faut en prendre au moins trois tasses par jour, pour en ressentir les effets.

Associé à l'Aubépine, la PASSIFLORE est encore plus efficace.

En Magie, cette plante est connue pour ses qualités de douceur. En planter dans son jardin attire les amis et les rend fidèles. Vis à vis de l'autre sexe, on engendrera plus particulièrement l'admiration, la dévotion, que la sensualité. En revanche, les relations seront souvent gaies et joyeuses, sans aucune arrière pensée.

-----8-----

De son nom véritable, c'est le PETROSELINUM HORTENSE. Cette plante est connue depuis les temps les plus reculés. Cependant, il est nécessaire de faire très attention si on en cueille. Le PERSIL pousse en effet à l'état sauvage, mais il a le malheur de faire partie de la famille des Ombellifères et de ressembler étrangement à la Cigüe Blanche, qui est très vénéneuse, et aussi à la Grande Cigüe, qui fut responsable de la mort de Socrate.

On peut éviter ses désastreuses erreurs, si l'on sait que sa tige est à la fois striée et ramée. Généralement elle se dresse. Quand cette plante fleurit, ses ombelles sont constituées de petites fleurs facilement reconnaissables à leur couleur blanche, un peu verdâtre.

Ses origines sont orientales, mais le PERSIL est depuis fort longtemps cultivé comme aromate. Tout est bon dans cette plante, on peut recueillir la racine, à la condition qu'elle soit fraîche, les feuilles, si souvent utilisées en cuisine, et même les graines.

On peut faire une décoction aussi bien avec les racines, qu'avec les feuilles ou les graines, à raison de 100 grammes pour un litre d'eau. On prendra une tasse deux fois par jour, avant les repas, c'est un excellent calmant contre les douleurs menstruelles, les douleurs rhumatismales et les calculs rénaux.

Cette même décoction atténuée considérablement les taches de rousseur chez les rousses, si elles

se passent ce liquide sur le visage.

Les cataplasmes de feuilles fraîches, soigneusement pilées dans un mortier, sont utiles en cas de contusions, de piqûres d'insectes et pour faire tarir le lait des nourrices.

En Magie, le PERSIL n'a pas toujours une bonne réputation. On prétend qu'en semer en terre annonce la mort certaine, dans l'année, de celui qui le fait.

En Provence, on dit encore que la femme enceinte, qui cueille du PERSIL, le fait mourir.

Une ruse est d'ailleurs utilisée pour le planter sans risque, on place les graines de PERSIL dans le trou d'un mur. Le vent emportera les graines et le PERSIL sera semé, sans l'intervention de quiconque.

Les romains en consommaient énormément, aussi, bien que fort superstitieux, ils ne s'embarrassaient guère de préjugés pour en planter dans leurs jardins.

-----8-----

P E R V E N C H E

C'est le VINCA MINOR des botanistes, de la famille des Apocynacées, populairement, on la nomme : la VIOLETTE DES MONTS, la VIOLETTE DES SORCIERES, l'HERBE A LA CAPUCINE.

Cette Apocynacée est à la fois fort belle et utile. On peut l'utiliser de manière interne ou externe. Depuis l'Antiquité, on reconnaît, dans la PERVENCHE, ses qualités pour guérir des vertiges et des céphalées. Dans certains cas, elle peut pallier le manque d'insuline, car elle est capable de faire baisser le sucre urinaire de moitié, à la condition de boire 150 gouttes d'extrait fluide par jour, selon le docteur H. Leclerc.

Mais la PERVENCHE possède bien d'autres ressources, pour la plupart découvertes par les sorciers au cours des siècles. Il n'existe qu'une seule contre-indication, le cas où le sujet serait atteint d'une tumeur cérébrale. Sinon, on peut faire une décoction avec 75 grammes de feuilles pour un litre d'eau. On laisse seulement bouillir 2 minutes, puis infuser durant un quart d'heure. Il suffira d'en boire 3 tasses par jour, pour lutter contre les anémies dues à l'anorexie (le manque total d'appétit). Effectivement, les feuilles de la PERVENCHE sont toniques, apéritives.

On peut aussi utiliser cette tisane comme hypotenseur (voilà donc la raison pourquoi elle est contre-indiquée dans le cas de tumeur au cerveau).

Mais non seulement c'est un antidiabétique, mais aussi un hémostatique.

On dit encore que la décoction de PERVENCHE guérit de l'entérite et des pertes blanches.

Autrefois, on faisait manger la PERVENCHE aux vieillards, car on connaissait en elle des propriétés permettant de lutter contre l'insuffisance cérébrale, la sclérose du troisième âge, ainsi que la diminution des facultés intellectuelles dues à la vieillesse.

Toujours en décoction, bue, la PERVENCHE lutte contre l'insuffisance coronarienne et donne d'excellents résultats dans les cas de bourdonnements d'oreille, même dans les vertiges de Ménière.

En usage externe, cette même décoction peut servir à se gargariser, en cas d'angines.

Enfin, c'est une excellente lotion contre les plaies risquant de s'infecter, les ecchymoses. Ainsi, on l'utilisait fréquemment après un tournoi.

Même les femmes qui allaitent prenaient de cette décoction, pour arrêter les montées de lait.

Les feuilles de PERVENCHE représentent un puissant vulnéraire.

-----8-----

PEUPLIER

Voici un fort bel arbre, très utile, de la famille des Salicacées. Il en existe plusieurs variétés, mais nous nous occuperons de la seule qui soit susceptible d'apporter des soulagements à nos maux, nous voulons parler du POPULUS NEGRA. Et encore, dans cet arbre, nous ne prendrons que les bourgeons en considération.

On peut les utiliser de manière interne ou externe, selon les soins.

Il suffit de 30 grammes de bourgeons qu'on fera bouillir durant 10 minutes, avant de laisser refroidir et infuser.

On en boira deux tasses par jour, entre les repas, c'est probablement l'un des meilleurs antiputrides des voies urinaires. Son pouvoir est aseptisant et diurétique, il permet, avec facilité, d'éliminer l'acide urique du sang. C'est aussi un sudorifique remarquable, tonique capable de soigner également les bronches, en permettant d'éliminer les sécrétions bronchiques, un peu à la manière des bourgeons de sapin.

Mais son action ne s'arrête pas là. En remède externe, les bourgeons de PEUPLIER font merveille.

Nous ne pouvons pas résister à vous donner deux excellentes recettes.

La première consiste à faire une pommade. Pour cela, on laissera bouillir des bourgeons de PEUPLIER, durant près d'une heure, dans une livre de saindoux. Il faut compter environ moitié moins de bour-

geons, soit dans les 250 grammes environ. Ensuite on filtrera, puis on laissera refroidir dans des petits pots.

Dans les cas de crevasses aux mains, d'hémorroïdes, de gerçures ou de fissures, on frictionnera délicatement avec cette pommade, qui peut se conserver assez longtemps. On prendra soin de bien faire pénétrer le remède.

Pour les entorses et les sciaticques, il est facile de faire un alcoolat. On met 200 grammes de bourgeons de PEUPLIER dans un litre d'alcool à 70°. Puis on laissera passer au moins trois lunaisons, avant de filtrer. On pourra alors frictionner l'endroit qui fait souffrir, à la condition qu'il n'existe pas de plaies ouvertes. C'est pour cette raison qu'il est recommandé d'utiliser de préférence la pommade ci-dessus, mais pour les sciaticques l'alcool est de beaucoup préférable.

Quand on en a la possibilité, il est toujours bon d'avoir un peuplier dans son jardin, c'est une protection efficace contre le mauvais sort. Un seul ennui, pour un arbre, il n'a guère longue existence, il vit tout au plus 30 à 50 ans. Il ne faut donc pas s'affoler si le PEUPLIER, planté par vos parents, dépérit, quand vous atteignez un âge raisonnable.

-----8-----

PILOSELLE

C'est une plante composée, de son véritable nom HIERACIUM PILOSELLA. Communément, on la connaît, en Provence, sous le nom d'OREILLE DE SOURIS OU D'OREILLE DE RAT. Dans d'autres régions on lui donne le nom EPERVIERE.

On récolte la plante entière et on en fait usage pendant qu'elle est fraîche. En d'autres termes, nous ne conseillons pas de la faire sécher, elle perdrait toutes ses propriétés.

Cette plante possède une racine assez curieuse, qui sécrète des substances extrêmement toxiques pour les végétaux poussant près d'elle. Nous pourrions dire qu'elle se fait de la place. En effet, la racine de la PILOSELLE stoppe la germination des autres plantes cultivées dans un jardin. Pour sa part, la PILOSELLE pousse spontanément mais sa préférence va pour les terrains calcaires et siliceux.

Son action, malgré cette indépendance, en fait une plante très recherchée. Elle abaisse le taux de cholestérol, elle est stimulante et diurétique, capable d'éliminer l'urée et les chlorures.

De ce fait, elle lutte contre l'athérosclérose, elle est toute indiquée dans les cas d'asthénie, à la suite d'un état de convalescence ou d'une grave hémorragie.

Elle est très utile en cas d'hydropisie, d'ascite et même d'oedèmes cardiaques.

Mais où elle devient précieuse en Provence,

c'est par son action certaine contre la fièvre de Malte. Elle combat efficacement les oliguries des affections fébriles.

On la prend par voie interne. Pour préparer une excellente tisane, il faut la cueillir fraîche (nous insistons beaucoup sur ce point). Il faut faire une forte infusion, en versant un litre d'eau bouillante sur 100 grammes de plante entière (racines comprises). Puis on laisse infuser un quart d'heure, le temps qu'elle refroidisse, on boira 3 tasses par jour, entre les repas, en ajoutant un miel parfumé, quoique son goût ne soit en rien désagréable, mais parfois, si la racine contient encore de la terre, la saveur ne sera pas toujours bonne.

La fièvre de Malte est une brucellose. Depuis toujours, les sorciers de village ont recommandé cette tisane, afin d'éviter la septicémie, durant la phase aiguë, ou les atteintes viscérales et osseuses, quand on atteint la phase de chronicité. Dernièrement, les chercheurs ont découvert qu'il existait, dans la PILOSELLE, un puissant antibiotique capable de guérir les brucelloses.

Notons enfin qu'on se sert de la PILOSELLE pour provoquer des avortements épizootiques chez les bovins.

-----8-----

PISSENLIT

Son véritable nom est TERAXACUM OFFICINALIS, de la famille des Composées, en réalité, il existe bien des variétés de cette plante, que l'on nomme parfois DENT DE LION ou FLORION D'OR. Pour être franc, on en trouve partout, dans les jardins, mais aussi dans les villes. Le moindre espace, entre deux pierres, entre deux pavés, le PISSENLIT se développe.

Tout est bon, dans cette plante, mais on aura intérêt à bien la laver, avant de la consommer.

Au printemps, les jeunes feuilles de PISSENLIT font une délicieuse salade avec des petits lardons, revenus à la poêle. L'assaisonnement se fera inévitablement à l'huile d'olive. C'est un vrai régal, qui offre encore l'avantage d'ouvrir l'appétit, aussi a-t-on intérêt à servir le PISSENLIT, ainsi préparé, en guise de hors d'oeuvre.

Quand le PISSENLIT devient trop vieux, vers septembre, il est souvent amer et peu agréable à déguster.

Les fleurs de PISSENLIT, au printemps, sont d'un beau jaune doré. On peut les manger sans crainte, elles sont tout aussi comestibles que ses feuilles.

On a pas intérêt à faire sécher le PISSENLIT, il perd toutes ses qualités thérapeutiques. Lesquelles, évidemment ? Son nom l'indique, c'est un très puissant diurétique. L'effet qu'il provoque est irrésistible, on doit en faire des salades, mais aussi des tisanes avec les racines fraîches, dans les cas d'insuffisance urinaire.

On prend 200 grammes de racines, qu'on lavera soigneusement, puis on fera bouillir celles-ci dans un litre d'eau durant un quart d'heure. On laissera refroidir, puis on boira le litre dans la journée entre les repas.

Cette tisane est souveraine contre l'anémie, elle donne de l'appétit, en excitant également la digestion, elle rétablit le métabolisme, elle évite les troubles du foie et de la vésicule biliaire. La tisane de racines de PISSENLIT lutte également contre l'athérosclérose et, on le dit, diminue les hémorroïdes.

On prétend encore que le PISSENLIT apporte un complément de vitamines, dans les cas de scorbut.

Naguère, dans les chaumières, vers le XVIIème Siècle, on le surnommait le café des déshérités. Effectivement, en faisant lentement griller ses racines dans un four moyennement chaud, on peut obtenir un excellent remplaçant de café, pour peu de dépense.

En Magie, on mettait des fleurs de PISSENLIT dans un bon vin. Si on ajoutait du miel, on obtenait une boisson délicieuse après quatre lunaisons. Mais cette boisson nettoyait les reins et tout le circuit urinaire. Mieux encore, ce breuvage devenait vite un excitant, pour les hommes connaissant quelques difficultés d'érection.

Mais il faut faire attention, avec cela, on risque d'avoir une belle érection, mais de "pisser au lit". Enfin, si vous conservez du PISSENLIT quelques jours,

sachez que les mites le dévorent aussi facilement qu'un manteau de laine.

-----8-----

Il en existe au moins trois variétés. Le plus connu est le *PLANTAGO MAJOR*, mais il y a également le *PLANTAGO MEDIA* et le *PLANTAGO LANCEOLATA*, de la famille des Plantaginacées. Ils ont tous les trois les mêmes vertus, nous signalons simplement leur existence. D'autre part, chez eux tout est bon, depuis la racine, les graines, les feuilles, les tiges. En un mot, la plante entière est consommable. Son utilité est générale.

Au début du siècle, on rencontrait encore, dans les rues des grandes villes de Provence, des petits marchands proposant du PLANTAIN en botillon, pour amuser les oiseaux en cage. En vérité, même les bovins se délectent de cette plante aux vertus multiples.

Ce n'est pas un remède miracle, mais il est à portée de la main. Il suffit de se baisser pour en cueillir, tant il est commun.

Prenons les feuilles, elles sont un peu épaisses, vous les lavez bien, au besoin, vous vous contentez de les essuyer. Il suffira de faire macérer 50 grammes de ces feuilles dans un litre d'eau, qu'on fera bouillir une minute seulement. Ensuite on laissera reposer toute une nuit et on boira le litre entier le lendemain.

Ce remède est connu depuis toujours par les sorciers de village, comme purificateur du sang, capable de stopper les hémorragies, car cette décoction augmente la coagulabilité du sang.

On peut faire une infusion avec 100 grammes

de la plante entière pour un litre d'eau. On passera cinq minutes après avoir verser le liquide bouillant. Il suffira de boire trois ou quatre tasses par jour, pour lutter contre la faiblesse générale, la maigreur et le retard infantile. On prétend qu'une telle préparation serait bonne pour guérir de la tuberculose et de la bronchite chronique. Sans aller jusque-là, les résultats sont positifs dans les pharyngites et les laryngites.

Macération et infusion sont bonnes en gargarismes et bains de bouche, mais également en compresses, contre l'ophtalmie, et en injection vaginale, contre les pertes blanches.

Naguère, on soignait les ulcères aux jambes, éventuellement les morsures de vipères, grâce à ce vieux remède magique. On prend des feuilles fraîches que l'on froisse, puis on en fait un pansement sur la blessure. A ce sujet, certains auteurs latins prétendent que les belettes se roulaient dans les feuilles de PLANTAIN, avant de se battre contre des vipères, elles s'immunisaient ainsi.

En Magie, il est également recommandé de frotter les piqûres d'insectes avec les feuilles de PLANTAIN, pour éviter les infections et les douleurs.

Enfin, on peut très bien manger les jeunes feuilles en salade, elles sont diurétiques et guérissent des diarrhées.

Les botanistes la nomment *EQUISETUM ARVENSE* de la famille des Equisédacées. Sinon, beaucoup lui accordent les noms les plus divers : QUEUE DE RENARD, QUEUE DE CHEVAL, QUEUE DE CHEVRE, BROsse A CHEVAUX. Il existe effectivement une certaine ressemblance mais n'exagérons pas.

La PRELE a vraiment tout pour retenir notre attention. C'est une plante curieuse, elle ne possède ni feuilles, ni fleurs et renaît pourtant deux fois dans la même année.

C'est une plante sorcière par excellence. Depuis toujours elle fut considérée comme l'une des plus utiles. On la trouve surtout dans les endroits marécageux, autour des sources, sur le bord des routes, à la condition qu'il y ait un fossé avec de l'eau, tout ceci, si le sol est argileux et siliceux.

La PRELE est une plante des plus précieuses, on n'en fait aucun cas, tant elle est courante. On la piétine, sans se souvenir de ses vertus. Nos anciens la respectaient, aujourd'hui, on ne lui juge pas même une valeur commerciale. Or, non seulement cette plante est diurétique, antidégénérative, cicatrisante, capable d'aider à se refaire des globules rouges, mais elle est aussi reminéralisante.

Depuis quelques temps seulement, les chercheurs ont tenté de la comprendre. Ils s'en sont aperçus, il existe deux principes contradictoires, elle est à la fois coagulante et anticoagulante, ces deux prin-

cipes cohabitent en elle.

Si on boit deux ou trois cuillers à dessert par jour de son suc frais, la PRELE est capable de soulager bien des maux. Elle lutte contre les oliguries, les hémorragies, l'hypertension, l'arthrose, le diabète, le nervosisme et certains états cancéreux. Mais où son pouvoir est le plus étendu, c'est dans la reminéralisation des os.

On fait une décoction de plante fraîche en faisant bouillir environ 100 grammes de plante fraîche dans un litre d'eau durant une demi-heure. Si la plante est sèche (son poids diminuera), on se contentera de faire la décoction avec 20 grammes uniquement. Une rupture d'os solidifiera deux fois plus vite que la normale.

La plante séchée, il est facile de la réduire en poudre dans un mortier. On peut alors la mélanger à du miel et la manger ainsi. Maintenant, les jeunes pousses se font également en salade. Dans aucun cas, cette plante ne perd ses principes actifs.

La décoction décrite plus haut est utilisée en Magie, depuis très longtemps, pour soigner les plaies, les ulcères des jambes, éventuellement les cancers ulcérés. Cette même décoction peut servir à faire des lavages de bouche, quand on a des aphtes.

Enfin, sachons-le, ce pouvoir reminéralisant est utile chez les tuberculeux des poumons, car elle apporte la silice qui lui manque. Or la silice permet

l'assimilation du phosphore qui représente le facteur essentiel, pour reconstituer le cal nécessaire à la réduction d'une fracture.

-----8-----

R E G L I S S E

Son nom véritable est GLYCYRRHIZA GLABRA, de la famille des Papilionacées. La seule partie utilisée, dans cette plante est la racine.

Presque tous les enfants ont sucé du bois de réglisse, laissant un goût sucré dans la bouche et donnant une haleine fraîche.

L'été, ces mêmes racines, que l'on trouve chez tous les pharmaciens, peuvent servir à faire une boisson saine et rafraîchissante. Il suffit de laisser tremper quelques bâtons dans un litre d'eau et de tenir la bouteille au frais. L'eau se colorera, aura le parfum de la REGLISSE. Si on mélange en même quantité du chiendent, la saveur de cette boisson n'en sera que meilleure.

Mais que tout ceci ne nous fasse pas oublier les vertus et les inconvénients de cette racine fort agréable.

Coupée en petits morceaux, 50 grammes de racine de REGLISSE seront mis à bouillir dans un litre d'eau durant cinq à dix minutes, au moins, puis encore à macérer toute une nuit.

Cette préparation soignera facilement les toux nerveuses, les trachéites et les bronchites. Cette décoction est également bonne contre les gastrites, les ulcères de l'estomac ou du duodénum.

Digestive, la racine de REGLISSE est dépurative, pectorale, mais nous le savons moins, un excellent tonique des glandes surrénales. Libérant les gaz, la

REGLISSE évite les spasmes intestinaux.

La REGLISSE serait encore bonne contre l'aérophagie, les dyspepsies et le météorisme, elle lutterait aussi bien contre l'entérite que contre la constipation.

En cas d'ulcère à l'estomac, il est recommandé de prendre une cuiller à café de racine de REGLISSE en poudre avant les repas, ceci durant une lunaison.

Pour réduire la racine en poudre, on doit la râper. Aujourd'hui, beaucoup d'ustensiles ménagers électriques peuvent permettre d'obtenir ce résultat sans fatigue, sinon nos anciens se contentaient de râper, comme on le ferait avec du parmesan sec ou du sucre.

L'envers de la médaille existe.

Si on abuse de cette racine de REGLISSE, on s'expose à souffrir d'hypertension artérielle, avec baisse de potassium sanguin. Cela produirait inévitablement un état de fatigue général, diminuant la force musculaire. Le docteur Valnet le signale, chez les alcooliques pourraient survenir des troubles neuro-psychiques. Les électrocardiogrammes soulignent encore cette faiblesse musculaire par des modifications très visibles.

Il convient donc d'user de la REGLISSE, mais non d'en abuser. Que cela ne vous empêche pas de mâchonner de ces délicieuses racines, le jus produit favorisera les fonctions de l'estomac. En Magie, cette méthode fut de tout temps utilisée.

-----8-----

Les botanistes la nomment ROSMARINUS OFFICINALIS, de la famille des Labiées, cette plante vit en abondance dans toute la Provence et est connue pour ses qualités, dans les différentes spécialités culinaires de la région. Nous pourrions affirmer qu'on en cultive partout, même en ville. Les feuilles du ROMARIN entrent dans la composition des soupes, des sauces pour les pâtes alimentaires, dans la pizza, la bouillabaisse et le pistou.

Ceci existe depuis l'Antiquité. Plus tard, Charlemagne imposa sa culture, il adorait en mettre partout, pourtant, il était homme du nord, mais il connaissait les véritables vertus de cette plante merveilleuse. On la nomme encore, dans certaines régions, l'HERBE AUX COURONNES, L'HERBE DES TROUBADOURS, la ROSE MARINE. D'ailleurs son nom latin (ROSMARINUS) veut exactement dire cela.

Délaissions la cuisine et revenons aux choses plus sérieuses. On peut faire des tisanes excellentes, en versant dans une tasse de l'eau bouillante, après avoir mis une cuiller à dessert de ROMARIN (fleurs ou feuilles). Ce remède est excellent contre l'asthme, il favorise la respiration et atténue les crises.

Non seulement cette tisane diminue la faiblesse générale, mais combat le surmenage physique et intellectuel. Nous ne disons pas qu'il s'agit là d'un moyen bien simple de se doper, le ROMARIN est naturel, il favorise le foie, en luttant contre l'ictère et l'hépa-

tisme en général. Il est capable de faire disparaître une migraine due à la fatigue.

En Magie, on reconnaît que l'infusion de ROMARIN est capable de lutter contre l'hystérie, les troubles cardio-vasculaires, l'épilepsie, les vertiges.

Les Egyptiens, les Romains et les Arabes ont toujours considéré le ROMARIN comme étant une panacée. Ils l'utilisaient comme antispasmodique contre les douleurs au ventre, causées par l'inflammation de la muqueuse intestinale.

En Magie toujours, nous affirmons mieux, le ROMARIN est un régénéscent. Il serait donc capable de rajeunir une personne atteinte de troubles, dus à l'âge.

Pour un usage externe on fait une décoction avec une bonne poignée de ROMARIN dans un litre d'eau, qu'on fera bouillir durant 10 minutes. En compresses, le remède est souverain contre les rhumatismes, les plaies, les brûlures. On peut faire des injections vaginales, les pertes blanches disparaîtront.

Contre les douleurs musculaires, on fera bouillir le ROMARIN dans de l'huile d'olive, durant une demi-heure, puis on passera. Cela nous donnera un excellent liniment, pouvant également guérir de la gale et de la pédiculose.

Placé dans un sachet, dans le bain d'un enfant, ce remède permet d'enrayer la fatigue générale, due à la croissance. Chez les adultes, les bains d'yeux, avec la tisane décrite ci-dessus, améliore la vision.

-----8-----

R O N C E

De son véritable nom : RUBUS FRUCTICOSUS, c'est une variété de Rosacées qui en comprend beaucoup d'autres, dont le framboisier. Certains auteurs en compte au moins 90 variétés. Arbrisseau épineux, aux fruits souvent savoureux, les RONCES constituent en majeure partie les haies. La RONCE la plus connue est souvent la mûre, fruit offert à notre convoitise, dont on fait souvent de délicieuses confitures.

Comme on le constatera, dès que l'on parle de la Provence, à l'instar de Nostradamus, nous revenons infailliblement aux recettes culinaires, aux soins de beauté et aux confitures.

Mais les RONCES possèdent, heureusement, d'autres propriétés, que de satisfaire notre gourmandise. Elles prennent, depuis toujours, une grande place pour les soins thérapeutiques.

C'est au printemps, au moment de la floraison qu'on peut cueillir les feuilles tendres des RONCES, avec toutefois certaines précautions, car les épines des branches sont souvent cause de blessures légères, pouvant cependant s'enflammer, si on a les mains sales. Les RONCES n'y sont pour rien, car il s'agit d'une plante saine.

Quand on cueille ses feuilles, il convient de les faire sécher immédiatement, leur ton s'assombrit et elles dégagent une odeur fort agréable. Quand elles sont bien sèches, elles perdent leur odeur, mais conservent leurs propriétés, en particulier du tannin et des

acides organiques providentiels.

On peut les conserver à l'abri de la lumière, dans un bocal.

En usage interne, elles sont à la fois décongestionnantes et calmantes.

On prépare les feuilles de RONCES en tisane. Environ 20 grammes de feuilles séchées pour un litre d'eau bouillante suffisent. On prépare en infusion, en versant l'eau sur la plante, puis on laisse refroidir et on passe. On peut alors boire deux ou trois verres par jour, entre les repas, on obtiendra des résultats parfaitement valables.

Si on double ou triple la dose pour un litre, on fera une décoction, qu'on laissera bouillir au moins 10 minutes. Ce breuvage, une fois passé, servira à faire des gargarismes pour tous les maux de gorge, non fébrile.

En Magie, une branche de RONCE bien épineuse entrelacée avec une branche de rosier sauvage réunissent les amants, si on pense intensément à l'être aimé en pratiquant ce lien. En cas de blessure, si le sang va sur la branche de rosier, la femme aimera davantage que l'homme. Inversement si c'est la RONCE qui reçoit le sang. Si les deux branches sont touchées, il existera un accord parfait. Mais attention, il ne faut pas provoquer cette blessure, il faut qu'elle soit involontaire et qu'on ne cherche surtout pas à arroser de son sang une branche plutôt qu'une autre. Seul le sort peut décider.

-----8-----

R O S E

Qui ne connaît pas la ROSE ? Il en existe des milliers de variétés, on en crée chaque année. Pourtant, nous ne penserons qu'à la ROSA GALLICA, de la famille des Rosacées, nommée populairement la ROSE DES GAULES et, plus souvent, la ROSE DE PROVINS. A ce propos, on raconte volontiers qu'elle fut rapportée des Croisades par Thibault de Champagne, au XIII^{ème} Siècle. On en trouve dans toute la Provence, on en distille des hectolitres chaque année du côté de Grasse, car la ROSE entre en grande part dans la composition des parfums. Ceci existe depuis toujours, les phéniciens, les égyptiens, plus tard les grecs et les romains en firent une consommation intensive. Maintenant, pourquoi la ROSE est dite de Provins. Nous en avons donné la raison, mais il faut se rendre dans cette ville, située non loin de Paris, pour en comprendre véritablement l'importance. On en fait non seulement des parfums, des eaux de toilette, on parfume des savons, mais on fabrique des liqueurs délicieuses à boire, des confitures extraordinaires.

Nous paraissions sorti de notre belle Provence, mais il fallait quand même parler de cette cité, connue et vivant uniquement de la ROSE.

Les boutons de ROSE, séchés soigneusement, entrent dans la composition de la poudre de contre-empoisonnement. On récolte ces boutons lorsqu'ils commencent à s'ouvrir. Les pétales seuls, de la fleur ouverte, ont également leur utilité.

Passons aux recettes :

On peut faire une infusion avec 25 grammes de boutons, sur lesquels on versera 1 litre d'eau bouillante, puis on laissera refroidir un quart d'heure. On en boira trois verres par jour, avant chaque repas. Ce remède est excellent dans les cas de diarrhées, de tuberculose pulmonaire et d'asthme. On soigne ainsi les hémorragies menstruelles et les leucorrhées chez la femme.

On peut encore écraser les pétales séchés dans un mortier et les réduire en poudre. On en prendra 10 grammes par jour, mélangé dans du miel.

Il est également possible de préparer de la conserve de pétales de ROSE. Il faudra environ 300 grammes de pétales de boutons (on les aura séparés des sépales), puis on mélangera le tout avec une livre et demi de sucre en poudre. Pour obtenir une pâte, ayant une certaine consistance, on ajoutera progressivement de l'eau de ROSE. Cette fois, dans les cas de tuberculose pulmonaire, il faudra en consommer environ 100 grammes par jour.

Si on applique des pétales de ROSE sur les yeux, on ôtera l'irritation des paupières. On peut même faire des bains oculaires en préparant une eau de ROSE très simple. On prendra une poignée de pétales, qu'on fera infuser après avoir versé un litre d'eau bouillante. On filtrera. Cette médecine pourra être utilisée pour les bains d'yeux, en injections vaginales, en bains de bouches contre les aphtes, en compresses sur les ulcères et les plaies fongueuses.

Enfin, on peut faire un vinaigre rosat avec $\frac{3}{4}$ de litre de vinaigre rouge assez fort, dans lequel on mettra 100 grammes de boutons de ROSES rouges. Laissez macérer durant le premier quartier de lune. Ce sera un remède excellent, à raison d'une cuiller à soupe pour un litre d'eau tiède, en injection vaginale. En gargarisme, en versant 2 cuillers à soupe pour un verre d'eau chaude. Enfin, un verre dans une baignoire sera excellent pour la toilette.

-----8-----

Il existe deux variétés de SARRIETTE. La première est sauvage, c'est la SATUREIA MONTANA. On en trouve partout dans les Cévennes provençales et les Basses-Alpes chères à Giono, à Mistral, à Pagnol, à Daudet et à bien d'autres. Sinon, on peut cultiver dans son jardin ou chez soi la SATUREIA HORTENSIS, surnommée la SARRIETTE DES JARDINS, de la famille des Labiées. Ses propriétés sont semblables à la première, mais quand même un peu moindre.

Restons fidèle à la SARRIETTE DES MONTAGNES, on la nomme aussi AURONE FEMELLE, CITRONELLE, GARDE-ROBE, PETIT CYPRES. En Provence, on la connaît sous le nom de PEBRE D'AI, HERBE DE SAINT-JULIEN.

Depuis l'Antiquité, elle a toujours joui d'une solide réputation. Son nom latin SATUREIA devrait nous guider. C'est la plante du "satyre" par excellence. Ses graines, réduites en poudre, mélangées dans du miel ou ajoutées à des bonbons, en font un fabuleux aphrodisiaque. Le marquis de Sade lui-même ne dédaignait pas d'en donner aux belles filles qu'il rencontrait. Un jour, au cours d'un repas, l'abus de poudre de SARRIETTE transforma l'assistance en satyres et bacchantes. Il fallut la nuit, et parvenir à l'aurore, pour permettre aux esprits de reprendre leur calme. En Magie, nous le savons, la SARRIETTE est un aphrodisiaque.

cette plante merveilleuse possède d'autres propriétés, non moins efficaces.

On met la valeur d'une cuiller à café rase

de sommités fleuries dans le fond d'une tasse, puis on verse de l'eau bouillante. On laisse infuser un petit quart d'heure, on obtiendra une tisane digestive, capable de stimuler les glandes cortico-surrénales et donc l'intellect. Cette même préparation stimule, naturellement l'appétit sexuel, évite les douleurs gastriques, évite les spasmes intestinaux, tout en éliminant au passage quelques vers intestinaux.

On se contentera de boire trois tasses par jour. Mais, si nous augmentons la dose de SARRIETTE en doublant la proportion, soit une cuiller à dessert pour une tasse, cette tisane peut guérir de la bronchite et de l'asthme.

Donnons un bon vieux remède sorcier. On fait sourdre 3 ou 4 gouttes de suc de SARRIETTE de la plante fraîche, tout en le faisant couler dans l'oreille. Ce remède est souverain contre la surdité.

Avec une infusion de 50 grammes de SARRIETTE pour un litre d'eau, on pourra utiliser ce remède en compresses, pour soigner les plaies et les piqûres d'insectes.

Ce même suc sera merveilleux s'il est versé dans une dent creuse qui devient douloureuse, mais il faudra encore en faire couler une goutte dans l'oreille la plus proche de la dent. C'est au coucher que la SARRIETTE fait le plus d'effet.

-----8-----

La SALVIA OFFICINALIS est un arbrisseau, de la famille des Labiées, il fleurit en début d'été. La SAUGE se cultive facilement chez soi. Certains la nomment HERBE SACREE (ce n'est pas sans raison), THE DE GRECE, THE DE FRANCE. Il existe sans doute pas loin de 500 variétés de SAUGE. Peu importe, la SALVIA OFFICINALIS mérite bien son nom, elle sauve de quantité de maladies.

On peut faire des infusions de SAUGE, en mélangeant les feuilles et les fleurs. Environ 25 grammes en infusion durant 10 minutes, pour un litre d'eau bouillante, nous obtiendrons un remède souverain contre l'asthénie, la neurasthénie, les sueurs nocturnes. La SAUGE est un des meilleurs apaisants. Elle aide à faire baisser la tension, elle facilite la ménopause.

Une de ses grandes vertus est d'éviter la stérilité. Depuis fort longtemps, on la conseille aux femmes enceintes, car elle facilite l'accouchement. En revanche, elle ne doit jamais être administrée aux femmes qui allaitent. Elle stopperait les montées lactées.

On utilise encore la SAUGE par la voie externe. On fait une décoction, en jetant dans un litre d'eau bouillante une grosse poignée de feuilles et de fleurs. On laissera encore 10 minutes sur le feu, puis on attendra que le liquide se refroidisse. On peut alors faire des bains de bouche dans les cas d'ulcérations ou d'aphtes. En injections vaginales, cette même décoction se révèle miraculeuse, dans les cas de leucorrhée.

En compresses, on s'en servira contre les ulcères des jambes et des chevilles, contre l'eczéma et bien des dermatoses.

L'infusion, prise un mois avant, peut réduire les douleurs de l'accouchement.

En Magie, on a toujours recommandé l'application de feuilles de SAUGE pour calmer les douleurs des piqûres d'insectes. Pour cela, il suffit de froisser les feuilles.

Pour aseptiser une chambre de malade, on met à brûler des feuilles sèches sur des braises rouges.

Connaissez-vous "l'aïgo-bouido" ? Les provençaux font une infusion avec une douzaine de feuilles de SAUGE pour deux litres d'eau, on ajoute du sel, du poivre, deux gousses d'ail et un verre d'huile d'olive. On fait bouillir dix minutes, on versera ce délicieux bouillon sur des tranches de pain. C'est excellent pour la santé et bon au palais.

Enfin, sachons-le, la SAUGE entre dans la composition du "Vinaigre-des-quatre-voleurs". Cette médication est fort simple, on met, à parts égales, de la SAUGE, du Romarin, de la Lavande et du Thym. On fait une infusion. On se frotte le corps, on peut traverser les pires épidémies sans aucun souci, à la condition que ce soit cuit dans du vinaigre. On peut également en boire une cuiller à soupe dans un verre d'eau le matin à jeun.

Si vous en versez un verre dans votre bain,

vous chasserez les mauvaises ondes et le diable lui-même.

Pour terminer, rappelons-le, pour avoir une bonne haleine, autrefois, les filles d'Arles mâchaient une feuille de SAUGE.

-----8-----

S I S Y M B R E O F F I C I N A L

Le *SISYMBRIUM OFFICINALIS* des botanistes se connaît surtout sous le nom d'HERBE AU CHANTRE, parfois de VELAR, *ERYSIMUM*, mais aussi de MOUTARDE DES PRES. Ces différentes appellations vous permettront plus facilement de faire comprendre ce que vous désirez, auprès des habitants, quand vous recherchez une plante.

Sachons une chose très importante, ce Crucifère est certainement l'un des meilleurs antispasmodiques des voies respiratoires et biliaires.

Déjà, nous comprenons pourquoi on surnomme l'*ERYSIMUM*, HERBE AU CHANTRE.

On peut en faire une tisane très efficace. Pour cela, on prendra la plante entière, séchée et broyée. Elle ne perd pas ses propriétés, on mettra une cuiller à dessert pour une tasse d'eau bouillante, puis on laissera infuser assez longtemps, nous pourrions dire jusqu'à complet refroidissement. Les produits actifs tout particulièrement l'acide allylique, imprégneront le breuvage, permettront ainsi les sécrétions pharyngées, laryngées et éclairciront la voix.

Il ne faut jamais perdre de vue que l'*ERYSIMUM* est, avant tout, un expectorant.

Outre cela, cette même plante semble bien réussir pour le foie. Son action est certaine dans les cas de cholécystite lithiasique, d'après le docteur Lehman.

Pour lutter contre la toux, il est fort facile

de faire soi-même une sirop agréable. En voici la recette : On prend deux grosses poignées de fleurs et de feuilles d'ERYSIMUM, auxquelles on ajoutera environ 25 grammes de réglisse. On fait bouillir suffisamment longtemps pour réduire au 2/3. On ajoute une petite livre de miel, on mélange soigneusement, puis on fait à nouveau cuire, mais cette fois au bain-marie, l'ensemble obtenu. On obtiendra un sirop exceptionnel. Il suffira de le verser dans une bouteille pour le conserver plusieurs mois. On prendra quelques cuillerées en cours de journée, quand on souffrira d'enrouement ou de toux.

Ces vertus étaient connues depuis longtemps. On prétend même qu'il est bon d'avoir de l'HERBE AU CHANTRE dans ses poches, quand on veut faire la sérénade à sa belle. Mais il faut qu'elle soit cueillie au printemps, quand les animaux sont en rut, en lune montante.

Les chantres des églises le faisaient , au Moyen-Âge, au risque de connaître les foudres de leurs évêques, afin d'avoir un timbre de voix mélodieux.

Il est plus certainement possible de mâcher quelques feuilles, puis de les recracher, quand elles ont donné leur jus, si on a besoin d'avoir de la voix.

-----8-----

S O U C I

Le SOUCI se nomme en réalité CALENDULA OFFICINALIS, de la famille des Composées. Cette plante ne fait guère plus de 50 centimètres de hauteur. Elle fleurit de mai à novembre. Populairement, on lui attribue également le surnom de FLEUR DE TOUS LES MOIS, ou encore SOL SEQUIA, c'est à dire : "Qui suit le soleil".

La seule partie de cette plante, qui nous intéresse, est la fleur. Il y en a généralement beaucoup sur un seul pied. Elles possèdent une odeur agréable et sont d'un beau jaune-orangé. On trouve le SOUCI dans les endroits ensoleillés, mais abrités. En général, c'est aux abords des villages que cette plante vit à l'état sauvage, mais rien n'empêche de cultiver des fleurs de SOUCI chez soi, dans son jardin.

C'est un remède souverain pour le foie, mais le SOUCI est également un régulateur de règles, un calmant de leurs douleurs, c'est aussi un bon remède contre les plaies internes ou externes, car le SOUCI est antiseptique et cicatrisant.

Pour se débarrasser d'une congestion hépatique, parfois de débuts d'ulcères gastriques ou intestinaux, il suffit de faire l'infusion suivante :

On met une cuiller à dessert de fleurs séchées dans le fond d'une tasse, on recouvre d'eau bouillante et on laisse infuser un quart d'heure. Si on préfère boire sucré, on ajoute une cuiller à café de miel. Une tasse avant chaque repas facilitera même les règles.

Dans les cas graves, on peut faire une décoction avec 30 ou 40 grammes de fleurs et de feuilles de SOUCI pour un litre d'eau. On laissera bouillir 10 minutes, puis on filtrera, quand le breuvage sera refroidi. On pourra, sans inconvénient, boire cinq tasses de cette décoction par jour, mais on sucrera, si on le désire, toujours avec du miel.

Le SOUCI possède également des qualités externes indéniables. Pour le préparer, on met au moins deux poignées pour un litre d'eau, on laisse bouillir 10 minutes. Ce remède préparé se conserve mal, mais on pourra l'utiliser facilement en compresses ou en bains dans les cas de brûlures, de plaies, d'impétigo, de furoncles et même d'acné.

On prétend que ses feuilles fraîches, écrasées sur les verrues, les font disparaître. Pour notre part, nous préférons de beaucoup le suc de chélidoine, tout aussi facile à se procurer, en Provence ou ailleurs.

En Magie, le SOUCI est un authentique baromètre. Si ses fleurs ne s'ouvrent pas le matin, il pleuvra dans la journée (nous l'avons dit, le SOUCI aime se sentir abrité et recevoir le soleil). Plus curieux encore, le SOUCI dort assez tôt le soir. Vers sept heures vrai (heure du soleil), il fermera ses fleurs, soyons-en certains, il tient alors à s'ouvrir de bonne heure, car il fera un temps radieux, dès le lendemain matin.

-----8-----

S O L I D A G E

C'est le SOLIDAGO VIRGAUREA des botanistes, de la famille des Composées. Sa tige dressée peut atteindre 1 mètre. On trouve cette plante dans les collines herbeuses de la Provence, aussi bien que dans les bois clairs et les landes ensoleillées. Car il faut de la lumière et un peu de chaleur, pour que le SOLIDAGE puisse pousser. On lui donne le surnom (très ancien) de VERGE D'OR.

C'est de juillet à octobre que cette jolie plante fleurit. On la cueille, on la fait sécher doucement à une température maximum de 35 degrés centigrades. Ainsi, la plante ne changera pas de couleur et conservera toutes ses vertus. Il suffira de l'enfermer dans des bocaux hermétiques, loin de la lumière et de l'humidité.

Si on la cultive soi-même, il n'existe aucun problème, mais si on cherche cette plante à l'état sauvage, il faut faire très attention de ne pas commettre la moindre erreur.

A quoi sert-elle ? C'est une plante utile contre les infections des voies urinaires, de plus, c'est un excellent diurétique.

Si on éprouve des difficultés pour uriner, dans le cas de calculs rénaux également, et même d'hydropisie, on prendra une poignée de SOLIDAGE VERGE D'OR, on préparera une décoction d'un litre, en laissant bouillir au moins dix minutes, puis on laissera infuser toute une nuit (la meilleure est celle de la pleine lune).

Ensuite, il suffira de commencer par en boire un verre à jeun le matin au lever, deux autres encore, dans la journée, quand l'estomac est vide une demi-heure avant le repas du midi et celui du soir.

On devrait obtenir un résultat en moins d'une semaine. Sinon, attendez trois semaines et recommencez la cure, toujours au moment de la pleine lune.

En usage interne, le tannin que contient le SOLIDAGE en fait un puissant astringent. On peut préparer la même décoction et l'appliquer en compresses sur les plaies, les blessures, les maladies de la peau. Pour les femmes, en injections vaginales, car cette plante est non seulement désinfectante, mais hâte la cicatrisation.

En Magie, on disait que celui qui conservait durant toute l'année des branches de VERGE D'OR, chez lui, connaîtrait tôt ou tard la gloire. D'ailleurs les anciens assimilaient cette plante, à un sceptre royal, c'est sans doute pour cela que le SOLIDAGE fut surnommé VERGE D'OR.

-----8-----

Il y aurait presque autant à dire du SUREAU que du gui. C'est une plante magique par excellence. Son nom scientifique est SAMBUCUS NIGRA, de la famille des Caprifoliacées. Populairement, le SUREAU est aussi nommé SAMBU ou HAUTBOIS.

Cette dernière appellation n'est pas sans raison. Ses branches contiennent une moëlle facile à retirer. La double flûte du dieu Pan est faite de deux branches de SUREAU. De nos jours encore les bergers vident les branches, creusent des trous et en font des flûtes très mélodieuses.

Si on coupe le SUREAU au moment du solstice d'été, à minuit vrai, il suffit de remplacer la moëlle en faisant glisser une tige de cuivre rouge, on n'aura plus qu'à consacrer rituellement le tout, ce sera la baguette des mages et des sorciers. Car attention, jamais la baguette de coudrier n'a été une baguette magique, elle est parfois utilisée par les "sourciers", ceux qui cherchent les nappes d'eau, mais le plus généralement, ils préféreront un pendule traditionnel.

Outre tous ces avantages, le SUREAU, qui est un arbre sacré, mérite encore notre attention pour ses vertus thérapeutiques.

Au bout d'un an ou deux, on peut récolter son écorce, mais on cueillera également ses fleurs, et ses fruits vers l'automne, on ne négligera pas non plus ses feuilles les plus tendres, les plus jeunes, ainsi que leurs tiges encore vertes.

On prendra environ 30 grammes de ses baies noires et sèches, on en fera une décoction en laissant bouillir un quart d'heure dans un litre d'eau. Refroidie et filtrée, cette boisson peut être utilisée contre la constipation et les névralgies, en buvant un verre de temps en temps durant la journée.

En prélevant son écorce, on fera une décoc-tion dans un litre d'eau grâce à deux poignées seule-ment. Cette fois on laissera bouillir le temps nécessaire pour réduire le breuvage de moitié. On boira ce remède dans la journée, il fait merveille dans les cas de goutte et de rhumatismes.

Pour lutter contre l'inflammation des yeux, l'eczéma des paupières, on préparera deux poignées de fleurs pour un litre d'eau, en infusion, durant dix minutes. On peut se servir également de cette médica-tion comme compresses adoucissantes contre les engelures.

Deux secrets à ne pas manquer :

Avec l'infusion de SUREAU, mélangée à de l'argile verte ventilée, vous ferez un excellent masque de beauté. Il suffira de le garder une petite heure. Le résultat sera saisissant.

Enfin, avec les baies fraîches et tendres, il est possi-ble de réaliser une excellente confiture, à la fois anti-rhumatismale, contre les fièvres éruptives et la consti-pation. Mais avant tout, ce sera une confiture délicieu-se, dont vous vous délecterez.

-----8-----

T A N A I S I E

En latin populaire on la nommait TANACITA, de la famille des Composées, mais les botanistes lui accordent le nom plus scientifique de TANACETUM VUL-GARE, ou encore CHRYSANTHEMUM VULGARE. Cette plan-te croît au bord des chemins, comme elle est un excel-lent vermifuge, on la surnomme, populairement, HERBE AUX VERS, mais aussi HERBE SAINTE, sans qu'on en sa-che la véritable raison, HERBE DE SAINT MARC et même ATHANASE.

On utilise la plante entière, mais aussi les sommités fleuries et les graines.

Il ne faut surtout pas l'oublier, la TANAISIE est une plante toxique. Elle tue les vers, en particulier les oxyures, mais elle peut aussi bien rendre malade et tuer une personne faible, en cas d'abus.

Malgré cette mise en garde, on ne doit pas se priver d'un remède somme tout excellent. On peut faire une infusion, en mettant une cuiller à dessert de sommités fleuries, sur laquelle on versera une tasse d'eau bouillante. On laissera infuser 10 minutes. Un tasse le matin à jeun, durant quelques jours, les oxyu-res devraient disparaître.

On obtient souvent le même résultat en fai-sant la même infusion, mais avec les semences. Dans ce cas on se contentera d'une cuiller à café pour une tasse d'eau bouillante.

L'oxyurose est une préparation à prendre en lavement. Elle est relativement facile à faire, on

fera une infusion d'un litre d'eau salée, à raison de 4 cuillers à soupe de sel marin, auquel on ajoutera 50 grammes de plantes entières séchées (fleurs, tiges, racines, et feuilles). Naturellement, on fera bouillir, au moins durant dix minutes, puis on filtrera et on fera le lavement, quand l'eau sera à peu près entre 30 et 35 degrés centigrades.

Il ne faut jamais administrer de TANAIISIE à une femme enceinte, car cette plante est abortive. Aujourd'hui, il existe des méthodes beaucoup plus hygiéniques, ne mettant pas la vie en danger.

Par contre, en Magie, la TANAIISIE est utilisée depuis toujours comme insecticide. En effet, il suffit d'en mettre dans la litière des animaux domestiques (chiens ou chats) pour faire disparaître toutes leurs puces. Pour soi-même, si on place de la TANAIISIE entre le matelas et le sommier de son lit, on n'aura jamais ni puces, ni poux, ni punaises.

Un autre nom de la TANAIISIE est ANICET. On peut ajouter une feuille de cette plante avec les viandes et le gibier, elle leur donnera bon goût.

-----8-----

Le THYM est une plante royale en Provence, de la famille des Labiées. On l'utilise énormément en cuisine, sans oublier ses nombreuses vertus thérapeutiques.

Son nom latin est THYMUS VULGARIS. Il s'agit plutôt d'un mini-arbuste, disons un arbrisseau qui dresse fièrement ses rameaux entre 20 et 50 centimètres au-dessus du sol.

On ne peut que louer le THYM. Depuis des millénaires, les sorciers l'ont fait entrer dans la composition des bains de contre-envoûtement. Durant notre Ere, on a pu le lire plus haut, le THYM entre dans la composition du "Vinaigre-des-quatre-Voleurs", avec la Sauge, le Romarin et la Verveine. C'est d'ailleurs à "SAUGE", que nous en donnons la formule.

Ce que l'on sait moins est que le THYM est la plante des intellectuels par excellence.

On peut la cueillir entre juin et septembre, mais si nous voulons profiter au mieux de ses richesses, c'est de le récolter en mai ou juin, juste avant la floraison. De cette manière, tous ses principes essentiels seront gardés.

Beaucoup de penseurs, de philosophes, de poètes durent, à la tisane de THYM, la facilité dans l'effort intellectuel. Les ingénieurs, les inventeurs, les avocats, les docteurs devraient tous connaître cette heureuse propriété et jouir pleinement de cet apport de matière grise, facilité par cette infusion,

fort agréable à boire, et particulièrement parfumée.

Il suffit de verser de l'eau bouillante sur une cuiller à café de THYM déposé dans le fond d'une tasse, on laissera infuser jusqu'à ce que le breuvage soit buvable, une dizaine de minutes tout au plus.

Si on est habitué à mettre du THYM dans sa cuisine, sur les rotis et les steacks, par exemple, l'arôme de cette tisane déconcertera inévitablement. Dans ce cas on peut la sucrer avec un miel parfumé. On se délectera et on poursuivra, avec beaucoup de vaillance, les efforts intellectuels auxquels on s'adonne.

Quand on veut en préparer d'avance, cette infusion peut être constituée de 20 grammes de THYM pour un litre d'eau. Alors, il faut la boire dans les 24 heures, mais rien n'empêche d'en faire une boisson rafraîchissante en la laissant au réfrigérateur.

En Magie, le THYM possède encore d'autres propriétés. On faisait une décoction, à raison de 50 grammes de THYM pour un litre d'eau, on obtient une excellente lotion antiseptique, contre les plaies de toute sorte.

Enfin, si nous gardons un peu de THYM dans la poche gauche de nos vêtements, nous aurons des idées, quand les autres n'en auront plus.

-----8-----

TILLEUL

Fallait-il en parler, tant cet arbre est connu en Provence. Après réflexion, nous avons songé qu'il valait mieux le mentionner, car il a droit non seulement à tous nos égards, mais aussi à notre respect. Le *TILIA EUROPOEA*, de la famille des Tiliacées, existe en plusieurs versions. Celui possédant de larges feuilles, connu des scientifiques sous le nom de *TILIA PLATYPHYLLOS* et le *TILLEUL* à petites feuilles, nommé *TILIA CORDATA*. Seul leur aspect est différent, sinon, ils ont exactement les mêmes vertus. La Provence fournit près de 400 tonnes par an de ces fleurs, pour la France entière. C'est une plante sédative, légèrement hypnotique, sudorifique et diurétique.

Pour toutes ces généreuses vertus, le *TILLEUL* mérite de retenir notre attention.

On peut faire une infusion légère, en déposant une pincée de fleurs, sur laquelle on ajoutera la valeur d'une tasse d'eau bouillante. On laissera infuser dix minutes, un quart d'heure, on sucrera avec du miel et on trouvera un doux sommeil réparateur.

Cette même infusion est valable dans les cas de névroses, d'hypochondrie, d'hystérie, elle facilite d'autre part la digestion. Elle est encore capable de lutter contre la migraine, les états légèrement fébriles, et, dit-on, contre l'athérosclérose. Si on mélange le *TILLEUL* avec des feuilles d'oranger, à quantité égale, on obtiendra un merveilleux antispasmodique vasculaire et cardiaque.

Mais attention, ce qu'on ignore généralement est que l'abus de tisane de TILLEUL devient un excitant. Peut-être pour cette raison, les italiens préfèrent-ils la camomille.

L'infusion de TILLEUL est utile en usage externe. On peut faire des lavages d'yeux, dans les cas d'irritation. Comme calmant, on prend un bain tiède, dans lequel on aura mis à infuser (pendant que l'eau était très chaude) un sachet de TILLEUL. Le soir avant de se coucher, ce remède est souverain.

Autrefois, le TILLEUL joua un très grand rôle, seul les sorciers ont conservé ces secrets. Le TILLEUL est effectivement un arbre sacré. Pour garantir le repos des morts, il servait à orner les sépultures. Aujourd'hui, les témoins d'un tel acte ne comprendraient pas l'intention de ce geste. Les religions judéo-chrétiennes l'ont fait tomber en désuétude, alors que sa présence était salulaire au repos de l'aura des morts.

Enfin, il existe une variété de TILLEUL, dont on parle peu : le TILLEUL SAUVAGE DU ROUSSILLON, pour les botanistes le *TILIA SYLVESTRIS* (TILLEUL DES FORÊTS).

Chez lui, on récolte l'aubier, la partie tendre située entre l'écorce et le coeur de l'arbre. On le prépare en décoction, en faisant bouillir 40 grammes d'aubier de TILLEUL dans un litre d'eau. On laisse cuire, jusqu'à ce qu'il reste plus que la valeur d'un verre à boire. Une cure de 20 jours, à raison d'un litre tous

les deux jours, fait fondre littéralement la cellulite. Pour cela, il faut commencer à la nouvelle lune et terminer au moment du début du dernier quartier. Vous serez étonnés du résultat. C'est un remède sorcier qu'il est bon de connaître.

-----8-----

On lui a donné beaucoup de noms : PAS-D'ÂNE, PAS-DE-CHEVAL, HERBE DE SAINT-QUENTIN, CHASSE-TOUX TÂTONNET, mais les scientifiques se contentent de le nommer TUSSILAGO FARFARA, de la famille des Composées.

Connu depuis la nuit des temps, sorciers et sorcières l'ont toujours respecté comme étant l'un des plus vieux et meilleurs remèdes contre la toux. Le TUSSILAGE est un expectorant, il est tonique, dépuratif et même sudorifique.

Avec une cuiller à dessert de ses fleurs, dans une tasse remplie d'eau bouillante, on laisse infuser un petit quart d'heure, on sucre avec un bon miel, à raison de 3 ou 4 tasses par jour, les trachéites, les laryngites, les bronchites et les toux les plus tenaces disparaissent.

On peut faire une décoction avec une grosse poignée de feuilles de TUSSILAGE, on laissera bouillir dans un litre d'eau, jusqu'à réduction de moitié, on soignera les maux de pieds.

Si on laisse macérer, tout simplement, deux ou trois poignées de TUSSILAGE dans une pinte d'eau, on obtiendra un remède excellent contre les tumeurs, les brûlures, les entorses et les plaies de toute nature. Cette même macération sera utile pour soigner le cuir chevelu, guérir la teigne et la plupart des dermatoses.

Ne croyez pas qu'on a tout dit, en ce qui concerne le TUSSILAGE, on fait sécher ses feuilles, en faisant très attention que le moisi ne s'y mette pas.

Ensuite, il sera bon de le fumer dans une pipe en terre (si on en trouve pas, on se contentera d'une pipe neuve en bruyère). L'essentiel est que cette pipe n'ait jamais servi à fumer du tabac (nous réprouvons totalement l'usage de cette plante, l'herbe à Nicot étant un poison violent). Ne fumez pas non plus le TUSSILAGE dans du papier à cigarettes, celui-ci contient des substances cancérigènes dangereuses. Sinon, le TUSSILAGE fumé est presque aussi efficace que l'eucalyptus, il guérit facilement de l'asthme et des toux tenaces. Cette pratique possède l'avantage de guérir également du tabagisme, cause, de nos jours de tant de décès du cœur ou de cancer des voies respiratoires.

En Magie, on avait l'habitude de soigner les personnes, ayant des abcès sur le corps, en les plongeant dans une infusion géante de TUSSILAGE.

Apprenez à connaître une curiosité existant chez cette plante, elle fleurit une des premières, après l'hiver. Curieusement, elle n'a pas encore de feuilles, ses fleurs jaunes émaillent les prairies. En raison de cette particularité, les romains la nommaient "Filius ante patrem" (le fils avant le père).

Aujourd'hui encore, les bergers en transhumance en font un grand usage, sur les derniers contreforts des Alpes, aussi bien que dans les Cévennes.

-----8-----

On la connaît sous bien d'autres noms. Scientifiquement, c'est la *VALERIANA OFFICINALIS*, mais populairement, on la nomme *HERBE AUX CHATS*, *HERBE A LA MEURTRIE*. Sans trop savoir pourquoi, les chrétiens lui accordent le surnom d'*HERBE-DE-SAINT-GEORGES*. Elle fait partie de la famille des Valérianacées.

Mais peu importe. La *VALERIANE* est une plante curieuse, chez l'homme, elle équilibre le système nerveux, chez le chat et même beaucoup d'autres animaux, c'est un excitant qui les attire inévitablement. Aussi, il est recommandé de mettre quelques fragments de *VALERIANE* dans les endroits où vous voulez que vos chats se rendent (par exemple : dans leur plat). Malheureusement, chez ces adorables compagnons, la *VALERIANE* leur fait un tel effet, ils risquent de se rouler dans leur gravier.

Puisque nous sommes dans les bizarreries, restons-y, l'odeur des racines de *VALERIANE* est vraiment pestilentiel pour certains êtres humains, pour d'autres (tiendraient-ils du chat ?), ils trouvent le parfum fort agréable. Evidemment, tous les goûts sont dans la Nature. Néanmoins, nous le reconnaissons, son odeur est très particulière.

Ce sont les racines de *VALERIANE*, qui sont le plus fréquemment utilisées. Si on les cueille soi-même, il faut les garder dans un endroit sec, mais ne dépassant pas 35 degrés centigrades. Cela demande pas mal de temps pour les sécher. D'autre part, il faut

bien nettoyer les racines et les poser sur une claie à l'abri de la venue des animaux, comme le chat, qui ferait un réel ravage.

L'utilité de la *VALERIANE* est très grande. C'est essentiellement un calmant, particulièrement pour lutter contre l'insomnie. Allons plus loin, cette plante est euphorisante, malgré son odeur caractéristique, elle lutte contre la neurasthénie, l'hyperexcitabilité. On peut en donner légèrement aux enfants trop nerveux, cela leur évite les convulsions infantiles.

La *VALERIANE* guérit encore l'asthme nerveux, arrête les bouffées de chaleur, soigne la tachycardie.

Comment la prépare-t-on ? On prend la valeur de 100 grammes de racines sèches, qu'on laisse tout simplement macérer dans un litre d'eau tiède durant une journée.

On doit en prendre deux ou trois tasses par jour. Mais attention, son goût peut surprendre, mieux vaut additionner cette macération avec un miel très parfumé. Cela n'empêche pas certains de la boire tel quelle, avec délectation. Dans ce cas, il existe un danger, car la *VALERIANE*, bue immodérément, devient très vite une sorte de toxicomanie, on ne peut plus s'en passer. On l'aime, on en boirait à longueur de journée. Dans une telle éventualité, mieux vaut cesser tout de suite le traitement, car après, il sera difficile de se débarrasser de cette vilaine habitude.

En Magie, la *VALERIANE* sert surtout à conser-

ver auprès de nous nos chats, si souvent utiles au cours de nos travaux, grâce à leur fluide magnétique, à leur pouvoir indéniable de guérir par leur seule présence, et d'absorber toutes les mauvaises ondes d'une maison, sans subir eux-mêmes (heureusement) le moindre dommage.

-----8-----

VERONIQUE

La VERONICA OFFICINALIS est une plante de la famille des Scrofulariacées. Elle possède bien des noms populaires, comme HERBE-DE-SAINT-VERONIQUE, HERBE-DE-SAINT-PIERRE. En vérité, on la connaît le plus souvent sous le nom de THE D'EUROPE. En effet, on peut la boire par goût, en remplacement du thé, souvent trop existant, empêchant de dormir et contenant des substances encore plus toxiques que le café.

La VERONIQUE a pour utilité de soigner les voies respiratoires, comme l'asthme, la toux. On prétend même qu'elle guérirait de la tuberculose pulmonaire. Cette plante est également excellente, pour exciter l'appétit et stimuler le métabolisme.

La VERONIQUE soigne les voies urinaires, les troubles digestifs, particulièrement les troubles hépatiques. Elle se révèle efficace contre les migraines, elle active les digestions lentes, évite l'aérophagie. On dit enfin, depuis longtemps, que son usage fait merveille dans les cas de rhumatismes et de goutte.

Le plus généralement, on utilise ses sommités fleuries.

On prépare la VERONIQUE en infusion. Il faut compter un peu plus de 10 grammes de sommités fleuries sèches, pour un litre d'eau bouillante.

On la sucre inévitablement avec du miel, mais s'il s'agit de prévoir une digestion difficile, il est mieux de boire un verre de cette infusion avant les repas, sans miel du tout. On met ce dernier pour soi-

gner surtout les affections respiratoires.

Mais les pouvoirs de la VERONIQUE ne s'arrêtent pas là.

Une poignée de sommités fleuries en décoction, dans un litre d'eau, peut bouillir durant un quart d'heure, on obtiendra un excellent remède pour laver les plaies, faire des pansements contre les ulcères, faire des compresses, afin de soigner les dartres.

En Magie, la VERONIQUE est hautement considérée. Outre toutes les qualités que nous venons de citer et qui furent découvertes par des sorciers de village, la plante entière peut être tressée. On en fait une couronne. Une femme stérile aura un enfant neuf mois plus tard, si elle accomplit l'acte sexuel le jour de la pleine lune, en gardant cette couronne sur la tête. Autant qu'elle le peut, elle doit préférer se tenir à quatre pattes, durant l'acte, et participer elle-même activement à celui-ci. Sitôt qu'elle aura reçu la semence, elle devra serrer les cuisses, s'allonger lentement, puis s'endormir sur le dos. Nous ne connaissons pas de femmes stériles, qui ne finissent pas par avoir un enfant, en agissant ainsi, d'autant qu'il est bon de boire, plusieurs soirs de suite, en lune montante, une infusion de VERONIQUE.

-----8-----

VERVEINE

On la surnomme l'HERBE-A-TOUS-LES-MAUX, la GUERIT-TOUT, l'HERBE SACREE, l'HERBE DU SANG, l'HERBE DU FOIE. Pour les botanistes, c'est la VERBENA OFFICINALIS, de la famille des Verbénacées. Pour notre part, nous serions prêts à la surnommer l'HERBE DES FEMMES, tant ses pouvoirs sont magiques pour nos compagnes.

Sans être abondante, la VERVEINE est un antispasmodique, elle facilite la venue des règles. Pour cette raison, il ne faut jamais en donner aux femmes enceintes, par contre, la VERVEINE fait merveille, au moment de l'accouchement, elle fait contracter l'utérus, elle facilite le travail de la parturiente. Sitôt après la naissance, la VERVEINE est encore utile, elle est galactogène.

La Nature et les Forces Supérieures semblent l'avoir conçue pour la femme.

Pourtant, la VERVEINE possède tant de vertus qu'elle est encore utile pour tous, femmes et hommes. En infusion, elle est sédative, antinévralgique, expectorante et digestive. C'est ainsi que, dans le Velay, on distille cette plante, pour en faire une délicieuse liqueur.

Mais ce n'est pas tout, la VERVEINE serait utile contre la fièvre. Certains médecins, comme Ricci, la prétendent meilleure que la quinine. Nous serions prêts à les croire, d'autant que le paludisme revient en force et que la Vévaquine n'a guère d'efficacité.

Indéniablement, nous sommes disposés à le penser la VERVEINE serait bien l'HERBE DE TOUS LES MAUX. Apparemment, elle semble quasiment indispensable dans une maison. Or, on peut aussi bien la cultiver dans son jardin, que dans un grand pot, en appartement. On cueille et on fait sécher la plante entière fleurie.

On la prépare très simplement en infusion. Pour cela, une cuiller à dessert de plante coupée et séchée posée dans le fond d'une tasse, il restera à mettre de l'eau bouillante et à mélanger, 5 minutes plus tard, avec du miel liquide, ce qui donne une meilleure fluidité au breuvage.

Remarquons-le, cette médecine est également fort bonne contre les cellulites douloureuses (hélas, il en existe). Elle fait aussi merveille contre les rhumatismes.

En Magie, les druides avaient pour coutume de laver leurs autels, avec cette même infusion de VERVEINE.

On peut aussi faire des décoctions en laissant bouillir un quart d'heure, on en boira 3 ou 4 tasses par jour, on se sentira revivre.

La VERVEINE nous est aussi très utile en usage externe. On fait bouillir une grosse poignée de cette plante dans un litre de vinaigre, on obtiendra une médecine sensationnelle, en l'utilisant en compresses sur les plaies, les contusions et les entorses.

Enfin, n'oublions pas de signaler une autre

VERVEINE, la VERVEINE ODORANTE, qui fait partie de la même famille, et est nommée, scientifiquement, LIPPIA CITRIODORA, parfois VERVEINE CITRONNEE ou simplement CITRONELLE, en infusion, elle est surtout digestive, il faut compter 15 grammes pour un litre d'eau bouillante, infusée 10 minutes.

-----8-----

Tout le monde connaît la VIGNE, de la famille des Vitacées, pourtant, il existe, parmi les 300 espèces de VITIS VINIFERA, une susceptible de nous intéresser beaucoup. Son origine est bordelaise, la VIGNE ROUGE (scientifiquement : VITIS TINCTORIA), donc VIGNE TEINTURIER. Elle doit son nom en raison de ses feuilles couleur pourpre. Or, c'est précisément les feuilles seules qui nous intéressent.

Cette variété est à la fois diurétique, astringente, tonique et rafraîchissante. Nous lui reconnaissons volontiers des vertus laxatives.

Voyons comment l'utiliser. On peut faire une décoction, en laissant bouillir durant un quart d'heure, 60 grammes de feuilles dans un litre d'eau. On boit en moyenne trois ou quatre tasses par jour, le résultat sera bon, en cas de troubles de la circulation sanguine, ce remède réduit les varices, la couperose et même les hémorroïdes. On peut utiliser cette décoction de VIGNE ROUGE, dans les cas de règles douloureuses et de diarrhées.

Mais, certainement, le point le plus intéressant est la possibilité de lutter contre la cellulite. Pour cela 100 grammes de VIGNE ROUGE pour un litre d'eau, en infusion, permettra de perdre du poids sans grands efforts. Le meilleur moment pour boire ce breuvage est après les repas du matin et du soir. On peut sans crainte sucrer avec du miel, ce dernier ne fait

jamais grossir.

En usage externe, on double la dose pour faire une puissante décoction. On mettra au moins deux poignées de feuilles à bouillir durant 15 minutes. Ensuite, on laissera refroidir et on pourra même garder cette préparation, si on prend soin de la mettre au frais et à l'ombre (dans un réfrigérateur, c'est parfait).

On verse un verre dans un bain de pieds ou de mains, cela facilite la circulation sanguine et surtout la venue de la menstruation. Toutefois, nous tenons à le souligner, ce remède n'est en aucun cas abordif. Il facilite la venue des règles aux femmes, qui ne sont pas enceintes.

Depuis longtemps, en Magie, sorcières et sorciers ont utilisé la VIGNE ROUGE à d'autres usages encore, tout en connaissant parfaitement les bienfaits que nous venons de citer.

Faites cuire une bécasse ou une perdrix en la couvrant de feuilles de VIGNE ROUGE. Cela est moins gras que la barde de porc, mais donnera une saveur délicate à votre préparation culinaire.

Cueillez les jeunes bourgeons, fendez-les délicatement, afin d'en extraire le suc, puis vous frottez la peau à l'endroit où vous avez des taches de rousseur. Celles-ci disparaîtront rapidement. Pour notre part, nous ne trouvons pas disgracieux du tout ces taches de son, mais certains (femmes ou hommes) se refusent à être toujours accusés "d'avoir regardé le soleil à travers une passoire".

-----8-----

VIOLETTE ODORANTE

Elle est petite, elle est délicate, elle possède une odeur suave et pénétrante, à laquelle personne ne peut demeurer insensible. La VIOLA ODORATA des botanistes n'a rien à voir avec l'espèce nommée VIOLETTE DE PARME. Seule la VIOLETTE ODORANTE nous intéresse. Elle fait partie de la famille des Violacées. On peut la cultiver dans son jardin, chez soi, elle embaume de mars à mai. A l'état sauvage, elle vit dans les haies, dans les bois, les buissons. En elle, rien n'est à rejeter. On la cueille en entier, ses fleurs, ses feuilles et même ses racines sont utiles. La VIOLETTE fait partie des fleurs pectorales avec le Tussilage, le Coquelicot, la Mauve, la Guimauve et quelques autres.

Sa première qualité est d'être expectorante, elle dégage de la toux, mais elle est aussi un excellent émollient. Ses fleurs sont sudorifiques, quant à ses racines, si elles sont également expectorantes, elles peuvent devenir vomitives à trop forte dose. Mais en aucun cas la VIOLETTE n'est dangereuse.

En Magie, on lui a accordé le symbolisme de la modestie, c'est exact, car elle demeure souvent cachée, à l'état sauvage, difficile à déceler dans les buissons. Si nous commençons par là, nous dirions qu'offrir un bouquet de VIOLETTES à celle qu'on aime est une preuve de sincérité, mais aussi de respect. Confidentiellement, son parfum envoûtant rend les femmes plus vulnérables. Sensibles à l'offrande d'une

fleur, la VIOLETTE est certainement avec la rose, à laquelle on aura ôté les épines, le plus bel hommage qu'un homme puisse rendre, pour qu'une femme devienne amoureuse.

Revenons aux vertus thérapeutiques de la VIOLETTE ODORANTE. Pour faire une infusion, on prendra une cuiller à café de fleurs séchées, qu'on mettra dans le fond d'une tasse. Puis on versera simplement de l'eau bouillante. Au bout de dix minutes on pourra boire ce remède, sans avoir vraiment besoin de le sucrer. Si on y tient absolument on mettra un peu de miel, afin de conserver avant tout l'arôme de cette plante merveilleuse. Il suffira d'en boire trois ou quatre tasses par jour pour soigner une bronchite, une toux persistante. Mais, par la même occasion, la VIOLETTE est capable de soigner les inflammations du tube digestif, éventuellement, sous toute réserve, les ulcères gastriques ou du duodenum. On peut se gargariser avant de l'avaler, on guérira un début d'angine.

Si on réduit la racine de la VIOLETTE ODORANTE en poudre, il suffira de 5 grammes pour avoir un puissant vomitif. Les feuilles de la VIOLETTE ODORANTE, fraîches et broyées, font merveille pour soigner les gerçures du sein des femmes qui allaitent. Si ce n'est pas la saison, il suffit de prendre des feuilles séchées, de les plonger délicatement dans de l'eau tiède, elles retrouveront très vite leur souplesse, on les appliquera de la même manière sur le mamelon.

-----8-----

ELIXIRS

ET

VINS

Cette recette est également nommée : VIN BABATIQUE. Il faut environ 100 grammes d'IRIS réduite en poudre à l'aide d'un mortier, vous y ajoutez 200 grammes de pétales de JACINTHE, vous mêlez encore 20 grammes de noix de muscade. Cela demande du temps mais le résultat en vaut la peine.

Quand vous aurez tout bien mélangé et réduit en poudre, vous versez cela dans le fond d'une bouteille en verre d'au moins vingt litres, car vous ajouterez au minimum 12 litres d'un alcool à 30° environ.

Attendez une lunaison, vous ajouterez alors 10 grammes de pétales de JONQUILLES. Attendez un quartier de lune pour additionner 100 grammes encore de pétales de GIROFLEES, de préférence prises sur les vieux murs. Ajoutez enfin 100 grammes de fleurs de LIS pilées.

Durant le quartier de lune suivant, vous agitez tous les soirs ce mélange, quand la nuit est venue.

Vous laissez ce mélange reposer un an, plus encore, il n'en sera que meilleur.

Ne vous découragez pas. Passé ce délai, vous filtrez le tout, de manière à obtenir un liquide dénué de tout dépôt.

A partir de là, vous versez dans un tonnelet avec une bonne livre de miel, de manière à faire augmenter le degré alcoolique. Si votre tonneau peut faire trente litres, c'est parfait, vous complétez avec un excellent petit rosé de Provence, avant de clore

hermétiquement la bonde.

Attendez encore six lunaisons. Votre tonnelet aura intérêt à se trouver dans une cave, à température constante.

A dater de ce moment, votre préparation est prête à être consommée. Vous préparez autant de bouteilles qu'il le faudra. Vous débonderez le tonneau et vous récolterez le fruit de votre labeur.

Chaque bouteille devra être solidement bouchée dans la cave.

Quand vous en prendrez une, servez-la très fraîche, avec un zeste de citron ou d'orange, suivant les goûts.

Faites très attention, cette liqueur est forte, n'en abusez pas. Vous pouvez la boire nature ou coupée avec un vin pas trop alcoolisé.

Soyez assurés que vous aurez envie de danser et de chanter les louanges de la vigne.

-----8-----

UN EXCELLENT VIN APHRODISIAQUE

L'ASPERULE ODORANTE, dont nous avons parlé plus haut, est une plante calmante, si on la consomme fraîche. Curieusement, plus elle est sèche, plus elle devient aphrodisiaque. Elle fait donc l'effet contraire. Ce retournement de vertus est parfaitement utile, dans le cas présent.

On cueille la plante fleurie toute entière. On place notre récolte (qui peut être abondante), sur une claie et on laisse lentement sécher. Si cela était possible, 35 degrés centigrades représenteraient la température idéale.

Quand la plante est bien sèche, on l'écrase et on la conserve dans des bocaux hermétiquement fermés.

Pour faire ce vin aphrodisiaque, on prend une bourriche en verre de 10 litres environ. On commence par verser une bonne livre d'ASPERULE ODORANTE bien sèche, avec 800 grammes de miel liquide. On complète avec un très fin rosé de Provence, puis on ferme le tout avec un bouchon.

Deux lunes plus tard, le vin sera consommable, mais attention, si vous en prenez plusieurs verres entre amis, la nuit peut vous sembler très courte... surtout si vous vous trouvez en compagnie de jeunes femmes un peu farouche.

En cas d'impuissance, chez l'homme, ou de frigidity chez la femme, un verre suffit à rendre euphorique.

-----8-----

Il s'agirait plutôt d'un élixir. Il est savoureux se prépare encore dans les Alpes de Haute-Provence, c'est le lait de SAUGE.

La recette est très ancienne, elle était connue et répandue par les druides, bien avant que la provence soit conquise par les grecs, puis par les romains.

On prend un litre de lait (encore mieux s'il s'agit de lait de chèvre), on le met à chauffer à feu doux. Dès qu'il monte, qu'il est prêt à déborder, on le retire du feu et on plonge une bonne poignée de sauge. On couvre avec un linge, durant dix minutes. Cette tisane infuse doucement.

On retire le linge et on met trois grosses doses de miel.

On mélange avec une cuiller en bois, puis on sert ce breuvage chaud, dans de grands bols.

Ce remède chassera les angoisses, évitera les mauvais esprits de vous nuire et vous ôtera la fièvre.

Cette recette est véritablement magique, mais en plus, délicieuse à consommer.

-----8-----

Nous le devrons au BOULEAU. Au printemps, on se rend en forêt avec une scie et un récipient assez grand. On choisit un bouleau blanc bien portant, possédant de fortes branches assez basses.

On scie la branche et on accroche un seau. La sève va s'écouler très rapidement. En une heure, vous pouvez ainsi en recueillir jusqu'à 5 litres.

Vous avez là une excellente boisson rafraîchissante, sous certaines conditions.

Rentrez chez vous, vous verserez cette sève de BOULEAU dans des litres, dans lesquels vous aurez fait couler, dans chacun, une cuiller de miel liquide. Avant de fermer, vous ajouterez encore 5 clous de GIROFLE, pour éviter une trop forte fermentation.

Vous boucherez solidement, en attachant le bouchon de liège avec du fil de fer, comme s'il s'agissait de champagne.

Après 3 ou 4 lunaisons (la valeur d'une saison) vous servirez très frais, vous aurez la surprise de déguster une boisson pétillante, excellente pour la santé.

N'en buvez pas trop, cela monte à la tête autant que le véritable champagne.

-----8-----

On attribue souvent ce nom au vin de Gentiane, or, il est fort facile de le préparer, il possède les mêmes vertus apéritives. C'est un reconstituant économique, facile à préparer chez soi.

Il est connu depuis la nuit des temps. Les sorcières ont toujours aimé le faire apprécier à leurs amis.

On prend une bourriche en verre de cinq litres environ. On y met d'abord 150 grammes de racines sèches de GENTIANE, on y ajoute un quart de litre d'eau-de-vie, on laisse alors macérer un jour entier. Le lendemain, on complète avec du vin blanc quelconque de préférence pas trop sucré, afin de conserver cette saveur un peu amère de la Gentiane.

On laisse à nouveau macérer, durant un quartier de lune, puis on passe le breuvage. On met en bouteille ou dans une autre bourriche de cinq litres. Il suffira d'en prendre un verre à liqueur tous les jours avant les repas, on aura un délicieux apéritif, qui ouvrira l'appétit.

-----8-----

VIEILLES RECETTES
DE
SORCELLERIE PROVENCALE

Dans les pages qui vont suivre nous vous donnons quelques très anciennes recettes, certaines dates de l'époque où les celtes régnaient en maître sur la côte méditerranéenne, d'autres, datent de l'ère phocéenne, quand les grecs fondèrent le "Mas Salyens", qui devient Massilia, puis Marseille. Pourquoi "Mas Salyens" ? La raison en est fort simple. Les grecs débarquèrent dans ce qui est aujourd'hui le "vieux port" de Marseille, abrités des tempêtes, afin de recueillir le sel, qui existait déjà, dans l'étang de Berre. Transporté il était chargé sur les nefs, dans cette crique abritée (sauf du mistral), puis repartaient vers Athènes, ou d'autres cités.

Les romains poussèrent plus profondément dans les terres, Arles, Nîmes, Vaison-la-Romaine, Orange, Fréjus, saint-Rémy, etc... Nous devrions citer toute la Provence, jusqu'au delà de ses limites.

Mais des celtes, existe-t-il des vestiges ? Nous serons affirmatifs, car ils ne manquent pas. Pourtant, beaucoup sont oubliés, perdus sous les ronces, sous les tumulus. Citons par exemple Cavaillon, Saint-Pantaléon, Bonnieux, Sisteron, Cabrières-d'aigues, Saint-Etienne-du-grès, le Mont-de-Cordes, Avignon, Eyguières, Mouriès, Aix-en-Provence, Velaux, Plan-de-cuques, le Mont-faron, Draguignan, Saint-Tropez, Saint-Raphaël, Roquefort-les-pins, Monaco, Menton, Tende, etc...

Tous ces peuples ont laissé leurs usages, leurs coutumes, leurs secrets, leurs religions, leurs connaissances, leur Magie.

Parfois certains secrets se répètent de bouche à oreille. Ils furent déformés au fil du temps, mais conservons-les, tels qu'on nous les explique encore aujourd'hui. Croyez-nous, cela respire encore l'odeur des garrigues, où retentissent toujours les poèmes de Mistral et les contes de Daudet.

La Provence ne fut et ne sera jamais totalement catholique, même si on lui imposa plusieurs papes à Avignon. Ils n'ont d'ailleurs pas laissé un très bon souvenir.

Dans les mas égarés on raconte encore à la veillée les souffrances des Cathares, on se souvient toujours de la Croisade contre les Albigeois.

Le curé, té ! c'est le curé ! Il faut bien le supporter, comme on supporte les misères du monde...

S'il boit le pastis, s'il fait la sieste, s'il joue le dimanche matin à la pétanque, quand la messe est finie, l'homme d'église a des chances de se faire admettre.

Dans de telles conditions, pourquoi la Provence ne serait-elle pas terre de Magie, de sorcellerie ? Nous l'avons déjà dit, Salon-de-Provence abrita longtemps Nostradamus. On peut encore visiter sa maison, monter au dernier étage, se pencher devant cette fenêtre où un simple barreau sert de barre d'appui. Nostradamus a fait autant, pour la renommée de la Provence, que les plages de la côte, les senteurs de Grasse, les vestiges de tous les temps.

Pénétrons dans les secrets des familles, des bergers, qui étaient respectés, comme s'ils avaient été les chamans de la Provence. Ils savaient tout, ils guérissaient le gouteux et soignaient le scrofuleux. Pourquoi cela changerait-il? Le temps n'a pas de prise, en Provence.

-----8-----

DE L'UTILITE DES CRAPAUDS

Si le crapaud est jugé comme étant un animal maléfique, conçu par le diable, si on ne l'accuse pas d'être même son complice, ce n'est pas le cas en Provence.

Si on peut en capturer un, au moment de sa migration, on le soignera, on le gardera gentiment, on lui donnera à manger tout ce qu'il veut dans la maison, c'est-à-dire tout ce qui est nuisible, comme les mouches, les blattes, cafards et cancrelats. Rassurons-nous, cette cohabitation n'est pas désintéressée.

Le crapaud passe pour absorber les miasmes dans les chambres de malade. Quand l'un des membres de la famille a la fièvre, doit garder la chambre, on prend le crapaud et on le met sous le lit. En quelques jours, la guérison est assurée.

Mieux, on disait que le crapaud était, de cette manière, capable de soigner la fièvre typhoïde et la fièvre quarte.

Malheur à celui qui chassait un crapaud de chez lui, nul n'aurait songé à l'accuser de jeter un sort. On cherchait le crapaud. Quand on le retrouvait, on le comblait de petites gâteries. Le seul insecte qui n'était pas autorisé à déguster était la cigale. Son chant est par trop réjouissant, durant les beaux jours.

Néanmoins, maître crapaud était respecté, si quelqu'un le blessait, par accident, on pouvait être certain qu'il ne passerait pas une année sans qu'il s'en repentisse.

-----8-----

Il existe de très beaux serpents, en Provence. Certes, il ne manque pas de vipères dans les garrigues mais elles sont tellement timides qu'elles se sauvent dès qu'on les voit dormir au soleil, vautrées sur une pierre plate. Il y a encore la couleuvre de Montpellier. Celle-ci est grande, elle est fort belle, mais venimeuse. Ne nous alarmons pas, cette couleuvre ne possède qu'une seule dent inoculatrice de venin, dans le fond de la gorge. Ce venin n'agit que sur les animaux à sang froid, particulièrement les poissons. Avouons-le, il faudrait beaucoup de complaisance pour glisser son doigt dans l'arrière-gorge de cette couleuvre, afin d'être mordu sans résultat.

En revanche, la peau de serpent est très recherchée, surtout dans la région d'Arles. Bien des femmes en font encore des jarretières, cela leur évite d'avoir des varices. C'est sans doute pour cela que les Arlésiennes ont de si jolies jambes. Et puis, si la peau de serpent est assez grande, on s'en fera une ceinture, qu'on portera à même la peau, on guérira son lumbago, si on en a, sinon cela vous en préservera.

Dans le fond, les serpents de Provence ne sont pas si méchants que cela.

-----8-----

La marmotte est un sacré petit rongeur. Durant toute la belle saison, elle ne pense qu'à s'engraisser, afin de ne jamais voir l'hiver et de vivre ainsi sur ses provisions. En voici une qui ne craint ni l'embonpoint, ni la cellulite. Elle ronge tout, même l'écorce des arbres. Mais quand arrive les premières gelées, elles se cachent vite. La marmotte possède son habitat entre 1500 et 3000 mètres dans les Alpes de Provence. Alors elle dort, durant parfois six mois, sans se soucier de la neige, ni du gel. Repliée dans le creux d'une roche, elle ne sortira de sa léthargie qu'après la venue des premières fleurs, quand la neige se sera évaporée du sol.

Ne la choisissez pas à ce moment-là, elle est méconnaissable, tant elle est maigre, elle a faim. Une bonne marmotte doit être choisie en automne. Elle possède son plein de graisse. Malgré ses deux pieds de long, tout au plus, elle fait son poids. Vous pouvez toujours tenter de la manger, quand vous l'aurez abattue d'un coup de fusil, mais ce qui nous intéresse est sa graisse. Faites-la fondre doucement au bain-marie, puis transvasez cette huile dans des petits pots bien fermés. En se refroidissant, cela deviendra une pâte épaisse, souveraine pour soigner les rhumatismes. Vous frictionnez les endroits douloureux, ensuite il vous sera possible de sauter comme les cabris.

Vos douleurs auront disparues.

-----8-----

Si on a le grand malheur d'avoir un membre de sa famille atteint du "mal caduc", plus savamment nommé épilepsie, depuis toujours, on connaît ce remède.

On tue une pie, que l'on pourra d'ailleurs manger, si elle n'est pas trop vieille, mais, surtout, on se réservera la cervelle. Celle-ci sera mise à sécher doucement au four. Celui dans lequel on fait son pain convient très bien, à la condition qu'on ait terminé sa fournée et que le feu ne brûle pas cette précieuse cervelle.

En deux heures, elle sera sèche. On la mettra dans un mortier (celui qui sert à préparer l'aïoli). Puis on la pilera énergiquement, jusqu'à ce qu'on l'ait réduite en poudre.

On prendra une bouteille de bon vin blanc, on versera cette poudre de cervelle dans le liquide, puis on donnera ce breuvage à boire au malheureux atteint du mal caduc.

Un verre par jour, pas plus, nous serons surpris de nous apercevoir qu'il ne connaîtra plus la moindre crise.

En remerciement pour le service de cet oiseau voleur, gourmand de fruits, jurons dès lors de ne jamais plus dénicher une pie dans son nid.

-----8-----

Cette coutume nous vient de Mondragon. Il faut d'ailleurs parler de cette ville, un peu perchée au-dessus d'une courbe du Rhône. Aujourd'hui, le barrage a bouleversé le paysage, mais naguère vivait, dit-on, un dragon. Furieux qu'on ne le prenait pas au sérieux, jaloux sans doute de la Tarasque qui terrorisait la région de Beaucaire, il se jeta dans le fleuve, se noya et disparut à tout jamais.

Ce dragon laissa pourtant une recette, un pouvoir à ses habitants. Il suffit de capturer un "darbou", autrement dit une taupe.

On tue le darbou, on l'ouvre, l'homme qui pose son pouce gauche sur le foie de l'animal bénéficie du pouvoir de guérir les névralgies dentaires.

Pour cela, il suffit au guérisseur de toucher la dent malade, la douleur disparaît aussitôt.

Aujourd'hui encore, on l'affirme, autrefois, ce gros bourg se nommait le Mont du Dragon. Plus tard, il devint le Montdragon. Peut-être par reconnaissance pour ce pouvoir mystérieux, la ville est devenue plus simplement "Mondragon".

Après tout, on le regrette peut-être encore un peu, ce bon dragon, qui savait donner de sages conseils, pour soigner les névralgies dentaires.

-----8-----

Elles ont l'oeil malicieux, elles sont intelligentes malheureusement, elles aiment le fromage, rongent nos aliments et finissent par devenir importunes. Comme le dit un de nos humoristes : "les tapettes ont toujours attiré les souris". Ce n'est pas une raison pour les tuer, quoique cette espèce est loin d'être en voie de disparition, malgré les efforts de nos charmants petits minous, qui se régalent bien davantage de mets savoureux, cuisinés à leur attention, plutôt que d'ennuyer un petit rongeur bien indigeste avec ses poils.

Devant une telle situation, nous pourrions demeurer consternés. Il n'en est rien. Effectivement, la souris nous apporte ses bienfaits.

Dans des lieux choisis par elles seules, aucune ne manquera de déposer régulièrement ses fientes. Ces excréments sèchent très vites, on recueille donc pieusement ce granulé, souvent odorant, puis on les pile soigneusement dans le mortier traditionnel, qui sert à préparer l'aïoli. On le lavera plus tard. L'essentiel est de réduire en poudre les excréments de souris. On en prendra une pincée, qu'on mélangera avec une tisane de tilleul, on sucrera soigneusement avec un miel très parfumé, ce remède, paraît-il, guérit immanquablement l'incontinence nocturne d'urine chez les enfants et même chez les adultes, surtout quand ils arrivent à un certain âge.

Cette poudre se conserve très bien dans un petit pot en grès. Le mieux est de ne pas penser à ce qu'on boit, en savourant notre tisane.

En Grande-Bretagne, les français ont la très mauvaise réputation de se nourrir de cuisses de grenouille, pire encore, de manger les escargots. Laissons de côté ces préjugés culinaires et apprenons à utiliser, au moins, les coquilles d'escargots. Elles sont utiles. On peut garder celles que nous laisserons dans notre assiette, on peut en ramasser de très belles dans les garrigues, au milieu des cailloutis. Voici l'usage et le parti, dont nous pouvons en tirer.

On passe les coquilles vides dans un four très chaud, jusqu'à ce qu'elles deviennent grises. On attend qu'elles refroidissent, puis on les recueille soigneusement pour les placer dans notre mortier destiné à faire l'aïoli (décidément, cet ustensile est indissociable de la vie des guérisseurs).

On pile ces coquilles cuites, jusqu'à ce qu'elles deviennent une poudre impalpable, alors on y met de l'huile d'olive goutte à goutte, jusqu'à obtenir une pommade assez épaisse pour se conserver, mais assez tendre pour être appliquée soigneusement sur les brûlures. Le remède fait des miracles.

Curieusement, cette médication est aujourd'hui reconnue pour son efficacité, par la science officielle. En effet, la composition est semblable au liniment oléocalcaire vendu en pharmacie. Alors ! Les sorciers ont peut-être plus souvent raison qu'on le pense.

Ce remède merveilleux est aussi vieux que la Provence, ce qui n'est pas peu dire. Si vous digérez mal, si vous souffrez de crampes, peut-être d'un début d'ulcère, nous allons vous proposer une médecine inégalable, de la plus grande utilité.

On verse, dans un chaudron en fonte (le fameux chaudron des sorcières), dix ou onze bonnes pintes d'eau légèrement salée. On y mettra une tête de mouton, mais on l'assaisonnera avec du persil, du cerfeuil, un gros oignon piqué de deux ou trois clous de girofles, on ajoutera encore des poireaux, du cresson, des carottes. On fera bouillir le tout à feu doux durant plusieurs heures, jusqu'à ce que la viande se détache des os.

Ce temps passé, on filtrera le bouillon, que l'on conservera soigneusement au frais.

Il faudra en boire six tasses par jour, pour pouvoir guérir.

Ah ! Il nous reste un petit détail. La tête du mouton sera dépouillée de sa peau, cela va s'en dire. Par contre, on lui laissera la langue et la cervelle. C'est une nécessité, pour réussir le remède.

-----8-----

Les bergers le font encore. Quand ils tondent leurs moutons, ils mettent de côté de la laine naturelle encore gorgée de suint. Pour ceux qui l'ignorerait, le suint est cette graisse qui imprègne la toison des moutons et dont on se débarrasse en la lavant soigneusement, avant de la carder.

Voici l'usage de cette laine, que nous qualifierons de sauvage. On la file à la quenouille, à la veillée, puis on fait tricoter une assez longue écharpe, bien chaude et bien épaisse, lourde et grasse, fleurant bon le mouton.

Quand le mauvais temps viendra et qu'il faudra descendre des montagnes en accompagnant son troupeau on prendra les quartiers d'hiver. Le froid viendra, il faudra quand même mener paître le cheptel, dans les brumes du petit matin d'hiver. Durant les longues journées, passées à surveiller le travail des chiens le froid vous saisit à la gorge, même en Provence, dans les Alpilles.

On se couvrira le cou à l'aide de cette longue écharpe, jamais on ne souffrira de la moindre amygdalite. Et puis, tant pis si nous sentons le mouton, quand on est berger, on ne perçoit plus cette odeur pénétrante depuis longtemps, mais être malade, serait bien pire.

Pourquoi donc ne pas faire des chaussettes, avec cette laine ? Cela ne serait guère utile, les chaussettes doivent se laver, elles ne serviraient à rien.

On protège ses jambes et ses pieds avec de la bonne vieille peau de mouton, cela est tout aussi efficace.

-----8-----

DE L'UTILITE D'UN OEUF FRAIS

Il est dur le bougre, quand il frappe en plein midi, il vous sonne et vous aveugle. Les pierres blanches du maquis brillent comme des diamants. On cligne les yeux, il n'y a rien à faire, le regard voilé, on pleure doucement. Le soir, en revenant dans son mas, on supporte à peine la lumière artificielle. Ce serait une bougie, elle donne l'effet d'un fer rouge, qui vous pénétrerait dans les orbites.

On va se regarder dans un miroir. Certes, on n'est pas beau à voir. Les yeux gonflés, on a les paupières congestionnées, irritées.

Le remède est à portée de notre main. On sort du mas, on va dans le poulailler. Parmi les oeufs de la journée, on choisira le plus chaud, le dernier pondue. Ce sera le plus frais. Eh oui ! L'oeuf, c'est comme le bon pain, plus il est chaud, plus il est frais.

On ira s'allonger sur son lit. Point besoin de le casser, cet oeuf, il suffira de le poser sur un oeil, puis sur l'autre, peu à peu on sentira son action bienfaisante se répandre sur vous, les paupières ne seront plus lourdes, elles pourront se soulever sans être douloureuses. Pour un peu on se croirait guéri. En vérité, on l'est, mais si, au petit matin, on retourne se perdre dans les champs, à midi les paupières brûleront et il faudra tout recommencer le soir même.

Voilà pourquoi, en Provence, on fait la sieste. Les yeux clos ne sont pas brûlés, par le soleil, aux heures les plus chaudes de la journée.

-----8-----

A "l'empèri dou soulèu", la Provence, votre femme peut se nommer Béatrice, Bérengère, Mireille, Douce, Rosseline ou Fanny, elle donnera certainement le têtou à votre enfant, car point n'est de meilleur lait que celui de sa mère. C'est le même sang qui nourrit le sang, celui de sa famille.

Mais le sein d'une femme, c'est fragile. Il peut arriver le malheur le plus grand, l'abcès, qui fera de ce précieux organe une peau gorgée de pus.

Tout est à craindre. Une femme sans mamelle n'est plus une femme. Si on lui coupait ses appâts, son charme s'en irait comme la rosée du matin, sous le soleil de midi.

Les dieux nous ont donné le remède miracle, un abcès percé se guérit. Il reste à peine une petite cicatrice, mais il retrouve son usage. Et puis, en provence, on aime les poitrines prometteuses, chez nos femmes.

Mélangeons un jaune d'oeuf avec du miel, un peu de farine de blé et du safran en poudre, le même que celui que l'on met dans la soupe de poissons. De cette façon, on compose un cataplasme, qu'on applique sur l'abcès. Il ne tardera pas à lâcher son venin, lou foulet. Votre femme sera guérie.

Quand un autre petit viendra agrandir le cercle de famille, le lait, toujours aussi généreux, viendra nourrir votre fils.

Il n'y a pas que les abcès au sein, qu'une femme peut redouter, il existe des maladies utérines fort graves, l'empêchant à la fois de remplir son devoir conjugal, mais aussi de mettre au monde la progéniture qui assurera le travail de la terre, quand nous serons trop vieux.

L'utérus est un des organes les plus précieux de la femme. Nous voudrions nous taire, pourtant, osons le dire, nous sommes tous passés par là.

Dès lors, on s'en rend bien compte, il ne s'agit pas de plaisanter. Si votre femme souffre, si vous la voyez marcher pliée en deux, en se tenant le ventre. Peut-être n'osera-t-elle pas vous le dire ? Elle garde son mal pour elle, trouvant que vous avez assez de soucis comme cela.

Réagissez, n'attendez pas qu'il soit trop tard. Ce sont les habitants du Mont-Ventoux, qui nous ont offert cette recette sur un plateau d'argent sur cette montagne, où vit communément la couleuvre de Montpellier.

Grimpez là-haut, il y a toujours des renards en quête d'un poulailler. Ils sont nés voleurs de poules, nous n'y pouvons rien. Mais prenez un mâle tuez-le et enlevez-lui ses testicules. Faites sécher ces deux glandes, ensuite, vous les appliquerez sur la poitrine de votre femme. En une nuit, elle sera certainement guérie. Voilà des testicules bien utiles, et qui nous éviterons pas mal de renardeaux voraces.

Marcellus, au Vème Siècle, nous donnait déjà cette recette.

On le sait, les enfants sont turbulents, ils courent, ils sautent, ils soulèvent des poids trop lourds pour leur âge. Un jour, la peau du ventre cède, c'est la hernie.

La méthode est simple, on choisit un arbuste, on le fend en deux, dans le sens de la hauteur. On écarte alors les deux parties. Il faut donc que l'arbuste soit assez souple, pour ne pas éclater.

L'enfant malade doit passer entre les deux portions de tronc.

Attention, le petit n'est pas guéri pour autant, il faut attendre encore un peu.

On rapprochera les deux moitiés de tronc, puis on fera une ligature solide. On va voir tous les jours cet arbuste, on regarde comment il se porte. S'il perd subitement ses feuilles, s'étiole et meurt, l'enfant n'est pas remis. Il a toujours sa hernie.

Par contre, si la plaie béante se referme, que le tronc reprend toute sa vigueur, on peut en être sûr, l'enfant est définitivement guéri, il n'a plus de hernie.

Evidemment, il existe d'autres moyens pour rétablir le gamin victime de sa hernie, cela nous pousse à vous donner un autre secret.

-----8-----

Autrefois, on se rendait à Septèmes-les-Vallon à mi-chemin entre Marseille et Avignon. Les enfants souffrant d'une hernie, venaient de toute la Provence, avec un oeuf pondu durant la nuit précédent le jeudi de l'ascension. De Septèmes, il fallait encore marcher, pour atteindre le hameau de Tubier. On se dirigeait droit vers le mas, où demeurait mestre Lazare et ses deux filles Teresoun et Lazarine.

Ces braves petites n'avaient pas leur pareil pour découronner l'oeuf et faire couler le blanc, tout en sauvegardant le jaune.

A l'avance, les deux filles avaient préparé des caisses remplies de cendres.

L'oeuf ouvert, l'enfant, qu'il soit fille ou garçon, devait uriner dans la coquille jusqu'à ras bord. Ensuite, on piquait cet oeuf dans la cendre.

Il fallait attendre minuit vrai. Le moment solennel arrivait. On posait un couvercle sur chaque caisse. Certaines contenaient jusqu'à trois ou quatre cents oeufs.

La cérémonie était terminée. Chacun pouvait retourner chez lui. Mais durant deux ans, les enfants revenaient voir l'oeuf. Au bout de la troisième année, la hernie était guérie.

Malheureusement, Teresoun et Lazarine ne sont plus de ce monde...

-----8-----

On nous raconte que les chinois en mangent. S'ils trouvent délectables les nids d'hirondelles, ce n'est pas nous qui leur reprocherons. Mais en Provence, ils ont une autre utilité.

Avec l'automne commencent les ennuis. Précisément, les hirondelles nous ont abandonné, en laissant leurs nids, savamment construits contre un muret, sous la charpente d'un toit, dans les endroits les plus invraisemblables il suffit d'en détacher un seul, il n'est plus habité, les hirondelles reviendront pour nous annoncer le printemps.

Comment doit-on s'organiser ?

On accroche le chaudron de fonte à la crémaillère de la cheminée, on met le nid à bouillir avec une bonne huile d'olive bien pure, celle qui sort du premier jet du pressoir.

On laisse cuire ainsi le temps nécessaire pour obtenir une sorte de bouillie, qu'on gardera facilement dans un pot de grès.

Si le mistral descend ces miasmes du nord, qui vous donnent aussitôt mal à la gorge, n'hésitez pas, faites-vous un cataplasme avec ce nid d'hirondelle. En quelques jours vous serez définitivement guéris.

Quand les hirondelles reviendront, elles seront bien assez malignes pour refaire un nid, là, où vous l'aurez pris.

-----8-----

On en trouve partout, dans le moindre cours d'eau. Elles sont là, comme des petits homards d'eau douce, en quête d'une proie. Ce sont les écrevisses.

On les déguste avec une bonne mayonnaise à l'huile d'olive, après les avoir fait cuire dans un court bouillon. Certains prétendent qu'on peut en faire une sorte de soupe. Pour notre part, nous les préférerons cuites avec beaucoup d'aromates, ensuite servies fraîches accompagnées d'un aïoli, car il n'existe pas de cuisine savoureuse, en Provence, sans le goût de l'ail, la senteur du thym et du romarin.

Mais les écrevisses servent à un autre usage.

On peut en faire une excellente médecine. Pour cela, vous faites cuire sept écrevisses, sans avoir besoin de les assaisonner. Quand elles ont été bien ébouillantées, vous laissez réduire l'eau, le plus possible en faisant cuire à feu doux.

Vous retirerez du feu et attendrez qu'elles soient refroidies, au moins tièdes.

Une fois de plus, il vous faudra le mortier. Vous pilerez vos écrevisses avec le peu d'eau qui reste au point de constituer une pâte. Surtout, ne retirez pas les carapaces, ni les têtes. Tout doit être écrasé, même les pinces.

Cette solution obtenue, vous en ferez un cataplasme, que vous placerez sur le ventre de celui ou de celle qui a des vers intestinaux. Ceux-ci disparaîtront comme par enchantement. C'est le meilleur des vermifuges.

-----8-----

C'était il y a bien longtemps, à trois lieues au nord d'Aix en Provence se trouve le gros bourg de Meyrargues, sur la route de Gap. On y pratiquait une médecine, dont on ignore maintenant les origines. Néanmoins, on soignait et on faisait disparaître les verrues.

Certains l'affirmaient, des phéniciens, venus jusque là, avaient laissé ce souvenir.

Or, reconnaissons-le, il est déplaisant d'avoir d'énormes verrues sur les mains. De plus cela se propage comme la peste. On en a une, il en pousse dix. On serre la main de son ami, on lui donne des verrues, sans pour autant faire disparaître les siennes. Cela vaut les plaies de l'Egypte. On n'en voit jamais la fin.

Voici donc comment les habitants de Meyrargues pratiquaient :

ils prenaient un petit morceau de viande de boeuf. Pas n'importe laquelle, un morceau bien rouge et bien saignant. Si on le pouvait, on tentait d'obtenir un morceau de taureau de combat, mort au cours d'une corrida, à Arles ou à Nîmes. Alors, on en frottait les verrues, durant un petit moment, afin que la viande s'imprègne tout à fait du mal.

Il ne restait plus qu'à se rendre dans la campagne avoisinante, on cherchait une pierre plate. Quand on l'avait trouvée, on plaçait le morceau de viande en dessous, puis on tassait bien la pierre, qu'on prenait soin de remettre à sa place.

Au fur et à mesure que la viande pourrissait sous la pierre, les verrues disparaissaient à tout jamais

-----8-----

Avouons-le tout de suite pour les ignares, coularet, dans la langue de Mistral, c'est le collier, tout simplement.

On peut faire toute sorte de coularet :

Le véritable coularet était avant tout une ficelle de chanvre, avec la quelle on avait fait treize noeuds, régulièrement distancés. Placé autour du cou, cela était censé soigner le croup. A l'époque, il n'existait guère d'autre médecine. Un coularet avec des goussets d'ail évitait aux enfants de faire des convulsions.

Mais on tressait également des coularets en osier, que l'on passait au cou des jeunes chiots, pour leur éviter la maladie (le mal de carré).

On confectionnait aussi un coularet de bouchon de liège pour mettre au cou des chiennes et des chattes, afin de leur faire passer le lait.

On le disait, un coularet de corail guérissait des maux d'estomac.

Un coularet fait d'écailles de tortues éloignait les maladies pulmonaires.

Aujourd'hui, plus personne ne veut croire en la vertu du coularet. Pourtant...

C'est comme le cambarot, c'est un bracelet de laine écarlate, que l'on porte contre, les foulures du poignet.

Ah, nous les entendons, les pointus, ils ricament bêtement. Qu'ils sachent une vérité, sans le cambarot, on peut très bien se fouler le poignet, en jouant à la pétanque.

Cette coutume existe, dans notre Provence, depuis trop longtemps, pour qu'on puisse parler de l'époque où elle est née.

On coud un petit sachet de toile, dans lequel on aura enfermé quatre pattes d'une taupe mâle. Attention, il faut que toutes proviennent de la même taupe.

On place alors le sachet sous le matelas du lit du nouveau-né. On peut le laisser là des années, si les pattes ont été convenablement séchées, l'escudet protégera l'enfant de toutes les maladies infantiles, jusqu'à sa puberté.

Mieux, l'escudet lui évitera de souffrir des dents, aussi bien quand elles pousseront, que quand ses dents d'adultes se développeront.

Curieusement, cette pratique de l'escudet, contenant quatre pattes de taupe, existe aussi en Italie, mais il n'a pas le même usage. On le porte autour de son cou, avec un lacet noir. Il passe pour éviter de se faire envoûter. Pourquoi pas ? De toute manière, quand l'enfant est adulte, rien ne l'empêche de porter par la suite son escudet sur lui, si cela doit lui éviter des ennuis.

On parle trop souvent de ce secret, pour qu'il n'ait pas une grande efficacité.

-----8-----

Ce pèlerinage existait probablement bien avant la venue des Phocéens. Il semble être une déformation du culte d'Isis.

Les femmes stériles s'y rendaient, c'était dans le massif de la Sainte-Baume, au lieu-dit aujourd'hui "Le Camp-du-Castellet", sur la nationale 8, à la limite des Bouches-du-Rhône et du Var, sur la grande corniche, entre Aubagne et Toulon.

Ce sont surtout les filles, en quête d'un mari, qui se rendent à ce pèlerinage.

Le rituel est assez complexe. Pour cette raison de nombreux jeunes gens y venaient également.

La fille doit monter au camp avec trois pierres plates et une quatrième de forme oblongue. L'astuce, pour elle, est de construire son "castelet" à l'abri des regards indiscrets. Elle devait disposer les trois pierres plates en triangle, la quatrième au milieu, à la manière d'un petit menhir. Ce fragile édifice était appelé à rester un an ainsi. Si au nouveau pèlerinage de la Sainte-Baume le castelet n'avait pas bougé, la fille était certaine de se marier. Parfois même, quand elle redescendait de la montagne, elle rencontrait celui qui allait devenir son mari.

Malgré son nom, cette fête était très Païenne. Ainsi, les jeunes gens couraient après les jeunes filles, avant qu'elles aient pu cacher leur castelet (lou mou-loum de joio), ce qui faisait dire aux mauvaises langues : "Té ! bien sûr ! la sainte n'a que la moitié du

travail à faire pour assurer une progéniture aux pélerines".

En fait, le pèlerinage ressemblait plutôt à une bacchanale bien organisée.

-----8-----

DES VERTUS

DE LA

MANDRAGORE

De son nom scientifique, on vous parlera de l'Atropa Mandragora. Elle fait partie de la famille des Solanacées et est, de ce fait, une plante vénéneuse.

Officiellement, on utilise sa racine. Dans celle-ci on trouve de puissants alcaloïdes :

L'hyoscyamine

L'hyoscine

Le pseudo-hyoscyamine

La mandragorine

On prépare cette racine en alcoolature, on n'en prendra que sur avis médical, sans dépasser la dose prescrite, qui est au maximum de 15 à 30 gouttes suivant les sujets.

Comme la Belladonne (Atropa Belladonna), c'est un puissant antispasmodique, un modérateur des réflexes.

Cette alcoolature est prescrite rarement, mais uniquement dans certains cas :

L'asthme,

La coqueluche,

Les spasmes (entéro-collites, hémorroïdes),

Les règles douloureuses,

Crises hépatiques douloureuses,

L'ulcère gastrique,

éventuellement contre le rhume des foins.

Il est très exceptionnel que cette alcoolature soit aujourd'hui prescrite. Elle est trop dangereuse

il existe d'autres spécialités beaucoup plus efficaces. Nous donnons donc ces précisions à titre de référence.

Il était seulement nécessaire de prouver que la Mandragore est une plante connue, elle fait pas partie de la légende.

-----8-----

LA LEGENDE DE LA MANDRAGORE

Nous nous contenterons de quelques légendes, la plupart du temps connues.

Autrefois, on prétendait qu'il était possible de trouver des Mandragores sous les gibets, la semence des condamnés se répandant sur le sol, quand ils mouraient, il se serait donc agi de spermatozoïdes humains semés sur la terre. Or ce phénomène est impossible. On vous rappellera le "péché d'Oman", qui n'ensemait pas la terre, il pratiquait la méthode du "retrait", se retirant de sa partenaire au moment de l'éjaculation, ce qui est toujours resté une grande faute dans les cultes judéochrétiens, qui n'ont fait que rechercher à engrosser les femmes, pour se faire des adeptes.

Une autre légende, couramment racontée, est qu'on devait, naguère, attacher la Mandragore au collier d'un chien. Il suffisait d'appeler l'animal, pour qu'il arrache la racine de Mandragore et qu'il meurt aussitôt tandis que la plante poussait un grand cri.

Posséder chez soi une Mandragore conduisait directement au bûcher, cela était une marque de sorcellerie certaine.

Dans les minutes de son procès de Rouen, Jeanne d'Arc est accusée, entre autre d'avoir soigné, durant son enfance, une Mandragore, près de "l'arbre au fées", à un quart de lieue de Domrémy.

-----8-----

Nous avons cherché à comprendre le côté scientifique d'une part, le côté légendaire d'autre part.

Dans tout ceci se taille une grande part de VERITE. Une légende en contient toujours. Il peut s'agir de déformation, à force de se répéter de bouche à oreille une connaissance, c'est possible, mais il existe encore autre chose, les contre-vérités, que certains ont tenté de transmettre à travers les siècles.

La Mandragore n'est pas une plante comme les autres, même si elle vit, apparemment, comme tous les végétaux.

Un détail est certain, la Mandragore est un homuncule. Le dictionnaire Larousse, pour ce mot, se contentera de vous dire : nom masculin (diminutif du latin homo, homme). Petit homme, petit être sans corps, sans sexe, et doué de pouvoirs surnaturels, que les sorciers prétendaient fabriquer.

C'est précisément ce que nous allons vous apprendre, la manière de fabriquer un authentique homuncule.

Il faut le savoir, plusieurs plantes ont des propriétés assez semblables, mais la Mandragore est la meilleure, elle se trouve tout autour du bassin méditerranéen. Toutefois, ce n'est pas parce que vous avez une racine de Mandragore que vous pourrez accomplir des miracles. Il vous faudra la faire naître réellement, la vêtir, lui donner une sensibilité particulière,

et, enfin, elle répondra à vos questions, vous guidera sans vous tromper, à la condition de savoir l'aimer et de lui donner une bonne éducation.

Tout ceci peut paraître bien nébuleux aux profanes, certains riront, se gausseront d'une connaissance aussi délicate que de faire jaillir de l'or alchimique.

Nous venons de donner le premier mot clé. Eduquer une Mandragore relève de l'alchimie spirituelle. Mais il vous faudra autant de patience que le japonais fabriquant un bonzaï.

Nous avons parlé d'autres plantes, ayant cette faculté de pouvoir se transformer en homuncule.

En voici deux :

La racine de Ginseng (*Panax Ginseng*) qui appartient à la famille des Araliacées. Elle n'est récoltée que lorsque la plante a au moins 10 ans. C'est en Manchourie en Sibérie, en Amérique et surtout en Corée qu'on cultive cette plante, pour sa racine, son odeur aromatique. On la dit aphrodisiaque, c'est un excellent stimulant. Dans le nord de la France, là où la Mandragore ne pousse plus, on peut se servir de la racine de la Bryone (*Bryonia Dioica*), qui fait partie de la famille des Cucurbitacées, comme le melon ou la courge. On donne parfois, à la Bryone, le surnom de "NAVET DU DIABLE", de "VIGNE BLANCHE". Comme on le constatera, il existe encore certainement un rapport entre la légende et la vérité.

MANDRAGORE OPERATIONNELLE

Prenez un couteau à manche noir avec vous, il vous sera utile et nécessaire. Partez à travers la campagne et cherchez un pied de MANDRAGORA OFFICINALIS.

Quand vous l'aurez découvert, vous prenez votre couteau à manche noir et vous faites un tour complet autour du pied, dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, avec la pointe de la lame. Pour être tranquille, il faut que le cercle ait au moins trois pieds de diamètre. Vous repérez soigneusement l'endroit, afin de revenir plus tard arracher la racine.

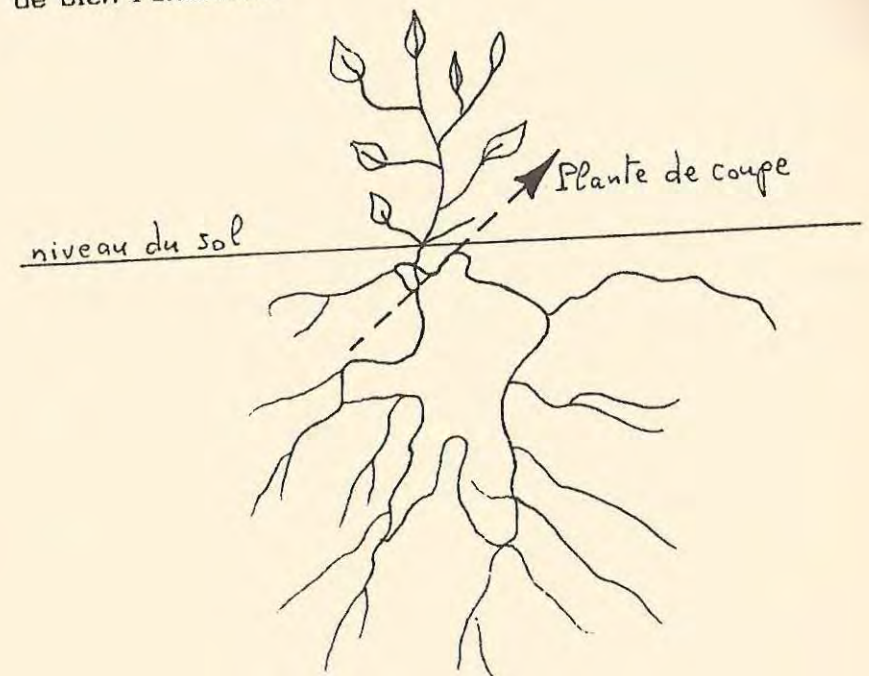
Le moment de la cueillette se situe exactement entre l'équinoxe du printemps, quand le soleil entre dans le signe du BELIER et le solstice d'été, quand le soleil entre dans le signe du CANCER. Nous avons donc toute la saison du printemps, mais pas n'importe quel jour. Il faudra aller chercher votre racine durant le premier quartier de lune, dès les premiers jours de la nouvelle lune, si possible vers minuit vrai (actuellement, avec les changements d'heure cela peut vous conduire à 2 heures du matin).

Revenu au pied de votre Mandragore, vous passez à nouveau la pointe de votre lame de couteau à manche noir dans le sillon déjà tracé, mais dans le sens des aiguilles d'une montre, cette fois, c'est-à-dire dans le sens contraire à la première fois.

Ceci fait, vous creuserez le sol tout autour du pied de la Mandragore, surtout sans toucher à la racine.

Il s'agit de dégager celle-ci tout doucement, sans aucune précipitation, de manière à ne rien endommager. On comprendra facilement, il est généralement utile d'avoir avec soi une lampe électrique ou une lampe tempête. Etant en nouvelle lune, il ne faudra pas compter sur celle-ci pour vous éclairer.

Quand vous aurez enfin sorti la plante entière, vous dégagerez la partie de la racine qui vous intéresse et qui devra impérativement avoir déjà les caractéristiques de la forme humaine. Vous couperez la racine de la tige en laissant un morceau, que vous replanterez. La plante reprendra vie, si vous avez soin de bien l'enterrer.



Vous devrez avoir prévu un morceau d'étoffe noire, n'ayant jamais servi. Vous enveloppez votre racine de Mandragore, et vous rentrerez chez vous.

Dés lors, les difficultés vont commencer pour vous. A la lueur d'une bougie, vous débarrasserez non seulement de la terre, mais des fibres restant encore. Au besoin, vous les couperez avec votre couteau à manche noir. Repassez encore votre Mandragore au nettoyage complet. Cette fois, vous êtes prêt pour la fabriquer.

Si vous êtes un homme, votre Mandragore devra être impérativement féminine. Si vous êtes une femme, votre Mandragore sera nécessairement un homme. De cette manière seulement, elle vous répondra, quand elle sera totalement éduquée.

Le moment le plus délicat arrive. Avec la pointe du couteau, vous allez la sculpter en lui donnant une apparence humaine, avec les bras, les jambes, et le sexe. Vous taillerez doucement le haut, pour faire le visage. Comme la racine est tendre, pratiquement, vous ne devez avoir aucune difficulté. Il faut seulement faire très attention de ne rien casser, sinon tout serait à recommencer. Il vous faudrait vous mettre en quête de retrouver un autre pied de Mandragore. Or, le monde des homuncules est bizarre et difficilement contrôlable. Il n'est pas dit qu'une deuxième Mandragore acceptera son sort, si vous en avez abîmé une précédente.

Tout en la ciselant, il faut lui donner un nom, qui restera le sien. Pour un mâle, vous pouvez le nommer "Verdelet", par exemple, pour une femme, rien ne vous empêche de lui accorder le très joli nom "Morgane" ou de "Viviane".

Ne vous pressez surtout pas, il faut un travail parfait. Cela peut vous demander plusieurs heures. Plus votre racine aura une forme humaine, mieux elle répondra à vos questions. Et toujours, tout en la façonnant avec amour, vous lui répétez mentalement son nom, vous la visualisez.

Si au petit matin, vous êtes satisfait de votre oeuvre, votre Mandragore n'est pas faite pour autant. Vous l'avez opérée, vous devez la guérir totalement.

Vous aurez prévu un bac à fleur ou un pot, garni de terreau à mi-hauteur. Vous la déposerez soigneusement comme si vous l'allongiez sur un lit. Vous la recouvrez de la même terre et la placerez à l'ombre, dans un endroit frais.

Durant toute une lunaison vous l'arroserez chaque jour avec un mélange composé d'une partie de lait entier et six parties d'eau distillée. Vous lui parlerez, comme le ferait un chirurgien à son malade, en lui donnant régulièrement le nom choisi.

La nouvelle lune venue, vous attendez le soir suivant pour la sortir de la terre. Votre Mandragore sera, en principe, totalement cicatrisée.

Vous la tenez une bonne heure entre vos mains les doigts croisés. Vous lui parlez, toujours en lui rappelant son nom. Vous devez lui donner le sentiment d'un amour profond et réel, quitte à s'excuser de l'avoir fait souffrir.

Ce rituel terminé, vous l'envelopperez dans un linge de lin blanc, n'ayant jamais servi.

Durant les jours qui suivent, vous confectionnez, chaque soir, peu à peu, les vêtements dont vous la couvrirez.

Commencez (femme ou homme), par lui faire une chemise de lin immaculée, proportionnée à sa taille. Les nuits suivantes, vous coudrez robe ou costume, toujours dans du tissu neuf, avec le plus grand soin possible, sans regarder le prix de l'étoffe, qui devra être achetée neuve, spécialement pour votre homuncule. Ce qui restera du tissu devra être brûlé, afin que nul ne puisse en faire usage.

Théoriquement, si votre Mandragore est féminine, vous lui faites un diadème, que vous ajusterez délicatement sur sa tête. Dans la mesure du possible, vous avez intérêt à tailler ce diadème dans un morceau de carton couleur or, sur lequel vous collerez une pierre précieuse véritable car la Mandragore est très coquette.

Pour un homme, vous constituerez une couronne royale, dans un carton or, et vous ajouterez une pierre précieuse. Il est bon aussi de leur mettre une cape en tissu bleu-roi.

Maintenant, votre Mandragore est presque prête. Il vous reste à la baptiser officiellement. Si vous pratiquez la Magie cérémonielle, il vous sera facile de choisir une heure planétaire favorable et de réciter le rituel traditionnel.

Si, dans le cas très rare, vous ne pratiquez pas la Magie traditionnelle, vous faites un simulacre de baptême, en l'aspergeant d'eau et en lui accordant définitivement son nom.

Cette fois, votre Mandragore est parfaitement prête.

Autrefois, certains glissaient leur Mandragore dans les langes d'un nouveau-né que l'on baptisait. De ce fait, la Mandragore l'était aussi, malheureusement, elle devait porter impérativement le ou les prénoms de l'enfant.

Si vous avez quelques connaissances en Astrologie, vous pouvez faire le thème de sa naissance, quand vous l'avez sortie du terreau et qu'elle était enterrée, attendant de se cicatriser, cela représentait la période de gestation dans les entrailles de la terre-mère. On devra donc prendre le jour où vous la sortez définitivement, l'heure exacte de cette opération et les coordonnées géographiques du lieu. Ainsi, vous apprendrez à mieux la connaître, vous saurez quel est son caractère, si elle est capricieuse ou sérieuse, tenace ou menteuse, etc...

Pour la conserver, vous placerez votre Mandragore terminée dans un bocal en verre. Dans la journée, elle pourra demeurer debout, mais le soir vous la coucherez. Elle pourra rester près de vous, de jour, comme de nuit, ainsi elle s'imprégnera de votre aura, vous aimera et sera toujours prête à vous aider.

Ne montrez jamais votre Mandragore à personne, de manière qu'elle ne connaisse que vous. Tout au plus, si votre compagnon partage vos idées et la respecte, elle ou il pourra s'en approcher et lui parler, car cet homuncule deviendra votre enfant.

Il nous reste à savoir comment l'interroger. Ceci est l'objectif principal de tous nos efforts.

Ne rêvons pas, la Mandragore ne vous parlera pas, pourtant, elle pourra répondre à toutes vos questions.

Il existe deux méthodes :

1) La première sera pratiquée par la radiesthésie.

Il vous faudra un pendule extrêmement léger et, surtout, une convention mentale. Par exemple, si le pendule tourne dans le sens inverse des aiguilles d'une montre (sens dextre) cela veut dire que la Mandragore vous répond "oui". Au contraire, si le pendule tourne dans le sens des aiguilles d'une montre, la Mandragore vous répond "non". Si le pendule oscille, la Mandragore hésite et vous demande de bien réfléchir, avant d'entreprendre quoique ce soit. Si le pendule ne bouge pas du tout, la Mandragore ne peut pas répondre à votre question.

Peut-être votre problème ne l'intéresse pas, peut-être est-elle fatiguée, ou capricieuse ?
2) Vous pouvez la questionner à l'aide de la boule de cristal.

Par exemple, vous tenez un objet ayant appartenu à quelqu'un dont vous voulez avoir des nouvelles, vous fixez la boule. La Mandragore vous fera voir la personne et même ce qu'elle fait à l'instant où vous l'interrogez.

Il est possible de procéder avec les deux méthodes en même temps, quand le pendule prouve qu'il existe un contact, vous consultez la boule.

Tous ces travaux se font dans la pénombre. De préférence le soir, un jour choisi, à une heure planétaire convenable, en rapport avec votre problème, à la bougie.

Un dernier conseil, vous devez toujours prévoir un petit sac en velours noir, pour recouvrir le bocal contenant la Mandragore, pour le cas où quelqu'un, vous rendant visite, risquerait de la voir.

D'autre part, il ne faut jamais enfermer une Mandragore ainsi préparée, dans un placard, ces homuncules sont facilement claustrophobes. On ne garde pas un enfant, en l'enfermant dans une cave.

Enfin, si votre Mandragore se dessèche, elle a soif, l'hydrométrie de la pièce, où elle se trouve, ne lui convient pas. N'hésitez pas à l'arroser avec quelques gouttes d'eau distillée, projetée à l'aide d'un

petit vaporisateur. Vous pourrez même ajouter quelques gouttes d'eau de rose dans le flacon, les mandragores sont sensibles à cette gentillesse et elles adorent cette odeur.

Pour cette raison, si vous recueillez quelques pétales de rose, n'hésitez pas à les mettre dans son bocal, mais pensez à les retirer, si ces pétales moisissent, car c'est la principale maladie, qui peut faire mourir votre mandragore.

Enfin, si la personne qui vit avec vous veut également avoir sa mandragore, les deux bocaliers peuvent rester l'un près de l'autre, les homuncules s'entendent généralement bien, s'ils sont de sexe différent.

Inversement, deux mâles se disputeront et vous mentiront pour se donner de l'importance, deux femelles se jalouseront et vous tromperont dans toutes vos demandes.

Si le bocal est assez grand, rien ne vous empêche de placer un couple de mandragore ensemble, elles se sentiront bien et finiront par s'aimer follement. Se sentant moins seules, elles feront encore un meilleur travail pour vous.

Dans aucun manuel, on ne vous décrit avec autant de précision, le secret de la mandragore, c'est à vous d'en tirer le meilleur parti.

Si une mandragore meurt, il faut l'enterrer pieusement, à l'abri de tout prédateur. Mais ceci est très rare.

On s'aperçoit de sa mort, quand elle est devenue sèche toute déformée et ne répond plus à aucune question, ou si elle pourrit et se désagrège.

Enfin, on peut la laisser vivante en héritage à une personne qui saura la soigner et aura des liens étroits avec la Magie traditionnelle.

-----8-----

ENVOÛTEMENT

D'AMOUR PROVENÇAL

Notre réponse sera affirmative. L'envoûtement existe. Cette pratique est indéniable. Elle nous vient de la nuit des temps. Depuis le néolithique, on en trouve des traces. Peu à peu, la pratique semble s'être perfectionnée, tout comme la civilisation.

Naturellement, depuis le "siècle des lumières", les travaux des Encyclopédistes, la science marque le pas. On ne croit plus en ces fadaïses... Déjà si on ne croit pas, on doute. Le comportement humain n'est pas aussi cartésien qu'on veut nous l'affirmer. Présentement, personne ne croira lire nos lignes, il les a sous les yeux, il est certain de lire.

Il ne s'agit donc pas de croire en l'envoûtement ou de ne pas y croire, il faut savoir s'il existe véritablement.

Si on ne veut pas l'admettre, on en restera à la position la plus logique : on ne sait pas si une telle pratique peut exister.

Cette fois, nous avons éliminé toute intention de croire, toute supposition.

Une question mérite une réponse précise. Chaque jour, la science découvre ce que la Magie traditionnelle savait, mais que l'on supposait faux. Il en est ainsi de nos radiations personnelles. Autrefois, une telle hypothèse conduisait de la salle de torture au bûcher. De nos jours, on teste médicalement nos radiations cardiovasculaires, grâce à l'électrocardiogramme, mieux encore, on teste les ondes de notre cerveau, en établissant notre électroencéphalogramme.

La pointe de la science se penche de plus en plus sur des phénomènes, comme la télépathie, la transmission de pensée, et recule les portes de la mort.

Il y a trois siècles, tous nos chercheurs seraient passés devant le Tribunal de la Sainte Inquisition et auraient rôtis tout vivant.

Donc, l'envoûtement existe, nous le confirmons. Aujourd'hui, en revanche, nul ne peut être poursuivi pour de telles pratiques, la loi ne les reconnaît plus.

En vérité, de quoi s'agit-il? D'atteindre le "moi" profond de l'individu.

On s'est aperçu que plusieurs pays totalitaires ont utilisé le lavage de cerveau, comme le font les églises judéo-chrétiennes depuis des millénaires.

Un exemple, selon ces religions, la terre, sur laquelle nous vivons, n'aurait que 7 à 8000 ans. La science nous le prouve, l'homme est apparu sur la terre depuis près d'un million d'années.

Soyons nous-mêmes cartésiens, nul n'a le droit à l'erreur. Celui qui a tort doit se retirer du jeu. La science l'emporte indiscutablement.

Si cette même science reconnaît implicitement le lavage de cerveau, donc l'influence des masses, elle reconnaît l'envoûtement.

L'envoûtement est, à sa manière, un lavage de cerveau. Se faire aimer d'un être; qui n'éprouve

pas de sentiment particulier pour vous, est un lavage de cerveau.

Entendons-nous bien, il s'agit d'un lavage de cerveau qui vous permettra de vous faire aimer par l'être convoité. On aura détourné sa destinée, tout comme on détourne le cours d'un fleuve pour construire un barrage, ou le cours d'un ruisseau dans "Manon des sources".

Un médecin réanimateur détourne également un destin, quand il remet sur pieds, l'être qui était virtuellement décédé.

Au cours de notre passage terrestre, nous subissons 90% de déterminisme, il nous reste à peine 10% de libre-arbitre. Il suffit d'agir sur ce peu, qui nous appartient, pour faire pencher la bascule de l'autre côté.

Le phénomène est bien connu par nos hommes politiques, ce ne sont jamais les grandes formations qui emportent les élections, mais les petits partis, avec lesquels ils auront fait une alliance.

Nous voici donc convaincus. Il reste à connaître la pratique de l'envoûtement. Ici, nous parlerons uniquement de l'envoûtement d'amour, tel qu'il se fait, depuis des siècles, en provenance. Dans toute l'Italie, ce processus est bien connu et très largement utilisé. Le plus souvent, on se garde d'en parler, mais on a recourt au rebouteux, au sorcier du village, aussi naturellement que l'on va chez le dentiste.

Evidemment, il y a des moyens pour se protéger. C'est toujours un jeu très dangereux, car le plus fort gagne. Celui qui aura un talisman plus fort que le sort qu'on lui jettera, retournera ce pouvoir contre le praticien, multiplié souvent par dix.

C'est le "choc en retour", dont on parle si souvent. Il convient donc de savoir ce que l'on fait, avant de commencer à faire ou à faire faire (ce dernier procédé est lâche) un envoûtement.

Prenons nos responsabilités, n'ayons recours à personne, agissons nous-mêmes.

-----8-----

LA VERITABLE PRATIQUE DE L'ENVOÛTEMENT D'AMOUR PROVENÇAL

Nous avons longuement hésité à produire ces lignes, mais comme nous n'éviterons jamais ces pratiques, nous avons jugé plus utile de les livrer au grand public.

AVERTISSEMENT :

L'envoûtement est dangereux

pour celui qui le fait,

pour celui qui le fait faire,

pour celui qui en est victime.

Pour pouvoir faire un envoûtement, il faut avoir quelque chose ayant touché ou appartenu à la personne que l'on désire envoûter. Même si la liste est longue, elle n'est jamais complète :

on peut utiliser :

- un fragment de tissu d'un vêtement sale,
- un mouchoir (même un mouchoir en papier), du moment qu'il a été utilisé
- dans la mesure du possible, du sang (grâce à un pansement, ou une serviette hygiénique),
- des rognures d'ongles
- des poils,
- des cheveux,
- éventuellement du sperme,

- un fragment d'aliment, qui fut rongé par la personne (comme un os de poulet, par exemple),
- un slip sale,
- de la sueur,
- etc...

Nous l'avons dit, il n'existe aucune limite, et encore nous n'avons pas parlé d'une photographie. Celle-ci représente un progrès énorme en matière d'en-voûtement.

Les cheveux sont faciles à se procurer, on en trouve sur le col d'un manteau, d'une chemise, d'une veste.

Parfois si la personne convoitée vit seule, on peut récupérer un pansement, un tampon ensanglanté, un mouchoir en papier, il suffit de faire la poubelle durant la nuit. On peut aussi y trouver un vieux vêtement, un sous-vêtement, jeté là, car la personne n'en veut plus, n'en a plus l'usage.

Au cours d'un repas entre amis, il est facile de retirer discrètement, d'une assiette qu'on dessert, un os, quelques arêtes de poissons.

Quand on aime vraiment, on ne manque jamais d'imagination.

Maintenant que nous avons récupéré ces différentes choses, nous pouvons envisager, plus sérieusement, l'avenir et la réalisation de nos plans.

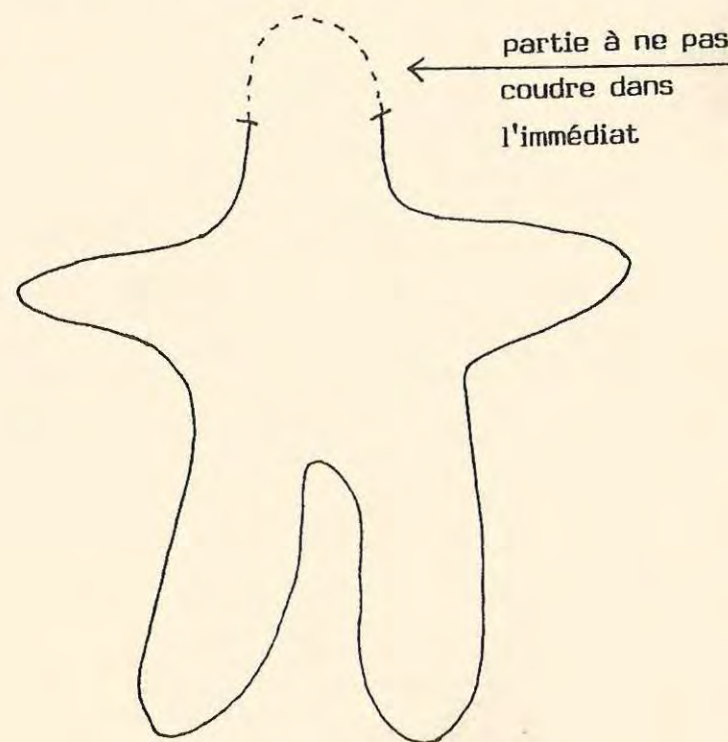
En tout premier lieu, nous récupérerons le coeur d'un poulet. Surtout, il ne faut jamais sacrifier

un animal pour cela. Il est facile, quand on mange une volaille, d'en mettre de côté le coeur, tout simplement.

Dans un four relativement chaud, on fera sécher le coeur du poulet, sans qu'il devienne trop dur. On le mettra de côté.

Il s'agit, à présent de faire deux poupées, l'une en tissu, qui sera celle de la personne désirée, l'autre en cire d'abeille, qui vous représentera.

Commençons par la première. On prendra une étoffe écarlate et on découpera, le plus simplement du monde, le patron ci-dessous, en deux morceaux posés l'un sur l'autre. On coudra les deux parties bord à bord en laissant le sommet de la tête ouvert.



A ce stade, on retournera le tissu. Nous confectionnons notre première poupée, celle de la personne que l'on désire.

Nous allons la bourrer de son, en y mêlant tout ce que nous avons pu regrouper, cheveux, poils, rognures d'ongles, etc...

Par la même occasion, si nous avons pu nous en procurer une, on y ajoutera une photographie et enfin le coeur de poulet. Celui-ci devra être placé exactement à l'emplacement réel du coeur et se trouver sous le tissu. On doit le sentir avec le doigt, à travers l'étoffe, cela est très important.

On achève de garnir avec du son, puis on coud la tête. Notre poupée est faite. Elle représente celle de l'être désiré. Pour la parfaire, avec de l'encre de chine, on dessinera le sexe entre les jambes, qu'il soit féminin ou masculin. Puis on fera le visage. Toujours à l'encre de chine, on tracera les yeux, le nez et la bouche. Sur le côté, on peut esquisser les oreilles. Enfin, n'oublions pas de faire un point à la hauteur de l'ombilic.

On prendra de la laine jaune, si la personne est blonde, noire, si elle est brune et rougeâtre, si elle est plutôt rousse. On coudra des brins de laine pour simuler les cheveux et les poils du pubis. Il faut que la poupée ait une certaine ressemblance avec la personne que l'on veut influencer. Plus nous garnissons la tête, plus la ressemblance sera grande. Un envoûtement demande toujours beaucoup de patience.

A présent, c'est au tour de l'opérateur. Il devra façonner, dans de la cire un peu ramollie au bain-marie, une figurine proportionnée à la poupée.

Cette fois, comme il s'agit de vous même, pas d'hésitation, vous pouvez mettre, dans la cire, tout ce que vous voulez, les rognures d'ongles en premier lieu, mais aussi de votre sperme, si vous êtes un homme, du sang menstruel, si vous êtes une femme. Vous pouvez encore ajouter de la salive, une croûte d'écorchure, etc...en un mot, tout ce que vous pouvez placer et qui soit bien de vous.

Prenez une petite mèche de vos cheveux, vous l'ajusterez dans la cire encore molle, il en sera de même pour les poils du pubis, au besoin des aisselles

Vous prendrez quelques morceaux de tissu vous ayant appartenu (fragment de robe ou de pantalon vous habillerez la statuette de cire avec:

Si vous avez pu vous en procurer, vous vêtirez aussi la poupée de son, avec ce que vous serez peut-être parvenus à récupérer chez l'être aimé.

Pour une meilleure compréhension, nous allons donner un exemple concret. Nos deux poupées ont les noms des deux personnes à réunir. La fille se nomme Fanny, l'homme Pascal. Pour l'exemple, c'est le garçon qui pratique l'envoûtement, pour se faire aimer de Fanny.

Il faut prendre une braise rouge, la placer sur un gobelet métallique, puis poser dessus de l'encens

en grain. Une douce odeur se répandra dans la pièce, où l'on opérera de nuit, à la seule lueur de bougies.

Passant la poupée de cire dans les vapeurs aromatiques de l'encens, on dira ceci :

"Moi, Pascal, c'est moi qui suis ici présent.

Moi, Pascal, c'est moi qui suis ici présent.

Moi, Pascal, c'est moi qui me touche.

Moi, Pascal, c'est moi qui ai tous les pouvoirs".

Surtout, il ne faut pas avoir oublier de faire un sexe mâle à cette statue. S'il s'était agi d'une femme, on aurait fait une simple fente, mais on aurait ajouté des seins volumineux.

Prenant la poupée de son, on la passe, à son tour, dans les vapeurs d'encens, en récitant :

"Fanny, c'est toi qui es ici présente.

Fanny, c'est toi que je touche.

Fanny, c'est toi qui es en mon pouvoir".

Cette incantation terminée, vous tournez les deux poupées l'une contre l'autre, sexe contre sexe, puis vous les liez avec la laine rouge à tricoter. N'hésitez pas à faire autant de tours que vous voudrez, les poupées doivent en être recouvertes.

Vous vous serez procuré quelques épines d'aubépine assez grandes, vous les disposerez entre les deux poupées, si possible en les plantant dans le coeur du poulet et à la hauteur du vôtre.

Ceci doit être fait en lune montante, donc entre la nouvelle lune et la pleine lune.

Les poupées doivent être enveloppées ensemble dans un morceau de soie écarlate, avec quelques pétales de roses.

Tous les soirs, vous prendrez vos poupées et vous répéterez inlassablement ceci :

"Fanny, tu dois aimer éperdument Pascal.

Fanny, tu ne dois penser qu'à Pascal.

Fanny, tu n'appartiendra qu'à Pascal".

Puis vous vous concentrerez durant un bon quart d'heure. Les jours de pleine lune, vous insisterez encore d'avantage.

Surtout, ne vous découragez jamais, il faut compter entre six et neuf mois, pour, qu'un tel envoûtement réussisse.

Vous gagnerez à coup sûr, si vous observez bien la méthode décrite.

Ensuite, quand Fanny sera réunie à Pascal, il ne faudra, naturellement, jamais qu'elle voit les poupées.

De deux choses l'une, elle croirait (avec juste raison) que vous l'avez envoûtée pour vous l'approprier, ou bien elle supposerait que vous avez tenté d'envoûter une autre fille et que vous l'avez choisie par dépit. Ce serait, de toute manière, la catastrophe.

Le mieux est d'enfermer les deux poupées telles qu'elles sont dans un pot en terre. Vous le fermerez hermétiquement, puis vous irez l'enterrer dans un endroit connu de vous seul.

Si votre destinée est de rester ensemble toute la vie, ne vous inquiétez de rien, un jour, un archéologue sera surpris de trouver ces poupées, il comprendra tout de suite ce que c'est, peut-être tentera-t-il une datation, mais vous avez des chances de voir votre travail finir ses jours dans la poussière d'un musée régional.

Enfin, si l'entente est loin d'être parfaite, si Pascal décide de se séparer de Fanny, il ira déterrer le pot en terre, retirera les deux poupées et les brûlera. Le charme sera rompu.

-----8-----

LEXIQUE

DES

TERMES MEDICAUX

- I ADENITE: Inflammation d'un ganglion lymphatique.
- 2 ANKYLOSTOME: Ver parasite de l'intestin humain.
La larve vit dans le sol et pénètre, en perforant la peau, dans le corps des ouvriers maniant la terre, des mineurs ou des personnes marchant nu-pieds (long 1 cm; classe des Nématodes).
- 3 ANTISPASMODIQUE: Se dit d'un médicament qui combat le spasme et la douleur qu'il engendre.
- 4 APERITIVE: Qui stimule l'appétit.
- 5 ARTÉRIOSCLEROSE: Ensemble de lésions dégénératives des artères et artérioles, aboutissant au durcissement de leurs parois avec destruction des fibres musculaires lisses et mutilation des fibres élastiques.
- 6 ASCARIS ou ASCARIDE: Ver parasite de l'intestin grêle de l'homme et du cheval (long 10 à 25 cm; classe des Nématodes).
- 7 ASTRINGENT: Se dit d'une médication qui resserre les tissus et réduit les sécrétions.
- 8 BLENNORRAGIE: Infection d'origine presque toujours vénérienne, provoquée par le gonocoque de Neisser.
- 9 BLEPHARITE: Inflammation localisée au bord ciliaire des paupières. Les Blépharites ont tendance à récidiver.

- 10 BOTHRIOCEPHALES: Ver voisin du ténia, parasite de l'intestin grêle de l'homme, qui peut-être contaminé lors de l'absorption de certains poissons d'eau douce, où vit la larve (long jusqu'à 15m; classe des Cestodes).
- 11 CARMINATIF: Se dit des remèdes qui aident à expulser les gaz de l'intestin (Anis, Badiane, Sauge).
- 12 CATARRHE: Développement pathologique des sécrétions des muqueuses respiratoires (Sinus, Bronches).
- 13 CHOLAGOGUE: Se dit des médicaments évacuateur de la bile.
- 14 CHOLECYSTITE: Inflammation de la vésicule biliaire; le plus souvent due à des calculs (90% des cas).
- 15 CHOLERETIQUE: Se dit d'une substance capable d'accroître la sécrétion biliaire, comme le Boldo, le Romarin, l'Artichaut.
- 16 COLIBACILOSE: Infection provoquée par des Colibacilles pathogènes. Ces infections touchent le plus souvent l'appareil digestif, mais également l'appareil urinaire et les voies biliaires.
- 17 CORICIDE: Substance qui détruit les cors aux pieds.
- 18 COUMARINE: Substance odorante présente dans

bon nombre de plantes sèches, notamment le Mélilot. La Coumarine et ses dérivés s'opposent à l'élaboration de certains facteurs nécessaires à la coagulation du sang: Ce sont des antivitamines K (anticoagulant). Antidotes: vitamine K, thrombine.

- 19 DOUVES: Ver parasite, à l'état adulte, du foie de plusieurs mammifères (homme, mouton, boeuf). Long de 3cm; classe des Trématodes.
- 20 EMMENAGOGUE: Se dit d'un traitement qui provoque ou régularise la menstruation.
- 21 EMOLLIENTE: Fonction adoucissante: cataplasme ou tisane.
- 22 EMPHYSEME: Infiltration de gaz dans un tissu cellulaire (sous-cutanée: par exemple). Il a pour cause une brèche dans les voies aériennes, par où l'air a pénétré. L'Emphyseme sous-cutané se manifeste par une tuméfaction donnant à la palpation la crépitation "neigeuse", comme des bruits de pas dans la neige.
- 23 ENTERITE: Inflammation de l'intestin grêle, parfois associée à celle de l'estomac (gastro-entérite) ou du côlon (entérocolite).
- 24 ENURESIE: Emission nocturne d'urines après l'âge de 3 ans.
- 25 EPISTAXIS: Saignement provenant des fosses nasales (saignement de nez, rhinorrhagie).

- 26 FEBRIFUGE: Se dit d'un médicament qui combat la fièvre.
- 27 FECEES: Résidu de la digestion (matières fécales, selles).
- 28 GALACTAGOGUE: Se dit d'une substance qui provoque ou augmente la sécrétion lactée.
- 29 GONORRHE: Ancien nom de la Blennorragie.
- 30 GRAVELLE: Ancien nom de la lithiase rénale.
- 31 HEMATEMESE: Est un vomissement de sang.
- 32 HEMATURIE: Emission d'urines contenant du sang. (Causes: Rénale, Vésicale, Prostatique).
- 33 HEMOPTYSIE: Crachat sanglant provenant des voies respiratoires.
- 34 HEMOSTATIQUE: Se dit de tout procédé, substance ou instrument utilisé pour arrêter une hémorragie: pince hémostatique; hémostatiques locaux ou généraux.
- 35 HUMUS: Matière se trouvant dans la fraction colloïdale du sol, de couleur brun foncé, résultant de la transformation des matières organiques.
- 36 HYDROPIsie: Rétention d'eau dans l'organisme (oedème).
- 37 ICTERE: Coloration jaune de la peau et des muqueuses, due à leur imprégnation par la bilirubine. (syn: jaunisse).
- 38 INSUDATION: Elimination des toxines du corps

- 39 LEUCORRHEE: Ecoulement non sanglant par la vulve. (Pertes ou fleurs blanches).
- 40 LITHIASIS: Formation de pierres, ou calculs, dans diverses glandes ou leurs voies excrétrices.
- 41 MENORRAGIE: Exagération de l'hémorragie menstruelle, chez la femme, évidemment.
- 42 MENSTRUATION: Elimination périodique, accompagnée d'hémorragies, de la muqueuse utérine lorsqu'il n'y a pas eu fécondation (début: puberté, se termine: ménopause).
- 43 METEORISME: Gonflement de l'abdomen dû à la distension de l'intestin par les gaz.
- 44 METORRAGIE: Saignement provenant de l'utérus en dehors des règles, et de ce fait anormal.
- 45 MICROBICIDE: Qui détruit les microbes.
- 46 OLIGURIE: Diminution de la quantité d'urines émises en un temps donné.
- 47 ONGUENT: Autrefois drogue aromatique: parfum. Aujourd'hui médicament d'usage externe, dont l'excipient est un mélange de corps gras.
- 48 OXYURE: Genre de vers Nématodes parasites de l'intestin de l'homme et des mammifères.
- 49 PERISTALTISME: Ensemble de contractions d'un organe creux qui provoque la progression de son contenu: péristaltisme intestinal.

- 50 PUTRIDE...ANTIPUTRIDE: Qui prévient la Putréfaction: Décomposition des corps organisés lorsqu'ils ont cessé de vivre sous l'influence de microbes.
- 51 PRURIT: Démangeaison. Fréquent en Dermatologie.
- 52 PSORIASIS: Dermatose érythémato-squameuse (rougeur et squames) chronique, et réputée pour sa ténacité.
- 53 PYELONEPHRITE: Infection des voies urinaires supérieures et du rein.
- 54 RESOLUTIF: Se dit des médicaments propres à faire disparaître les inflammations sans suppuration.
- 55 SCORBUT: Maladie due à la privation totale d'aliments frais contenant de l'acide ascorbique ou Vitamine C. Le scorbut se rencontre le plus souvent associé à d'autres avitaminoses, lors des famines, des guerres.
- 56 STOMACHIQUE: Salutaire à l'estomac.
- 57 STOMATIQUE: Se dit d'un remède utilisé dans les affections de la bouche.
- 58 SUDORIFIQUE: Se dit des substances médicamenteuses qui provoquent la sudation. (Production de sueur).
- 59 TOPIQUE: Médicament à usage externe.
- 60 TOXINE: Poison de nature protéique, produit par des bactéries, des parasites, certains champignons.

- 61 TOXIQUE: Nom générique des poisons. Qui a la propriété d'empoisonner: substance toxique.
- 62 UREE: Produit final de la dégradation des protéines.
- 63 URETRITE BLENNORRAGIQUE: Inflammation de l'urètre, de causes diverses. Chez l'homme, l'urétrite se traduit par une cuisson très pénible à chaque miction (chaude-pisse); chez la femme, elle passe inaperçue (blennorragie).
- 64 VULNERAIRE: Qui est propre à la guérison des blessures, des contusions.

-----8-----

TABLE DES MATIERES

PREFACE.....	7
SI NOUS PARLIONS PLANTES.....	11
Avertissement.....	12
Absinthe.....	13
Ail.....	15
Airelle.....	17
Anis vert.....	19
Armoise.....	21
Artichaut.....	23
Asperule odorante.....	25
Aubépine.....	27
Bardane.....	29
Basilic.....	32
Berce.....	34
Bleuet.....	36
Boldo.....	38
Bouleau.....	40
Bourdain.....	42
Bourrache.....	45
Bourse à pasteur.....	47
Bruyère.....	49
Buis.....	51
Busserole.....	53
Camomille romaine.....	55
Camomille sauvage.....	57
Caroubier.....	59
Carvi.....	61
Cassis.....	63

Cédrat.....	65
Centaurée.....	67
Chicorée sauvage.....	69
Chiendent.....	71
Coquelicot.....	73
Coriandre.....	75
Cumin.....	77
Cynorrhodon.....	79
Cyprès.....	81
Douce amère.....	83
Epine-vinette.....	85
Eucalyptus.....	87
Fenouil.....	89
Fenugrec.....	91
Fève des marais.....	93
Fougère mâle.....	95
Fraisier sauvage.....	97
Frêne.....	99
Fumeterre.....	101
Genêt.....	103
Gentiane.....	105
Geranium.....	108
Germandrée.....	110
Grenadier.....	112
Gui.....	114
Guimauve.....	116
Hélianthe.....	119
Houblon.....	121

Hysope.....	123
Iris commun.....	125
Joubarbe.....	127
Lavande.....	129
Lierre.....	131
Lis.....	134
Marjolaine.....	136
Marronnier d'Inde.....	138
Mauve.....	140
Mélilot.....	142
Mélisse.....	144
Menthe.....	147
Millepertuis.....	149
Myrtille.....	151
Nénuphar.....	153
Noyer.....	155
Oignon.....	157
Olivier.....	159
Oranger.....	162
Orties.....	165
Passiflore.....	167
Persil.....	169
Pervenche.....	171
Peuplier.....	173
Piloselle.....	175
Pissenlit.....	177
Plantain.....	180
Prêle.....	182

Réglisse.....	185
Romarin.....	187
Ronce.....	189
Rose.....	191
Sarriette.....	194
Sauge.....	196
Sisymbre officinal.....	199
Souci.....	201
Solidage.....	203
Sureau.....	205
Tanaisie.....	207
Thym.....	209
Tilleul.....	211
Tussilage.....	214
Valériane.....	216
Véronique.....	219
Verveine.....	221
Vigne rouge.....	224
Violette odorante.....	226
ELIXIRS ET VINS.....	229
Le véritable vin des sorciers.....	231
Un excellent vin aphrodisiaque.....	233
Pour devenir plus sage, moins sot.....	234
Un vin stimulant et dépuratif.....	235
Le quinquina des pauvres.....	236
VIEILLES RECETTES DE SORCELLERIE PROVENCALE.....	237
Avertissement.....	238
De l'utilité des crapauds.....	241

De l'utilité de la peau de serpent.....	242
De l'utilité de la marmotte.....	243
De l'utilité de la cervelle de pie.....	244
De l'utilité du foie de taupe.....	245
De l'utilité des souris.....	246
De l'utilité des coquilles d'escargots.....	247
De l'utilité de la tête de mouton.....	248
De l'utilité de la laine de mouton.....	249
De l'utilité d'un oeuf frais.....	251
De la vertu d'un cataplasme à l'oeuf.....	252
De l'utilité des testicules de renard.....	253
Comment guérir un enfant d'une hernie.....	254
Un oeuf pour guérir d'une hernie.....	255
De l'utilité des nids d'hirondelles.....	256
De la vertu des écrevisses.....	257
De la vertu de la viande de boeuf.....	258
De l'utilité du coulalet.....	260
Des vertus de l'escudet.....	261
Lou pelerinage de la Santo Baumo.....	262
DES VERTUS DE LA MANDRAGORE.....	265
La Mandragore et l'herboriste.....	267
La légende de la Mandragore.....	269
La vérité.....	270
Comment faire une véritable Mandragore opéra- tionnelle.....	272
ENVOUTEMENT D'AMOUR PROVENCAL.....	283
L'envoûtement existe-t-il ?.....	285

la véritable pratique de l'envoûtement d'amour provençal.....	289
LEXIQUE.....	297
TABLE DES MATIERES.....	305

FIN



Achevé d'imprimer sur les
Presses de l'Imprimerie Christian LACOUR
à Nîmes (Gard)
en décembre 1991
Dépôt légal du 4eme trimestre 1991.

Frédéric VERNET, né à Nîmes, consacre ses loisirs à la peinture et à l'écriture.

" Plantes Médicinales et Sorcellerie dans le Midi " est son premier manuscrit sur ce thème.

Vous pourrez découvrir l'utilité des plantes pour votre santé ainsi que pour votre vie quotidienne.

La Magie... Difficile de l'ignorer.

Croyance... Réalité... ?

La sorcellerie n'est-elle pas l'avant-garde de notre médecine actuelle ?

