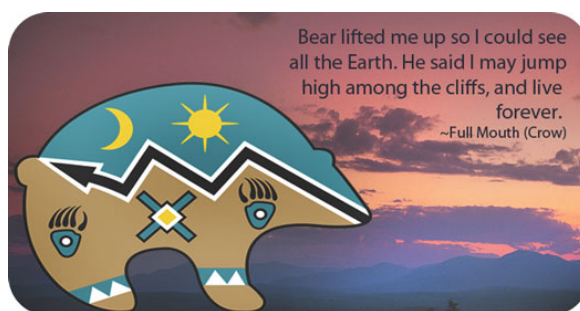


La feuille de la Sauge

avril 2025

Editorial



Le mois d'avril se couvre de vert puis de blanc parfumé d'une douce odeur soufrée, c'est le retour de l'ail des ours. Le printemps renaît. Une légende raconte que l'ail des ours sort de terre en même temps que l'ours sort de sa caverne. L'animal s'en régalerait pour reprendre des forces après l'hibernation. C'est pourquoi la plante a pris le nom de l'animal, symbole de force et de fertilité. La légende raconte aussi qu'en sortant d'hibernation, l'ours affamé dévore tout sur son passage. Alors pour calmer sa faim, est né une plante riche en nutriment, abondante, antibactérienne et très riche en vitamine C. Qualité confirmé par son utilisation ancrée chez les peuple Germaniques, Celtes ou Vikings pour ses propriétés énergisantes et digestes.

Si la plante déjà utilisé dans la préhistoire garde de nos jours une place de choix dans nos cuisines, l'ours a lui, été détrôné de son piédestal. Avec l'avancée de la paléontologie et de l'archéologie, on sait aujourd'hui que l'ours et l'homme avaient une étroite liaison. Ainsi, les hommes préhistoriques n'auraient pas fatalement chassé l'ours des grottes mais auraient plutôt cohabité avec lui comme le font le renard et le blaireau qui se partagent un même terrier. L'ours bénéficiait du feu et de la chaleur de l'homme, et l'homme bénéficiait de la protection de l'ours. Avant le V^e siècle, les paysans purifiaient leurs terres en portant des flambeaux avant les semailles. Ces feux de la Chandeleur évoquaient ainsi le timide retour de la lumière. Historiquement, cette date permettait également aux peuples Germains, Scandinaves et Celtes de célébrer la sortie d'hivernation de l'ours, animal divinisé que l'on pensait être l'ancêtre de l'Homme et qui, à l'époque et sous nos latitudes, était le Roi des animaux. Afin de réduire à néant la fascination pour l'ours, l'Église va diaboliser l'animal, lui

faisant incarner tous les vices : c'est le début de la véritable déchéance du roi des animaux. Saint Augustin disait : « L'ours, c'est le diable ».

Accusé de tous les vices, l'ours incarne 5 des 7 péchés capitaux : la colère, la goinfrerie (gourmandise), la paresse, l'envie et même la luxure. En effet, selon une croyance qui a traversé les millénaires, l'ours mâle était attiré par les jeunes filles qu'il enlevait. De cette union naissaient des êtres mi-hommes, mi-ours, qui étaient des guerriers redoutables, invincibles, fondateurs de dynasties.

Par exemple, quand Charlemagne entreprit la conquête de la Germanie et qu'il affronta les Saxons, il découvrit les pratiques cultuelles de ses adversaires : culte des arbres, des sources, des pierres, mais aussi culte des ours. Dans une volonté de christianiser ces peuples et d'anéantir toute pratique païenne, Charlemagne agit alors contre les ours vénérés et on assista à l'époque à un véritable massacre des plantigrades dans les forêts de Sax et de Thuringe, en plusieurs temps. Ces grands conquérants furent les premiers ennemis de l'ours et contribuèrent largement à sa disparition. Un véritable massacre « au nom de Dieu »... et du pouvoir, puisque de tout temps les colons ont imposé leur culture et leurs croyances, ayant ainsi plus d'emprise sur les peuples assouvis.

Seules deux nations appartiennent à la catégorie des bipèdes : les hommes et les ours. Un thème prééminent dans la mythologie amérindienne est celui de l'ours souvent en mesure de retirer sa peau afin de prendre une forme humaine, et d'épouser des femmes sous cette apparence. Sa progéniture peut avoir une partie de l'anatomie de l'ours, et les enfants, même très beaux, conservent une force étrange.

Quand le rêveur ou le jeuneur entre en relation avec l'esprit, il perd sa forme humaine, remplacée par un animal, un bison un wapiti ou un ours.

Les Lakotas croient que leur savoir concernant la guérison de l'ours avait été conféré par « l'ours grizzly ». Ainsi, il est acquis que si un homme rêve d'ours, il sera expert dans le maniement des herbes. Il jouit dès son réveil, du don de guérir les maladies et de connaître les plantes médicinales permettant de soigner les blessures ou les morsures de serpent. Ainsi celui qui rêve de Hununpa (l'ours) doit devenir guérisseur, pejuta wicasa, homme des "médecines", ou wapiya wicasa, "conjureur".

L'ours communiqua son pouvoir à un rêveur d'ours, celui-ci fonda la société de l'ours : mato okolakicye. Tous ceux qui en faisait partie n'avait pas forcément rêvé de hununpa. Y participèrent ceux qui avaient été blessés, et soignés par les guérisseurs « ours ». La cérémonie médecine des Lakotas s'appelle wapiya auquel on juxtapose le nom de l'animal qui lui est attaché, on trouve ainsi mato wapiya , cérémonie de l'ours médecine...

On associait à l'ours le pouvoir de guérison ; l'ours a une connaissance si profonde de la terre qu'il sait exactement comment soigner une maladie ou une blessure. La société de l'ours était la société de guérisseurs par excellence.

L'ours connaît toutes choses au sujet des remèdes et il est le seul animal à donner des médecines en rêve, à donner des herbes pour soigner l'homme, le seul animal qui nous ait montré cette sollicitude.

Il a été vu grattant le sol et détarrant des racines pour telle ou telle maladie, aussi les remèdes données par l'ours sont être très efficaces.

Des recherches anthropologiques sur la relation symbolique entre les Indiens d'Amérique et l'ours (en particulier celles de George Sword, qui a décrit en détail de nombreuses séances où hommes et animaux "entraient en contact") ont mis en évidence le rôle central que cet animal jouait, surtout chez les populations des Grandes Plaines.

L'ours mythique n'est pas l'ours concret, dans la langue sacrée s'appelle l'esprit de l'ours Hu Nunpa, les « bipèdes », Il est le bi (nunpa) pède (hu), "deux jambes", comme l'homme, debout sur ses pattes arrière. L'ours, le bipède, est le génie de l'espèce, il communique sa sagesse aux rêveurs d'ours qui reçoivent son pouvoir. C'est le seul animal qui choisit de transmettre directement sa sagesse aux hommes dans une alliance unique.

L'ours lui-même en temps qu'animal est Mato. Il communique son pouvoir aux "rêveurs d'ours", ceux qui "se souviennent" de Hununpa. Il enseigne la guérison, montre les remèdes, et les sociétés de l'ours (Mato Okolakicye), sont des associations de guérisseurs. Il est présent dans de nombreuses légendes comme enseignant de la médecine.

L'ours est l'animal des traditions orales, difficiles à maîtriser. Le lion, en revanche, est l'animal des traditions écrites, de la Bible et de l'Antiquité gréco-romaine, de Saint Marc. La substitution prendra du temps, mais au XIIIe siècle, partout en Europe, le Lion est devenu le Roi des animaux... Et au états -unis, près de la rivière Belle Fourche Matotipila (la caverne de l'ours) est un endroit

sacré pour nombre de nations indiennes depuis les temps préhistoriques. Cet endroit est toujours sacré aujourd'hui. Pendant le mois de juin, des cérémonies sont célébrées. Ce lieu est appelé par les états-unis blancs et chrétiens : Devil 's Tower, la tour du diable ...
Se reconnecter et consommer de l'ail des ours peut-il nous reconnecter avec le pouvoir de l'ours et lui redonner sa place de roi des animaux ?

Végétal



La Plante du mois

L'ail des ours

Il était symbole de puissance et de fécondité. Les aspects magiques de la plante lui attribuaient une qualité de protection, surtout pour les fœtus, et les femmes enceintes portaient ses feuilles dans leurs poches, pour protéger l'enfant à naître.

Les ouvriers travaillant à la construction des pyramides Égypte en consommaient chaque jour....



Huiles essentielles

Benjoin dit du Siam ou « Benjoin Laos »

Il faut lever 2 ambiguïtés: On appelle Benjoin deux matières le benjoin du Laos jaune orangé, et le benjoin de Sumatra grisâtre. En parlant de résine de Styraç, il se crée une confusion possible entre le Styraç dit du Tonkin, et le Styraç de Turquie. Les deux arbres font partie de la famille des Styraçacées....

Nos formations



Trame animal

Formation trame animale:

La formation de trame animale se déroule en deux sessions de 1 jour et demi, chacune :

Module 1 « apprentissage 30 et 31 mai

Module 2 « approfondissement » : 5 et 6 septembre



**CLARIFIER ET GUÉRIR
NOS LIGNÉES**
avec les Elixirs Floraux



30 Juin et 1^{er} Juillet 2025
Saint Maximin en Isère (38)

Animé par
Vincent Belbèze
Thérapeute, Chercheur, Conférencier



Informations et Inscription
La sauge et le Cosmos
contact@lasauge.org - tel: 0680220231

GUÉRIR NOS LIGNÉES

CLARIFIER ET GUÉRIR NOS LIGNÉES AVEC LES ELIXIRS FLORAUX

Dans cet atelier Thérapeutique et expérimental que réalisera Vincent Belbèze, nous pourrons avancer vers la guérison personnelle et apprendre à accompagner les autres dans ce processus.



SPAGYRIE ET ALCHIMIE

[Stage de spagyrie et alchimie](#) :

Durant ces trois jours, nous aborderons les principes fondamentaux de l'alchimie. Nous travaillerons à plusieurs procédés simples mais essentiels, et nous réaliserons un élixir spagyrique classique que nous testerons et goûterons ensemble.

Lire, écouter, voir, déguster



[Musique des plantes](#)

Ce mois-ci nous vous proposons de retrouver :

[L'ail des ours](#)

Retrouvons la musique de l'ail des ours grâce aux réglages habituels.

Nous pensons que les plantes sont des êtres vivants conscients dotés d'une intelligence collective.

Les plantes ne sont pas seulement capables de "sentir" des substances chimiques et de "voir" la lumière émise, mais qu'elles peuvent même "entendre des sons" émis par elles-mêmes et par d'autres plantes. Nous vous proposons dans cette rubrique d'écouter des plantes enregistrées avec un Bamboo (V.8.2)



Des livres et nous

L'ourse et l'enfant

L'amitié forte et dangereuse entre une ourse et une enfant, portée par les images envoûtantes de Sylvie Bello. Inspiré du mythe grec de la déesse Artémis, ce conte initiatique évoque la puissance de la nature sauvage et la solidarité féminine



Films, documentaires, podcasts

Manières de se promener dans les jardins de Versailles : il nous reste un certain nombre de descriptions de promenade, écrites à différents moments de l'évolution du jardin, et reflétant les diverses sensibilités de leurs auteurs. Elles nous parlent, chacune à sa manière, des plaisirs de la promenade à Versailles.

Paroles de simples : Une série de Podcasts pour vous permettre de venir à la rencontre du monde foisonnant des plantes à travers la parole de ceux qui les côtoient au quotidien.



Recette

Selon votre région et votre altitude il est encore possible de faire des pickles d'ail des ours avec les boutons. A manger comme des câpres

Actualités



- Et les plantes colonisèrent la terre ferme... Ou comment comprendre que la prolifération des plantes sur la Terre a drastiquement modifié la composition de son atmosphère
- Quelles espèces d'arbres fixent le plus de carbone ? Étude publiée dans nature.
- Vendre des plantes médicinales en circuits courts dans les pharmacies d'officine : c'est possible ! Étude du circoupan

Vous aimez notre news letter! Vous souhaitez la diffuser et proposer à vos connaissances de s'inscrire ? N'hésitez pas, diffuser le lien suivant

[Inscrivez-vous à la feuille de la sauge.](#)

La Sauge et le Cosmos Association

797 route du couvet - Jardin du Couvet des Fleurs, 38530, Saint Maximin

This email was sent to {{contact.EMAIL}}

You've received this email because you've subscribed to our newsletter.

[Se désinscrire](#)

