

# **Stage sur la conception de jardin dans un environnement rural**

**Objectif : concevoir son jardin en tenant compte de son environnement et de sa relation avec la nature.**

**Vendredi 8 octobre 2004**

Le matin :

ACCUEIL des stagiaires

## **LA CONCEPTION D'UN JARDIN**

La structure :

- Quel rapport avez-vous avec la structure ?
- en rapport avec le bâtiment
- en rapport avec l'environnement

La relation avec son jardin s'effectue à travers nos cinq sens :

Un sens privilégié : la vue

Les formes végétales et le choix des plantes

- les annuelles, bisannuelles, vivaces, arbustes et arbres

Les couleurs, que recherchez-vous ?

- harmonie, camaïeux, unicité.
- couleurs d'automne et autres saisons
- couleurs du feuillage (vert, pourpre, gris, bleu, panaché ...)

Supports documentaires :

- diaporamas photos 3 réalisations de jardin
- book de différentes conceptions de jardin
- questionnaire pratique

L'après-midi :

Les quatre éléments au jardin

Les types de sol

La fertilisation et le compost

L'arrosage, lutte contre le gaspillage et économie d'eau

Binage et paillage

Support documentaire : les petits guides de la MCE, bibliothèque abordant les sujets traités.

## Samedi 9 octobre 2004

### Le matin :

#### L'environnement :

- une haie bocagère
- les plantes dites naturelles dans notre environnement
- une parenthèse pour les oiseaux appréciant certains arbres

#### Votre relation avec les végétaux à travers les autres sens, le goût, l'odorat, le toucher :

- les fruits d'automne
- les plantes aromatiques et culinaires
- les plantes médicinales

#### Supports documentaires :

- bibliothèque sur les thèmes proposés

### L'après-midi :

#### Visite d'une vallée naturelle

- Reconnaissance de végétaux dans la vallée de Bélouze à Plédéliac et dans le petit jardin de plantes utilisées par la ferme de Bélouze

## **La conception d'un jardin.**

Vous avez l'idée de réaliser votre jardin? Mettez toutes vos idées sur papier et dessinez-le!

Cela vous permettra de concrétiser en miniature et de mieux voir ce qui va ou ne va pas.

Une règle importante : ne pas se disperser et garder l'idée d'unité, de simplicité. C'est la clé de l'harmonie.

Laissez vous guider par ce qui vous anime chaque jour. Votre jardin reflètera ce que vous avez à l'intérieur de vous. Votre bien-être s'exprimera dans ce lieu qui vous le rendra bien. Le pragmatisme marié à votre rêve ne peut que donner une nouvelle idée du paradis sur terre : la vôtre. Quelques règles cependant sont à respecter, en voici les principales.

### **Comment vous situez-vous?**

Avez-vous un plan de masse ou un plan du cadastre ?

### **Les quatre points cardinaux**

#### Situation de votre jardin :

☞ Ne pas perdre le nord!

Il est nécessaire de se protéger du froid en plantant des arbustes et des arbres rustiques à feuillage persistant.

☞ A l'ouest rien de nouveau, penser à se protéger des vents, y a-t-il besoin de recréer des talus? Des haies, mais pas trop hautes pour éviter les tourbillons et pourquoi pas sur deux rangs pour une efficacité plus grande.

☞ Au sud, généralement l'exposition de la façade de la maison, choix des végétaux adaptés.

☞ A l'est, se protéger des vents froids avec des plantes au feuillage persistant ex: conifères, houx, buis, fusains, troènes, et au feuillage marcescent comme le charme ou le chêne.

#### Le climat

Bénéficiez-vous d'un microclimat dit aussi climat océanique ?

La proximité du bord de mer agit comme régulateur thermique et diminue les écarts de température entre le jour et la nuit et entre les saisons.

Etes-vous au milieu des terres où il risque d'y avoir de fortes gelées?

Il s'agit en Bretagne d'un climat océanique à semi-océanique avec des hivers frais à très frais et des étés frais. Cela nous permet de faire pousser de nombreuses variétés de plantes.

## LA STRUCTURE

### - Quel rapport avez-vous avec la structure?

Vous êtes le maître ou la maîtresse des lieux, votre jardin vous ressemblera inévitablement, aussi vous pouvez vous poser ces quelques questions pour commencer :

- Etes-vous quelqu'un de plutôt généreux, avec des idées qui foisonnent et des envies que vous ne maîtrisez pas toujours?
- Ou au contraire quelqu'un de méticuleux, strict, voire rigoureux ?
- Mais peut-être êtes-vous aussi généreux que rigoureux ?
- Avez-vous un besoin particulier de préserver votre intimité, êtes-vous du genre secret ou casanier?
- Préférez-vous au contraire rester ouvert à ce qui vous entoure?
- Aimez-vous que l'on admire votre propriété de la route?

### - Quel style de jardin préférez-vous ?

- Les jardins rustiques et libres style jardin de nos grand-mères
- Les jardins structurés mais généreux des jardins de curé
- Les jardins libres plein de sinuosités et de perspectives tels que les jardins anglais qualifiés de romantiques
- Les jardins secrets tels que les jardins clos du moyen âge

### - La structure en rapport avec le bâtiment

Si effectivement vous êtes le maître des lieux, vous avez la contrainte qui n'en est pas une, puisque vous l'avez choisie et sans doute vous l'appréciez, il s'agit du bâtiment de votre habitation.

Ce bâtiment est-il :

- Une petite maison de campagne
- Une longère
- Une maison haute dite maison bourgeoise
- Un ancien presbytère entouré de murs ou de hautes haies de buis
- Un ancien manoir...?
- Comment est départagée la maison? Combien y a-t-il de pièces?
- Les murs sont-ils en torchis, en pierre, avec les deux matériaux, y a-t-il des briques autour des portes et fenêtres?
- De quelles couleurs sont les matériaux, y compris les boiseries?
- Imposant en rapport avec les limites de la propriété?
- ou au contraire la propriété est-elle vaste et le bâtiment perdu dans la nature?
- Y a-t-il d'autres bâtiments et que voulez-vous en faire?

Au Clair de l'Arbre 16 i rue du Père Maunoir 35 000 RENNES

## - En rapport avec l'environnement

L'environnement proche :

Peut-être avez-vous déjà des plantations de faites soit par les anciens propriétaires soit par vous-même depuis plusieurs années. Il ne s'agit pas de tout arracher mais plutôt d'intégrer l'existant dans la mesure du possible. Il faut un certain temps aux végétaux pour prendre leur place et se développer. Par contre, il est vrai que la plantation de certains conifères n'a pas toujours été bien considérée et leur développement est davantage un obstacle pour la vue et pour d'autres aménagements qui seraient plus judicieux.

- Observer votre environnement, de quels arbres et arbustes sont plantés les talus, les haies avoisinantes.
- Êtes-vous en bord de mer? Protection des embruns et choix de plantes adaptées.
- Bénéficiez-vous d'un bel environnement et ainsi ouvrir votre jardin sur celui-ci?
- Ou au contraire s'il est ingrat voulez-vous que votre jardin en soit préservé?

## Les cinq sens

La relation avec son jardin s'effectue à travers nos cinq sens. C'est une histoire d'expérience et d'expression qui va de la nature à l'homme et de l'homme à la nature.

Pour chacun, les sens reçoivent dès le plus jeune âge des informations qui s'impriment à jamais dans nos mémoires. A l'âge adulte, nous essayons de nous remémorer ces sensations liées à notre vécu, à notre histoire. C'est un peu notre jardin secret. Le jardin que vous allez créer sera souvent un mélange de ces sensations vécues dans les jardins ou la nature environnante de votre enfance. Les expériences vécues au travers de nos cinq sens se sont enracinées dans nos mémoires et nous allons, en quelque sorte, à la recherche du paradis perdu pour créer notre propre jardin des délices.

## La vue

A moins que d'être privé de ce sens, c'est souvent le premier sens auquel il est fait appel dans un jardin aujourd'hui. Dans un monde où l'esthétique n'est pas toujours valorisée, l'art du jardin est un des domaines où le bien-être et l'harmonie vont dépendre de l'ambiance créée par la structure générale, la cohérence entre les couleurs, les formes.

## Les formes végétales et le choix des plantes

Il existe une multitude de plantes bien adaptées dans notre région avec un espoir de vie plus ou moins long et avec différentes façons de se multiplier.

### ➤ Les plantes annuelles

Comme le nom l'indique, ces plantes ne vivent qu'une année et sont en général herbacées. Elles se multiplient par leur semence. Grâce à l'aide du vent et des oiseaux, les semis peuvent se réaliser très loin de leur pied d'origine. Pour beaucoup elles ont été considérées comme des mauvaises herbes alors qu'aujourd'hui, elles sont réhabilitées comme plantes non seulement bénéfiques étant médicinales, mais aussi d'ornement. Après avoir disparu des champs de blés par les divers produits de désherbages, nous revoyons aujourd'hui les coquelicots et les bleuets parmi les blés, mais aussi semés dans des parterres d'agrément à l'entrée de certains bourgs.

### Les plantes bisannuelles

Les bisannuelles sont aussi des herbacées et vivent pendant deux ans. Parfois on les trouve dans les catalogues de vivaces car elles ont tendance à se ressemer seules et s'installent dans les massifs.

## ➤ Les plantes vivaces

Ce sont toutes sortes d'espèces dont l'avantage est de repousser chaque année sans pour autant les rentrer l'hiver. Les parties aériennes meurent pour la plupart en automne, il ne reste plus qu'une touffe de feuilles, quelques rosettes, ou parfois des bourgeons qui restent cachés à fleur de terre jusqu'au printemps. Ce n'est pas toujours le cas, car certaines vivaces sont persistantes comme les céraistes ou les œillets.

Dans le commerce, les catalogues, les arbrisseaux tels que les armoises arbustives, les lavandes, le romarin... sont considérées communément comme des vivaces. La raison est due à leur présence fréquente dans les massifs de vivaces, se mariant bien avec elles.

Les plantes vivaces sont considérées comme résistantes au froid, on parle de rusticité. Les plantes dites rustiques ou très rustiques s'adaptent à notre climat.

La diversité des plantes vivaces est si grande qu'on les sépare en groupes particuliers : les vivaces de plate-bande, de rocaille, les bruyères, les fougères, les graminées les aquatiques, etc.

## ➤ Les arbustes

La diversité des arbustes est tout aussi immense. Les persistants sont décoratifs toute l'année. Les arbustes caducs sont magnifiques lors de leur floraison tels que les azalées mollis, les lilas, les seringats, sans parler de leur parfum...

Il n'y a pas de séparation nette entre un arbrisseau et un arbuste ; de même entre un arbuste et un arbre. Un arbrisseau est ramifié dès la base ou formé d'une cépée de nombreuses tiges. Un arbuste a un petit tronc, cependant, des arbres comme le chêne ou le hêtre sont naturellement arbustifs là où le climat est trop rude pour que les arbres deviennent de grands sujets, ou bien lorsqu'ils sont traités en taillis pour le bois de chauffage.

Leur forme peut être arrondie, érigée, arquée ou étalée.

## ➤ Les arbres

cf dictionnaire Hachette : végétal ligneux de grande taille, dont la tige, simple à la base, ne se ramifie qu'à partir d'une certaine hauteur.

Leur forme peut être en colonne large, en boule, forme arrondie et étalée, conique, fastigiée ou pleureuse.

## **Les couleurs, que recherchez vous?**

### ➤ Harmonie

Une harmonie : vous allez marier plusieurs couleurs dans vos massifs et il faudra trouver une harmonie afin que l'œil ne soit pas choqué. Une astuce : si vous devez

passer d'une couleur vive à une autre couleur vive, en mettant une plante au feuillage gris entre les deux, cela adoucira le contraste.

### ➤ Camaïeu

Un camaïeu est l'ensemble de différentes nuances d'une même couleur.

### ➤ Unicité

On parle d'unicité quand il n'est utilisé qu'une seule couleur, ex un jardin blanc.

### ➤ Couleurs d'automne et autres saisons

Les couleurs d'automne sont particulièrement intéressantes dans notre environnement rural, les teintes flamboient dans les jaunes, oranges et les rouges pour certains feuillages, avant de tomber.

Pour exemple les charmes, les châtaigniers, les chênes, les érables, les hêtres, les marronniers, les sorbiers, les tilleuls, les viornes ...

En dehors des arbres et arbustes vous avez des floraisons d'automne tel que le Lespedeza, les Asters, certains lis, les anémones du Japon qui permettent de prolonger agréablement la saison, les crocus d'automne, certaines bruyères.

Vous avez les arbres et arbustes dont les fruits sont souvent colorées, tels que les chèvrefeuilles, les millepertuis, les symphorines, les pommiers sauvages et d'ornement (Malus "Everest").

### ➤ Couleurs du feuillage (vert, pourpre, gris, panachée...)

Les arbres, arbustes et vivaces peuvent avoir des variétés de différentes couleurs au niveau de leur feuillage. Il est agréable dans cette saison de se promener dans les parcs, les salons d'automne, les pépinières, se rendre compte des multitudes de variétés afin de pouvoir faire votre choix de plantes pour votre futur jardin.

## De quoi est composé votre jardin?

### **De quatre éléments plus un...**

Composition d'un jardin, représentation d'un monde idéal et aussi d'un microcosme.

La terre, premier élément support qui va recevoir tous les autres éléments : l'eau, l'air, le soleil et le végétal, ce dernier élément à l'honneur dans nos jardins!

### ➤ **La Terre** ➡ **Les types de sol**

La qualité de la terre de votre jardin sera un des éléments les plus importants pour la réussite de votre jardin. Cependant vous pouvez l'épargner d'apports d'engrais industriels, en les remplaçant par des méthodes naturelles, peu ou moins

Au Clair de l'Arbre 16 i rue du Père Maunoir 35 000 RENNES

coûteuses. En Bretagne le sol est généralement plutôt acide, un choix approprié des plantes est nécessaire. Certains apports vont augmenter l'acidité alors que d'autres vont la diminuer.

➤ Observer la végétation naturelle, vous aurez quelques indications. Cf *La bonne terre de jardin de Jo Readman, ed. Terre Vivante.*

➤ Possibilité de faire analyser votre sol ainsi qu'une granulométrie avec préconisation d'amendement pour l'améliorer, par le laboratoire d'analyse départemental dont vous dépendez.

➤ Fertiliser votre sol avec les meilleurs engrais : compostage et paillage. Cf *Compost et paillage au jardin, recycler, fertiliser de Denis Pépin ed. Terre Vivante.*

### ➤ **L'eau et l'arrosage**

S'il est nécessaire d'arroser au moment de la plantation et des semences, il faut aussi savoir économiser l'eau qui est un élément précieux dans nos besoins. Il est souvent dit qu'un binage vaut deux arrosages. Ceci est possible dans le potager mais pas toujours dans le jardin d'ornement et cela reste fatigant! Un paillage adapté permet de garder l'humidité au pied de la plante. Il protège la terre des fortes pluies qui formeraient en surface une croûte en se desséchant au soleil et rendrait la terre imperméable aux nouvelles pluies. Le paillage permet aussi de garder au chaud pendant l'hiver les vers de terre qui font (entre autre) un travail remarquable de drainage.

### ➤ **L'air**

La terre doit rester aérée afin que le système racinaire se développe bien. Le binage et le bêchage permettent d'avoir une terre aérée mais d'autres méthodes sont aussi efficaces. Les vers de terre sont les rois de la terre de nos jardins! Ils creusent des galeries qui améliorent l'aération.

Il est important de connaître la direction des vents. Les vents sont à étudier pour chaque jardin même si en Bretagne ils viennent souvent de l'ouest ou du nord ouest pour s'en protéger.

### ➤ **Le soleil**

La terre a besoin de cet élément pour se réchauffer, ce qui permet à la végétation de se développer plus rapidement. Aussi la situation géographique peut être préjudiciable pour certaines plantes. Si la terre a besoin d'être réchauffée, elle ne doit pas se craqueler sous le soleil après de grosses pluies et nous avons vu plus haut qu'un paillage pouvait protéger contre ces agressions.

## **L'environnement**

### **➤ Une haie bocagère**

"Les haies de bocage faisaient jadis partie intégrante du paysage rural de notre pays. Les opérations de remembrement ont anéanti des kilomètres de plantations qui servaient naturellement de refuge à la faune sauvage et jouaient un rôle essentiel de brise-vent. Aujourd'hui, un déséquilibre écologique se fait ressentir dans bien des campagnes. L'absence des haies entraîne un refroidissement et un appauvrissement du sol, mais aussi un retour en des ennemis des cultures qui ne trouvent plus d'écran pour freiner leur développement. Les populations d'oiseaux, de reptiles, de petits mammifères, d'insectes prédateurs ou pollinisateurs qui nichaient dans les haies se sont réduites. Ces animaux ne jouent plus leur rôle de régulateurs de l'équilibre biologique. Les haies à vocation écologique ont pour vocation le retour de la flore et de la faune sauvage dans leur région d'implantation. Pour leur confection, il convient en premier lieu d'utiliser des plantes spontanées ou naturalisées localement. Ajonc, alisier, arbousier, aulne, aubépine, bouleau, bourdaine, buis, charme, cerisier à grappes, chèvrefeuille, arbustif, cormier, cornouiller, cotonéaster, épine-vinette, érable champêtre, frêne, fusain d'Europe, genêt, genévrier, houx, millepertuis, noisetier, peuplier, pittosporum, poirier sauvage, pommier sauvage, prunellier, prunier sauvage, robinier, saule, sorbier, sureau, troène, viorne. Simple, rustique, mais non dénuée de charme, la haie écologique associe des plantes spontanées ou naturalisées.

La haie écologique est le refuge naturel des oiseaux qui y font leur nid. Le nourrissage des jeunes est pour eux l'occasion de consommer des quantités impressionnantes d'insectes."

Cf *TOUT SUR LA HAIE de la plantation à l'entretien. Super guide MON JARDIN MA MAISON.*

*Les oiseaux dans mon jardin de Michael LOHMANN, ed. CHANTECLER*

### **➤ Les plantes dites naturelles dans notre environnement**

Ce sont les plantes qui se sont naturalisées depuis de nombreuses années, voire plusieurs siècles à nos jours, pour certaines d'entre elles tel que les rhododendrons alors que ceux-ci nous viennent de Chine à l'origine. Nous rencontrons aussi régulièrement des bambous en haie ou autour des plans d'eau, cela nous paraît le plus naturel aujourd'hui. Les chênes verts se sont aussi naturalisés dans notre région et cela n'est plus choquant. A Dinard, l'ambiance permet des plantations de palmiers, d'oliviers ou de pins parasols et cela n'est pas dérangeant dans un tel cadre, alors que cela pourrait être incongru ailleurs.

### **➤ Une haie champêtre**

"C'est une variante de la haie écologique avec une vocation plus décorative qu'utilitaire. On l'appelle aussi haie mixte car elle associe en général plusieurs

plantes. Alternez des feuillages de couleurs différentes et des espèces florifères. A la différence des massifs composés, ces haies sont plantées sur un ou deux rangs seulement et constituent un alignement plus régulier avec une hauteur assez homogène. Une haie champêtre se compose essentiellement de plantes régionales auxquelles on peut associer des espèces ornementales de même nature." Cf: TOUT SUR LA HAIE de la plantation à l'entretien. Super guide MON JARDIN MA MAISON

# **Votre relation avec les végétaux à travers les quatre saisons et les autres sens, le goût, l'odorat, le toucher**

## Calendrier des quatre saisons

Les saisons ponctuent les travaux dans le jardin : semences, plantations, entretien, récoltes... conception, réalisation! Quand on parle de saison, les quatre éléments sont aussi de la partie ainsi que les cinq sens dont on parlera plus loin! Tout est délié pour être relié.

### ➤ L'automne

Les jours sont plus courts, les nuits plus fraîches, les arbres s'apprêtent pour l'hiver. Si les feuilles changent de couleurs dans les rouges, roses, brun et or, les arbres sont chargés de fruits et c'est le moment de la récolte et des confitures. C'est aussi l'époque des fruits non comestibles pour l'homme mais qui nourrissent les oiseaux. C'est le moment de faucher votre prairie fleurie, de tailler les haies. Le vent est au rendez-vous et vous avez de quoi faire vos paillis pour l'hiver en ramassant les feuilles et en les broyant avec votre tondeuse avec les tailles que vous avez effectuées, si elles ne sont pas trop grosses toutefois.

A la Ste Catherine tout bois prend racine, la sève des arbres redescendant, c'est le moment de planter les sujets en containers sans freiner la végétation puisqu'elle s'arrête d'elle-même.

### Les fruits d'automne

Ils sont nombreux en cette belle saison! Les promenades à la campagne nous font revenir avec de pleins paniers. En plantant églantiers, châtaigniers, hêtres, mûriers, noisetiers, noyers, pommiers, pruniers, sureaux, vignes, vous pourrez avoir le plaisir de manger vos fruits frais ou en les transformant en confiture, marmelade, vin et confectionner tartes et gâteaux!

**(Voir recette des confitures de marrons dans chap. du goût)**

### ➤ L'hiver

Tout est au repos, mais il est possible d'effectuer les plantations en racines nues, comme les rosiers, les fruitiers, et autres arbres jeunes, ce qui sera moins coûteux pour votre projet. Avant ces plantations vous aurez préparé votre terrain vous l'aurez amendé.

## ➤ Le printemps

Il évoque un petit réchauffement de la terre et nous stimule à sortir de notre cocon d'hiver où tout est repos. Tout se réveille : les bourgeons éclatent, le jeune feuillage se développe, les bourgeons de fleurs apparaissent... et nous sommes dans un regain d'énergie. Mais inutile d'aller trop vite pour planter vos tomates ou vos géraniums. Il est plus sage d'attendre la mi-mai en Bretagne pour ce genre de plantation! Par contre dès mars avril, vous pouvez semer votre gazon, effectuer les plantations en container jusqu'en juin, à condition de bien arroser. Il faut tailler les arbustes des haies qui ont fleuri, tel que les forsythias, cassis fleurs...

## ➤ L'été

L'entretien des massifs, les tailles des vivaces qui ont déjà fleuri et pourront ainsi refaire une floraison avant l'automne, tel que les santolines, les géraniums vivaces...

Les petits fruits, cassis, groseille, fraises, la rhubarbe également.

## Les autres sens...

### ➤ Le goût

De plus en plus, nous voyons dans les jardins d'ornement, des légumes pour faire appel à ce sens du goût, surtout quand on n'a pas forcément envie d'un vrai potager. Comme quoi l'histoire sans le vouloir est un éternel recommencement car quand la tomate nous est arrivée d'Amérique du sud, elle n'était pas utilisée comme comestible, mais bien comme plante d'ornement. Le potager peut paraître pour certains inintéressant ou rébarbatif au niveau du travail à y effectuer, et alors la plantation de légumes dans un jardin d'ornement va se faire de façon plus ludique. Quoi de plus agréable de picorer quelques groseilles, framboises ou fraises au gré d'une promenade!

### **Recette : confiture de marrons**

*2 Kg de marron, 1,5 kg de sucre, 2 verres d'eau, 1 gousse de vanille*

*Éplucher les marrons. Les mettre dans une casserole, couvrir largement d'eau froide. Faire chauffer, laisser bouillir quelques minutes, retirer la casserole du feu, prendre avec l'écumoire une dizaine de marrons à la fois. Enlever rapidement les deux peaux qui se détachent facilement ensemble.*

*Au fur et à mesure, les jeter dans une casserole d'eau tiède. Les faire cuire à l'eau bouillante pendant 15 mn. Les écraser en purée, les peser et peser le sucre (ne pas ajouter d'eau de cuisson en faisant la purée). Préparer un sirop "au perlé" avec 2 dl d'eau par kg de sucre. Y ajouter la purée de marrons et une gousse de vanille fendue. Faire cuire 1 heure en tournant sans arrêt. Laisser tiédir légèrement avant de mettre en pots.*

## ➤ L'odorat

Ce sens a des moments de prédilection surtout en été, le soir et le matin quand la chaleur n'est pas écrasante. Certains végétaux vont exhaler leur parfum à l'un ou l'autre moment de la journée. Veiller à ne pas mettre de plantes au parfum entêtant à côté d'une fenêtre de chambre si vous y êtes trop sensible.

## Les plantes aromatiques

Ces plantes nous offrent bien souvent le double avantage d'être culinaires, voire un triple avantage d'être médicinales. On parle de plantes aromatiques pour les plantes de base dans un jardin, tel que céleri ache, cerfeuil, ciboulette, cive, fenouil, laurier sauce, persil, romarin, sauge, thym...

## ➤ Le toucher

La texture de certains végétaux va parfois solliciter notre sens du toucher ou au contraire l'aspect agressif va nous maintenir en retrait. Les plantes couvre-sols tels que les oreilles d'ours, *Stachys lanata*, ou l'armoise naine, *Artémisia schmidtiana* 'Nana', ont un aspect de velours, ainsi que l'arbrisseau, *Ballota pseudictamnus*. Il faut toutefois se méfier de certains végétaux tel que le Sumac de Virginie qui peut être allergisant. Les végétaux aux aspects agressifs peuvent servir, en limite de propriété, à vous protéger contre les intrusions. Vous pourrez penser au *Pyracanta*, à l'aubépine taillée en haie. Si certains rosiers nous mettent nettement en garde de ne pas s'approcher trop prêt, il ne sont pas moins attrayants tellement leurs épines sont spectaculaires, par exemple le rosier *Rosa*... La texture des matériaux utilisés vont aussi faire appel à ce sens.

## ➤ L'ouïe

Les saisons vont évoquer des bruits naturels différents selon chacun. Le babillage des oiseaux, l'écoulement d'un ruisseau, d'une fontaine, le craquement des feuilles en automne sous nos pas, le vent dans les feuilles, les gousses de genêt ou d'impatiens qui éclatent au soleil, le grincement d'une girouette qui va nous indiquer avant même de l'avoir vue le changement de direction du vent, un mobile en bois ou en métal va égayer une promenade ou même une rêverie au moment de la sieste, le couinement familier de la barrière ou les pas sur le gravier nous prévient d'une arrivée...

## ➤ Les plantes médicinales

Les plantes sont à l'origine de tous les médicaments actuels, soit directement en fournissant la "Matière première", soit indirectement en servant de modèle pour la synthèse de molécules thérapeutiques.

Mais avant d'aimer les plantes et de les utiliser, il faut apprendre à s'en méfier...

Quel est l'avenir à court terme et à long terme des plantes médicinales?

Les plantes existent et attendent que l'homme veuille bien les considérer. Leur avenir dépend donc de leur popularité et du bon vouloir de l'homme.

Depuis quelques années, leur avenir immédiat semble assuré par l'engouement populaire pour la phytothérapie...

L'usage des plantes à des fins thérapeutiques est répandu dans toutes les sociétés mais, encore aujourd'hui, de nombreuses substances naturelles dont l'usage médical est traditionnellement répandu, sont mal connues des praticiens.

Cf CONNAITRE ET RECONNAITRE LES PLANTES MEDICINALES du professeur Loïc GIRRE de la faculté de Pharmacie de Rennes

## ➤ Les élixirs floraux

Aujourd'hui, les Fleurs de Bach, dont l'action est douce est inoffensive, sont utilisées dans le monde entier par des particuliers, des médecins, des spécialistes de la médecine douce, des psychothérapeutes, des conseillers, des dentistes et des vétérinaires. Le Dr BACH pensait, tout comme le pensent aujourd'hui de nombreux médecins, que l'état d'esprit a un effet direct sur la santé et sur la guérison d'une maladie. A sa mort en 1936, il avait développé une gamme complète de 38 fleurs, remèdes préparés à partir de fleurs de buissons, d'arbres ou de plantes sauvages. Les fleurs de Bach agissent en traitant l'individu plutôt que la maladie ou ses symptômes.

A savoir que le Dr BACH a découvert ses 38 fleurs en marchant dans la nature en éprouvant lui-même les émotions correspondantes, c'est pourquoi je pense que chacun peut être sensible aux vibrations bénéfiques de ces plantes. Comme il s'agit pour la plupart de plantes spontanées ou naturelles dans notre région, je conseille fortement de les planter dans vos propriétés.

## **Hortus conclusus, le jardin clos,**

ou une petite note historique en conclusion!

Par cette volonté de créer avant tout un art de vivre dans ce chaos social qui appartient à notre époque, nous traduisons la nécessité de retourner vers nos racines. Elles sont existantes, c'est d'elles-mêmes que nous construisons notre présent. Alors que toutes les valeurs sociales sont en plein bouleversement, nous avons besoin de retourner à la source et de retrouver cette reliance à soi, à travers l'expérience que nous offrent les éléments de la nature. C'est un constant parallèle: notre chair n'est elle pas comparable à notre Terre? Notre corps n'est-il pas comparable à celui d'un arbre à travers lequel les énergies vont circuler de bas en haut comme de haut en bas. Nous avons besoin des mêmes éléments depuis la nuit des temps. Cette notion me semble aller de soi dans la conception de son jardin. Si nous avons parlé des choses purement physiques car c'est notre base, les cinq sens nous mènent vers le monde des émotions. Ce sont les émotions que vous aller traduire, qui vont transcender votre jardin. Aussi si petit soit-il, il émanera toujours cette quintessence due à l'émotion qui prendra vie selon l'imaginaire et la présence de chacun.

Le moyen âge était aussi une période de bouleversement qui a repris l'art des jardins à d'autres civilisations, notamment celles des Maures pour ne pas aller plus loin. C'est dans les monastères que l'on crée les premiers jardins, organisés autour des besoins de la collectivité. Le jardin clos était aussi lié à la jouissance des sens, y compris celle des plaisirs de l'amour. C'est en effet à cette époque qu'est né le sens de la courtoisie liée au sentiment amoureux, où la rose était l'emblème profane ou sacré, selon qu'elle était dédiée à Vénus ou à la Vierge.

Voici la conclusion de ce chapitre vous initiant à la conception de votre Paradiseos!