



# Epilobe

Epilobium  
angustifolium

Une étude proposée par  
Philippe DEROIDE



## Habitat et description



## Histoire & Traditions

Les **Esquimaux** ont longtemps consommé la racine d'Epilobe.

En **Russie**, on prépare un thé avec ses feuilles séchées et une infusion très douce avec ses fleurs séchées.

**Autrefois**, le rhizome (racine) était utilisé cru en salade, cuit en compote ou conservé dans de l'alcool.

En étudiant l'Epilobe, le **botaniste allemand Sprengel**, au XVII<sup>e</sup> siècle, découvrit la théorie de la pollinisation des plantes par les insectes.

Plante alpestre de la famille des Onagracées, l'Epilobe se plaît surtout entre 1000 et 1400 m. On la rencontre dans les clairières des bois, les coupes forestières et sur les coteaux sauvages. Plante vivace, vigoureuse, elle forme une haute tige, souple et élancée, couverte de feuilles alternes, entières, ovales et allongées.

La racine principale, très robuste, persiste et ne se détruit partiellement à la longue que par une altération de ses tissus les plus mous. L'Epilobe se perpétue et se multiplie par les nombreux rejets produits par les bourgeons adventifs qui se produisent sur les racines. A partir d'un pied initial, la plante peut ainsi envahir un grand espace de terrain.

Les fleurs, rose foncé, riches en nectar, s'ouvrent de juin à septembre, avec une floraison prolongée qui se développe de bas en haut, le long de la tige. Elles donnent ensuite des capsules qui en mûrissant, libèrent de nombreuses graines à aigrette blanche, légères, aériennes, qui se dispersent dans l'air environnant. Un plan d'Epilobe peut fournir jusqu'à 50 000 graines !

L'étalement du processus de floraison et de fructification fait que l'on trouve sur la même plante, des graines dans la partie inférieure de la tige, des fleurs épanouies dans la partie médiane et des boutons dans la partie supérieure.



Forces  
formatrices  
et qualités  
élémentales  
à l'oeuvre  
dans  
l'Epilobe

## Quel est le geste particulier de l'Epilobe ?

De la germination à la fructification, on perçoit chez l'Epilobe un élan vigoureux, une force catalysatrice très puissante, directive et volontaire, qui transforme non seulement la plante mais aussi son environnement immédiat et qui, une fois la floraison accomplie, se libère en une énergie tourbillonnante, fluide et libre, expression d'une forte vitalité, équilibrée entre terre et ciel.

L'Epilobe envahit puissamment le sol à partir d'un rhizome nourri au sein d'un environnement frais et humide qui signe la présence de l'élément **EAU**. Sa grande vitalité lui permet d'émettre de nombreux rejets munis de racines adventives qui s'étendent de tous côtés et qui sont à l'origine d'une touffe qui se développe avec vigueur.

L'Epilobe est une créature linéaire : l'élément **TERRE** se manifeste dans la tige bien droite, à la structure bien ordonnée qui, malgré sa grande souplesse, conserve toujours sa verticalité. Sur cette tige souple et élancée, se développent des feuilles étroites, en fer de lance, qui ne dévient guère de l'axe de la tige et dont la forme n'évolue pas.

Les forces de l'**EAU** sont contenues par un élément **TERRE** très présent dans la partie foliaire et n'entraînent pas la plante dans une métamorphose continue de formes. L'Epilobe doit sa souplesse à la solidité, à la hauteur de sa tige ainsi qu'à son fort ancrage au sol plutôt qu'à la plasticité de ses feuilles.

L'Epilobe monte droit comme une flèche avant de s'abandonner à l'élément **FEU**, à travers une floraison lumineuse et chatoyante. En s'élevant progressivement vers la lumière, l'Epilobe rencontre le domaine des forces astrales et se couvre de boutons floraux dans sa partie supérieure. Les premières fleurs vont apparaître, alors que la plante poursuit sa course vers le ciel. Elles transforment la relation qu'a la plante avec son environnement.

Le processus de floraison est intéressant à observer car on va souvent rencontrer simultanément sur un même épi : boutons floraux, fleurs et fruits.

Les boutons floraux penchés vers le bas, verts puis de plus en plus rougeoyants, ont un " regard terrestre ", dirigé vers le sol.



Puis, lorsque les fleurs apparaissent, les pédoncules se redressent et positionnent les fleurs dans un axe horizontal, par rapport à l'axe vertical de la tige. Les fleurs entrent ainsi en relation horizontale avec leur environnement terrestre.

Une fois la floraison accomplie, on voit apparaître de longues capsules étroites qui poursuivent le chemin d'élévation entrepris par les boutons floraux et se dressent dans un geste concave. Pointées vers le ciel, elles vont se fendre à maturité en libérant des graines légères et aériennes, couvertes de duvet soyeux.

Le processus **FEU** fait oeuvre de transmutation et libère la plante de la pesanteur en offrant les graines qui prennent leur élan dans le ciel d'automne. La force de verticalité qui a participé au développement de l'Epilobe, se poursuit, libérée de la pesanteur terrestre, au travers des graines. Les capsules fendues s'enroulent alors sur elles-mêmes et offrent à la plante leur forme en spirale, symbole terrestre de l'énergie en mouvement.

### Une image vivante et sensible de l'Epilobe

L'Epilobe est inscrite dans les paysages du Vercors, terre de préparation de cet élixir floral : les vastes colonies d'Epilobes en fleurs se balancent ensemble au vent et ressemblent aux vagues de la mer qui, par leur mouvement d'ondulation douce et harmonieuse, à la marée montante, effacent les traces anciennes sur le sable du rivage.

L'Epilobe est une flamme majestueuse, ondulant au vent, qui nettoie et régénère.

En langue anglaise l'Epilobe s'appelle "Fireweed", l'herbe du feu. Les forestiers l'appellent également "plante à feu" car c'est une des premières plantes à réapparaître sur les terrains brûlés ou dans les coupes forestières qui ont laissé leurs cicatrices sur les sols. En effet, l'Epilobe participe à la régénération de la terre : elle s'implante sur les terres abimées, déséquilibrées, particulièrement celles dévastées par le feu, pour former un réseau d'énergie curative. L'Epilobe purifie et renouvelle la structure du sol, lui permettant d'attirer une nouvelle vie végétale.

Le processus de floraison et de fructification de l'Epilobe nous offre un symbole visuel de ses pouvoirs de guérison: c'est un mouvement continu de l'énergie au travers de ses phases successives de croissance.



Elixir

floral

d'Epilobe

Telle une flamme qui embrase, l'éllixir floral d'Epilobe consume les attitudes et les comportements du passé qui n'ont plus raison d'être et qui nous empêchent d'aller de l'avant, à l'image de la plante qui s'installe pour régénérer un lieu et qui ensuite laisse la place aux autres.

L'éllixir floral d'Epilobe **purifie et régénère** en nous aidant à reconsidérer notre façon d'être et d'agir après une transformation brutale, une succession d'épreuves ou de traumatismes qui ont épuisé notre vitalité.

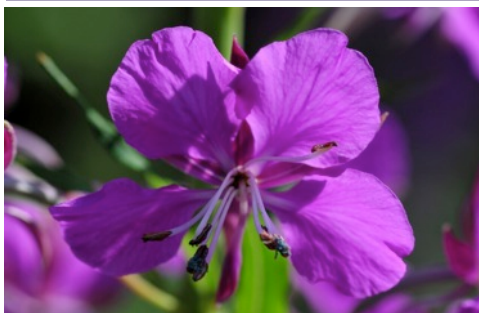
**L'éllixir floral d'Epilobe est l'éllixir de la reprise en main, suite à un profond bouleversement.** En restaurant le flux d'énergie vitale, l'éllixir d'Epilobe amène l'individu vers une nouvelle phase évolutive. Utilisé sur une période de 4 à 8 semaines, l'éllixir d'Epilobe est un **puissant catalyseur de transformation** qui facilitera le relâchement des vieilles habitudes qui non seulement ne sont plus nécessaires à l'individu, mais aussi qui freinent son évolution personnelle.

L'éllixir d'Epilobe aide à affronter les blessures anciennes non encore cicatrisées. Il est recommandé à la personne qui ressent le besoin d'aller de l'avant mais qui, en même temps, n'arrive pas à se libérer des blessures du passé. Cette utilisation de l'Epilobe est illustrée par le cas d'une femme de 40 ans, meurtrie (physiquement et psychologiquement), obnubilée par la succession d'événements douloureux qu'elle avait vécue au cours des trois dernières années et n'arrivant pas à reprendre le dessus. L'éllixir floral d'Epilobe l'a aidé à prendre conscience de ses erreurs comportementales, source de conflits et de tensions, et lui a donné la force de tourner la page et d'aller de l'avant.

L'éllixir d'Epilobe aide également à surmonter les vieilles colères. Associé à l'éllixir de Mimulus écarlate, il libère la vitalité lorsque celle-ci est occultée par le ressentiment et par la crainte de voir cette colère jaillir de manière brutale et incontrôlée.

Utilisé de façon ponctuelle, l'éllixir d'Epilobe sera bénéfique dans les situations d'urgence pour libérer l'individu du stress physique provoqué par des événements traumatisants. Il aide à surmonter le sentiment de dévastation et de crainte survenant à la suite d'événements traumatisants ou destructeurs, d'origine personnelle ou planétaire.

L'éllixir floral d'Epilobe s'inscrit dans la continuité et la complémentarité des éllixirs floraux qui



Le message archétypal de l'Epilobe trouve sa correspondance dans l'hexagramme 51 du Yi-King, l'oracle chinois des mutations :

### **l'éveilleur, l'ébranlement, le tonnerre**

Cet hexagramme est le fils aîné qui prend le commandement avec puissance et énergie. Il symbolise l'éveil d'une force qui pousse les choses vers le haut de manière soudaine, forte et répétée.

Le remue-ménage émotionnel produit par un traumatisme ou par un événement qui nous dépasse par son intensité peut nous effrayer et déstabiliser nos fondations.

Le tonnerre symbolise la forte décharge affective qui accompagne tout traumatisme et qui nous pousse à nous lancer dans de nouvelles activités.

L'orage qui nettoie tout sur son passage peut devenir le point de départ d'une nature transformée.

apportent leur soutien et leurs bienfaits après un choc ou un traumatisme important tels que l'Arnica (prioritairement en cas de lésion physique), l'Etoile de Béthléem (traumatisme psycho-émotionnel) ou l'Echinacée (atteinte à l'intégrité psychique et morale de la personne).

Dans le contexte d'une relation co-créative avec la nature, l'Epilobe est un élixir de grande valeur qui favorise le retour d'un réseau d'énergie curative sur les terrains dévitalisés ayant souffert de déséquilibres naturels (incendies, inondations...) ou causés par l'homme (travaux forestiers, empoisonnement des sols, pollutions multifactorielles...). Associé aux élixirs floraux d'Arnica et de Brunelle, l'élixir d'Epilobe aide à régénérer les sols, les végétaux et les environnements naturels. Dans ce contexte, il s'utilise en pulvérisation avec un pulvérisateur à pression (50 gouttes de chaque élixir dans 5 litres d'eau).



## Usages phytothérapeutiques

L'infusion de feuilles d'Epilobe est utilisée en bains de bouche et en gargarismes pour ses propriétés astringentes. La racine est riche en tanins. La tige renferme tanins, mucilages, pectine et vitamine C. Le rhizome possède des propriétés antidiarrhéiques et hémostatiques. Les feuilles séchées ou fermentées sont utilisées en tisanes rafraîchissantes et calmantes du système nerveux. Elles apaisent les migraines et aident à surmonter les insomnies. En usage externe, la décoction de poudre de feuilles séchées était employée en Orient en application externe pour ses vertus cicatrisantes.