

Avril, mois de détente à la cueillette et aux vertus de l’argile

Description

Le mois d’avril défile sous nos pieds. Les Pâques sont passées, et le printemps nous donne toutes les facettes du renouveau de dame nature. La forêt se transforme, les bourgeons, les feuilles sont en train d’habiller toutes les branches, un vert éclatant s’offre à nous.

Les chants des oiseaux résonnent, la magie du renouveau en forêt s’opère d’une façon immuable et pour notre barde,c’est toujours le même émerveillement en cette période.

C’est le moment de réveiller l’âme du cueilleur qui somnole en vous. Récolter la sève de bouleaux, cueillir les bourgeons de ronces pour agrémenter vos salades, ramasser les pissenlits et l’ail des ours, à ne pas confondre avec le muguet. Pour les connaisseurs du biotope, de la princesse de champignon, des morilles, ainsi que bien d’autres trésors de nos végétaux qui attendent de séduire vos papilles.

Bien sûr en vous promenant en forêt, de prenez le temps de vous adosser à un tronc d’un arbre, de mettre vos 5 sens en alerte, de percevoir à travers le jeu des feuilles naissantes le jeu de la lumière pour permettre à votre pensée de s’échapper de votre quotidien et de rêver.

Mettre en pratique tous les conseils que notre barde vous a insufflés à travers ses diverses rubriques. C’est le moment pour vous de vous lancer dans une démarche de Sylvothérapie – forestière’’.

Conseils de bien être

Pour faire passer une douleur à la cheville après une longue marche, notre barde conseille un bain de la cheville avec la préparation suivante :

Dans une bassine mettre 3 cuillères à soupe de bicarbonate de soude et 5 litres d’eau tiède. Laisser tremper la cheville bien 30 minutes et normalement la douleur va disparaître. Ou bien, ajouter à cette préparation 3 cuillères à soupe d’argile verte en poudre et une grosse poignée de sel marin gris, l’eau doit être bien chaude 30° minium.

L’arme absolue pour divers maux est l’argile. Elle est connue et appréciée pour ses nombreuses

vertus depuis des temps immémoriaux.

De l'Égypte à nos jours, bien des thérapeutes, des pharmaciens, des médecins en connaissent les vertus. Pour ceux qui souhaitent utiliser ce produit, dont les effets sont bénéfiques, il faut noter qu'il existe plusieurs qualités d'argiles avec différentes compositions en minéraux (silice – magnésium – fer – calcium – manganèse – potassium) Il n'existe pas une argile, mais des argiles. Schématiquement, en fonction de leur composition, on peut distinguer trois grandes familles.

– Les argiles riches en fer : glauconite, nontronite

– Les argiles riches en alumine : montmorillonite verte ou grise, kaolinite blanche, illite.

– Les argiles riches en magnésium : saponite, attapulgite, antigorite.

D'où l'importance d'aller dans une officine spécialisée pour acquérir de l'argile, et bénéficier de conseils appropriés à vos besoins.

Attention, il y a quelques points à savoir lors de l'achat d'un paquet ou un tube d'argile.

Règle n°1 l'argile doit être pure et naturelle à 100 %

Règle n° 2 séchée naturellement au soleil (surtout pas dans un four électrique ou au mazout)

Règle n° 3 n'hésitez pas sur le prix, l'argile de bonne qualité coûte plus cher.

Notre barde vous conseille de commencer vos expériences avec de l'argile verte montmorillonite qui est la plus polyvalente de toutes les argiles. Elle convient aussi bien à la santé qu'aux soins de beauté. Si vous n'avez qu'un seul achat à faire dans ce type de produit, c'est celui-là !

Le cataplasme d'argile :

Pour toutes foulures, coups musculaires, entorses, mal de dos ou fatigues musculaires, le cataplasme d'argile verte peut faire un miracle. Bien sûr, il y a quelques conseils à suivre :

1- choisir une argile de qualité soit en poudre, granulée ou morceaux

2- ne jamais utiliser un récipient en plastique ou acier pour préparer votre emplâtre

3- prendre de l'eau pure (pas celle du robinet).

Mettre votre argile dans le récipient choisi et couvrez d'eau. Laissez reposer jusqu'à ce que l'argile se désagrège et que vous obteniez un mélange pâteux. Avec une spatule en bois, étalez l'argile sur un linge propre, une couche de 3 cm au minimum.

Déposez alors le cataplasme sur la zone à traiter, l'argile en contact direct avec la peau. Maintenez ce cataplasme en place plusieurs heures. Le miracle de l'argile va vous étonner.

Ps – mettre dans un tube un peu d'argile verte dans votre sac de randonnée, ce tube est très utile dans différentes situations.

Le barde du Torchis

marcellobarde@gmail.com

Le barde répond toujours à vos messages personnellement.

Categorie

1. Ni prêtres ni soumis les Druides

date créée
18 avril 2023