



La révolution dans le jardin

Articles diffusés gratuitement en 2025 sur le site
www.chamanisme-vivant.fr

Vincent Blondeau

Chaman bouddhiste (reinosha)
et tradipraticien en médecine
manuelle, énergétique et naturelle

Sommaire

Introduction

Jardin punk

Buttes forestières

Le potager survivaliste

Soigner les plantes par les plantes

Bibliographie

Introduction

Shizuko Tokashiki dit Koushou Sama, maîtresse des Noros (chamanes japonaises) de 91 ans disait à l'humanité en 2018 : *"Don't fight ! No weapons anymore. No competition, only collaboration. Make peace, love, heart. The world is a big family"* (*"Ne vous battez pas ! N'utilisez plus d'armes. Ne plus être dans la compétition mais seulement dans la collaboration. Faites la paix, vivez d'amour et de coeur. Le monde est une grande famille"*). Comme pour sa santé, l'homme moderne a perdu contact avec l'intelligence et la sagesse naturelle. De même que pour notre corps, nous avons imposé à la nature, à nos champs et nos jardins une vision pasteurienne bien délétère et une exigence de rendement avec l'agriculture intensive. Dans l'optique de la Révolution du Coeur, je souhaite partager dans ce dossier une série d'articles sur une façon de renouer avec la Terre-Mère en jardinant et en cultivant autrement. Cette révolution qui se passera dans le jardin ou tout autre espace consacré à la culture (balcons, etc...) est complémentaire à mes articles sur la santé : le changement intérieur et le changement extérieur sont interdépendants et se nourrissent mutuellement. Différents outils seront présentés et le lecteur pourra librement les expérimenter ou simplement s'en inspirer.

Le jardin punk

La première pratique que je vous propose d'explorer est : le jardin punk. Le jardin punk est une approche théorisée par le paysagiste Eric Lenoir dans son *Petit Traité du Jardin Punk* publié aux éditions champs d'action en 2019. Cette approche ne se veut pas une réflexion mais plutôt une non-méthode, une réaction épidermique, une riposte au règne du béton et de la rectitude des espaces de vie. Le mot d'ordre de cette méthode: apprendre à désapprendre. Véritable approche libertaire du jardinage, l'auteur définit le jardin punk en 9 points:

Pas cher à faire
Facile à faire
Rapide à faire
Facile à entretenir et autonome dans la mesure du possible
Pas cher à entretenir
Résistants aux agressions
Non nuisibles
Écologiquement intéressant
Plus beau que l'existant

Le jardin punk est à contre-courant de tous les courants paysagistes actuels et nous propose de dialoguer avec la nature, d'apprendre d'elle, de la laisser faire les choix qui lui semblent bons, sans rien imposer et sans combattre quoique ce soit. Vous redécouvrirez grâce à cette approche l'intelligence du vivant et de la nature et vous vous connecterez encore plus profondément au présent et à la Terre-Mère. Pour découvrir et pratiquer cette merveilleuse approche du jardinage accessible à toutes et tous, je vous encourage à acheter le traité qui coûte à peine 10 euros (référence en bibliographie).

Les buttes forestières

Avec le jardin punk, nous avons découvert une autre approche du jardin, une approche libre, ouverte et complice, à l'opposé du jardin à la française où tout est carré, taillé et symétrique et du tout béton. Mais la révolution s'applique aussi au potager. Dans l'optique de la Révolution du Coeur, la quête d'autonomie est au coeur de la démarche. Savoir se soigner et savoir vivre avec son environnement sont les deux premières étapes. Produire sa nourriture est une étape de plus. Parmi toutes les techniques utilisées en agriculture et permaculture, il y en a une qui m'a frappé: les buttes forestières. Le principe est simple: enterrer des matériaux organiques afin de produire une fertilité sur la durée permettant de cultiver légumes, fruits, etc... sans produits et sans trop d'entretien. A l'origine, ces pratiques se fondent sur l'observation des forêts où le bois pourris sert de base pour de nouveaux végétaux. Nous trouvions jadis des buttes de ce genre dans des zones humides comme au Pérou.

La butte forestière de Sepp Holzer: la Hugelkultur

Le principe de base d'une culture en butte forestière consiste à entasser des troncs d'arbres, des bûches, des branchages, des feuilles et des brindilles sur une hauteur d'au moins un mètre et de les recouvrir de terre et de paille. Certains arbres comme le cèdre, le noyer et les conifères sont contre-indiqués. Afin que le rapport C/N soit le plus équilibré possible, on intègre des déchets de cuisine et du fumier riche en azote surtout pendant la première année. La butte forestière se réalise donc avec les ressources du jardin. Le processus naturel de décomposition du bois dure plusieurs années. Tout en se décomposant, la matière organique libère de l'engrais naturel en diffusion lente. Le bois va en outre absorber l'humidité contenue dans le sol et la conserver. Cette technique a été popularisée, entre autres, par l'autrichien Sepp Holzer et l'américain Paul Wheaton. Elle rend possible la culture sur des sols escarpés, pauvres, mal drainés, et difficiles à travailler car elle permet d'obtenir un sol bien drainant et stockant l'humidité pour les périodes plus sèches.

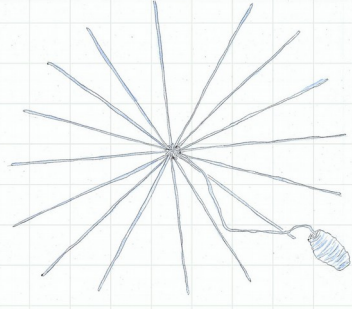
La butte de Philip Forrer : butte forestière et électroculture

Anticonformiste, Philip Forrer a observé les forêts et, à force d'observation et de lecture, a allié la butte forestière et l'électroculture de façon empirique. Il a ainsi obtenu de la Terre-Mère ce qu'il appelle le Jardin du Graal. Son potager est devenu luxuriant, produisant aussi bien en période chaude qu'en hiver, sans aucun produit chimique, sans compost, avec très peu d'entretien. La méthode est similaire à la butte de Sepp Holzer avec la spécificité suivante: une couche de 20 cm de feuilles/épinés (attention, les aiguilles peuvent acidifier le sol donc à utiliser selon les besoins de ce dernier). La deuxième spécificité est l'usage de l'électroculture. Forrer utilise en effet des antennes paratonnerre pour capter l'énergie du ciel et booster les plantes. L'antenne paratonnerre capte les ions positifs présents dans l'air et les redirige au sol, chargé négativement, grâce à un fil de cuivre. Pour la construire, il suffit de suivre ces quelques étapes :

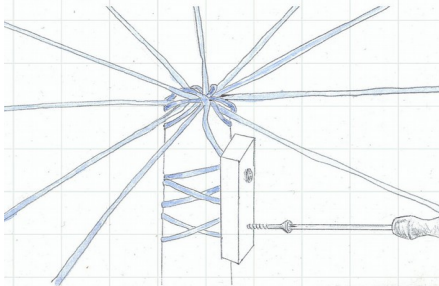
Le nécessaire :



1. faire une jolie étoile en fil de fer galvanisé. Plus il y a de branches, plus l'antenne devrait capter d'électricité dans l'air.



2. fixer l'étoile sur le piquet de bois en enroulant le fil de fer...



... puis visser le morceau de bois par dessus le fil pour le maintenir

Et maintenant...

fixer le fil de cuivre à l'étoile et le faire courir jusqu'au sol

planter l'antenne à 50cm de profondeur pour la protéger des coups de vent et enterrer le fil de cuivre à plus de 20cm

pour maximiser les effets, déployer un grillage galvanisé à 3 mètres de l'antenne, enterré à 20cm



Ces techniques sont très intéressantes pour leur simplicité et leur productivité sur le long terme: il faut 6h pour créer une butte Forrer mais c'est butte produira pendant 20 ans.

Il est important de bien tester ces techniques pour s'assurer qu'elles sont adaptées à l'environnement de mise en place. Sous un climat méditerranéen, une butte forestière risque de se dessécher rapidement par exemple.

Le potager survivaliste

Que vous souhaitiez gagner en autonomie ou, pourquoi pas, faire une base autonome durable, le potager « *survivaliste* » est une approche intéressante. Ce type de potager de base doit comporter des légumes et fruitiers qui nécessitent peu d'entretien et ont un bon rendement. Parmi les légumes, nous pouvons citer : les pommes de terre, l'ail, les carottes, les haricots, les tomates, les courgettes, les orties, les salades, les choux et légumes vivaces, les citrouilles, les panais et les betteraves. Concernant les fruitiers, on peut mentionner les mûriers, figuiers, pommiers, pruniers, poiriers, mirabelliers, la pêche de vigne et le châtaignier. Pour augmenter le rendement, nous nous servirons des rythmes de la Lune (biodynamie). Il est aussi possible de les cultiver en buttes, d'utiliser l'électroculture ou l'alchimie végétale en complément. Voici un tableau des principaux végétaux du potager survivaliste et les informations nécessaires pour les cultiver en biodynamie.

Végétal	Informations
Pomme de terre	Lune ascendante, janvier-février : germer les patates en cave ou garage Lune descendante, mars-mai : planter en pleine terre les tubercules germés dès l'apparition des germes. De mai à août, en Lune descendante : butter régulièrement les patates. Juin à août : récolte selon les besoins en veillant à ne pas laisser de tubercules en terre. Septembre : récolter intégralement les patates, les tubercules laissés en terre germeront au printemps prochain.
Carottes	Mars, Lune montante : semer en serre froide ou en extérieur sous châssis, voile d'hivernage ou tunnel de plastique. Juin à novembre : récolte selon les besoins, surtout les plus grosses. Décembre : récolter intégralement les carottes, couper les feuilles et conserver en silo tout l'hiver.
Ail	Novembre à mars, Lune descendante : planter en pleine terre, si le sol n'est pas gelé (selon les régions) et distancer les plants de 10cm en 10 cm. Mai à juillet : cueillir l'ail selon les besoins. Cueillir avant le jaunissement des feuilles pour une consommation fraîche. Août : récolter tout. Pour une conservation optimale, tout arracher un jour de beau temps et laisser ressuyer une journée au Soleil.

Oignon	Semer en Lune ascendante : • En janvier-février : en intérieur, en terrine (semer en poquet) • De mars à septembre : en pleine terre (semer clair en ligne ou en poquets de 4 à 5 graines) Planter en Lune descendante : • Oignon gros jaune ou rouge : en intérieur, en godet individuel en janvier-février (planter un caïeu par godet de 10 cm de diamètre minimum); En mars-avril en pleine terre (planter des caïeux directement en pleine terre ou bien ceux mis à germer en godet en janvier ou février); En août-septembre en pleine terre (planter un caïeu tous les 10-15 cm) • Oignon rocambole et oignon blanc : en mars en pleine terre (planter des caïeux directement en pleine terre ou bien ceux mis à germer en godet en janvier ou février)
Haricots	Avril-mai, Lune montante : Semer en godet individuel (2 graines par godet). Mai à juillet, semer en pleine terre les variétés naines en ligne et les variétés à rames en poquets. Tuteurer au mois de mai. Juillet, Lune descendante, planter en pleine terre. Juillet-octobre : récolter selon les besoins. Novembre : cueillir toutes les gousses puis enfouir les plants dans le sol.
Tomates	Semer en lune montante de février à avril, en intérieur, en godet individuel (semis précoce, prévoir un éclairage artificiel à la germination). Planter sous serre en mai et en pleine terre en juin, pendant la lune descendante (enterrer jusqu'aux premières feuilles pour favoriser l'enracinement et couper les feuilles les plus basses). Tailler le feuillage en juillet-août, en lune descendante. Récolter selon les besoins, de juillet à septembre (cueillir une fois parfaitement mûres, en fin septembre pincer une feuille au-dessus de la dernière grappe pour activer la maturation des tomates restantes). Récolter intégralement en octobre (cueillir toutes les tomates en fin de mois et laisser mûrir les immatures sur un plateau au bord d'une fenêtre).

Courges	Semer en Lune montante : • En avril - mai : semer 2 graines par godets et ne conserver que le plus beau plant à l'apparition des premières vraies feuilles • En juin : en pleine terre (semer en poquets de 2 graines distants d'un mètre) Mai - juin, pendant la Lune descendante, planter les godets en pleine terre (couvrir d'une cloche). Récolter de juillet à octobre : • En juillet - août : récolter les premiers fruits encore jeunes pour éviter d'avoir trop de pépins • En septembre : récolter les fruits encore jeunes pour une consommation rapide, laisser grossir pour une conservation hivernale • En octobre : récolter intégralement. Consommer les plus petites rapidement, conserver les plus grosses jusque la fin de l'hiver
Panais	Mars-avril, Lune ascendante : semer le panais en pleine terre Novembre, Lune ascendante : semer en serre froide ou en extérieur sous châssis, voile d'hivernage ou tunnel plastique (semer en ligne à 3-4 cm de distance. Octobre à février : récolter selon les besoins. Mars : récolter intégralement.
Salades	Les semis se font en jours « feuilles » et en Lune ascendante : • Pour les salades de printemps : semis en février et mars sous abri (tunnel ou châssis froid). • Les salades d'été : semis de fin mars à juin en pleine terre. • Et enfin les salades d'hiver : semis en août-septembre (protection à prévoir) Après avoir réalisé ces semis, on peut les planter en pleine terre ou en jardinière.
Betteraves	Semer en Lune ascendante : • En mars-avril : en serre froide ou en extérieur sous châssis, voile d'hivernage ou tunnel plastique • De mai à juillet : en pleine terre (semer 2-3 graines par poquets ou 1 graine tous les 5 cm)

	Juin à septembre : récolter selon les besoins Octobre : récolter intégralement. Consommer les plus petites rapidement et conserver les plus grosses quelques semaines.
--	--

Soigner les plantes par les plantes

Soigner les plantes par les plantes, que peut-on rêver de mieux comme médecine pour nos jardins ? C'est sur ce sujet qu'Eric Petiot a travaillé pour mettre au point une agriculture énergétique. Je vais ici présenter une des méthodes qu'il propose et que j'ai trouvé très intéressante : les six saveurs. En ayurvéda, on considère six saveurs qui augmentent un des trois doshas, une des trois humeurs, que sont Pitta, Kapha et Vata (équivalent indien des énergies du tao : yang, neutre, yin). Voici les six saveurs et leur effet sur les trois principes/humeurs :

Les six saveurs et leur effet sur les trois principes/doshas		
Saveur	Élément renforcé	Principes/doshas
Sucré	Terre et Eau	kapha+, vâta-, pitta-
Salé	Eau et Feu	pitta+, kapha+, vâta-
Acide	Terre et Feu	pitta+, kapha+, vâta-
Piquant	Feu et Air	pitta+, vâta+, kapha-
Amer	Air et Ether	vâta+, pitta-, kapha-
Astringent	Terre et Ether	vâta+, pitta-, kapha-

Chose moins connue, les six saveurs peuvent s'appliquer aussi bien aux humains et aux animaux qu'aux plantes.

Les six saveurs appliquées aux plantes

L'approche des six saveurs pour les plantes a aussi l'intérêt de tenir compte du mouvements des constellations (astrologie/astronomie).

Le sucré: traiter les maladies cryptogamique (mildiou)

Le sucré est d'élément eau et diminue l'action de pitta (le feu) qui permet la digestion des nutriments. Il en va de même pour les sucres de réserve que sont l'amidon, les hydrates de carbone (dans le feuillage d'ombre) et les acides aminés (dans les jeunes feuilles). Le sucre le plus courant dans les végétaux est le glucose et représente la source d'énergie principale. Le fructose est un sucre à six carbones que l'on retrouve dans les fruits et dans certains légumes. Le sucre contribue à l'élaboration des vaisseaux mais peut aussi, par excès, les obstruer. En effet, trop de sucre produit des maladies kapha (excès de mercure/yin et déficit de soufre/ying) : un excès d'acide aminé (attraction) génère un manque de matière de soutien (cellulose, lignine), et la plante est déficiente dans son système de résistance par manque de protéine PR et d'oligoéléments. Ces carences structurelles engendrent ensuite l'installation d'indicateurs comme les maladies cryptogamiques (mildiou). Sur le plan physiologique, la plante devient paresseuse. Afin d'améliorer le développement de la plante sans pénaliser sa résistance, on peut apporter un peu de sucre sous forme de glucose, à raison de 1000g/ha dans 100 litres d'eau. Au-delà, on favoriserait un excès de kapha. Le sucre peut être complété par un léger apport en cuivre (50 à 100g/ha ou 10g/10 L d'eau). Le mélange favorise la production florale. Le moment le plus favorable pour un apport est lors du passage de la planète Vénus dans les constellations zodiacales Gémeaux, Balance, et Verseau. La période de traitement idéal est le matin. En période de chaleur (pitta), un apport léger de sucre peut

être envisagé sur tous types de plantes (céréales, vignes, arbres fruitiers, légumes,...) mais aussi pendant les périodes de froid sec.

L'acide : traiter l'oïdium, le black root, et le mildiou de deuxième génération

L'acide est d'élément feu (pitta) ou (feu et bois selon la MTC) et diminue l'action de l'air (vâta). Les acides contenus dans les plantes comme l'acide valérianique, l'acide salicylique, et le petit lait utilisé en viticulture contre le mildiou sont pitta (feu, soufre). L'acide active le feu qui permet la digestion des nutriments. IL est indiqué en cas de maladie comme l'oïdium, le black root, qui se développe sur du chaud et sec. IL est déconseillé pour des maladies se développant dans des conditions chaudes et humides comme le mildiou de première génération. Le mildiou de deuxième génération peut, lui être traité avec la saveur acide. L'excès de l'acide diminue la résistance des plantes, mais génère, en quantité raisonnable, une énergie centripète structurante permettant au règne végétal de se laisser déborder par les énergies éthériques. Pour apporter des préparations acides aux plantes, il faudra pulvériser des mélanges de plantes à un ph proche de 6, correspondant au ph de la cuticule foliaire et permettant de rester en adéquation avec le microclimat. L'origan, le thym, et la sarriette, peuvent être employés sous forme d'infusion à raison de 100g de plantes sèches ou 500g fraîches dans 10 litres d'eau de pluie froide. Portez à 90-100°C puis couper le feu et laisser refroidir. Dilution 1/10. Traitez de préférence le soir ou, éventuellement tôt le matin. Ne traitez pas en période chaude. ON peut aussi utiliser des traitements au petit lait entre 5 et 20 L/ha. Pour les petites surfaces : 1/10. Le sucré peut contrer les effets de l'acide.

Le salé : favoriser un bon transport d'azote et l'harmonie hydrique

Il favorise pitta et kapha et fait baisser vâta (le sel ou neutre). Il est composé d'Eau et de Feu. Utilisé en excès, en pulvérisation par exemple sous forme d'algues, il provoque des inflammations, de la rétention d'eau au niveau vacuolaire et des gonflements de la plante qui ne peut plus rien assimiler d'autres. Cet excès entraîne appétence et pullulation d'insectes. On peut, dans ce cas, observer que le pourtour des feuilles est plein de cellules sèches. En quantité normale, le salé est important pour le transport de l'azote, et l'harmonie hydrique. Les préparations salées peuvent être apportées sous forme de macération d'algues, à raison de 100g d'algues fraîches (goémon, laminaire) dans 10 litres d'eau de pluie. Laissez macérer 24h et ajoutez aux préparations de type azoté (extraits fermentés d'ortie ou de consoude, sang desséché, farine de plume,...). Utilisez en pulvérisation foliaire, au moment où Jupiter passe devant les constellations Cancer, Scorpion, et Poisson. L'acide permet une meilleure formation des jeunes feuilles et une meilleure concentration des principes actifs naturels pour la résistance de la plante. On peut aussi utiliser du chlorure de sodium, à raison de 100g dans 100 litres d'eau, avec les extraits fermentés de plantes. Le sodium agit par forte conduction électrique et thermique, et peut, en fortes doses, favoriser la croissance au détriment de la résistance. La betterave a une véritable affinité pour le sodium et sa croissance. En revanche, il faut éviter d'employer des préparations salées sur le haricot, le pois, la fève, le melon, la lentille, l'ail, le concombre, les agrumes, l'abricotier et le noyer. Le sel est utilisé en viticulture sur le mildiou mais à des concentrations plus importantes. Pour une action curative, il faudra prévoir 2 à 6kg de sel en mouillant bien (1000 litres d'eau par hectare), ce qui peut cependant avoir des répercussions futures sur les plantes.

Le piquant : réguler les déséquilibres liés à kapha (fortes concentrations en sucres)

Le piquant contient les éléments Feu et Air. Il augmente pitta et vâta et diminue kapha. Le piquant a une action réchauffante. Léger et sec, on le trouve dans les épices, dans les huiles essentielles volatiles et aromatiques contenant des cétones et des aldéhydes. Il permet de réguler les déséquilibres liés à kapha comme les fortes concentrations en sucres liées à des apports d'azote importants et/ou au mauvais moment. En excès, il provoque une déshydratation et des brûlures du système foliaire. Il peut être utilisé comme insecticide dans de nombreux cas. Le piment et le gingembre ont une réelle fonction biocide sur les pullulations d'insectes piqueurs. On peut utiliser les substances suivantes pour apporter du piquant aux plantes :

Curcuma : 30g maximum pour 100 litres d'eau par hectare ou 3g pour 10 litres d'eau.

Gingembre : en décoction sur des plantes atteintes par des pucerons à raison de 100g pour 10 litres d'eau. Faites bouillir 15 minutes puis diluer au 1/10, et traiter les plantes avec ce produit le soir.

Hélichryse italienne : infusion de plantes fraîches à raison de 100g pour 100 litres d'eau par hectare.

Laurier noble : infusion de plantes fraîches à raison de 100g pour 100 litres d'eau par hectare.

Mélicite citronnée : infusion de plantes fraîches à raison de 100g pour 100 litres d'eau par hectare.

Menthe poivrée : infusion de plantes fraîches à raison de 100g pour 100 litres d'eau par hectare.

Origan compact : infusion de plantes fraîches à raison de 100g pour 100 litres d'eau par hectare., traitement le soir

Sauge officinale : infusion de plantes fraîches à raison de 100g pour 100 litres d'eau par hectare.

L'amer : rafraîchir la plante et agir sur les fruits

L'amer contient les éléments Air et Ether. Il augmente vâta (le sel) et diminue pitta et kapha. Rafraîchissant, léger et sec, on le trouve dans le pissenlit, les feuilles de chicorée et les racines amères (curcuma, pissenlit, gentiane, chicorée). Son excès en pulvérisation peut provoquer des déséquilibres vâta et un dessèchement foliaire. Ne traitez donc pas en pleine chaleur avec des préparations amères. La chaleur desséchante provient en partie de l'Ether de chaleur. A la base, l'amer est rafraîchissant mais peut provoquer chez la plante une contre-réaction de chaud. De par son activité organique, et en relation avec la lumière et la couleur rouge, l'amer agira sur l'organe fruit. Pour apporter de l'amer aux plantes, faites une décoction pour les parties racinaires (pissenlit, curcuma, gentiane, chicorée). Laissez macérer 100g de racines sèches pendant une journée dans 10 litres d'eau froide. Laissez refroidir. Ajoutez 10 litre de décoction à 100 litres d'eau par hectare. La période la plus favorable pour ce traitement est lorsque le Soleil passe devant les constellations du Bélier, du Lion et du Sagittaire.

L'astringent : le pouvoir des tannins

L'astringent contient les éléments Ether et Terre. Il augmente vâta et diminue pitta et kapha. Les composants de l'air ont la priorité sur les influences terrestres. On retrouve l'astringent (qui resserre les tissus) dans les tannins (feuilles de chênes), les résines (écorces de chêne), les plantes et légumes astringents (haricots secs, patates, luzerne) et dans le miel cru. En petite quantité, il réduit l'élaboration par la plante de tissus appétissants, tendres, et permet aux plantes de devenir phagodéterrantes (repousse les herbivores). Les plantes peuvent, entre avril et septembre, augmenter leur concentration tannique de 0, 7 à 5, 5 % de la masse sèche. Les tannins sont très utiles en périodes de chaleur humide. La plante se liquéfie et peut être légèrement asséchée avec une infusion de feuilles de chêne, de sanguisorbe officinale (adulte), de sauge officinale, de spirée ulmaire ou d'alchémille commune. Ces plantes agissent sur le processus structurel et formateur de la fructification. On peut utiliser ces plantes astringentes sous forme d'infusion à raison de 100g sous

forme sèche ou 500g sous forme fraîche dans 10 litres d'eau de pluie froide. Portez à 90-100°C afin de récupérer les tannins. Coupez le feu et laissez refroidir, puis diluer au 1/20 pour les petits pulvérisateurs. Traitez le matin, si possible en 6h et 9h afin de favoriser vâta.

Bibliographie

Eric Petiot (2014), *L'agriculture énergétique - Une approche énergétique pour les soins du sol et des plantes*, éd. Terran

Eric Petiot (2018), *L'acupuncture végétale*, éd. Terran

Le jardin punk

Sitographie

<https://boutique.terrevivante.org/librairie/livres/4140/champs-d-action/458-petit-traite-du-jardin-punk.htm>

<https://www.youtube.com/watch?v=7KNvSS4scS8>

<https://formationcivamgard.fr/?ButteForestiere>

<https://www.youtube.com/watch?v=0jk0h1laL-0>

<https://www.jardiner-malin.fr/fiche/electroculture.html>