

Le survivant sauvage : le lierre grimpant



Symbolique

Comme le lierre ne peut survivre sans s'accrocher, il est depuis toujours le symbole de l'amitié et de la fidélité. Plante sacrée très respectée des druides, il est un symbole puissant de force vitale et d'énergie. « Dans les mariages druidiques, on reliait quelquefois les poignets des mariés avec une liane de lierre dans le but de renforcer leur amour.

Dans l'Antiquité, cette plante à feuilles persistantes était le symbole de la fidélité et de la vie éternelle. Dans la Grèce antique, les mariés recevaient une branche de lierre en signe de fidélité éternelle.

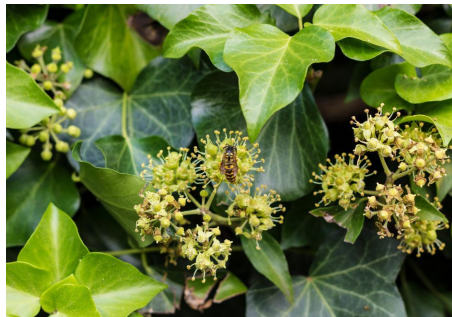
Comme le lierre était associé aux dieux du vin dans l'Égypte antique (Osiris), en Grèce (Dionysos) et à Rome (Bacchus), il était également considéré comme un symbole de gaieté, de convivialité et d'amitié. Le lierre aurait été utilisé comme plante oraculaire lors de la fête de Matthias, le 24 février.

La nuit, les jeunes filles dansaient à la lueur des torches et jetaient des couronnes de lierre et de paille dans l'eau. Elles devaient essayer d'attraper une couronne derrière leur dos. La couronne de lierre signifiait le bonheur en amour, le mariage devait avoir lieu la même année.

Les feuilles de lierre étaient utilisées pour la divination lors de la nuit de la Saint-André. On jetait deux feuilles de lierre dans un bol d'eau afin qu'elles flottent à la surface. Si les feuilles étaient rapprochées le lendemain matin, le mariage devait avoir lieu dans l'année. Si elles étaient séparées, il fallait attendre plus longtemps.

Une année consacrée aux « plantes sauvages comestibles » cueillies au bord des chemins touche à sa fin. Un dernier portrait d'une plante « polyvalente » accompagne le mois de décembre, accompagné de bons vœux pour l'année 2026 et d'expériences positives à la maison, dans le jardin, dans les environs et dans notre monde.

Le lierre, nom botanique « *Hedera helix* », est une plante grimpante robuste à feuilles persistantes, appréciée depuis des millénaires comme remède, plante ornementale et symbole de fidélité. La médecine traditionnelle et naturelle utilise principalement les feuilles de lierre.



Le lierre a des propriétés expectorantes, antispasmodiques, anti-inflammatoires et antibactériennes. Il favorise l'expectoration en activant les cils vibratiles des bronches. Il est idéal en cas de bronchite et de toux. Le lierre a des effets anti-arthritiques et anti-inflammatoires grâce aux flavonoïdes et aux saponines qu'il contient et soulage les rhumatismes.

Mais attention : toutes les parties de la plante sont toxiques. Malgré ses composants toxiques, le lierre peut très bien être utilisé en usage externe dans le ménage et pour les soins corporels comme produit de rinçage, de lavage et de protection des plantes gratuit. Avant d'utiliser cette plante grimpante, veuillez toutefois vérifier si des membres de votre famille y sont allergiques.



La recette : un produit gratuit pour laver la vaisselle,

faire la lessive et protéger les plantes - il permet également de lutter contre la cellulite et les irritations cutanées. Il vous faut environ 30 g de feuilles de lierre, de l'eau, un peu de cristaux de soude, de l'eau de Javel oxygénée pour le linge blanc et un grand bocal en verre à couvercle vissé.

Attention : les fibres animales peuvent gonfler au contact de la soude. Si vous souhaitez laver de la soie ou de la laine avec du lierre, il suffit de ne pas ajouter de cristaux de soude lors de la préparation.

C'est simple : coupez quelques feuilles en petits morceaux, mettez-les dans un filet à linge ou une chaussette abandonnée et placez-les directement dans le tambour de la machine à laver. Une cuillère à soupe de cristaux de soude dans le compartiment principal du lave-linge renforce le résultat du lavage et adoucit également l'eau.

Pour une lessive :

1 poignée	de feuilles de lierre (env. 30 g)
300 ml	d'eau
Facultatif :	1 cuillère à soupe de cristaux de soude
Facultatif :	2 à 3 cuillères à café d'agent blanchissant à l'oxygène pour un linge blanc sans voile grâtre

Récipient, par exemple un grand bocal ou un pot à couvercle vissé

Conseil : le détergent au lierre peut également être utilisé pour laver la vaisselle. Pour cela, versez la soude directement dans une petite casserole avec le lierre et l'eau, puis ajoutez éventuellement trois à quatre cuillères à café de fécule pour épaissir le mélange.

Laissez mijoter le mélange pendant 5 à 10 minutes, puis filtrez-le. Une fois refroidi, le détergent au lierre est prêt à l'emploi. Se conserve jusqu'à une semaine au réfrigérateur.

Linge de lavage au lierre en réserve

Le lierre étant une plante à feuilles persistantes, ses feuilles sont disponibles toute l'année. Les saponines fraîchement dissoutes ont dans tous les cas le meilleur effet lavant. C'est pourquoi, et pour des raisons de conservation, il est recommandé d'utiliser le linge de lavage au lierre immédiatement après sa fabrication ou de le conserver au maximum deux jours au réfrigérateur.

Dans certains cas, il peut toutefois être judicieux de se constituer une petite réserve de lierre. Par exemple, les saponines sont conservées lorsque les feuilles sont congelées en petites quantités. Elles peuvent être décongelées si nécessaire et utilisées comme lessive. Il est également possible de sécher les feuilles de lierre. Cependant, le pouvoir lavant du lierre diminue légèrement lors du séchage.



Le rougequeue noir, oiseau de l'année 2026, profite du lierre comme cachette et source de nourriture.

Conseil : pour la laine et la soie, utilisez uniquement du détergent au lierre frais et pur. La soude ne convient pas aux fibres animales, car elle les fait gonfler.

Verser de l'eau chaude sur le lierre. Porter l'eau à ébullition. Hacher grossièrement les feuilles de lierre et les mettre dans le récipient. Versez de l'eau chaude, mais non bouillante, et fermez le récipient. Laissez infuser pendant plusieurs heures et vérifiez de temps en temps si de la mousse se forme lorsque vous secouez le récipient. Si une quantité importante de mousse se forme, la solution de lavage est déjà prête à l'emploi. Si ce n'est pas le cas, ajoutez un peu de lierre ou prolongez le temps d'infusion. Filtrez la solution de lavage au lierre à travers une passoire et versez-la dans le compartiment principal de la machine à laver.

Vous pouvez éventuellement ajouter du bicarbonate de soude et de l'eau de Javel oxygénée, puis lancer le lavage comme d'habitude.

Remède à base de lierre contre les pucerons

Pour obtenir un spray contre les pucerons, hachez grossièrement environ 50 feuilles de lierre et faites-les chauffer dans un litre d'eau. Laissez mijoter environ une demi-heure, puis filtrez les feuilles.



Le lierre contre la cellulite

En cas d'apparition de cellulite ou de peau d'orange, un traitement à base d'hédérine contenue dans le lierre peut apporter un soulagement. Elle améliore la microcirculation et réduit les œdèmes.

Faites bouillir 30 g de feuilles de lierre dans un demi-litre d'eau et laissez mijoter le mélange pendant 20 minutes. Filtrez les parties végétales. Humidifiez des linges en lin avec la décoction. Appliquez les linges humides sur les zones cutanées concernées. L'effet est optimal à chaud, mais veillez à ne pas vous brûler.

Pour de bons résultats, répétez cette application deux à trois fois par jour.

Remarque : il est préférable de tester au préalable sur une petite zone de peau si vous êtes allergique. Vous pouvez également fabriquer vous-même une simple pommade au lierre pour lutter contre la peau d'orange.

Le lierre contre l'eczéma

Les hédérines contenues dans le lierre peuvent soulager les inflammations et les irritations cutanées et sont efficaces contre l'eczéma.

Pour cela, il vous faut :
30 g de feuilles de lierre
50 g de graines de lin
0,5 l d'eau

Faites bouillir le tout, puis laissez mijoter à feu moyen pendant environ 15 minutes. À l'aide d'un linge, appliquez le mélange aussi chaud que possible sur la zone inflammatoire ou enveloppez l'inflammation avec des compresses imbibées du mélange.

Remarque : la pommade doit être évitée en cas de plaies ouvertes ou d'allergies, entre autres. En cas de doute, consultez votre médecin avant utilisation.

angelika.wolf@d-l-w.de (2025)

Le lierre - ami et survivant

1. Ne pas retirer le lierre des arbres.
2. Une végétation précieuse sur le plan écologique.
On craint souvent que le lierre endommage ou tue les arbres. Cette crainte est infondée. Au contraire, non seulement les arbres, mais aussi de nombreuses espèces animales profitent de la végétation écologique du lierre.
3. Nurserie et source de nourriture.
4. Le lierre n'est pas un parasite.

