



© Cathy Roggen-Chausaz

# L'angélique, le yin et le yang à l'occidentale

## FICHE TECHNIQUE

### Angelica archangelica

#### HISTOIRE

Le mot latin *angelica* vient du grec *aggelikos* qui signifie messenger. *Archangelica* est un superlatif d'*angelica*. Citée pour la première fois au XIV<sup>e</sup> siècle, l'angélique est décrite par le botaniste et médecin Jakob Dietrich von Bergzabern en 1588 comme «une plante et une racine curative qui semblent avoir été données au genre humain par le Saint-Esprit ou les bons anges.»

#### BOTANIQUE

L'angélique développe un rhizome avec un système racinaire très dense, qui donne naissance à une rosette de feuilles, puis à une tige creuse et cannelée pouvant atteindre 2 m de hauteur. Les grandes feuilles sont rattachées à la tige par une large gaine et composées de rameaux portant des folioles pennées.

#### VERTUS

Stimulant du système digestif dans son ensemble, l'angélique est particulièrement indiquée en cas de troubles digestifs d'origine nerveuse, lors de spasmes intestinaux et de flatulences. Fortifiant du système nerveux en cas d'anxiété, de troubles de l'humeur et de fatigue chronique, elle s'avère spécialement efficace quand ces troubles sont présents chez des femmes. *CHR*

L'angélique permet à l'être humain de prendre conscience de son espace intérieur, dans lequel il peut se rencontrer lui-même. Si cet espace est occupé par l'influence d'impressions, d'expériences et de problèmes, il en résultera une interruption du flux énergétique, ce qui va engendrer une réduction de la créativité. Il perd son identité et le recul nécessaire pour conserver une vue d'ensemble dans la complexité de la vie quotidienne.

L'angélique stimule l'introspection et soutient la formation d'une enveloppe protectrice qui favorise

le rétablissement de l'ordre entre l'intérieur et l'extérieur. La tête se libère pour accueillir à nouveau des idées innovantes et de l'inspiration, elle permet ainsi de relier l'esprit, l'âme et le corps. Du point de vue symbolique, l'angélique représente un être humain debout dans la vie, bien maintenu par sa structure de soutien, avec un regard ouvert et une respiration large.

Du fait d'une croissance trop rapide lors de la puberté ou d'un déferlement de mo-

difications intérieures en période de ménopause, ainsi que face à un changement de travail, un déménagement ou une séparation, il peut arriver que le corps menace de prendre le contrôle sur l'esprit. La personne éprouve alors le sentiment d'être à côté d'elle-même, comme si s'opérait une dissociation du corps et de l'esprit. L'effet de l'angélique consiste à rétablir la liaison

et à réintégrer les parties spirituelles dans le corps physique.

Les êtres qui possèdent encore peu de chaleur et de sécurité intérieures comme les enfants et les ado-

lescents, et qui se frottent aux expériences douloureuses de la vie, choisiront l'angélique pour les soutenir dans leur processus de développement. Au crépuscule de la vie, lorsque les peurs et les hésitations mènent à la dépression, lorsque la pauvreté des contacts sociaux isole les individus, l'angélique apporte énergie, chaleur, soutien et réconfort. *CHR*

