

Sommaire

Remerciements	4
Introduction	7
Paimpont	13
L'osmonde royale	13
Le lis	15
L'abbaye de Paimpont	16
Le hêtre du Voyageur	18
<i>Recette du beurre de faînes</i>	21
Balade au Pas du Houx	23
Portrait d'homme, Joël Le Bourdellès, à Paimpont	26
L'olivier	27
Au village de Trédéal	29
Portrait de femme, A. Marc, apicultrice et naturopathe	31
<i>Recette de figues au fromage de chèvre et au miel</i>	32
Le chêne des Hindrés	33
Calendrier celtique, tradition mise au goût du jour ?	34
La forêt : lieu de ressources et de quête personnelle	35
Le tombeau de Merlin	36
La fontaine de Jouvence	37
Saint-Malon-sur-Mel	39
L'étang de la Murette	39
Le pin sylvestre	40
Le musée de la Forge	43
Iffendic	45
Portrait d'homme, Raymond	48
<i>Recette de santé de Raymond</i>	49
Le nénuphar blanc	49
Le domaine de Careil	50
Le vallon de la Chambre au Loup	51
Le domaine de Boutavent	52
Le lac de Trémelin	53

Escapade à Montfort-sur-Meu	54
Petite histoire du tilleul de l'Écomusée	55
Treffendel	57
La fougère-aigle	58
Portrait de femme, Valérie Robichon, vannière	60
Le saule blanc	60
La clématite sauvage	64
Les « Étangs d'art »	65
Plélan-le-Grand	67
La fontaine St-Fiacre	67
Portrait de femme, A. Gergigon, « D'âmes Nature »	68
Le restaurant des Forges de Paimpont	69
Le charme	69
Le chêne	71
Les Forges de Paimpont	76
L'alisier	79
Les Filles des Forges	80
Les boisiers	81
Escapade à Bréal-sous-Montfort, aux Jardins de Brocéliande	82
L'iris	82
Escapade à Baulon	86
Portrait de femme, S. Persehais, « Les Métairies »	86
<i>Recette du vin de sauge de Sophie</i>	86
L'équinacée	88
Maxent	91
Le tamier commun	93
<i>Recette des beignets salés de « reponchons »</i>	94
L'églantier	95
<i>Recette de la confiture de cynorhodons</i>	96
Le bourg de Maxent	97
Le sceau-de-salomon	98
Portrait de femme, Mèmère Jeanne, « Les Hayes »	99
Le zinnia	100
Le mimosa	100
Le château des Hayes et les frères Bülher	102
Au village de Lantu : L'Arbre de Vie	102
L'alchémille	104
Au village de Mérignac	106

Le village du chêne Jouit	107
Au village de Périssac	107
La Pierre Droite	108
Escapade à Guer	109
Les Arbres remarquables	110
Saint-Malo-de-Beignon	111
L'orme champêtre	112
Le Jardin des Evêques	114
Portrait d'homme, Jean-François, jardinier	115
Le buis	116
Hildegarde de Bingen	118
Le camping d'Aleth	118
Le marronnier blanc	119
Le sureau noir	121
Beignon	125
Le Pont du Secret et la vallée de l'Aff	125
Le châtaignier	127
<i>Recette de la confiture de marrons</i>	128
Le chèvrefeuille	130
Le bourg de Beignon	130
Portrait d'homme, J.-E. Le Gall, passionné d'élixirs floraux	131
<i>Recette du vin diurétique et antirhumatismal</i>	132
La petite centaurée rose	133
Le Plessis	134
Le pin de Marie Aubert	136
Annexes	139
Beltaine	140
Le muguet	141
Lexique élémentaire botanique non exhaustif de l'herboriste en herbe	142
Période de floraison	148
Suggestions Nature	149
À vos répertoires !	167
Ressources	169