



# La forêt nourricière

## Permaculture En climat tempéré

Les problèmes sociaux et environnementaux qui secouent notre monde sont dus à la vision que nous portons sur lui. Une vision dualiste, qui divise, sépare et élimine ce que nous croyons être en trop pour imposer des monocultures qui vont à l'encontre du fonctionnement du vivant. Il en résulte l'entropie et la désertification qui ne s'arrêteront que lorsque nous aurons détruit l'intégralité de notre écosystème.... Ou si nous changeons notre conception du monde !

La permaculture nous permet de sortir de cette vision dualiste pour entrer dans un monde de co-création avec notre environnement et de faire réapparaître une abondance basée sur la biodiversité et la complémentarité entre les éléments. Cette abondance apportera pérennité, joie et créativité aux générations futures.

Nous disposons à l'heure actuelle de tous les moyens pour reverdir les déserts, sur terre et dans nos cœurs, à condition de changer nos conceptions, nos croyances et notre regard sur le monde.

Ce document est un mémoire de recherches et une interprétation personnelle de la permaculture en climat tempéré.

Il est en mise à jour permanente ; n'hésitez pas dès lors à nous contacter pour le rectifier si certaines indications vous paraissent inexactes ou incomplètes.

Édité par L'Association LA FORET NOURRICIERE,  
sur papier recyclé

**Association La Forêt Nourricière**  
**Siège social : 201 Les basses Landes CAMPEL 35330 VAL D'ANAST**  
**Ecocentre : L'orangerie de Danne 49500 SAINT MARTIN DU BOIS**  
**Courriel : [contact@laforetnourriciere.org](mailto:contact@laforetnourriciere.org)**  
**[www.laforetnourriciere.org](http://www.laforetnourriciere.org)**

## Du même auteur

- **Multiplication des Plantes Fruitières et Ressources Végétales pour la permaculture en Climat Tempéré :**  
Ce document propose des stratégies pour conserver le patrimoine alimentaire et créer de nouvelles variétés adaptées à nos besoins et ainsi relancer l'abondance pour les générations futures. C'est le fruit de dix années de recherches, d'expérimentations et de formations sur la duplication des plantes fruitières résistantes aux maladies.
- **Permaculture : synergie dans les rapports humains :**  
Le monde moderne nous propose les mille et un problèmes d'un monde dégénérescent et injuste. Cet ouvrage nous fait part des mille et une solutions d'un monde juste en pleine régénérescence. C'est un outil d'accompagnement pour l'individu en cheminement vers l'écologie globale et pour les collectifs qui cherchent la pérennité et l'efficacité dans leur mode de fonctionnement
- **Guide de Conception en permaculture :**  
Le design dans le contexte de la permaculture veut dire : prise en compte des paramètres, conception, réalisation, maintenance et réévaluation en un seul mot ! Un design permacole est donc une « conception, réalisation, maintenance et réévaluation » basées sur des principes éthiques (prendre soin de la terre, des humains et créer l'abondance pour tout ce qui vit) qui a pour but de combler les besoins des êtres qui vont « habiter » le design en s'inspirant de la nature et des modèles naturels !

En vente sur le site [www.laforetnourriciere.org](http://www.laforetnourriciere.org)

# PERMACULTURE EN CLIMAT TEMPÉRÉ

## SOMMAIRE

(Mise à jour juin 2018)

Introduction .....	7
Définition .....	8
Les acteurs et créateurs de la permaculture .....	11
- La vision et l'observation de Bill Mollison .....	12
- La vision de David Holmgren .....	12
- Les trois grands principes éthiques de la permaculture .....	13
- L'humain a-t-il été chassé du paradis ? (Ma vision) .....	14
- Qu'est-ce qu'un monde sauvage ? .....	15
- Quel peut être notre rôle sur terre ? .....	18
- L'évolution sur terre .....	19
- Les lois de Dame Nature .....	20
- La dégradation et l'aggradation .....	21
- L'observation.....	22
Les différents domaines abordés par la permaculture .....	24
- La bio diversité .....	24
- La rentabilité énergétique .....	24
- Les différents types de production vivrière .....	25
- L'habitat .....	27
- La sociologie (végétale, animale et humaine) .....	28
- La phytosociologie .....	31
- Les relations humaines .....	33
- La transmission des savoirs .....	34
Les différents champs d'action .....	35
La maîtrise et gestion des énergies locales .....	35
L'EAU, facteur de vie.....	36
- Le captage des eaux de pluie.....	37
- L'infiltration.....	37
- Les Hydro rétenteurs .....	38
- Les Baissières.....	38
- La vie du sol.....	39
- L'infiltration.....	40
- Les étangs, mares et bassins .....	40
- Les lois et réglementations sur l'eau et la création d'étangs .....	41
- Aquaculture.....	43
- L'aquaponie en permaculture .....	43
- Les Chinampas (aquaculture ancestrale) .....	44
- Biotope humide permanent.....	46
- La serre californienne .....	46
- Les Plantes aquatiques .....	47
- La bio-indication aquatique.....	50
- La bio filtration et phytoépuration.....	51
- La pédo-épuration.....	53
- La dépuraton par la silice informée.....	53
- Oxygénation et dépuraton.....	53
- Pour l'eau potable .....	53
- Différents systèmes de pompage alternatifs sans énergie.....	54
- Fabrication d'un béliet hydraulique.....	54
Pour la vie des sols .....	59
- Le sol de rêve .....	59
- La compréhension de la pédologie.....	60
- Faire une analyse de sol.....	61
- Le Bois Raméal Fragmenté .....	62
- La Terra preta .....	62

- Les Plantes-bandes surélevées.....	62
- Le Mulching.....	62
- L'électro culture.....	64
- Les Engrais verts .....	65
- Plantes à racines fixatrices d'azote .....	67
- Les Plantes bio indicatrices .....	68
- Plantes et champignons .....	69
- Plantes répulsives contre les rongeurs.....	70
- Les Cultures sur buttes.....	71
- La recherche de l'équilibre du carbone sur l'azote dans le compostage.....	76
- Le rapport C/N .....	76
- Les Semis directs sous couvert végétal .....	79
- La Jachère sauvage .....	79
- Les Cultures en escaliers .....	79
- La « charrue » Yeomans .....	79
Les systèmes de rotation .....	80
- Les Pièges à matières organiques .....	80
Pour la vie des plantes .....	81
- Les Cultures associées.....	81
- Les Semences mixtes.....	81
- La Resélection naturelle .....	82
- Différences entre les arbres fruitiers semés et libres .....	83
Pour la vie sociale et les rapports humains.....	84
- Découvrir et entretenir notre jardin intérieur .....	84
Créer un lieu en permaculture.....	91
Résumé des principes de design en permaculture.....	91
Méthodologie de Design.....	92
- La permaculture et les lois : le Micmac de la législation .....	93
Méthodologie pour faire les plans .....	95
de votre site .....	95
- Les Calques et le design .....	95
- Avec ou sans plan ? .....	95
- Ordre de réalisation des différents calques .....	96
- Géoportail / Cadastre/ Google earth.....	96
- Le Calque de base.....	97
- Calque des reliefs et la gestion de l'eau.....	98
- Le calque des Sols .....	101
- Le calque des secteurs (les influences extérieures).....	102
- Le calque du Zonage (prévoir l'efficacité énergétique).....	104
- Le calque des chemins et accès.....	106
- Les Calques de design .....	107
- Différentes étapes dans la création d'un lieu en permaculture .....	109
Création d'écosystème comestible .....	110
Le climat .....	110
- Les Zones de rusticité (USDA) .....	110
- La tempérance .....	111
Application des principes de permaculture pour créer des communautés végétales.....	113
Phytosociologie des écosystèmes comestibles .....	114
- Phytosociologie.....	114
- Les différents partenariats .....	115
- La forêt.....	117
- Le développement forestier .....	118
Les modèles naturels .....	119
- Les équilibres.....	119
Les sept positions végétales.....	120
- Espacement des végétaux .....	121
- L'équilibre entre les familles végétales.....	123
- Quelques familles bonnes compagnes aux vergers (en général) .....	123
- Les mauvais associés du jardin-forêt .....	124
- Des exemples d'associations : .....	125
- Communautés d'arbres arbustes arbrisseaux.....	127
Différentes stratégies de forêts fruitières et de vergers potagers .....	129

- L'agroforesterie .....	129
- La lisière perpétuelle .....	130
- La friche perpétuelle .....	130
- Rotation en sylviculture (pour le chauffage) .....	131
- Le verger potager .....	132
- Pépinière de sélection .....	132
- Planter en croissant .....	133
- Faire une clairière .....	135
Les Haies en permaculture .....	136
- Type de haies .....	136
- Choix de structure de la haie .....	136
- Astuces pour faire des haies sans effort .....	136
- Choix des types de plantes.....	136
- Les haies brise-vent.....	137
- Haies sans rosacées (pour forêt comestible & verger).....	139
- Protection épineuse (sans rosacées) .....	139
- Divers fruitiers (non rosacées) pour étoffer les haies fruitières .....	140
- Haies fourragères pour le bétail.....	141
- Haies épineuses pour les poulaillers .....	142
- Haies et arbres en zones humides marécageuses .....	143
- Les Haies Fruitières mixtes multiétagées .....	143
- Le tableau d'étalement des récoltes fruitières .....	145
Les animaux auxiliaires .....	146
- Les ovipares.....	146
- Les mammifères .....	150
- Les pollinisateurs .....	150
- Insectes parasitoïdes.....	152
- Insectes carnivores .....	153
- Hôtels à insectes .....	153
- Les hôtels végétaux naturels .....	154
- Astuces diverses pour réguler les invasions diverses (limaces rongeurs, pucerons, etc. ....	157
Végétaux intéressants pour la création d'écosystèmes comestibles .....	163
- Les Arbres et arbustes (strates 4 et 7) .....	165
- Arbrisseaux et sous-arbrisseaux (Strate 3) .....	192
- Les lianes (strate 5) .....	204
Plantes comestibles d'ombre 'La strate 6' .....	216
- Couvre-sol rampants de zone +- ombragée (Strate 6).....	218
- Les couvre sols qui étouffent l'herbe sous les fruitiers .....	218
- Les légumes Vivaces et perpétuels couvre-sol (strate 2).....	219
- Les graminées vivaces .....	220
- Les alliacées perpétuelles ou vivaces .....	220
- Les cucurbitacées perpétuelles .....	222
- Les choux perpétuels ou vivaces.....	223
- Les légumes racines vivaces .....	224
- Les Haricots et légumineuses vivaces .....	231
- Autres plantes vivaces légumes et aromatiques .....	232
- Salades perpétuelles .....	235
- Fleurs comestibles (sauvages et cultivées) .....	237
- Les plantes à sucre (non vivaces) .....	239
- Plantes aquatiques comestibles .....	239
Duplication des végétaux .....	244
Les champignons .....	248
- Différents types de production de champignons .....	248
- Les champignons sauvages comestibles .....	249
- Le milieu préféré des champignons.....	251
- Culture sur bûches.....	252
- La mycorhization.....	261
- Myco remédiation .....	262
Plantes fourragères pour les animaux.....	263
Les poules, volailles et leurs fourrages .....	266
- Chariot à poules.....	266
- Fourrages.....	266

- Ficher botanique (forêt à volaille) .....	267
Les cages à plantes dans le poulailler .....	270
Production de protéines pour la volaille .....	271
- Protection des poules contre les prédateurs .....	272
- Animaux d'élevages rares .....	272
Contacts pépinières de variétés anciennes et rares .....	273
- Échange de plantes .....	273
- Pépinières Permaculturelles .....	273
Légumes vivaces ou variétés anciennes résistantes.....	273
- Autres pépinières arbres fruitiers d'exception .....	275
- Confrérie des Planteurs de Fruitières Rares .....	276
- Conservatoires fruitiers.....	277
Bibliographie des différents acteurs de la permaculture .....	278
- Livres : .....	278
- CDROM et DVD en français .....	279
Livres dans le sujet de la permaculture .....	280
- Autonomie générale.....	280
- Bibliographie sur la cuisine sauvage : .....	280
- La Phytosociologie.....	281
- Les arbres .....	281
- Bibliothèque sur les Légumes.....	281
Stages de formations et contacts .....	282
Permaculture (initiation, approfondissement, stage de 72h) .....	282
Initiation à la Cuisine et utilisation des plantes sauvages.....	283
Bio indication par les plantes .....	283
Éolien (auto construction) .....	283
Auto Eco Construction .....	284
Énergie : .....	284
Chauffage : .....	285
Développement personnel et éducation .....	285
Sites Internet de permaculture .....	286
Lieux à visiter .....	288
En France.....	288
En Espagne.....	290
INDEX .....	292
DOSSIER ANNEXE .....	295
Les Zones de rusticité (USDA) en couleur .....	296
Variétés de champignons de bûches.....	297
Tableau d'étalement annuel des récoltes fruitières .....	298
Calque des Sols .....	299
Calque du Zonage .....	300
Calque des Secteurs.....	301
Calque des Chemins d'accès .....	302
Plan du Design.....	303
La Lisière perpétuelle selon les 7 étages de culture (Jardin-forêt).....	304
Petit Jardin-Forêt Mandala.....	306
Exemple de Guilde : communauté végétale et animale .....	307
Guilde du Pommier .....	308
Guilde du sureau.....	309
Exemple de Haie fruitière et potagère en synergie.....	310

# INTRODUCTION

Écrit par Franck Nathié : Chercheur et Étudiant en Écologie globale et en Permaculture.

Mes travaux sont orientés vers la recherche de compréhension de la synergie qui existe entre les cinq règnes (minéral, fongique, végétal, animal et humain) dans le but de me comprendre, de comprendre le monde dans lequel je vis, afin de créer un contexte plus propice aux générations futures. La finalité de mes recherches est de savoir comment créer de l'harmonie et de l'abondance entre les éléments d'un écosystème.

Au début de mes recherches, mon seul but était de savoir créer des écosystèmes comestibles résilients en climat tempéré : les jardins-forêts si emblématiques de la permaculture.

Mais quand j'ai découvert les liens entre les monocultures végétales, animales et humaines, je me suis rendu compte que le déséquilibre venait de l'intérieur de moi et que changer les plantes qui sont dans mon jardin intérieur était bien plus dur et important que de savoir planter des arbres fruitiers en synergie.

Mes recherches et études se sont alors orientées vers la synergie entre les êtres humains.

Ce document est une somme d'informations venant de sources diverses (livres, revues, stages, visites de lieux, expérimentations personnelles, rencontres, recherches internet, etc.), qui me paraissent avoir leur place à l'intérieur du concept global que recouvre le mot permaculture. Ce n'est pas un cours certifié (CCP), mais un recueil d'informations et d'interprétation personnelle de la permaculture.

J'ai commencé à écrire ce document en 2007, il est en rectification permanente et n'est donc pas abouti. De plus étant dyslexique, dispersé et autodidacte, je n'ai pas vraiment de prédisposition à l'écriture et encore moins à la mise en page ni à l'édition.

Excusez-moi pour les fautes, les incomplétudes et la mise en page qui risque de paraître anarchique et peu professionnelle. La vente de ce document « pas fini » me permet de pouvoir continuer à l'écrire et de m'investir dans la recherche. N'hésitez pas à me contacter pour le rectifier si des choses vous paraissent inexactes, incompréhensibles ou incomplètes.

[www.contact@laforetnourriciere.org](mailto:www.contact@laforetnourriciere.org)

Toutes ces informations ne sont que des graines d'information. J'aimerais qu'elles soient déjà de grands et beaux arbres, voire des forêts nourricières, bien visibles, mais hélas, la permaculture n'est encore qu'à l'état de graine en France et peu de lieux sont vraiment représentatifs de tous les sujets abordés par la permaculture qui sont transmis dans ce document. Certains lieux ont déjà commencé à pousser, mais on ne peut pas demander à des plantes pionnières (couvre-sol et buissons) d'être la forêt nourricière qu'elles sont sensées amener par le développement forestier naturel !

Ce que je veux dire par là, c'est que j'ai observé que je suis souvent exigeant et critique sur les tentatives et initiatives des autres à créer un monde meilleur et que cela amène souvent beaucoup de déception pour tout le monde. « On n'aide pas les plantes à pousser quand on tire dessus avec impatience, mais en les arrosant avec amour ! »

Je souhaite que nous arrivions à trouver un chemin pour « vivre simplement » de façon à ce que tous les êtres autour de nous puissent « simplement vivre », que ce soit les limaces, les renards, les papillons ou encore nos grands frères chasseurs-cueilleurs que notre monoculture dualiste persécute depuis des millénaires !

Franck Nathié

# DÉFINITION

Le concept de la permaculture a été créé par Bill Mollison et David Holmgren (Australie) dans les années soixante-dix et veut dire : PERMA = permanent CULTURE = culture ou culturel.

La permaculture est une science systémique qui a pour but la conception, la planification et la réalisation de sociétés humaines écologiquement soutenables, socialement équitables et économiquement viables. Elle se base sur une éthique, dont découlent des principes et des techniques permettant une intégration des activités humaines avec les écosystèmes. (WIKIPEDIA)

C'est l'art de concevoir des systèmes et écosystèmes stables et évolutifs dans lesquels les éléments sont intégrés, interconnectés, interdépendants et se soutiennent entre eux. Quand les produits des éléments (animaux, végétaux, etc.) deviennent les ressources des autres et que chaque fonction (prédation, apports divers) dans un système est assurée par plusieurs éléments, le système se stabilise et évolue ; on peut alors commencer à parler d'écosystème et de permaculture.

Les stratégies permaculturelles sont basées sur la synergie naturelle : c'est l'action simultanée d'éléments indépendants qui, ensemble, ont un effet plus grand et bénéfique pour l'ensemble que s'ils étaient seuls.

Cela se résume par les mots : synergie, émulation, entraide, partenariat et par la question : « comment vivre de façon harmonieuse sur terre en comblant tous les besoins fondamentaux des êtres vivants, sans fournir un gros effort d'entretien, ou tout au moins, en le limitant ? »

## **En laissant faire pour voir ce qui se passe sans nous !**

La permaculture aborde une multitude de domaines qui sont en quelque sorte les besoins fondamentaux des êtres vivants (humains inclus) et de l'environnement dans lequel ils vivent : l'habitat, l'alimentation, la médecine, la production alimentaire, les rapports sociaux (besoins fondamentaux), la climatologie, la botanique, la phytosociologie (*vie des plantes*), l'entomologie (*vie des insectes*), la pédologie (*vie des sols*), l'esthétique, etc.

Tous ces sujets seront imbriqués les uns dans les autres pour que les conceptions humaines (design) soient les plus équilibrées et résilientes possibles, en cherchant l'équilibre et la rentabilité énergétique maximale à court, moyen et long terme.

Des maisons bioclimatiques, des forêts de fruitiers et de plantes comestibles, prairies céréalières ou fourragères, verger potager, verger poulailler, biotope humide semi-naturel, élevage et aquaculture quasi sauvage.

## **Une harmonie naturelle abondante et complexe, voilà la mission de la permaculture.**

Ces systèmes se maintiendront en équilibre dans un effort d'entretien minimum et une rentabilité énergétique maximum par divers principes (synergie, zonage, multifonctionnalité, etc..).

La « synergie », ou émulation, est la base du développement du monde vivant. C'est cette entraide pour la vie qui permet à chaque être vivant d'avoir une place juste dans un environnement qui évolue et se complexifie en permanence.

Le phénomène qui incite à la croissance et à la complexification s'appelle Aggradation (qui est l'inverse de la dégradation simpliste qui élimine ce qui nous gêne)

La permaculture est une sorte de mélange entre la science, l'école, le boulot et les vacances, en même temps et tout le temps !

Elle s'applique à tous les domaines de la vie et cela se résume par ces questions :

- Comment tirer parti des éléments, pour que la situation s'améliore, s'équilibre, s'enrichisse, se complexifie, s'embellisse sans avoir à détruire ou retirer quoi que ce soit, mais plutôt en en tirant parti pour créer quelque chose de plus complexe et plus simple en même temps.
- Comment faire pour qu'il y ait plus de papillons, de légumes, d'eau, de chaleur, de fraîcheur, de rires, de simplicité ?
- En se servant de la matière grise pour agencer du vert, plutôt que de brûler des énergies noires qui tuent autant la créativité que la biodiversité.

Exemple : vous êtes envahis de limaces, c'est le cauchemar de vos haricots et de vos salades ! Elles deviendront le rêve de vos canards carnivores (coureur indien) et de vos poules, le tout est de trouver une stratégie de passage des canards dans le jardin (planche que l'on retourne le matin) et que les canards aient assez à manger pour rester carnivores.

Et voilà le problème des limaces transformé en œufs ou en magrets.

Le jardin est trop petit pour les canards ? : on met des spirales de vieux fils électriques (dénudés) autour des plants ou sur les semis pour les protéger ou bien l'on place des pièges à limaces avec du son de blé pour les donner à manger aux poules ou aux poissons.

Mais surtout, on se pose les bonnes questions :

Pourquoi les méchantes limaces laissent les mauvaises herbes tranquilles ?

Pourquoi certaines plantes se font-elles manger et pas d'autres ?

Quelles sont les raisons complexes de ces énigmes ?

Je ne suis plus jardinier ou fermier, mais chercheur, enquêteur, architecte, participant à un jeu dont je dois découvrir les règles sur le tas ! Par l'observation.

C'est une philosophie de vie qui crée des systèmes complexes qui se maintiennent simplement, à l'inverse des systèmes simplistes, qui se maintiennent de façon compliquée.

Dans les systèmes permaculturels, on cultive les plantes presque sauvages dans un sol qui l'est aussi, qui s'autofertilise perpétuellement et se travaille de lui-même comme dans une forêt, le tout étant que le cycle d'apport de matière organique et la couverture du sol soient permanents de façon à nourrir la faune, la flore et les champignons dans le sol (comme dans une forêt).

- ⇒ Il n'y a donc pas de travail du sol à proprement parler, c'est la vie du sol et les racines qui travaillent. Seul le travail de surface du sol est fait : « griffage de surface » comme le font les oiseaux ou les sangliers de façon naturelle « on utilisera les poules et les cochons ou une griffe pour imiter ce phénomène naturel ».
- ⇒ Il n'y a pas de travail profond si ce n'est par les vers et les rongeurs
- ⇒ Il n'y a pas d'arrosage ou bien l'on arrose de façon très stratégique en créant des biotopes humides grâce à des systèmes d'irrigation capillaire « *dispersion par capillarité et non par ruissellement* », ou des réserves poreuses qui distribuent l'eau de façon lente et non érosive.

On permet aux cycles biochimiques du sol de se produire sans être perturbés par une aération excessive ou par un engrais qui ne débouche en général que sur des carences, des excès et des indigestions du sol! On utilisera tout de même les excès et carences du sol pour créer des zones favorables à certaines plantes.

Par exemple en plantant les courges, les poivrons ou les tomates dans les bacs à compost mûr (car ces plantes sont gourmandes), ou en faisant des spirales de plantes aromatiques où les plantes comme le thym combleront leur besoin d'un sol pauvre et sec.

Dans beaucoup de cas, les engrais biologiques ne sont plus obligatoires, seule une couverture végétale riche (mulch) avec une stratégie de rotations bien pensée sont indispensables pour entretenir la vie du sol (comme dans une forêt ou une prairie sauvage où les animaux passent).

Dans le jardin, on coupe les plantes comestibles en laissant leurs racines dans le sol (comme si un chevreuil l'avait mangé) de façon à ce qu'elles finissent leur cycle végétatif, se reproduisent et se ressèment toutes seules. Les salades, poireaux, choux, etc. seront à la fois plantes comestibles et porte-graines, qui d'année en année seront de plus en plus adaptés au lieu et au type de culture.

On utilise les plantes et légumes vivaces, voire envahissants (comme les topinambours, les helianthis, l'apios tuberosa, les kudzu, les camarias, le maceron, la bardane, les artichauts, les choux vivaces, etc.), qui demandent peu d'entretien quand on les place dans un biotope qui leur est favorable. On copie les stratégies naturelles de développement, comme dans le stade préforestier, pour pouvoir créer des successions de plantes comestibles fruitières ou médicinales et tirer parti du phénomène invasif plutôt que de lutter contre.

## Une philosophie basée sur la croissance de la biodiversité et la sobriété heureuse.

La permaculture s'inscrit dans un mouvement de croissance d'un monde de sobriété, de simplicité et d'efficacité énergétique. On préférera changer nos besoins et certaines habitudes alimentaires ou outillages, pour se simplifier la vie, plutôt que d'avoir à les produire à la sueur de notre front et à entretenir ces outils qui nous permettent de combler des besoins qui pourraient être comblés de façon différente.

Le plus gros du travail est justement de bien cerner nos besoins les plus fondamentaux, ceux qui nous apportent de l'équilibre, du bien-être intérieur ! Une fois ces besoins identifiés, nous pouvons chercher des stratégies pour les combler.

Ce mouvement de décroissance et de simplicité ne peut se faire que dans la douceur, en avançant pas à pas, comme la croissance d'une plante, « à son propre rythme ».

Ne plus avancer au rythme frénétique de la société, ne plus chercher à combler les besoins démesurés de celle-ci, mais recréer des communautés végétales et humaines en partant du minimum vital des individus, de leurs besoins et de leurs spécificités.

C'est une rupture avec 6000 ans de culture dite « civilisée » basée sur l'opposition, le contrôle et la manipulation de notre environnement (*exploitation des sols, des animaux, des humains*). En effet, l'humain lutte contre son environnement (les plantes, les microbes, les champignons, les insectes, les renards, etc.), depuis l'époque de Babylone, de la Nubie, ou encore de l'Égypte ancienne.

Les derniers siècles de notre culture marquent la fin du lâcher-prise et de l'adaptation, si spécifiques au monde naturel pour arriver à une civilisation basée sur le contrôle total où « l'homo sapiens electronicus » extermine tout ce qui le gêne, de la bactérie à la baleine. Et au final, ne contrôle rien, même pas sa propre extinction qu'il n'arrive pas à stopper.

La permaculture nous permet de sortir de cette approche basée sur le contrôle et la dégradation pour tisser un nouveau rapport basé sur le retour du lâcher-prise et de l'aggradation.

C'est un rapport de partenariat, de synergie et de co-création, que nous tissons avec nos voisins, nos conjoints, nos enfants, nos animaux d'élevage et de compagnie, avec les plantes que nous mangeons et les autres (adventices), avec les champignons, les bactéries, les insectes et tout ce qui vit autour de nous.

Ne plus faire la « Guerre aux limaces pour avoir des salades » et ne plus faire la guerre à personne pour avoir ce que l'on veut, mais développer des situations « Gagnant/Gagnant » où les adversaires ne s'opposent plus, mais cohabitent.

Un retour à la nature humaine instinctive que les cultures civilisées ont oublié depuis bien longtemps, mais que certains « sauvages » détiennent encore, ou que certains « civilisés » comme Bill Mollison, David Holmgren ou Masanobu Fukuoka et bien d'autres ont redécouvert !

## Les acteurs et créateurs de la permaculture

Elle trouve ses bases dans les recherches de :

- **Bill Mollison et David Holmgren** (permaculteurs Australiens) qui sont les inventeurs du mot et du concept « permaculture »,
- **Masanobu Fukuoka** : microbiologiste et agriculteur Japonais qui a créé le concept d'agriculture naturelle basée sur le non-agir, dont les travaux ont été adaptés aux climats européens par :
  - **Marc Bonfils** (travaux divers sur les céréales et la culture sauvage) et
  - **Emilia Hazelipp** en France qui a mis au point une technique de culture sur butte pour le maraîchage sans travail du sol,
- **Sepp Holzer** : permaculteur autrichien, qui a appliqué les concepts et a mis au point toutes sortes de techniques basées sur la synergie et l'autonomie végétale animale et humaine.
- **Graham Bell et Patrick Whitfield**, permaculteurs anglais, auteurs de nombreux ouvrages sur la permaculture en climat tempéré.
- **Phil Corbett** Permaculteur anglais qui a mis au point des techniques de « vergers-potagers » basés sur la sylviculture et la rotation
- **Robert Hart** Permaculteur anglais qui a redécouvert le jardin-forêt (forest gardening)
- **Ken Fern** : permaculteur anglais, auteur du site et de la base de données de plus de 7000 plantes utiles, « Plants for a future ».
- **Geoff Lawton** : permaculteur australien qui a fait de nombreux designs de forestation vivrière dans de nombreux pays (voir ses vidéos sur youtube)
- **Darren Doherty** : auteur de nombreux designs et documentations pratiques sur la permaculture en grande culture, (voir youtube en anglais)
- **Rosemary Morrow** (auteur de « Earth User's Guide to Permaculture »)
- **Robin Francis** (Formatrice internationale en permaculture)
- **Dave Jack** (auteur de « Edible Forest Garden ») La bible du forest gardening
- **Martin Crawford** (chercheur en agroforesterie et en botanique comestible, voir vidéo youtube et site Agroforestry research).
- **Dominique Soltner et Jean Marie Lespinasse** (chercheurs français en agro écologie appliquée depuis plus de 40ans, ils ont écrit de nombreux livres et articles qui s'approchent de la vision de la permaculture et donnent une approche scientifique et pratique; leurs derniers livres (Guide du nouveau jardinage et Le jardin naturel), sous beaucoup d'aspects sont en résonance avec l'approche de la permaculture.

Il y en a de nombreux autres et la liste ne cesse de s'allonger.

## **- La vision et l'observation de Bill Mollison**

C'est en étudiant et en observant l'écologie et la faune forestière des parcs naturels d'Australie, ainsi qu'en vivant avec les « Koori », aborigènes d'Australie dont le style de vie était multimillénaire, que Bill Mollison a eu ce que l'on pourrait appeler des révélations. Il a compris ce dont la forêt et les écosystèmes avaient besoin pour se développer, croître, coloniser le désert et s'entretenir. Il a compris le cycle de l'aggradation.

Il a aussi réalisé que l'agriculture créait les déserts, car elle est basée sur la dégradation et le fait de lutter contre le vivant plutôt que de l'utiliser.

Sur la base de son « nouveau » savoir, il a revisité l'agriculture avec des idées neuves, pour créer des fermes autonomes basées sur les processus naturels de l'aggradation plutôt que celui de la dégradation.

Au départ, Bill Mollison a tenté de faire réagir les pouvoirs publics australiens pour lutter contre la désertification de façon « macro collective ». Mais bien vite il s'est aperçu que les intérêts économiques des lobbies agro-industriels dirigeaient les dirigeants et que la permaculture s'expérimentait de façon individuelle « micro ou communautaire » beaucoup plus qu'elle ne se dictait à grande échelle « macro sociétale ». Il a donc expérimenté son savoir de façon indépendante et micro collective en créant la communauté de Tagari avec l'aide de ses élèves!

Depuis, il n'a cessé de créer de l'aggradation et de véhiculer son savoir dans le monde entier de façon indépendante, « micro », plutôt que de lutter contre l'agrochimie et la pétrochimie de façon « macro collective ».

Et pour cause, *quand un bateau force sur des rochers, on fait plus facilement demi-tour à la nage que sur un porte-avions !!!* Mais il faut se mouiller, on se sent moins en sécurité et la position est moins confortable que sur le porte-avions, mais au moins, on peut agir !

Depuis le début des travaux de Bill Mollison, des milliers de permaculteurs ont pris la relève et ont adapté la philosophie permaculturelle à tous les climats et aux quatre coins du monde.

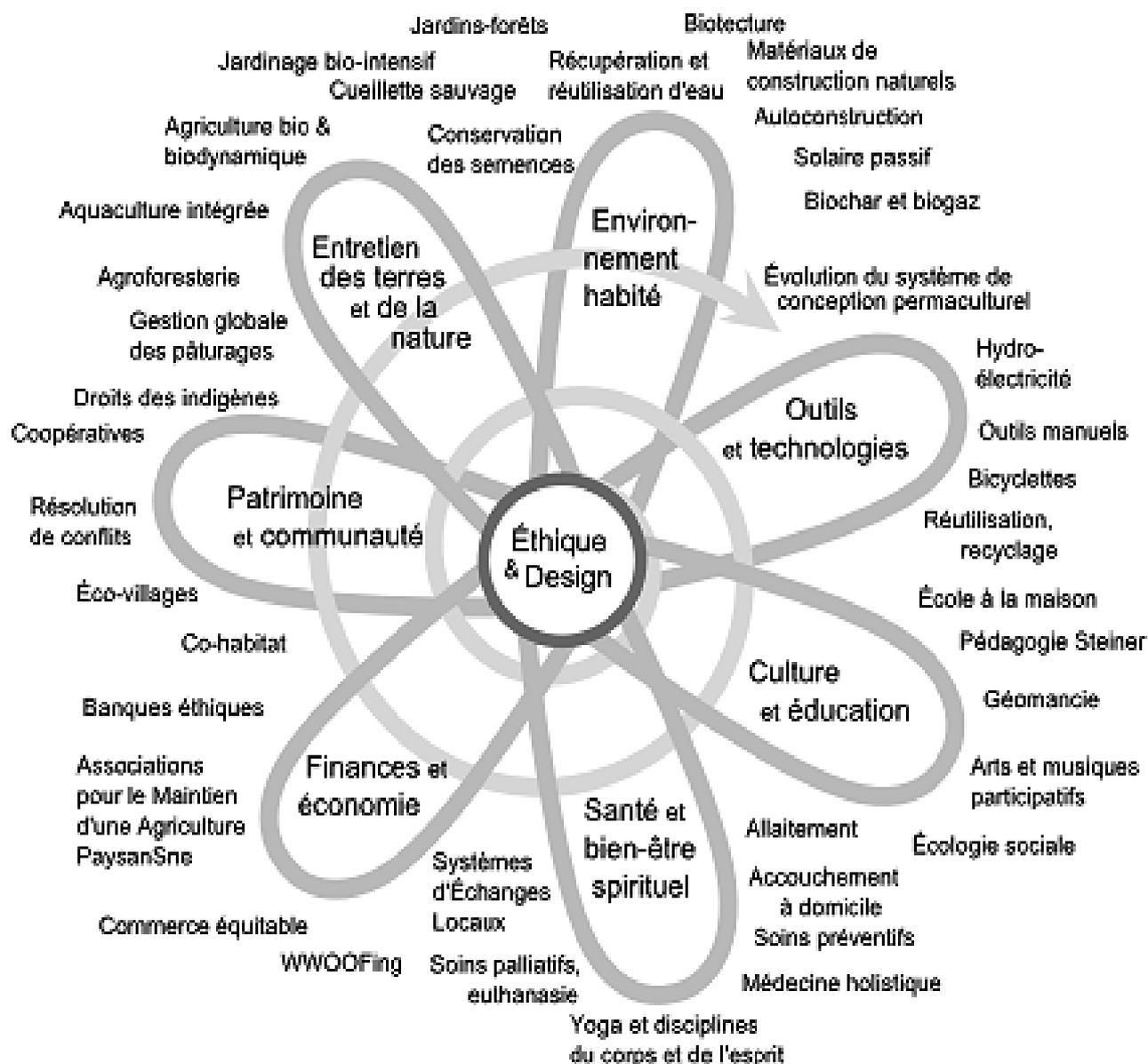
## **- La vision de David Holmgren**

David Holmgren a été un des élèves de Bill Mollison, il est le Co-inventeur du mot. Il a proposé plusieurs grands principes reposant sur l'éthique permaculturelle :

- ⇒ 1. Observer en premier et interagir en second
- ⇒ 2. Récupérer, stocker et faire circuler les énergies (eau, matière organique, mouvement naturel)
- ⇒ 3. Obtenir des rendements alimentaires et monétaires
- ⇒ 4. Appliquer l'autorégulation et accepter les réactions
- ⇒ 5. Utiliser et mettre en valeur les ressources et services renouvelables
- ⇒ 6. Tout recycler
- ⇒ 7. Planifier les structures dans leurs détails (design)
- ⇒ 8. Intégrer plutôt que séparer (inclure plutôt qu'exclure)
- ⇒ 9. Développer les solutions petites et lentes (sortir des grandes échelles)
- ⇒ 10. Développer et mettre en valeur la biodiversité
- ⇒ 11. Développer les bordures et jonctions (facteurs de plus de biodiversité)
- ⇒ 12. Développer le marginal (éviter la régularité)
- ⇒ 13. Utiliser et répondre de manière créative aux changements (s'adapter plutôt qu'adapter)

Il est également l'auteur de la fleur permaculturelle, qui propose des initiatives respectant l'éthique et les principes permaculturels dans les différents champs composant la culture humaine.

# La fleur de permaculture



## - Les trois grands principes éthiques de la permaculture :

- Prendre soin de la terre et de la vie
- Prendre soin de soi et des autres
- Créer des systèmes d'abondance, partageables.

# INDEX

abeilles .....	150	<b>Baselle</b> .....	205
Abricoprune .....	165	<b>Basilic perpétuel</b> .....	233
<b>Abricotiers</b> .....	165	bélier hydraulique .....	54, 56
<b>Acore</b> .....	239	<b>Berberis</b> .....	195
<i>actinidia</i> .....	209	Bibliographie .....	<b>278</b>
<b>aérobies</b> .....	43	<b>bio filtre</b> .....	52
<b>Agastache</b> .....	232	bio-indication aquatique .....	50
agroforesterie .....	<b>129</b>	Bois Raméal Fragmenté .....	<b>62</b>
<b>Agrumes résistants au froid</b> .....	166	bonnes compagnes aux vergers .....	<b>123</b>
<b>Ail des ours</b> .....	220	<b>Borraginacées</b> .....	124
ail perpétuel .....	222	BRF .....	53, 77, 198
<b>Airelle</b> .....	192, 239	buttes .....	71
<b>Akebia</b> .....	205	<b>Cabriet de Dickson</b> .....	171, 267
allélopathie .....	<b>115</b>	<b>Camerisier</b> .....	<b>195</b>
alliées .....	220	<b>campagnols</b> .....	70
<b>Alliacées</b> .....	123	<b>Canna</b> .....	<b>224</b>
<b>Alliaire</b> .....	220	<b>Canneberge</b> .....	240
<b>Aloé arborescent</b> .....	192	<b>Capucine tubéreuse</b> .....	206, 224
Amande de terre .....	204	<b>Capulin</b> .....	171
<b>Amandier</b> .....	167	<b>Caraganier de Sibérie</b> .....	171
Amarante .....	69	<b>Caraganier pygmée</b> .....	196
<b>Amélanchiers</b> .....	193	<b>Cardiosperme merveilleux</b> .....	206
Amour en cage .....	234	<b>Cardon</b> .....	233
<b>anaérobies</b> .....	43	<b>carences en azote et potasse</b> .....	68
analyse de sol .....	<b>61</b>	<b>Casseille</b> .....	196, 200
<b>Anémophile</b> .....	<b>117</b>	<b>Cassis</b> .....	196, 268
Animaux auxiliaires .....	146	<b>Cedrela sinensis</b> .....	171
<b>Anredera cordifolia</b> .....	205, 224	<b>Célieri d'eau</b> .....	<b>240</b>
<b>Apiacées</b> .....	123	<b>Célieri perpétuel</b> : Livèche .....	225
<b>Apios americana ou tuberosa</b> .....	<b>204</b>	<b>Cerfeuil musqué</b> .....	233
<b>Apios tuberosa</b> .....	224	<b>Cerfeuil tubéreux</b> .....	225
aquaculture .....	<b>43</b>	<b>Cerisier</b> .....	172
aquaponie .....	<b>43</b>	<b>champignons</b> .....	69, 248
<b>Aralie ou Udo</b> .....	232	champignons sauvages .....	249
<b>Araucaria</b> .....	168	Chariot à poules .....	266
<b>Arbousier</b> .....	169	<b>Châtaigne de terre</b> .....	225
Arbre à miel .....	169, 267	<b>Châtaignier</b> .....	173
<b>arbres fruitiers fidèles au semis</b> .....	<b>246</b>	<b>Chauve-souris</b> .....	150
Argousier .....	141, 143	chayotte .....	206
<b>Argousiers</b> .....	193, 289	<b>Chayotte ou Christophine</b> .....	222
<b>Aristolelia chilensis</b> .....	194	<b>Chêne à gland doux Quercus</b> .....	174
<b>Aronia</b> .....	193	chenilles .....	<b>162</b>
<b>Arroche</b> .....	194	<b>Chénopode</b> .....	233
<b>Arrowhead</b> .....	239	<b>Chervis</b> .....	225
<b>Artichaut</b> .....	233	<b>Chèvrefeuille comestible</b> .....	196
<b>Arum</b> .....	240	<b>Chico du canada</b> .....	174
<b>Asiminier</b> .....	168	chinampa .....	<b>44</b>
<b>Asperges</b> .....	232	<b>Chou Daubenton</b> .....	223
<b>asteracées</b> .....	124	choux perpétuels ou vivaces .....	223
Astuces diverses pour réguler les invasions diverses .....	<b>157</b>	<b>Christophines</b> .....	206
<b>Aubépine</b> .....	169	<b>Ciboule</b> .....	221
<b>Autostérile et auto fertile</b> .....	<b>117</b>	<b>Ciste</b> .....	<b>197</b>
Avantages du Mulch .....	63	<b>Citronnier</b> .....	<i>Voir Agrumes résistants au froid</i>
avocatier .....	288	climat .....	110
<b>Avocatier</b> .....	170	<b>Cognassier Cydonia</b> .....	174
<b>Azerolier</b> .....	171	Communautés d'arbres arbustes arbrisseaux .....	<b>127</b>
azote .....	<b>67</b>	communautés végétales .....	113
<b>Bacopa</b> .....	240	compostage .....	76, 112
<b>Baie de mai</b> .....	<i>Voir Chèvrefeuille comestible</i>	<b>Concombre grimpant</b> .....	206
Baïssières .....	<b>38</b>	Consensus .....	<b>87</b>
<b>Bambou</b> .....	194, 240	<b>Consentement</b> .....	87
<b>Bananier des régions froides</b> .....	194	<b>Consoude</b> .....	225
<b>Bardane du japon</b> .....	224	Contacts .....	<b>273</b>

Coqueret du Pérou .....	234	Haricots grimpants .....	207
Coriandre .....	233	<b>Hazelipp</b> .....	11, 71, 278, 279, 282
Coriandre perpétuel .....	233	Hélianthi .....	227
Cornouillers .....	175	hémorragies du sol .....	68
Cotonéaster .....	175	Hérissons .....	150
courge de Siam .....	222	<b>Hermaphrodite</b> .....	<b>117</b>
Courge Royal Acorn .....	206	Hôtels à insectes .....	153
Couvre sol rampants .....	218	Hôtels végétaux naturels .....	154
<b>Crambé</b> .....	223	<b>Houblon</b> .....	208
<b>Cresson</b> .....	241	<b>Houttuynia</b> .....	241
Crosnes du japon .....	225	<b>Hovenia dulcis</b> .....	180
<b>crucifères</b> .....	124	<b>Hugelkultur</b> .....	<b>72</b>
Cudrania Tricuspidata .....	176	<b>hydro morphisme</b> .....	36, 68
<b>Cyclanther</b> .....	205, 206	hydro rétenteurs .....	38
Daturas .....	124	<b>Igname de Chine</b> .....	208
Decaisnea fargesii .....	176	<b>Inconvénients du mulch</b> .....	63
dépollution des sols .....	69	Insectes carnivores .....	153
design .....	91, 95, <b>107</b>	Insectes parasitoïdes .....	152
<b>Dioïque</b> .....	<b>117</b>	<b>insectes sociaux</b> .....	28
Doliques .....	206	jardin intérieur .....	84
<b>Dracocéphale</b> .....	233	jardin-forêt .....	26
Églantier .....	197	<b>Jiaogulan</b> .....	<b>208</b>
Éleagnus .....	197	<b>Jicama</b> .....	209, 227
électro culture .....	64	<b>Jonc fleuri</b> .....	<b>241</b>
Engrais verts .....	65	Juglandacées .....	184
<b>Entomophile</b> .....	<b>117</b>	<b>Jujubier</b> .....	180
envahissantes .....	32, 69, 220	<b>Kadsura</b> .....	<b>209</b>
Épinard du Caucase .....	<b>207</b>	<b>Kaki</b> .....	<b>180</b>
épinard vivace .....	233	Kaki de Virginie .....	143
<b>épine vinette</b> .....	195	<b>Kiwaïs</b> .....	210
éricacées .....	201	<b>Kiwi</b> .....	209
Euphorbe .....	69	<b>Kudzu</b> .....	211
<b>Excès d'azote et potasse</b> .....	69	<b>l'asphyxie par l'eau</b> .....	68
exemples d'associations .....	125	<b>l'asphyxie par tassement</b> .....	68
<b>Fabacées</b> .....	124	L'électro culture .....	64
Faire une clairière .....	<b>135</b>	La « charrue » Yeomans .....	79
<b>Feijoa</b> .....	178	<b>La fleur de permaculture</b> .....	13
<b>Fenouil</b> .....	226	La serre Californienne .....	<b>46</b>
<b>Févier d'Amérique</b> .....	177	<b>Légumineuses</b> .....	265
<b>Figuier</b> .....	177, 267	<b>Lentilles d'eau</b> .....	242
<b>fleurs comestibles</b> .....	238	Les sept positions végétales .....	120
Fleurs comestibles .....	<b>237</b>	Les Zones de rusticité (USDA) .....	<b>110</b>
<b>FORECARE</b> .....	92	<b>Leycesteria Formosa</b> .....	201
forêt à volaille .....	267	Lieux à visiter .....	<b>288</b>
Fourrages .....	266	ligne clé et points clés .....	99
<b>Framboisier</b> .....	<b>198</b>	limaces .....	<b>160</b>
<b>Fuchsia rustique</b> .....	199	Liseron d'eau .....	242
<b>Gabizura</b> .....	207	<b>Lotus sacré</b> .....	<b>242</b>
<b>Gaultheria Shallon</b> .....	199	<b>mammifères sociaux</b> .....	18, 28
<b>Gesses</b> .....	207, 226, 231	<b>Manzanille</b> .....	169
<b>Gingembre</b> .....	226, 241	<b>Margose</b> .....	211
<b>Gingembre sauvage</b> .....	227	<b>Masseron cultivé</b> .....	227
<b>Goji</b> .....	199	<b>Massette</b> .....	<b>242</b>
<b>Goufla</b> .....	207	mauvais associés du jardin forêt .....	124
<b>Goyavier</b> .....	178	Médiation .....	<b>86</b>
<b>Graminées</b> .....	264, 265	Mélisse de Moldavie .....	<b>233</b>
Greffage .....	245	<b>Menthe aquatique</b> .....	<b>242</b>
<b>Grenadiers</b> .....	179	<b>Métaux lourds et pesticides</b> .....	<b>69</b>
<b>Groseillier</b> .....	200	<b>Micocoulier</b> .....	182
<b>Guimauve</b> .....	226	microclimat .....	133
<b>Gunera tinctoria</b> .....	241	<b>Monoïque</b> .....	<b>117</b>
<b>Hablitzia tamnoides</b> .....	<b>207</b>	morelle de balbis .....	237
haie .....	136	Mulching .....	62
<b>Haie épicerie de la Ferme des Miracles</b> .....	143	<b>Mûriers arbres</b> .....	182
Haie Fruitière et Potagère en Synergie .....	144	<b>Mûriers ronces</b> .....	211
Haies .....	<b>136</b>	mycélium .....	254, 255, 262
Haies brise-vent .....	<b>137</b>	mycorhization .....	<b>261</b>
haricot patate .....	204	<b>Myrrhe</b> .....	183
Haricots .....	207, 231	<b>Myrtilier</b> .....	201

<b>Nashi</b> .....	183
<b>Néflier</b> .....	184
<b>nichoirs</b> .....	147
<b>Nichoirs</b> .....	149
<b>Noisetiers</b> .....	185
<b>Noisette de terre</b> .....	225
<b>Noyer</b> .....	184
Oca du Pérou.....	228
Œillets d'Inde.....	124
<b>Oignon de Catawissa</b> .....	222
<b>Oiseaux régulateurs de nos jardins</b> .....	146
<b>Olivier</b> .....	186, 197
<b>Onagre</b> .....	227
<b>Ornithogale</b> .....	228
orteil de pêcheur .....	207, 232
Ortie .....	69, 235
<b>Oxalis</b> .....	228
<b>Palmier à fruits comestibles</b> .....	202
<b>Panais sauvage</b> .....	228
partenariats .....	115, 116
Passiflore .....	140, 212
<b>Patate douce</b> .....	213, 228
<b>Pécanyers</b> .....	186
<b>Pêche et pêche de vigne</b> .....	187
pédo-épuraton .....	53
<b>Pepino</b> ou « melon poire ».....	202
<b>Persil tubéreux</b> .....	228
<b>Petit pois à rame</b> .....	213
<b>Philip Forrer</b> .....	72, 289
<b>Physalis</b> .....	234
phyto-épuraton .....	51
<b>Pin pignon</b> .....	188
<b>Pistachier</b> .....	188
<b>plante huitre</b> .....	234
Planter en croissant .....	<b>133</b>
plantes à sucre.....	239
plantes aquatiques .....	43
Plantes aquatiques comestibles .....	<b>239</b>
Plantes bio indicatrices.....	68
<b>Plantes comestibles d'ombre</b> .....	216
Plantes fourragères pour les animaux.....	<b>263</b>
Plantes répulsives contre les rongeurs .....	70
<b>Plaqueminier</b> .....	180
<b>Poireau des vignes</b> .....	222
<b>Poirier</b> .....	189
<b>Pois de senteur</b> .....	213
pollinisateurs .....	150
<b>Pomme de terre</b> .....	229
<b>Pommier</b> .....	188
pompage alternatifs sans énergie .....	54
<b>Poncirus trifoliata</b> .....	190
<b>porte-greffes sauvages</b> .....	245
<b>Prêles</b> .....	124
Produire son mulch .....	63
Protection épineuse .....	139
<b>Prunier</b> .....	190
<b>Pseudocydonia oblonga</b> Faux cognassier .....	191
pucerons .....	<b>159</b>
<b>Ragouminier</b> .....	202
<b>Raifort</b> .....	229
<b>Raiponce cultivée</b> .....	229
<b>Rapport C/N de différentes matières organiques</b> ...	77
rapports humains .....	<b>84</b>
<b>Régliasse</b> .....	203, 234
Renouée du japon .....	69
Rhubarbe.....	234
<b>Riz sauvage</b> .....	242
Rongeurs .....	<b>157</b>
<b>Rosier à gros fruits</b> .....	203
Salades perpétuelles .....	<b>235</b>
<b>Salsifis austral</b> .....	<b>229</b>
<b>Sarrasin vivace</b> .....	235
<b>Schepherdia argentea</b> .....	203
<b>Schisandra sinensis</b> .....	213
<b>Scolyme d'Espagne</b> .....	229
Sites Internet de permaculture.....	<b>286</b>
<b>Sorbier</b> .....	191
<b>Souchet</b> .....	229, 243
Stages de formations.....	<b>282</b>
<b>Stauntonia hexaphylla</b> .....	<b>214</b>
<b>Sureau</b> .....	203
<b>Tableau d'étalement des récoltes fruitières</b> .....	145
<b>Tamarillo</b> .....	204
Tanaisie .....	69
<b>Taro</b> .....	230, 243
<b>Tayberry &amp; Loganberry</b> .....	214
tempérance.....	111
Terra preta .....	62
<b>test du boudin</b> .....	61
têtard .....	264
<b>Têtards</b> .....	<b>132</b>
<b>tomate en arbre</b> .....	204
<b>Tomate litchi</b> .....	237
<b>Tomates</b> .....	236
<b>Tomates grimpantes</b> .....	214
<b>Topinambour</b> .....	230
<b>Tronchuda</b> .....	223
<b>Ulluque</b> .....	231
<b>Urticacées</b> .....	124
<b>varroa</b> .....	150
<b>Vélar fausse giroflée</b> .....	235
<b>Vignes ou vitis</b> .....	214
<b>Violacée tulbaghia</b> .....	222
<b>Viorne</b> .....	192
vivaces.....	220, 224, 232
volailles .....	<b>266</b>
<b>Xanthoceras sorbifolia</b> .....	204
<b>Yacon</b> .....	231
<b>Yucca</b> .....	204