

A woman with long brown hair, wearing a green patterned sweater, is kneeling in a sunlit forest. She is holding a bundle of green herbs in her hands and looking upwards. A wicker basket is slung over her shoulder. The background is filled with tall, thin trees and sunlight filtering through the canopy. On the right side, there are decorative white line-art swirls and vines.

De la Terre à la Lumière

UNE PLONGÉE INITIATIQUE AU CŒUR DU VIVANT
— Le livre-remède pour guérir son âme —



Par **MARIE COCHARD**,
créatrice de **Druidéesse**.

« La manière dont Marie Cochard s'adresse
à nous est poétique, tel un langage codé
qui nourrit l'âme autant que l'esprit. »

Camille Sfez

● Éditions
EYROLLES

Éditions Eyrolles
61, bd Saint-Germain
75005 Paris
www.editions-eyrolles.com

Conception graphique/mise en pages/
photographies/illustrations : Olivier Cochard

Relecture/correction : Muriel Galichet et Emmanuelle Peraldi

*Depuis 1925, les éditions Eyrolles s'engagent en proposant des livres pour
comprendre le monde, transmettre les savoirs et cultiver ses passions !*

*Pour continuer à accompagner toutes les générations à venir,
nous travaillons de manière responsable, dans le respect de l'environnement.*

*Nos imprimeurs sont ainsi choisis avec la plus grande attention,
afin que nos ouvrages soient imprimés sur du papier issu de forêts gérées
durablement. Nous veillons également à limiter le transport en privilégiant
des imprimeurs locaux. Ainsi, 89% de nos impressions se font en Europe,
dont plus de la moitié en France.*

*En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement
ou partiellement le présent ouvrage, sur quelque support que ce soit,
sans l'autorisation de l'éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit
de copie, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris.*

© Éditions Eyrolles, 2023
ISBN : 978-2-416-00806-1

MARIE COCHARD

De la Terre à la Lumière

UNE PLONGÉE INITIATIQUE AU CŒUR DU VIVANT
– *Le livre-remède pour guérir son âme* –

● Éditions
EYROLLES

*« Vint un temps où le risque de rester à l'étroit dans un bourgeon
était plus douloureux que le risque d'éclorre. »*

Anaïs Nin

*À tous les gardiens et gardiennes de l'eau,
des forêts, des semences originelles,
des chants sacrés et des danses de la paix.*

Aussi longtemps qu'existeront les arbres.

Aussi longtemps qu'il y aura des étoiles.

*Puissé-je moi aussi demeurer pour abreuver l'humanité
des « mets » sages de l'instant et de la beauté du Vivant.*

Sommaire

Préface de Camille Sfez	10
Avant-propos	14
Introduction	18
Mes racines	
Terres originelles	18
Tissage végétal	22
Forêt fusionnelle	26
Mes ailes	
Feu sacré	30
Sagesse primordiale	40
Gardiennes des portes	45
LA LUNE « Je sens »	53
1. Fin octobre, Lune des récoltes « <i>Reconnecte ton cœur à la Terre</i> »	58
2. Novembre, Lune des derniers oiseaux « <i>Décèle tes peurs</i> »	66
3. Décembre, Lune des ancêtres « <i>Découvre le legs de tes héritages</i> »	76
4. Janvier, Lune des arbres « <i>Communie avec le silence</i> »	82
5. Février, Lune du Loup « <i>Contacte ta puissance</i> »	88
6. Mars, Lune enneigée « <i>Redresse-toi avec foi</i> »	96

	LE SOLEIL « Je suis »	107
7. Avril, Lune des semences		112
<i>« Abreuve-toi de lumière »</i>		
8. Mai, Lune des vents		118
<i>« Agis et sois depuis le cœur »</i>		
9. Juin, Lune des fleurs		124
<i>« Incarne ta vocation »</i>		
10. Juillet, Lune des fraises		132
<i>« Bénis tout ce qui est »</i>		
11. Août, Lune chaude		138
<i>« Laisse vibrer ton âme »</i>		
12. Septembre, Lune orageuse		146
<i>« Retrouve le chemin de l'unité »</i>		

	L'UNIVERS « Je transcende »	155
13. Début octobre, Lune bleue		156
<i>« Embrasse l'être d'Amour que tu ES »</i>		
Gratitude		166
Retraites		170





Marie Cochard est une gardienne des sagesse du Vivant.

Cueilleuse de plantes médicinales et recueilleuse de sagesse ancestrales, héritière d'hommes des bois descendant d'une lignée celtique et de tradition druidique, poétesse va-nu-pieds et « magicienne » des plantes, elle entretient un lien privilégié avec le monde végétal, le monde animal et le monde minéral.

Dépositaire des voies anciennes, elle communit avec les Esprits de la nature et s'en fait la porte-parole.

Marie est l'auteure des livres *Les épiluchures, tout ce que vous pouvez en faire* et *Notre aventure sans frigo ou presque...*, parus aux éditions Eyrolles, et *Druidéesse* (collection de sept recueils).

Praticienne en sylvothérapie (bains de forêt) et gemmothérapie (remèdes confectionnés à base de bourgeons), facilitatrice de cercles de parole, Marie accueille également femmes et hommes à l'occasion de retraites dans ses Landes d'adoption, pour des temps de découverte, de transformation et de communion avec la nature, au fil de la roue des saisons.

Le chant sacré compte également parmi ses outils de guérison de prédilection. Il est pour elle la langue du cœur et l'une des plus anciennes médecines de l'humanité, qui permet de transmettre et recevoir des fréquences, de communiquer avec les dimensions plus subtiles et de relier les mondes.

Marie est heureuse de déployer sa mission : aider la sagesse ancestrale à s'ancrer sur la Terre en incarnant un pilier lumineux et en se mettant au service de l'énergie de guérison.

www.druidesse.fr