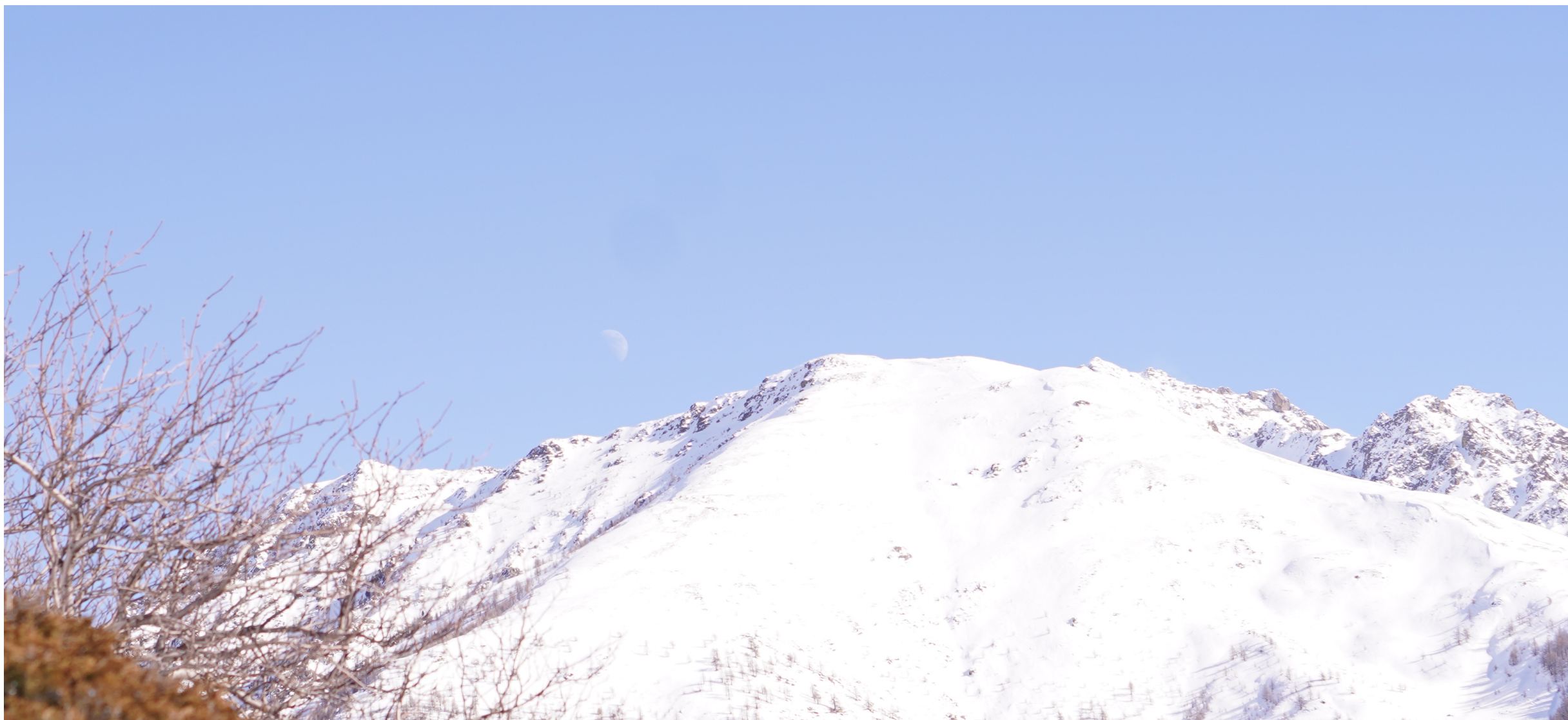




# INSPIRATIONS

## CÉLÉBRER LE RETOUR DE LA LUMIÈRE





En plus de mes rencontres sensibles avec l'Épicéa, le Sapin blanc ainsi que le Houx,  
voici mes inspirations pour créer cette immersion.

Pour rappel, ma bibliographie de référence se trouve dans les documents-racines.



MES GRANDS ÉMERVEILLEMENTS  
PENDANT MES MARCHES DANS LA NEIGE





# LES MOTS JAPONAIS POUR DIRE LA NEIGE

Yuki 雪 : neige

kona-yuki 粉雪 : neige en forme de poudre, poudreuse

tama-yuki 玉雪 : boules de neige qui apparaissent au début et à la fin de la saison hivernale

hai-yuki 灰雪 : neige de cendre, neige légère qui virevolte dans l'air

wata-yuki 綿雪 : neige de coton, une neige épaisse comme le coton

mochi-yuki 餅雪 : neige collante comme le mochi

beta-yuki べた雪 : neige lourde (qui contient plus d'eau que mochi-yuki)

mizu-yuki 水雪 : neige fondue

## ET LE MOT YUKIMI

= admirer les paysages enneigés



*Utagawa Hiroshige Nuit de neige à Kambara (1833-1834)*



## LES MOTS INUITS POUR DIRE LA NEIGE

En inuktitut, il y a toute une palette de mots pour décrire la neige.

Les inuits ont un mot particulier pour la neige qui s'accumule horizontalement sur les branches, *Qali* ou la forme de bol que prend la neige autour d'un arbre.

Upsik désigne la neige qui battue par le vent, *Qanik* la neige qui tombe, *Qanittaq* (« neige ajoutée ») la neige fraîchement tombée, *Sitilluqaq* (« une récente masse dure ») s'applique à une congère de neige durcie qui s'est formée après une tempête, *Pukak* se réfère à la neige cristalline sur le sol, *Pukaka*, un manteau de neige étincelant, *Katarkartanaq*, la neige croustillante, *Masaq* la neige mouillée qui tombe, *Naterovaq* la neige sèche apportée par le vent ; et il faut se méfier de la *Kavisilaq*, la neige glacée durcie par la pluie

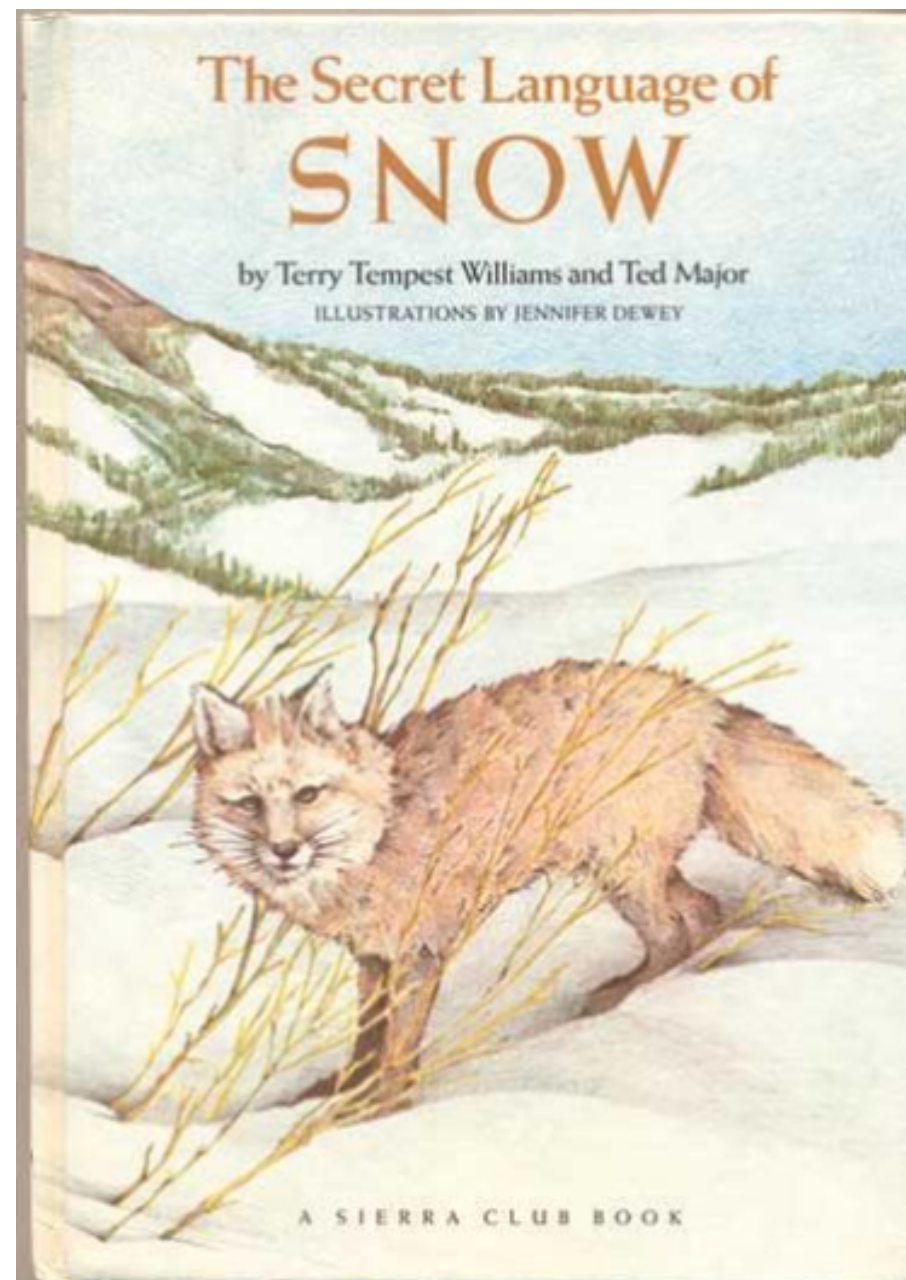




# THE SECRET LANGUAGE OF SNOW

de Terry Tempest Williams

(livre pour enfant dans lequel elle parle de ces différentes qualités de la neige)

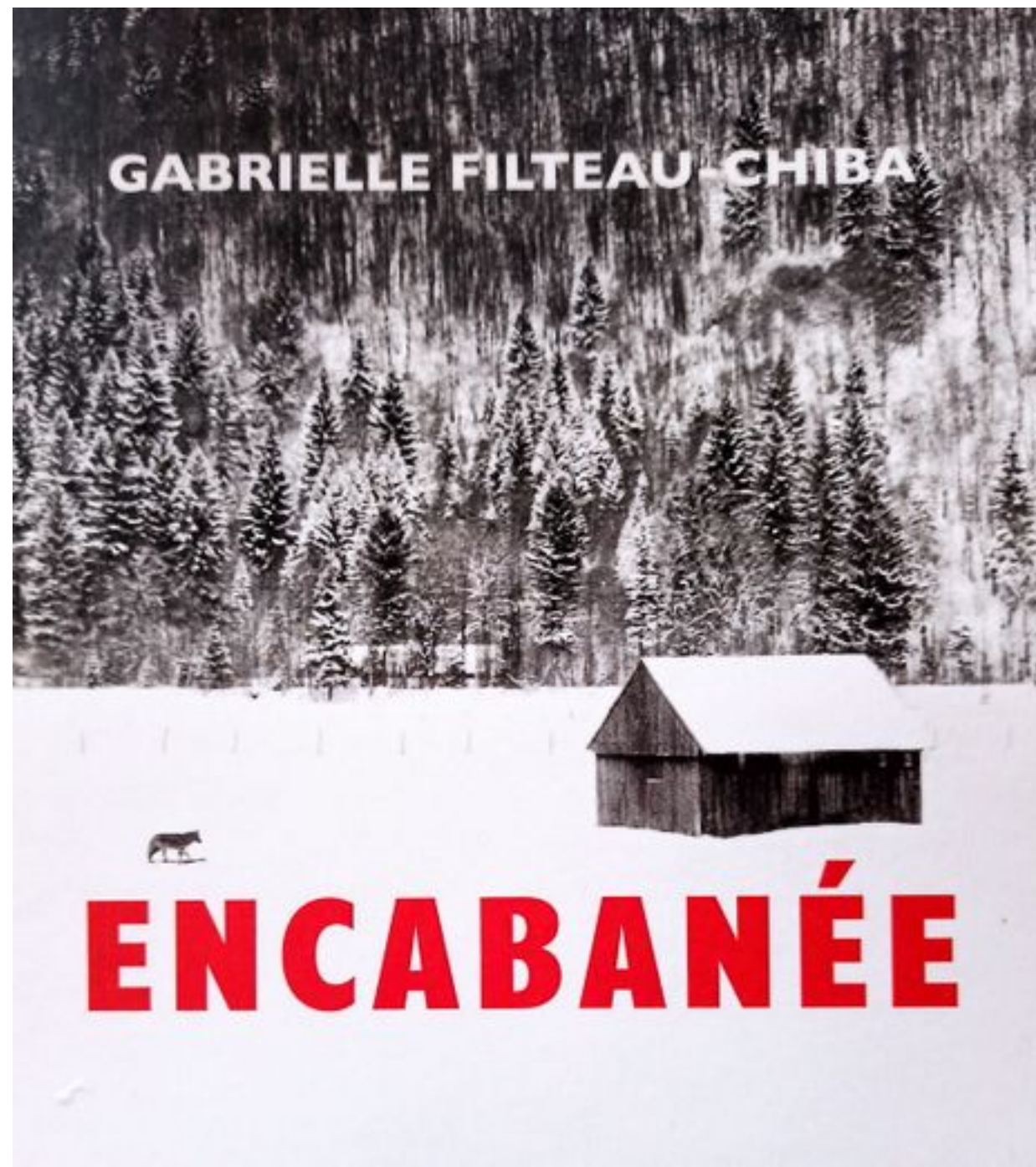




LE LIVRE  
ENCABANÉE  
de Gabrielle Fiteau-Chiba

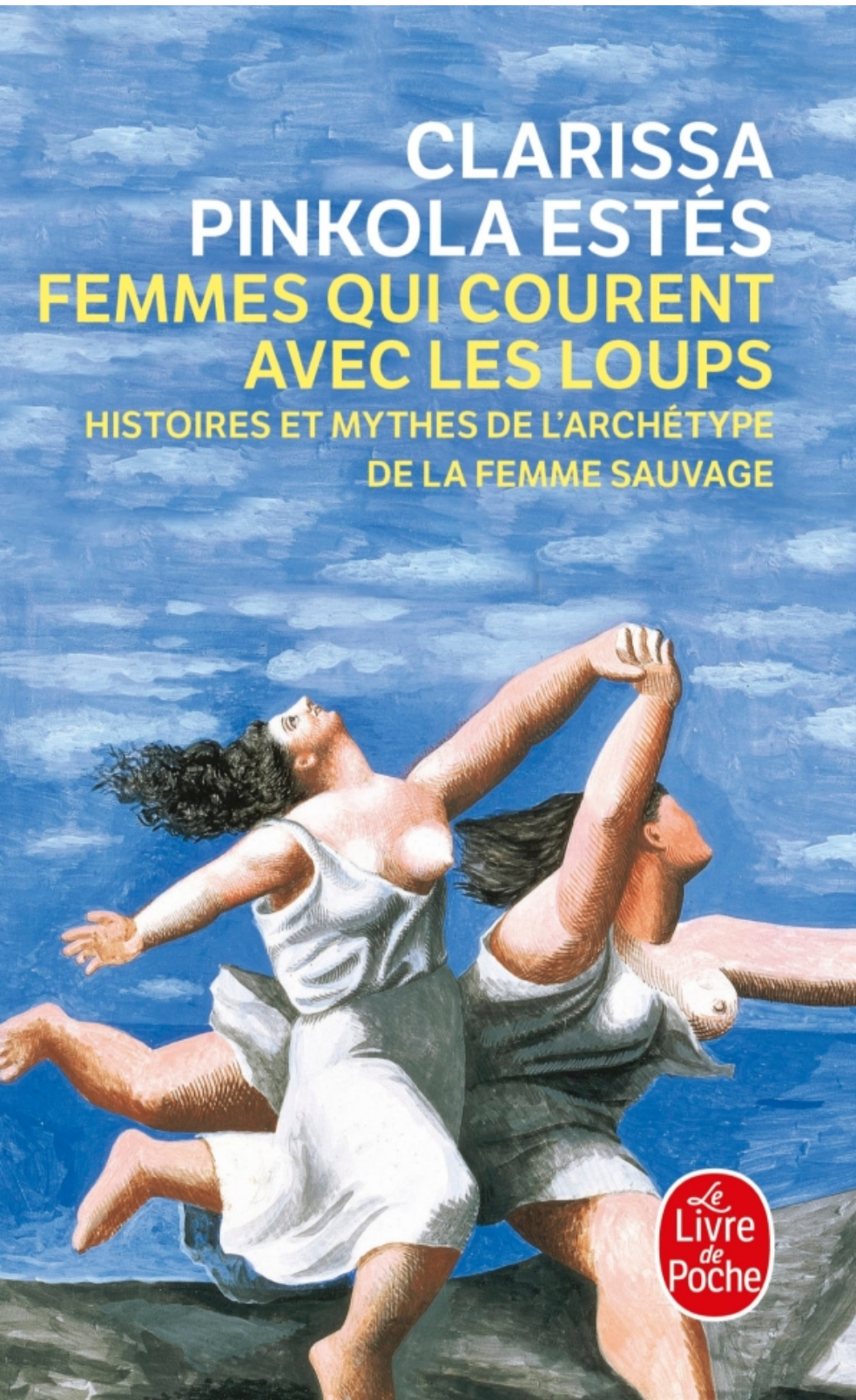
et ce documentaire sur elle

<https://www.arte.tv/fr/videos/122957-000-A/gabrielle-fiteau-chiba-l-encabanee-du-quebec/>





LE CONTE « L'OURS AU CROISSANT DE LUNE »  
du livre Femmes qui courent avec les loups  
de Clarissa Pinkola Estès  
(sur la symbolique de l'ascension de la montagne)





LES CITATIONS  
de Khalil Gibran  
à propos de la neige

« La gentillesse est comme la neige,  
Elle embellit tout ce qu'elle recouvre. »

« Les tempêtes et les neiges emportent les fleurs mais elles ne font pas disparaître les graines. »

« Vous êtes pareil à l'arbre nu qui plie sous le poids de la neige en hiver. Mais le printemps viendra qui jettera sur vous son manteau de verdure. Alors la vérité déchirera le voile de pleurs qui cache votre rire. »

« Il est en vous, le flocon de neige, qui court vers la mer ... »





CE PARTAGE DE SARAH HUBER  
de @alpagedecottier



Mélancolie  
Parfois le silence de la neige ne suffit plus  
À adoucir les rumeurs du monde



# LES PARTAGES DE SPLENDIDES PAYSAGES ENNEIGÉS de @alpagedecottier

et ses produits d'herboristerie fabriqués avec soin et respect pour les plantes  
en haute montagne

<https://alpagedecottier.ch/boutique/>





# RECONNAITRE LES TRACES D'ANIMAUX DANS LA NEIGE

du magazine Salamandre

<https://www.salamandre.org/article/reconnaitre-les-traces-des-animaux/>





LES PHOTOS D'ANIMAUX SAUVAGES DANS LA NEIGE  
de Jérémie Villet  
@jeremievillet





LES PHOTOS D'ANIMAUX SAUVAGES DANS LA NEIGE  
de Jérémie Villet  
@jeremievillet





LES PHOTOS D'ANIMAUX SAUVAGES DANS LA NEIGE  
de Jérémie Villet  
@jeremievillet





LE TERME  
« S'ENFORESTER »  
employé par Baptiste Morizot  
dans son livre  
SUR LA PISTE ANIMALE



« S'enforester n'exige pas une forêt au sens stricte, mais simplement un autre rapport aux territoires vivants : le double mouvement de les arpenter autrement, en se branchant à eux par d'autres formes d'attention et de pratiques; et se laisser coloniser par eux, se laisser investir, les laisser emménager dedans. [...] s'enforester c'est comme une tentative pour aller hiverner là-bas, à l'intérieur du point de vue des animaux sauvages, des arbres qui communiquent, des sols vivants qui travaillent, des plantes alliées du potager permacole, pour voir par leurs yeux et se rendre sensible à leurs us et coutumes, à leurs perspectives irréductibles sur le cosmos, pour investir de meilleurs relations avec eux. »

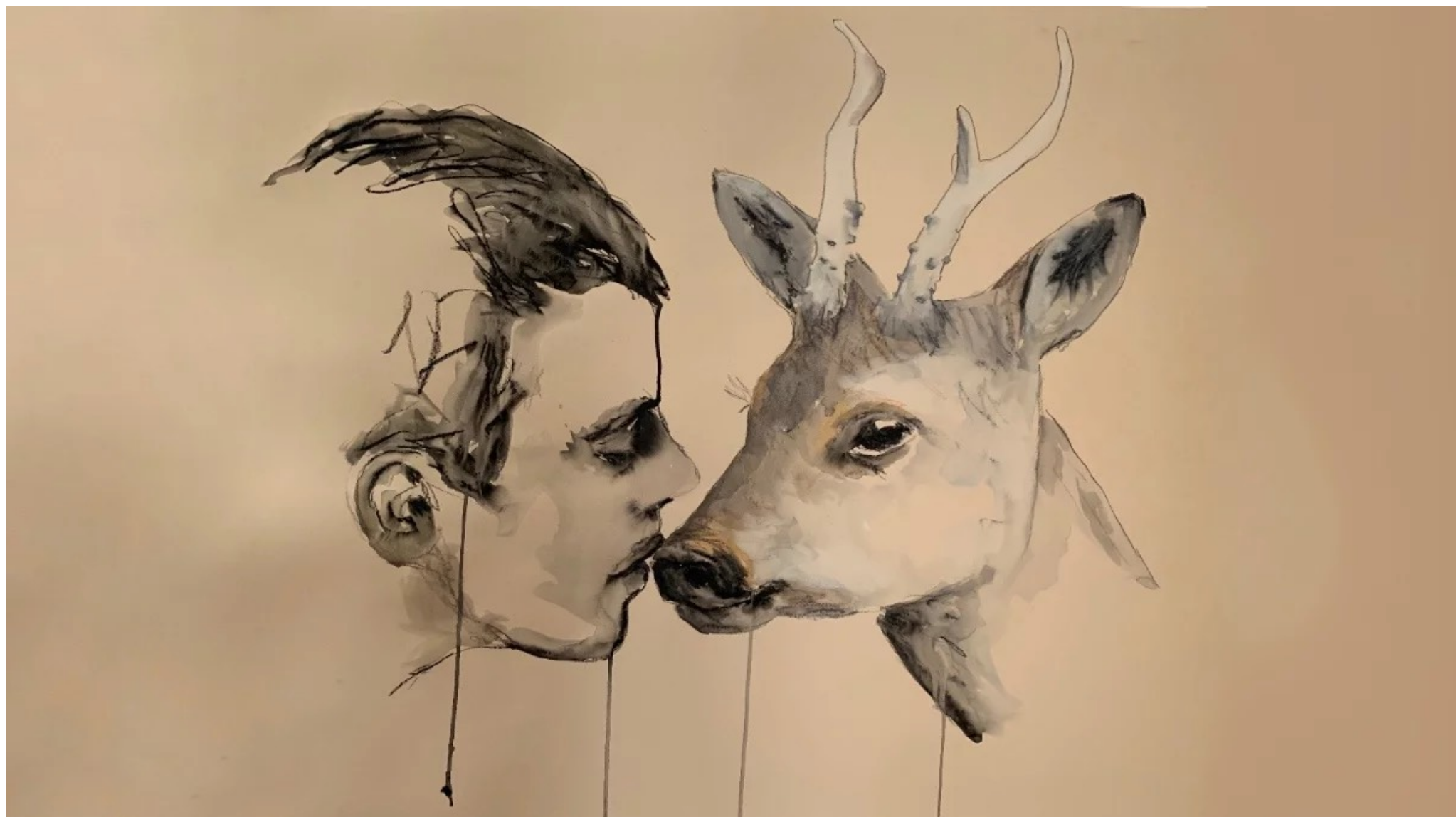


L'EXPOSITION  
S'ÉCLAIRER SANS FIN  
d'Edi Dubien  
(Musée de la chasse et de la Nature, Paris)

et son travail artistique dans lequel il fait se rencontrer  
des enfants victimes de guerres avec des animaux sauvages ou des plantes sauvages







Edi Dubien





Edi Dubien



CES ARTICLES SUR LES CONIFÈRES  
de l'excellent blog Zoom nature

<https://www.zoom-nature.fr/coniferes-qui-etes-vous-acte-1/>

<https://www.zoom-nature.fr/coniferes-qui-etes-vous-acte-2/>





CET ARTICLE SUR L'IF  
et sa symbolique  
de l'excellent blog Books of Dante

<https://booksofdante.wordpress.com/2018/12/07/lif-taxus-baccata/>

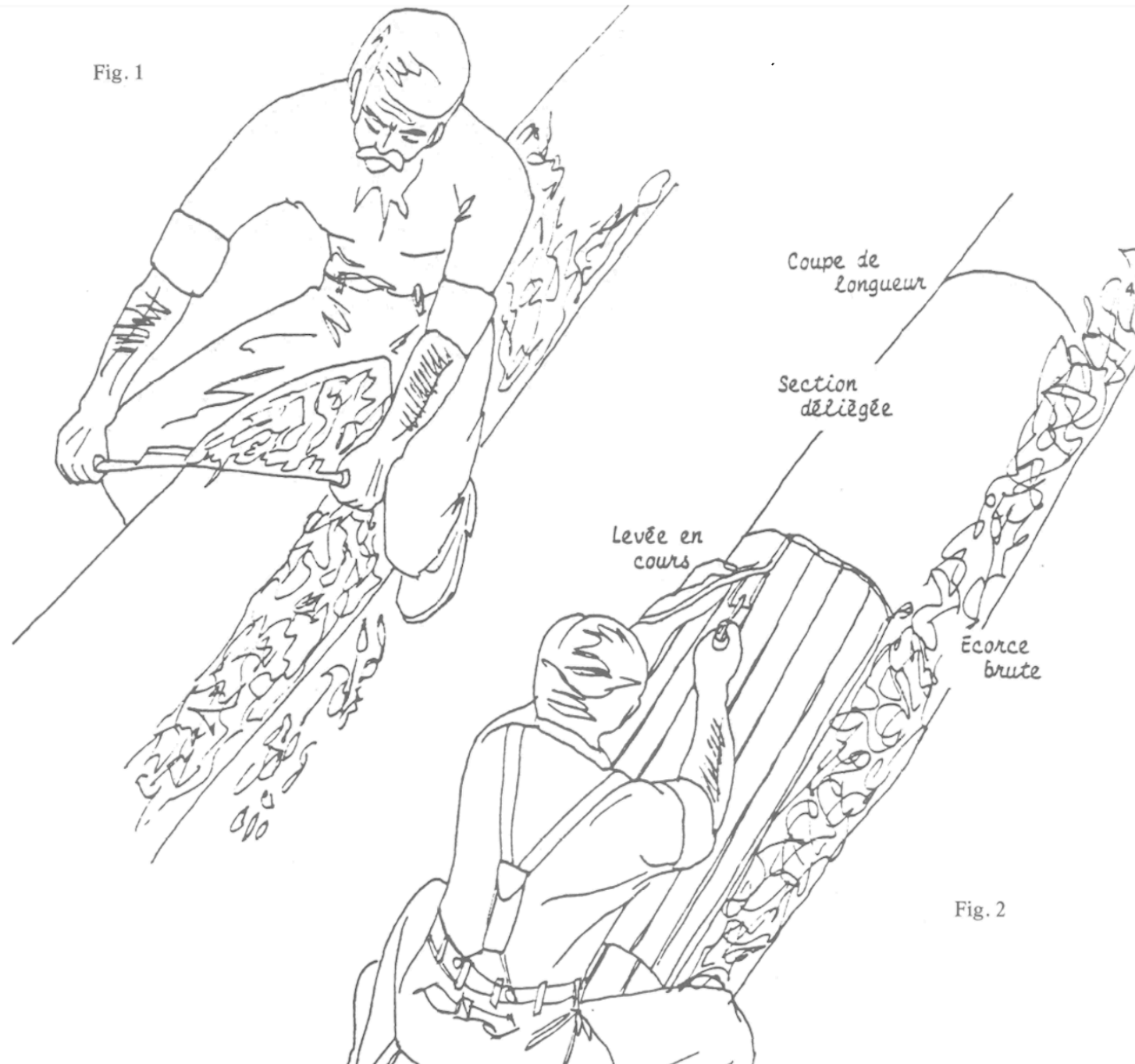




# CE DOCUMENT SUR LE MÉTIER DE SANGLIER

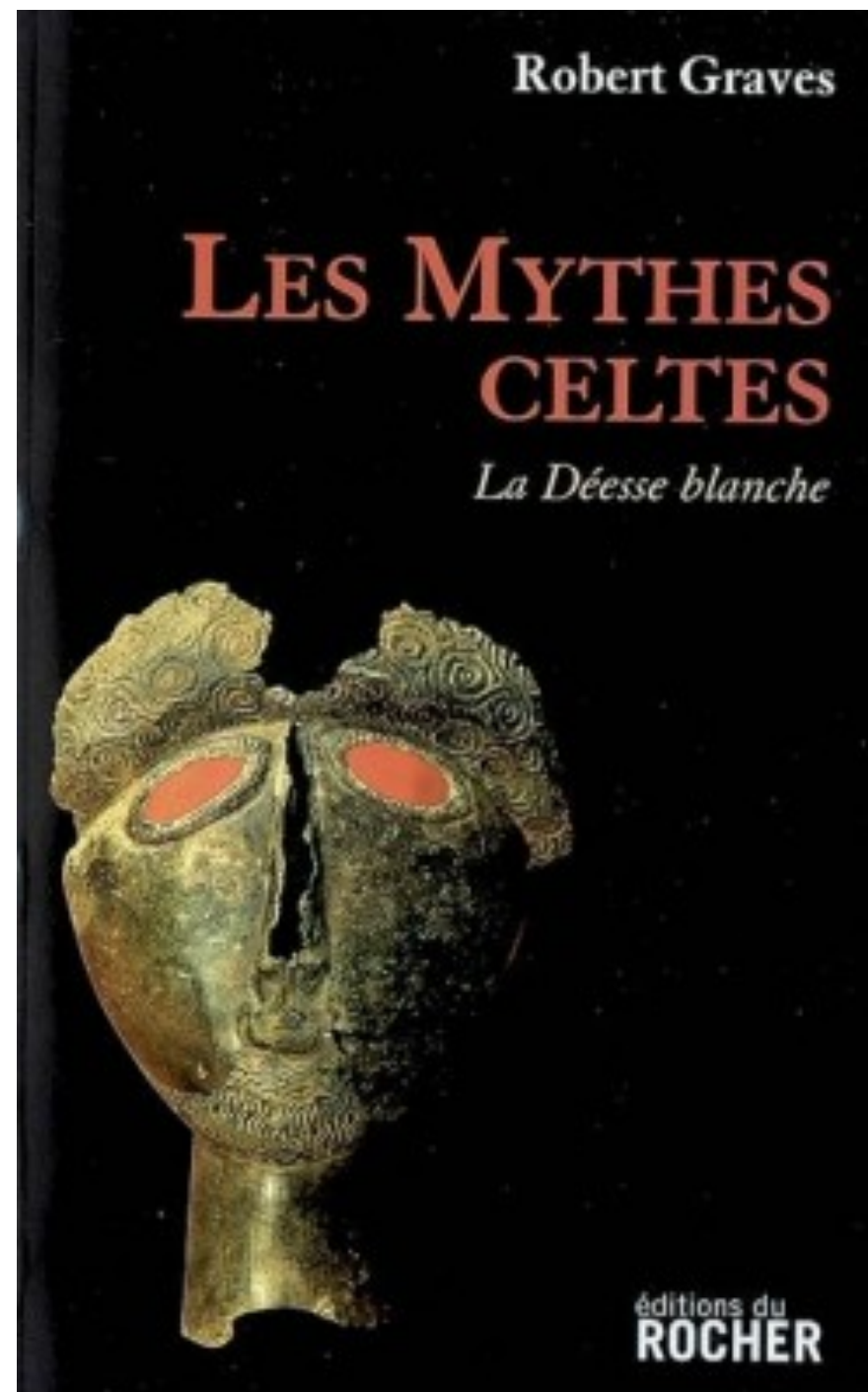
<file:///Users/marinelafon/Downloads/Le%20%C2%AB%20sanglier%20%C2%BB%20du%20Jura.pdf>

Fig. 1





LES MYTHES CELTES  
de Robert Graves





L'ÉVÈNEMENT  
FORÊT ET SANTÉ  
organisé chaque année  
par Vieilles racines et jeunes pousses  
dans la Creuse

<https://www.vieilles-racines-et-jeunes-pousses.fr/evénements/>



Vieilles Racines et Jeunes Pousses  
et le Théâtre Hélios  
vous présentent

## FORÊT & SANTÉ

"Les Cernes du Temps"

8 et 9 novembre 2025  
Mérinchal, Creuse

Ateliers  
Expositions  
Conférences  
Balades botaniques  
Spectacles, Librairie, Pépinières



LES PERFORMANCES DANSÉE DE L'ARBORÉOGRAPHIE  
et un spectacle poétique de Mami Kitagawa et Sandrine de Borman  
autour des arbres

<https://larboreographie.com/>





# MUSIQUE

*Des musiques qui accompagneront l'observation des flocons de neige entrain de tomber.*

At Dawn  
Hania Rani

Snow  
Aukai

Taro  
alt-J

Glass  
Hania Rami

Etincelles  
Anouar Brahem

La Neige tombe  
Nick Carve, Warren Ellis

Après La Neige  
Airelle Besson

Neige  
Airelle Besson

Barca solaris  
Haddock trio

Morning Sun  
Melody Gardot

Sun will set  
Zoë Keating

Eastern Sun  
Ayla Nereo

Walk in the Sun  
Edouard Ferlet

Here Comes the Sun  
Nina Simone

[Retrouvez la playlist de l'immersion en cliquant ici](#)

(c'est une playlist spotify. Vous pouvez aussi charger les musiques sur votre plateforme d'écoute)