

Sommaire*

Avant-propos, l'esprit d'*Arts de vie sauvage* 5

Réflexions sur la vie sauvage 7

Chapitre 1

Faire du feu,
de tout bois et en toutes circonstances 18

Chapitre 2

Cordes et filets, le travail des fibres 52

Chapitre 3

Les colles végétales, brais, résines et cire 82

Chapitre 4

Fabriquer ses contenants de plein air 100

Chapitre 5

L'arc, sa corde et ses flèches 120

Chapitre 6

Partir ! ou l'appel de la forêt 160

Bibliographie 230

* N.D.A. : les sommaires détaillés de chaque chapitre se trouvent à leur début.



Réflexions sur la vie sauvage

Survie ou immersion ?	8
L'environnement, un allié ?	9
La liberté enfin !	9
Invitation à l'immersion sauvage	10
Petits détails pour grands bonheurs	10
Face à la nature, garder une âme d'enfant	11
Un exercice qui relève du sacré	13
Par où commencer ?	13
Parce que nous le pouvons !	15
Des alternatives culturelles viables	16



Faire du feu

de tout bois
et en toutes circonstances

Âme et énergie du feu	20
Environnement du feu	26
Carburants ... et comburants	26
Que faut-il savoir ?	26
Préliminaires à l'allumage d'un feu	28
Préparer le foyer	29
Rechercher des matériaux d'allumage	29
Comprendre le feu : la pyrolyse	30
Le bois	31
Technique des bois en friction	32
La technique avec archet	33
Drille et/ou forêt	34
Archet	35
Corde de l'archet	35
Paumelle et/ou coupelle	36
Planchette ou sole	37
De l'importance de l'encoche à la braise	37
Réaliser son matériel à feu	38
La drille	38
L'archet et sa corde	39
La coupelle	40
La planchette	41
Allumer un feu par friction	42
De la théorie à la pratique	42
La mise à feu	43
Technique de feu par percussion	44
Feu par percussion d'une pyrite	45
La marcassite	46
Le percuteur	47
L'étoupe	47
L'économie de l'amadou	48
Allumer un feu par percussion	49
Les briquets « tout temps »	51



Cordes et filets, le travail des fibres

Les fibres végétales	55
Qu'est-ce qu'une fibre ?	55
Petite histoire...	56
Nos principaux matériaux sauvages	57
Quelles plantes donnent quelles fibres...	58
L'extraction des fibres	59
Sans rouissage, ... ou avec	59
Le rouissage en pratique, l'exemple du tilleul	60
De la fibre à la corde	61
De la fibre au simple lien et à la corde...	61
Types de cordes	61
Le cordage et ses composants	62
Corder des fibres	63
Les principes de base	63
Cordelette à deux brins	64
Cordelette en ortie à trois brins	65
Corder des fibres sans les rouir	66
L'épilobe	66
Cordelette pour anse de pochette	67
L'épissure, ou comment arrêter son ouvrage	68
Principe	68
Usages	68
Épissure sur cordelette à deux brins	69
Épissure sur cordelette à trois brins	70
De la maille au filet	71
Filet de portage ou de pêche	71
Le filet cordé à mailles	71
Réaliser des objets en tilleul	73
Un travail digne des dentelières	73
Filet de portage à bandoulière	74
Filet à fond droit	79

De haut en bas...

Premier rang : à gauche, chanvre, à droite lin industriel. Second rang : lin travaillé manuellement. Entre les rangs 2 et 3 : graminées sauvages. Troisième rang : tilleul. Quatrième rang : filasse de carex (rembourrage). En bas : tiges d'ortie.

Les colles végétales

brais, résines et cires

Histoire de colle	84
Définition	84
Histoire	84
Colle ou mastic ?	86
Quelle plante pour quelle colle ?	86

Définition et usages	87
Colles simples et colles composées	87
Étancher	87

Le brai de bouleau	88
Définition	88
Extraction	88
Des usages du brai	91
Extraction du brai de bouleau	92

Les résines	94
Gemmer la résine	94
Définition	95
Extraction	95
Usages	95
Extraction et usages de la racine de pin	96

La colle de masse	97
Définition	98
Composition	98
Usages	98
Pas à pas	99



Fabriquer ses contenants de plein air

De la fibre brute au panier	102
Histoire d'intuition	102
Résumer la méditation à une rumination	103
Matériaux dont on fait des contenants	104
Les ancêtres des poteries	104
Tableau des matériaux	105
Vanneries d'écorce	106
Des pièces à entrelacer	109
...et d'autres à tresser	109
Réalisations	111
Boîtes rondes	111
Boîtes cousues à fond rabattu	112
Boîtes pliées cousues	114
Vannerie à nappe	116
Vannerie souple sur croisée	118



L'arc

ses flèches et sa corde

Histoires d'arc	122
Définition	122
Histoire	122
Quels bois ?	123
Récolter le bois	124

De l'ébauche à l'objet fini	126
Quelques éléments pour choisir un bon bois d'arc	126
L'ébauche en bois vert	127
Travail de l'ébauche sèche	133
L'équilibrage	134
Ultimes finitions	136
Réalisation de l'arc	137

Les flèches	144
Définition et histoire	144
La démarche	145
Récolte des fûts	145
L'empennage	146
Pointes	147
Coller et ligaturer	148
Le montage	150

La corde de l'arc	154
Histoire	154
Végétale ou animale	154
Mise en pratique	155
Le nœud	158
Le tranche-fil	158
Réalisation du tranche-fil	159



Partir !

ou l'appel de la forêt

Prémices du départ	162
À chacun son histoire	163
Où mettons-nous les pieds?	163
Monter un camp	165
Itinérant ou sédentaire	165
Priorité au foyer	166
S'abriter	166
L'éloge de la simplicité	166
Matelas et tapis de sol	169
Se déplacer et cheminer	171
Quelque part dans le Grand Nord!	171
Avion, canot, cheval...	172
Cheminer à pieds	174
Traverser une rivière	175
Manger sauvage	177
Préambule	177
Équilibre alimentaire	177
Parer aux manques	179
Récolter sans risques	180
Eau et boissons	188
La pêche et la chasse	191
Rencontres!	203
Favoriser les rencontres	203
Voir sans être vu!	209
Rencontres insolites	211