

Herb Art

VOIES DE GUÉRISON



EAU, HYDROTHÉRAPIE ET PLANTES MÉDICINALES

Herb Art

VOIES DE GUÉRISON



EAU, HYDROTHÉRAPIE ET PLANTES MÉDICINALES

Ce document rassemble des informations transmises selon la tradition des herboristes d'hier et d'aujourd'hui.

Les informations contenues dans ce document n'excluent en aucun cas le recours préalable à un diagnostic établi par un professionnel de la santé et ne peuvent remplacer celui-ci.

Malgré tout le soin apporté à la recherche et à la rédaction concernant ce document, une erreur aura pu s'y glisser. L'éditeur et toutes les personnes ayant travaillé au présent document ne pourront être tenus responsables des conséquences ou résultats, quels qu'ils soient, ou d'une interprétation erronée.

Tous les textes, photographies, dessins et illustrations du présent ouvrage sont protégés par la Loi sur le droit d'auteur.

Toutes représentations, reproductions, archivages, transmissions intégrales ou partielles, par quelque procédé que ce soit, sont strictement interdits.

Direction éditoriale et pédagogique : Natacha Imbeault

Auteurs : Danièle Laberge, Anny Schneider, Catherine Lalonde

Révision de contenu : Natacha Imbeault

Relecture d'épreuves : Lily Monier, Hélène Zaccardelli

Mise en page : Nicolas Bilodeau, Sylvie Bellay

© Danièle Laberge
pour les photographies

© Aline Bérard
pour les illustrations

Eau, hydrothérapie et plantes médicinales

© 2010 L'Herbothèque

L'Herbothèque inc.

Lantier

(Québec) Canada

(819) 326-4516

herbo@herbotheque.com

www.herbotheque.com

ISBN : 978-2-89486-243-8

Pour protéger l'environnement, ce livre est imprimé sur du papier « Rolland Hitech 50 » de Cascades qui a les spécifications suivantes :

• Contient 50 % de fibres postconsommation et 50 % de fibres vierges certifiées FSC

• Certifié ÉcoLogo et FSC Sources Mixtes

• Fabriqué à partir d'énergie biogaz



Sources Mixtes
Cert no. SW-COC-001501
© 1996 FSC



Table des matières

INTRODUCTION	5
QU'EST-CE QUE L'EAU ?.....	7
A. CHIMIE DE L'EAU.....	7
B. POLARITÉ DE L'EAU.....	8
L'eau, solvant universel.....	8
C. PHYSIQUE DE L'EAU	14
L'eau, visage à trois faces	14
L'eau comme conducteur	14
D. DIFFÉRENTS TYPES D'EAU	15
E. L'EAU COMME RÉFÉRENCE.....	16
EAU, HISTOIRE ET TRADITIONS	17
A. L'EAU, ORIGINE DE TOUTE CHOSE.....	17
B. LE DÉLUGE	18
L'arche de Noé	18
Babylone, l'épopée de Gilgamesh.....	18
En Inde, Manu et Matsya.....	18
C. L'EAU ET LES CULTURES.....	20
Les Hébreux et le judaïsme.....	20
L'hindouisme.....	20
Le bouddhisme.....	21
Les Grecs et les Romains	21
L'Égypte ancienne	23
Le christianisme.....	23
Les Touaregs, hommes du désert.....	24
L'islam et le Coran	24
Celtés, Germains et Scandinaves.....	25
L'hygiène au Moyen Âge, du V ^e au XV ^e siècles	25
L'EAU ET L'ÊTRE HUMAIN	27
A. L'EAU DANS LE CORPS HUMAIN	27
Teneur en eau des différents organes	27
Où se trouve l'eau dans le corps ?.....	27
Rôles de l'eau dans le corps	27
Les besoins en eau	28
Déshydratation.....	29
L'eau et la perte de poids.....	30

L'HYDROTHERAPIE	33
A. LA MÉMOIRE DE L'EAU	33
B. LES BAINS THÉRAPEUTIQUES.....	34
La peau et le bain	34
Les traitements, leurs effets et les crises de guérison	35
Les sources thermales.....	35
Les conditions idéales pour le bain	38
La température de l'eau	38
Types de bains	44
Substances à ajouter aux bains thérapeutiques	53
À chaque affection son bain.....	72
CONCLUSION.....	77
ANNEXE	79
A. TABLES DE CONVERSION	79
B. BIBLIOGRAPHIE	81
Sites Internet	81



Herbothèque
Institut de formation en herboristerie
et en médecine traditionnelle