

Herb Art

SOURCES DE SAGESSE



VISION HOLISTIQUE II :

Odeurs, goûts et aromates

Herb Art

SOURCES DE SAGESSE



VISION HOLISTIQUE II :

Odeurs, goûts et aromates

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

Auteure : Danièle Laberge

Révision de contenu : Natacha Imbeault

Relecture d'épreuves : Lily Monier

Mise en page : Nicolas Bilodeau, Sylvie Bellay

© Danièle Laberge
pour les photographies

© Aline Bérard
pour les illustrations

Vision holistique II : Odeurs, goûts et aromates

© 2010 L'Herbothèque

L'Herbothèque inc.

Lantier

(Québec) Canada

(819) 326-4516

herbo@herbotheque.com

www.herbotheque.com

ISBN : 978-2-89486-241-4

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

A. RE-SENTIR, SENTIR À NOUVEAU	5
B. ODEUR VERSUS ÉMOTION	8
LES ODEURS VOYAGENT	8
L'ÉQUILIBRE ENTRE LES FORCES TELLURIQUES ET COSMIQUES	8
C. HISTOIRE ET TRADITIONS.....	10
LES PREMIERS ÉCRITS.....	11
LA QUÊTE DES ÉPICES.....	12
PAR LA SUITE, EN EUROPE	13
5 000 ANS D'HISTOIRE.....	14
D. UN ART DE VIVRE	15
L'ÉVEIL DES SENS.....	15
L'OBSERVATION CONSCIENTE.....	15
UN MARIAGE PARFAIT	15
LA SUBLIMATION	16
E. LES HERBES EN CUISINE	18
F. LE POUVOIR OLFACTIF DE L'HUMAIN.....	20
G. HAUSER LE TAUX VIBRATOIRE.....	21
H. LA PHYSIOLOGIE DU GOÛT.....	22
LA LANGUE	22
LA PLANTE	23
I. LES HUMEURS, LES TEMPÉRUMENTS.....	24
Le tempérament mélancolique.....	24
Le tempérament colérique	24
Le tempérament flegmatique	24
Le tempérament sanguin	24
J. LE RÔLE DES AROMATES.....	25
QU'EST-CE QUI NOUS NOURRIT VRAIMENT ?	26
K. LES FAMILLES DE PLANTES	27
LES BRASSICACÉES (ANCIENNEMENT LES CRUCIFÈRES).....	27
LES APIACÉES (ANCIENNEMENT LES OMBELLIFÈRES)	28
LES LAMIACÉES (ANCIENNEMENT LES LABIÉES).....	29



Herbothèque

Institut de formation en herboristerie
et en médecine traditionnelle