

Les cinq formes galéniques

Livrets 1 et 2

Édition enrichie, novembre 2023

Connaître les propriétés et indications des plantes médicinales est la base de l'herboristerie et de toute pratique de soins par les plantes, médecine à part que l'on nomme phytothérapie.

L'art de l'herboristerie est de procurer le remède le plus adapté et le plus efficace possible.

Obnubilés dans notre société par le quantitatif et les dosages standardisés, nous en avons oublié la façon de préparer un remède à partir d'une plante.

Dans cette nouvelle édition, Les cinq formes galéniques, titre des livrets 1 et 2, de la collection de l'Herboristerie pas à pas, fusionnés en un seul, Michel Dubray enrichit ces ouvrages de nombreux thèmes supplémentaires.



La première partie, livret 1, est dédiée à la manière de choisir la meilleure préparation pour un remède à base de plantes médicinales. Sous quelle forme prendre une plante ? Tisane, teinture, gélule, sirop...

Ici, Michel Dubray, grâce à l'étude du cycle des cinq éléments de la médecine traditionnelle chinoise, définit un mode préparatoire selon le « véhicule employé pour conserver une plante (eau, alcool, huile, sucre, sel...) » et la dilution pratiquée qui va fournir un complément. C'est ce qu'on appelle la « galénique » (façon de préparer un remède).

L'auteur, à travers sa pratique herboristique et thérapeutique, nous explique dans quel contexte, pourquoi et comment utiliser les différentes parties d'une plante et la présentation la plus efficace possible pour l'adulte ou l'enfant. Il a, à cœur aussi, à tenir compte de l'accessibilité pour tous à se compléter d'une manière autonome et dans l'esprit écologique qui jalonne ses publications. Son analyse, à la fois traditionnelle et moderne, d'une plante permettant de bien cibler une plante et son remède, font de cette première partie, un guide pratique, simple et compréhensible par tous.

La seconde partie, livret 2, prolonge l'investigation entreprise dans la première.

Michel Dubray nous explique la place de l'herboristerie. Il nous donne également les méthodes de préparation d'une plante. L'auteur aborde ainsi l'approche physico-chimique par les constituants, énergétique par la dynamique yin-yang, anthroposophique par l'homme tripartite, par les cinq couleurs, et les dilutions homéopathiques. Voilà donc un ouvrage qui permettra à chacun d'acquérir de solides bases de connaissances des cinq formes galéniques.