



Les Herbes en Folie

École d'herboristerie par correspondance

1774, rue de l'Alliance
Québec (QC) G3E 1S1
Canada
Tel:(418) 845-9125

jbak@lesherbesenfolie.qc.ca
www.lesherbesenfolie.qc.ca

Herboristerie et Phytothérapie

Beaucoup de personnes ne comprennent pas la différence entre être un herboriste et être un phytothérapeute. Pour elles, c'est du pareil au même. Le nom a beau être différent; dans leurs têtes, c'est la même chose. Pourtant, il y a une grande différence fondamentale: l'herboriste a un lien direct avec la nature que le phytothérapeute n'a pas.



L'HERBORISTERIE

Je suis une herboriste. Je vis ma vie en étudiant les plantes médicinales, en les observant, en les cultivant, en les récoltant et en les transformant. Je prépare des tisanes, des teintures-mères, des huiles médicinales, des onguents, des élixirs floraux, des sirops, des cataplasmes, des bains aux herbes, etc. à partir des plantes qui ont poussé dans mon jardin biologique ou dans un lieu sauvage exempt de produits chimiques. Ces plantes font partie de mon quotidien; j'utilise même certaines d'entre elles dans la confection de mes petits plats cuisinés. J'ai un lien avec la nature et l'univers végétal. Grâce à mon jardin, je fais de nouvelles rencontres, de nouvelles découvertes et la synthétisation des connaissances que j'ai acquises au fil de mes expériences et de mes observations. J'aurai toujours quelque chose à apprendre, à apprivoiser, à consolider, car la nature est loin d'être statique et immuable.

LA PHYTOTHÉRAPIE

Au contraire d'un herboriste, le phytothérapeute n'a pas de lien direct avec la nature. Il l'utilise comme bienfait thérapeutique afin de soigner les êtres souffrants, mais il ne cultive pas, ne récolte pas et ne transforme pas les plantes médicinales. Tout comme moi, il a étudié les propriétés des plantes médicinales, mais il n'a pas été plus loin dans sa démarche. Je connais certaines personnes qui n'ont pas du tout l'âme d'un(e) herboriste. Elles ont la passion de connaître toutes les vertus se rapportant aux plantes médicinales, mais ne leur parler surtout pas de mettre les mains dans la terre, d'observer une plante de la graine à la graine ou de faire une quelconque transformation. Ils n'ont pas cette passion qui est celle de l'herboriste