



ASSOCIER PLANTES ET HUILES ESSENTIELLES selon la tradition indienne Sylvie VERBOIS

Comme l'enseigne la médecine indienne, chaque plante a ses spécificités propres et requiert une utilisation toute particulière. L'auteur nous livre des recettes, des décoctions qui se révéleront utiles et vous permettront de cultiver le corps et l'esprit et vous aideront à vous maintenir en excellente forme en toute sérénité.

392 pages - réf 11903
Broché - 15 x 23
ISBN 2.84197.332.8 - © 2004



Éditions TRAJECTOIRE

Aucun ouvrage n'avait traité jusqu'alors de l'association des plantes avec les huiles essentielles, alors que c'est un excellent moyen d'en démultiplier l'efficacité. Une médecine naturelle dans la plus pure tradition ayurvédique.

RAPPEL : du même auteur

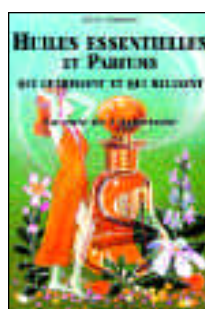


LES PLANTES QUI GUÉRISSENT LE CORPS ET L'ESPRIT

Sylvie VERBOIS

Cet ouvrage très pratique vous indique, pour 60 plantes, une description générale, la fonction thérapeutique ou les secrets santé (pour le corps et pour l'esprit) et la posologie. Les plantes ont été classées en douze catégories, en fonction de leurs bienfaits, pour le tonus et la volonté, pour les reins et la peur, pour le foie et la colère, etc.

316 pages - réf 9633
Broché - 16 x 24
ISBN 2.84197.223.2 - © 2002



HUILES ESSENTIELLES ET PARFUMS qui guérissent et qui relaxent - La voie de l'Ayurveda Sylvie VERBOIS

Vingt-quatre huiles essentielles (du Basilic à l'Ylang-ylang) vous sont présentées avec leurs propriétés concrètes, les médications d'usage, les précautions d'emploi, les dosages précis. De même, quatorze essences (du Benjoin à la Vanille) sont décrites en détail : propriétés et actions calmantes, règles opératoires précises...

282 pages - réf 8319
Broché - 16 x 24
ISBN 2.84197.192.9 - © 2001

