

*Méthode de traitement holistique très ancienne, la spagyrie utilise les propriétés des plantes médicinales, des minéraux ou des métaux pour prévenir ou lutter contre de multiples pathologies.*

## Son histoire

Le terme spagyrie résulte de la contraction des verbes grecs *spáô*, séparer-extraire, et *ageirô*, réunir. Cette thérapie puise ses origines dans l'alchimie pratiquée dans l'Égypte antique, ce qui en fait l'une des plus anciennes au monde. Le Grec Hippocrate, «père de la médecine», a contribué à faire perdurer ses fondements jusqu'au Moyen-Âge, puis le médecin Paracelse (1493-1541) les a développés. Sur la base des travaux de ce dernier, le médecin-homéopathe Carl-Friedrich Zimpel (1801-1879) a ensuite mis au point le procédé de fabrication spagyrique encore utilisé aujourd'hui.

## La thérapie

La spagyrie est avant tout une thérapie médicamenteuse naturelle faisant partie de la phytothérapie. On parle d'elle comme d'une méthode holistique, car elle agit aussi bien sur le corps que sur l'esprit. Les remèdes spagyriques stimulent les forces d'autoguérison, c'est-à-dire qu'ils donnent à l'organisme une information qui le fait réagir, le but étant l'autorégulation de ses systèmes. La spagyrie ne se limite donc pas à combattre les symptômes d'une maladie, mais elle aide aussi le corps à se guérir lui-même ou à prévenir les maladies.

## Ses particularités et son application

Utilisées seules ou comme traitement complémentaire, les préparations spagyriques figurent parmi les remèdes à base de plantes les plus appréciés et les mieux supportés. Les effets indésirables sont très rares et on ne connaît pas de contre-indications ni d'interactions négatives avec d'autres médicaments.



## La préparation du mélange spagyrique

Le professionnel commence par interroger la personne sur son état de santé. Il choisit ensuite environ sept essences – parmi les 180 à disposition – qui répondent à sa problématique, puis réalise un mélange personnalisé. Ce procédé permet de traiter de nombreuses affections de manière ciblée, comme les refroidissements, l'anxiété, les éruptions cutanées, les troubles liés à la ménopause, etc. La posologie sera adaptée à la nature du trouble – s'il est aigu, toutes les heures; s'il est chronique, trois à six fois par jour. L'organisme assimile surtout les principes actifs via la muqueuse buccale, mais également au tra-

vers de la peau et des autres muqueuses.

## Heidak, un gage de qualité

Les drogueries Roggen conseillent et préparent des mélanges sur mesure avec les essences spagyriques Heidak. Fondée en 1975, cette entreprise familiale lucernoise est pionnière dans la fabrication et la distribution de remèdes naturels. Les plantes fraîches utilisées sont, à quelques exceptions près, cultivées dans une exploitation agricole bio, à Berne, qui se trouve à seulement 10 minutes en voiture du site de production. *MT*

BRUYER

FERMEN-  
TER

DISTILLER

BRÛLER

CALCINER

RÉUNIR

MÉLAN-  
GER

## Le processus de fabrication de la spagyrie en 7 étapes

**Broyer:** les plantes fraîches dans de l'eau et de la levure spéciale, afin d'assurer la fermentation.

**Fermenter:** ce processus a lieu à une température régulée et dure 2 à 3 semaines. Les tonneaux sont roulés chaque jour pour garantir une humidification régulière de la matière végétale.

**Distiller:** grâce à de la vapeur sous pression.

**Brûler:** cela permet de récupérer la totalité des substances contenues dans

les plantes, leurs restes étant incinérés.

**Calciner:** puis calcinés plusieurs fois à 400°C dans un four spécial pour récolter les précieuses substances minérales et les oligo-éléments (magnésium, calcium, silicium...).

**Réunir:** la dissolution des cendres dans le distillat est appelée le «mariage spagyrique».

**Mélanger:** régulièrement le «mariage spagyrique» pour obtenir un mélange optimal