

# Note de lecture

Titre du livre : **Huiles thérapeutiques à base d'essences naturelles locales** (guide pratique)

Auteure : **Victorine NLEND**

Publication : **Septembre 2023, Ed. Lupeppo**

Date dédicace : **12 juin 2024**

Plateforme : **L'Aprèm' du livre** (Série de dédicaces mensuelles du Goethe-Institut Cameroun)

Site web : <https://www.goethe.de/ins/cm/en/bib/probib/laprem-du-livre-.html>

\*\*\*\*\*

## 1. DU CONTEXTE

« **Huiles thérapeutiques à base d'essences naturelles locales** » !!! Voilà un titre évocateur et interpellateur qui nous situe au cœur même des grands enjeux vitaux de notre ère : la culture du « bien-être ». Celui dont il s'agit se veut autant physique, physiologique que spirituel ! Et pour y répondre, le présent guide pratique va puiser des ingrédients au cœur des villages, forêts et mangroves du Cameroun.

En effet, dans un contexte où le « consommer » voire le « consommons » local s'apparentait à un slogan dû aux comportements extravertis et attitudes complexées ou mimétiques influencées par le snobisme de l'ailleurs, cet opuscule présente au grand public, avec pour cible particulière « la femme noire africaine », le précieux sésame que lui offre la Nature bienveillante. D'où serait née une telle idée aussi altruiste ? Écoutons plutôt Victorine NLEND en avant-propos de son texte :

*Initié depuis 2017 et guidée par l'état de santé délicate de ma mère qui souffrait d'atroces douleurs dans le dos à cette période, je me suis vu embarqué dans des essais de produits naturels qui ont pu lui éviter une opération chirurgicale.*

Plus bas, elle renchérit : « je me suis ensuite intéressée aux produits destinés à la femme noire, car j'ai constaté les dégâts que peuvent causer ces derniers sur notre peau dite d'ébène »

En écoutant un tel témoignage et en s'intéressant aux vocables caractérisant qui structurent le titre de ce manuel, j'ai cité : « thérapeutiques », « naturelles », « locales », on pourrait bien saisir dès l'entame le projet qui anime l'auteur, j'allais dire, l'aromathérapeute : l'offre d'un bien être endogène, associant savamment le « nourrir » et le « guérir ».

## 2. Du contenu du guide pratique

Plus qu'un document de synthèse, Victorine NLEND qui, soulignons-le a un profil de Maîtrise en littérature et civilisation africaines, offre un guide d'exploration et d'exploitation des ressources et d'essences aromatiques d'Afrique, allant d'une brève description de chaque produit à son mode d'emploi en passant par le dressage d'une fiche technique des propriétés.

Nul doute qu'en feuilletant ce support, le lecteur-consommateur y découvrira un corpus harmonieusement tissé, qui lui permet d'aller des fruits aux légumes, des noix aux graines, des épices aux algues et des fleurs aux racines pour enfin en extraire le précieux nectar : « **les huiles** » !

Tenons pour en illustrer, un extrait de cette fiche descriptive de la page 23 qui s'intéresse à « l'huile de palme » :

*Les noix de palme sont consommées en fruits, en pulpe, en soupe et surtout pour la fabrication de l'huile de palme ou huile rouge. Une huile dont la noblesse s'exprime dans la multitude des mets locaux à travers la présentation (le visuel), le goût, les apports nutritionnels et thérapeutiques...*

*En propriétés : ... Elle contient 15 fois plus de carotène que la carotte et plus de 50 fois plus que la tomate.*

Ou encore à la page 69 avec « le KIGELIA » dont elle donne les propriétés suivantes : « Les racines du Kigelia sont utilisées dans le traitement de la stérilité. Son utilisation régulière aide à se débarrasser des questions liées à la sexualité. »

En s'abreuvant ainsi du contenu, comment ne pas s'intéresser à l'expression formelle de ce guide pratique ? En effet, pour le plaisir du lecteur-consommateur, Victorine NLEND convoque les organes sensoriels que sont :

- la vue, caractérisée ici par les belles illustrations iconographiques qui représentent la forme et l'image de chaque essence ciblée ;

- le goût qui en appelle enfin à l'olfactif ou à l'odorat, car au-delà du nourrir pour le mieux-être il s'agit aussi pour l'auteure, à travers les descriptions et propriétés élaborées, de « sentir pour mieux se sentir » !

### **3. Du sentiment de lecture**

De mon sentiment d'analyste du présent guide dont je recommande vivement la lecture et l'appropriation des richesses qui y sont contenues, j'en fais trois grandes observations :

- Mieux qu'un descriptif de produits, l'auteure en ressortant les apports nutritionnels et les contributions cosmétiques des particularités d'essences naturelles propres à chaque région, déclenche par le fait même un processus « d'invitation au voyage » que dis-je, un tourisme géo-alimentaire au travers duquel se déploie l'offre généreuse dont est porteuse chaque localité du Cameroun.

- Par ailleurs, voici un guide pratique qui, sans s'opposer aux protocoles de la médecine conventionnelle, nous décille les yeux et l'esprit pour mieux appréhender les savoirs traditionnels sous le prétexte des « essences florales » et des « huiles » qui en découlent.

- Au demeurant, par cette méthode thérapeutique aux vertus cosmétiques et esthétiques, l'aromathérapeute Victorine NLEND appelle à un nouvel ordre « gustatif » et « thérapeutique », répondant ainsi à la formule devenue serment du célèbre Hippocrate : « Que ton aliment soit ton médicament et que ton médicament soit ton aliment. »

Je vous souhaite une bonne dégustation, (pardon !) une bonne lecture.

Simplexe Aimé KENGNI,  
*Ph.D langue et grammaire françaises*