

5 Top Tipps pour

Renforcer le Système Immunitaire (SI) et se protéger (famille et soi-même).

Viédo de Andrea Kütthe

FREYA école de plantes médicinales.

Qu'est-ce que le SI ? le SI est très dépendant du système digestif, si celui-ci est en équilibre avec toutes les bactéries, et n'a pas à se défendre tout va bien. Cependant il n'y a pas d'état stable, un système idéal serait ..dans le flot, : alimentation, digestion, élimination etc...

SI fort est aussi réactif aux émotions, le stress émotionnel : échange conflictuel, rupture, deuil, mauvaises nouvelles ..etc..qui affaiblit le SI, un équilibre « harmonieux » serait parfait !

SI : plein de plantes peuvent renforcer le SI.

N°1 : Angélique (Engelwurz= racine d'ange !) très puissante.

Andrea fait référence à un livre en Allemand : cette plante était très utilisée pour combattre les contagions, les contaminations, les épidémies. Avant les échanges avec d'autres personnes : En racine séchée, prendre un petit morceau dans la bouche et malaxer/chiquer (comme le tabac à chiquer) : attention goût très fort. ET/ ou en tisane. En déplacement : utiliser la teinture mère TM, 1 à 3 gouttes dans une bouteille d'eau à boire.

N°2 : Ortie : fraîche, plante puissante si jeune, renforce le « milieu interne », utilisation : 6-8 feuilles fraîches dans une cruche et 1-3 tasses / jour, pas après 16h00 sinon très diurétique pour la nuit. Une cure de printemps est recommandée : 4-6 semaines. Cueillette pour 3-4 jours dans un cornet en plastique et au frigo.

N°3 : Rose Canina en gemmothérapie : les bougeons (voir vidéo) , fabrication :

1/3 glycérine, 1/3 alcool 95°, 1/3 eau de source (Walliser le must!).

Image du buisson de roses : comme l'ortie se protège de l'extérieur. EN SPRAY : 2sprays et 3X / jours dans la bouche, La petite bouteille de Rosa Canina se trouve aussi en Droguerie – pharmacie. Utilisation : 2 Sprays dans la bouche avant un échange –une rencontre.

N°4 : Encens :_enfumer la maison comme le rituel en l'église autour de l'autel, c'est un antiseptique avec des propriétés antivirales. Autre utilisation : les huiles essentielles en diffuseur = purifie la pièce et harmonise.

N°5 : la Nature, se reconnecter avec la nature, comme le tourniquet est au ralenti, c'est une chance pour ce cadeau N° 5 , se reconnecter avec la nature : une rivière , une cascade, la forêt , un parc avec les beaux arbres, etc.. et le PNR Parc naturel d'en haut est plein de toutes ces belles énergies , belles vibrations positives sur notre organisme (les R&D au Japon

le confirment) Voir la beauté de la nature qui s'éveille, les fleurs, etc.. un seul but :
Harmoniser pour se retrouver et se calmer pour la paix intérieure.

<http://www.freya-heilpflanzenschule.ch/de>

Traduction en français, Roland Friedmann, le 23 mars 2020