



La tripartition humaine

Sans en perdre la tête *I: 5-10 Min.*
Aubépine, Sureau, Mélisse, Lavande, Millepertuis, Primevère, Anis, Asperule, Chicorée, Genièvre, Laurier, Oranger fleurs, Verveine.

Joie au cœur *I: 10 Min.*
Romarin, Origan, Hysope, Menthe, Sarriette, Sauge, Thym, Marjolaine, Thé de montagne, Serpolet, Thym citron.

Tisane assimilatrice *I: 5-10 Min.*
Mélisse, Tilleul, Laurier, Menthe, Millepertuis, Sauge, Thym, Thym citron, Marjolaine, Serpolet.

Thés tempéramentaux

Thé vernal *D: 5-10 Min.*
Framboisier, Ortie, Ronces, Asperule, Sureau, Prunellier, Achillée, Fraisier, Genièvre, Primevère, Bardane, Pensée sauvage, Armoise, Bleuet, Bouleau, Bruyère, Consoude, Mélisse, Violette.

Thé estival *I: 3-5 Min.*
Tilleul, Mélisse, Verveine, Menthe, Bleuet, Anis vert, Citronnelle, Rose, Lavande, Coquelicot, Bouillon-Blanc, Antennaire, Monarde.

Thé automnal *I: 10 Min.*
Verveine, Gingembre, Marjolaine, Ortie, Pin bourgeons, Achillée, Angélique, Bleuet, Bruyère, Rose, Sarriette.

Thé hivernal *I: 5 Min.*
Thym, Anis vert, Hysope, Thym citron, Pulmonaire, Guimauve, Lierre terrestre, Mauve, Pin bourgeons, Plantain, Primevère, Réglisse, Serpolet, Tussilage, Bouillon-blanc, Bourrache, Coquelicot, Guimauve, Lichen d'Islande, Millepertuis.

Thés planétaires

☾ Luna *I: 5-10 Min.*
Alchémille des Alpes, Coquelicot, Camomille matricaire, Origan, Framboisier, Anis vert, Bourrache fleurs.

♁ Mercurius *I: 5 Min.*
Vigne rouge, Coriandre, Marjolaine, Citronnelle, Houblon, Asperule, Lierre terrestre.

♀ Venus *I: 10 Min.*
Lavande, Pensée sauvage, Rose, Bleuet, Aubépine, Bouleau, Serpolet.

☼ Solis *I: 10-15 Min.*
Bouillon-blanc, Lotier, Primevère, Millepertuis, Verveine, Romarin, Tussilage.

♂ Mars *D: 5 Min.*
Gingembre, Noisetier, Karkadé, Menthe, Ortie, Sureau, Genièvre.

♃ Jovis *I: 10 Min.*
Fenouil, Cassis, Cynorrhodon, Tilleul, Laurier, Angélique racines, Aigremoine.

♄ Saturnus *D: 5 Min.*
Consoude, Busserole, Bruyère, Sarriette, Houx, Epilobe, Pin bourgeons.

Pour l'enfant dès la naissance

Thé enchanteur *D: 5-10 Min.*
Tilleul, Fenouil, Guimauve, Lavande, Primevère, Chiendent, Noisetier, Aubépine, Bourrache, Guimauve, Camomille, Coquelicot, Bleuet, Fl. oranger.

Infusion: I: verser l'eau bouillante sur les plantes et laisser infuser le temps indiqué.

Décoction: D: mettre les plantes dans l'eau froide, amener au frissonnement, sans faire bouillir, puis laisser tirer le temps indiqué.

Exemple: I 5-10 Infusion 5 à 10 minutes

Les secteurs de l'expérience individuelle

♃ Les lauriers de César *I: 5 Min.*
Tilleul, Thym, Verveine, Gingembre, Mélisse, Thé de montagne, Hysope, Sarriette, Oranger feuilles et fleurs, Ortie, Prunellier.

♁ Tisane purificatrice *I: 5 Min.*
Sureau, Bouleau, Framboisier, Bruyère, Reine des prés, Aubier de tilleul, Fenouil, Marjolaine, Ronces, Achillée, Bleuet, Germandrée, Alchémille.

♂ Accueillir l'espace *D: 5-10 Min.*
Romarin, Sureau, Achillée, Aubépine, Cassis, Sauge, Lavande, Noisetier, Millepertuis, Vigne rouge, Bleuet, Salicaire.

☾ L'inspiration du moment *I: 5-10 Min.*
Tilleul, Verveine, Framboisier, Ronces, Asperule, Mélisse, Primevère, Fraisier, Genièvre, Pomme pelures, Pensée sauvage, Monarde, Rose pétales.

♁ Ses propres ressources *D: 5-10 Min.*
Cynorrhodon, Karkadé, Menthe, Sureau, Tilleul, Citronnelle, Mélisse, Verveine.

♂ En présence du passé *D: 5-10 Min.*
Prêle, Reine des prés, Sureau, Tilleul, Verge d'or, Noyer, Aubier de tilleul, Cassis, Vigne rouge, Bugrane racines, Souci.

♁ Se rendre à l'évidence *I: 10 Min.*
Angélique racines, Anis vert, Coriandre, Genièvre, Mélisse, Menthe verte, Sauge, Serpolet, Tilleul, Oranger fleurs et feuilles.

♂ Scylrène *D: 5-10 Min.*
Bouleau, Bruyère, Prêle, Verge d'or, Busserole, Ortie, Aubier de tilleul, Bugrane ou Fragon, Souci, Bleuet, Reine-des-prés, Sureau, Guimauve fleurs, Lamier blanc, Achillée, Maïs stipes.

♁ Philomène *D: 5-10 Min.*
Ortie, Cynorrhodon, Tilleul, Menthe, Serpolet, Souci, Sureau, Anis vert, Aubépine, Chiendent, Fenouil, Pensée sauvage, Prêle, Primevère, Salicaire, Antennaire, Bouillon Blanc, Bouleau, Hysope, Lavande, Mauve, Noisetier, Noyer, Réglisse, Bleuet.

♁ Tisane du pèlerin *D: 3-4 Min.*
Romarin, Achillée, Asperule, Caille-lait, Chicorée, Réglisse, Souci, Aigremoine, Menthe marocaine, Pissenlit, Artichaut, Eupatoire, Centaurée petite, Gentiane, Chélidoine.

♁ Tisane libératrice *D: 3-10 Min.*
Anis vert, Bourdaine, Fenouil, Genièvre, Guimauve, Mauve, Mélisse, Menthe marocaine, Prunellier, Frêne, Ortie, Sarriette, Artichaut.

♁ Tisane harmonisante *D: 5-10 Min.*
Guimauve, Mauve, Origan, Mélisse, Aubier de tilleul, Pomme pelures, Sauge, Tussilage, Lamier blanc, Antennaire, Bouillon-Blanc, Consoude, Véronique, Bourrache feuilles.

Rencontre céleste *D: 10 Min.*
Primevère, Tussilage feuilles, Aubépine, Alchémille des Alpes, Origan, Armoise, Reine des prés, Framboisier, Cynorrhodon, Genièvre, Bouleau, Angélique racines.

Thés d'agrément

Thé agréable du soir *I: 5-10 Min.*
Romarin, Anis vert, Sureau, Thym, Marjolaine, Mélisse, Origan, Primevère, Thym citron, Verveine, Cannelle, Girofle clous, Menthe, Serpolet, Millepertuis, Lotier.

Thé pour la nuit *I: 5-10 Min.*
Mélisse, Lavande, Réglisse, Thym, Achillée, Primevère, Oranger fleurs, Aubépine, Lotier, Marjolaine, Passiflore, Camomille matricaire, Angélique racines, Houblon, Mauve, Souci, Camomille romaine.

Tisane du pâtre *I: 3-4 Min.*
Thé de montagne, Calament, Camomille matricaire, Gingembre.

Thé réchauffant *I: 5-10 Min.*
Cynorrhodon, Fenouil, Ronces, Tilleul, Menthe, Sauge, Tussilage fleurs, Bourrache fleurs, Karkadé.

C'est la vie *I: 15 Min.*
Verveine, Menthe citron, Achillée, Karkadé, Bleuet, Souci.

L'air de rien *I: 10 Min.*
Karkadé, Menthe poivrée, Menthe marocaine, Menthe citronnée, Souci.

Thé du Tarot *D: 10 Min.*
Verveine, Pin bourgeons, Rose.

D'un instant à l'autre *I: 10 Min.*
Cynorrhodon, Aubépine, Bouleau, Framboisier, Ortie, Serpolet, Achillée millefeuille, Alchémille des Alpes, Millepertuis, Primevère, Reine-des-prés, Tussilage.

Thé de Noël *I: 10 Min.*
Sureau, Mélisse, Cannelle, Framboisier, Romarin, Tilleul, Fraisier, Aubépine, Rose, Anis étoilé.

Thé glacière *I: 7 Min.*
Cynorrhodon, Karkadé, Menthe, Mélisse, Tilleul, Thym citron, Verveine, Ronces.

Le Temps de vivre *I: 10 Min.*
Menthe, Camomille, Achillée, Lavande, Sauge, Rose, Pissenlit, Hysope, Fenouil, Ortie.

A'accueillir *I: 10 Min.*
Romarin, Sureau, Verveine, Thym, Cynorrhodon, Lavande, Mélisse, Fenouil, Réglisse, Hysope, Souci, Basilic, Aneth, Tilleul, Mauve, Bouleau, Anis, Framboisier, Sarriette, Consoude, Ronces, Alchémille v., Pissenlit, Plantain, Pensée sauv., Noyer, Sauge, Ortie, Coriandre, Cannelle, Gingembre, Myrtille, Carvi, Gaillet, Chiendent, Cerfeuil, Marjolaine, Artichaut, Rose, Bleuet.

Les quatre thés de la femme

Cyclamène *D: 5 Min.*
Alchémille vulgaire, Alchémille des Alpes, Achillée, Romarin, Asperule, Lamier blanc, Sauge, Anserine, Bourse à pasteur, Armoise, Marjolaine, Ortie, Camomille romaine.

Châtelaine *I: 5-10 Min.*
Mélisse, Alchémille vulgaire, Alchémille des Alpes, Primevère, Serpolet, Framboisier, Ronces, Souci, Camomille matricaire, Bleuet, Cassis, Rose, Monarde.

Tisane galactogène *D: 10 Min.*
Anis vert, Fenouil, Ortie, Verveine, Basilic, Galéga, Mélisse.

Dame blanche *I: 5 Min.*
Framboisier, Frêne, Noyer, Romarin, Sauge, Aubépine, Marjolaine, Millepertuis, Réglisse, Achillée, Bourse à pasteur, Souci.

Formules spéciales

A portée de voix *D: 3-5 Min.*
Lin graines, Guimauve racines, Mauve, Bouillon blanc, Plantain, Réglisse, Consoude, Primevère.

Face à l'imprévu *I: 3-5 Min.*
Tilleul, Reine des prés, Sureau, Serpolet, Bourrache fleurs et feuilles, Thym, Thym citron, Houx.

Tisane des gnômes *I: 5 Min.*
Serpolet, Tilleul, Genêt ou Lotier fleurs, Bourrache fleurs, Sureau, Lavande.

Un cœur à toute épreuve *D: 10 Min.*
Aubépine, Olivier, Lotier fleurs, Mélisse, Sauge, Busserole, Genêt, Prêle, Marjolaine, Mauve, Primevère, Rose pétales.

Quant aux hommes *D: 5 Min.*
Epilobe, Busserole, Prêle, Reine des prés, Bugrane racine, Consoude, Mauve, Pensée sauvage, Souci, Valériane.