

# Millefolium Ø

Teinture mère d'achillée



## Achillée

*Achillea millefolium*  
parties aériennes  
de la plante fraîche  
à la floraison  
Astéracées  
Asteraceae

## Essence de la plante

*Capacité de discernement, identification de l'essentiel*

L'achillée symbolise le pouvoir de distinguer l'essentiel de l'accessoire. Pour ce faire, il est non seulement nécessaire d'identifier les aspects opposés d'une chose, mais aussi de les comprendre dans leur contexte. Ce n'est que lorsque l'on identifie dans la contradiction des choses, des faits, des expériences et des tâches le noyau commun qui relie la diversité pour en faire un tout que l'on parvient à déterminer les bonnes priorités. Sans cette capacité, on a tendance à polariser et donc à tomber d'un extrême à l'autre. L'achillée symbolise la capacité à se faire, à partir des aspects polaires de la vie, une vision équilibrée des choses qui mène à l'intégration des contraires. Ainsi, elle aiguise le discernement lors des processus de décision et peut de cette manière avoir un effet éclaircissant et aider à bien choisir personnellement l'étape suivante. La plante soutient aussi bien les personnes dotées de peu de discernement que celles qui se font toujours très vite une certaine opinion (préjugé) ou qui exercent rapidement une critique virulente. En effet, ces deux caractères sont le signe qu'il manque à leur processus de cognition interne, la lumière nécessaire, qui permet de dépasser la contradiction de la polarité.

Au niveau physique, ceci peut entre autres se traduire par le fait que certains troubles n'ont pas de facteur déclenchant clair: ainsi, un produit alimentaire donné peut un jour déclencher une crise gastrique et être un autre jour supporté sans souci.

## Champs d'application

Stress, syndrome d'épuisement professionnel, troubles menstruels (douleurs spasmodiques ou saignements intermédiaires ou abondants et de longue durée, de couleur rouge clair et fluides), troubles digestifs (perte d'ap-

pétit et troubles fonctionnels de l'épigastre ou douleurs spasmodiques dans la région gastro-intestinale), troubles vasculaires périphériques, troubles variqueux, hémorroïdes, tonique, maladies hépatiques inflammatoires chroniques. En usage externe pour traiter les maladies inflammatoires de la peau et de la muqueuse et comme cicatrisant.

## Composition

Huile essentielle, flavonoïdes, substances amères, coumarines, tannins

## Effets

Antispasmodique, antifatulent, favorise les sécrétions gastriques, cholérétique, anti-inflammatoire

## Posologie

*Usage interne:* prendre 1 à 3 fois par jour 2 à 5 gouttes dans un peu d'eau.

*Usage externe:* tamponner 10 gouttes diluées dans de l'eau.