

# Thymus vulgaris Ø

Teinture mère de thym



## Thym

*Thymus vulgaris*  
parties aériennes  
de la plante fraîche  
à la floraison  
Labiacées  
Lamiaceae

## Essence de la plante

*Ardeur, sollicitude, purification*

Le thym fait partie des labiacées aromatiques, dont l'essence parle par l'arôme. L'huile essentielle de thym a un caractère réchauffant en forme de rayonnement. Si on en met sur la langue, on sent se répandre une brûlure douce, mais persistante. Non pas enflammée et violente, prompte à se dissiper, mais régulière et porteuse: telle est la chaleur du thym, qui est capable de pénétrer jusque dans les poumons et dans l'estomac. C'est une chaleur intense, comme celle que pourrait dégager une braise.

Au niveau psychique, cette chaleur correspond à la sollicitude, l'attention et la reconnaissance. Le manque de chaleur spirituelle et d'attention ou la froideur physique peuvent conduire à une propension des organes respiratoires aux maladies infectieuses. Le symptôme

principal qui se manifeste est alors la formation d'un mucus visqueux, souvent d'odeur désagréable, que l'on ne parvient pas à expectorer; mais il englobe aussi une toux sèche, spasmodique (y compris la laryngite) chez les enfants qui ont peut-être reçu trop peu d'attention, de reconnaissance et de chaleur.

Le thym procure la chaleur nécessaire pour transpercer et liquéfier le mucus visqueux, combattre les agents pathogènes et purifier les mauvaises odeurs, mais aussi pour résorber une crampe induite par le froid.

## Champs d'application

Le thym est le remède spécifique pour les toux et les rhumes causés par le froid (psychique ou physique). Toux aigüe avec incapacité à expectorer les glaires ou encore toux sèche avec absence de formation de mucus, toux irritative chronique, coqueluche, laryngite, toux chronique, y compris chez les asthmatiques et les emphysemateux, en cas de propension aux infections.

## Composition

Huile essentielle, flavonoïdes

## Effets

Mucolytique, expectorant, antispasmodique, anti-inflammatoire, antibactérien, antiviral

## Posologie

Prendre 1 à 3 fois par jour 2 à 5 gouttes dans un peu d'eau.

