

Melissa officinalis

Mélisse



« La mélisse n'aime pas le stress »

La plante

La mélisse est une plante de la famille des Lamiacées originaire du sud-est de la Méditerranée et de l'Asie occidentale. On la trouve à l'état sauvage jusqu'en Iran et au Pakistan. Aujourd'hui, elle est largement répandue dans le monde entier en tant que plante cultivée et prospère bien sur des sols chauds, riches en nutriments et secs. La mélisse est une plante persistante qui peut vivre jusqu'à 30 ans. L'odeur citronnée provient de l'huile essentielle.

Organes et points faibles

- Système nerveux végétatif
- Tractus gastro-intestinal
- Système cardiovasculaire
- Peau

Propriétés et troubles

- Troubles psychosomatiques (sommeil, tractus digestif, cœur)
- Maux de tête
- Troubles de la mémoire
- Crampes
- Nervosité
- Herpès labial

Sensations et ressenti

Dépressif, hypocondriaque, pessimiste, sans espoir, nerveux, sensibilité exacerbée, retenue, a besoin d'harmonie, tendu.

Pensée et action

S'intéresse à tout mais abandonne vite ; non conventionnel, utopiste, a du mal à réaliser ses idées, se crispe intérieurement sans le montrer extérieurement, refuse sa sensualité.

Objectif de transformation

- Reconnaître et pouvoir vivre ses souhaits et besoins.
- Suivre et appliquer ses idées et objectifs personnels avec persévérance.
- Accepter le monde tel qu'il est.

Notes personnelles
