

Salvia officinalis

Sauge officinale



« Inhibe la propagation des agents pathogènes comme les bactéries et les virus »

La plante

La sauge est originaire de la région méditerranéenne où elle pousse abondamment dans des endroits secs et caillouteux sur des sols calcaires. Grâce à sa haute teneur en huiles essentielles, la plante entière dégage une odeur très intense. Comme l'huile contient de la thuyone, une utilisation permanente peut être problématique pour la santé. L'utilisation de l'essence spagyrique est inoffensive en quantité habituelle, mais elle devrait être utilisée avec précaution chez les épileptiques et les femmes enceintes.

Organes et points faibles

- Voies respiratoires supérieures
- Muqueuses de la bouche et de la gorge
- Glandes sudoripares
- Glandes mammaires féminines

Propriétés et troubles

- Anti-inflammatoire (muqueuse buccale, gencives, gorge, infections grippales)
- Régulateur hormonal (allaitement, ménopause, bouffées de chaleur, accès de transpiration, troubles à la puberté)
- Structurant et fortifiant

Sensations et ressenti :

Anxieux, dépressif, lessivé.

Pensée et action

Résigné ; trop faible pour surmonter et modifier activement des conditions de vie pénibles ; refuse d'évoluer, abandonne vite et se met en retrait.

Objectif de transformation

- Faire évoluer ses conditions de vie activement en fonction de ses propres besoins.
- S'en tenir à son propre objectif, même en cas d'obstacles.
- Développer et vivre ses forces et sa puissance intérieures.

Notes personnelles
