

Partie utilisée : Feuilles
Éléments : Bois-yang Terre-yang
 Feu-yang
Saveurs : Doux-froid Amer-froid

De saveur amer et d'odeur citronnée, c'est-à-dire douce, la mélisse est réfrigérante. Elle calme le feu du foie par douceur et amertume :

- Crise de nerfs,
- Hystérie,
- Névrose d'angoisse,
- Nymphomanie,
- Règles douloureuses,
- Asthme nerveux,
- Bourdonnement d'oreilles,
- Vertiges de Menière,
- Névralgies faciales (dentaires, oreilles et tête).

Par sa saveur amère et froide, la mélisse régularise le cœur psychique dans ses excès :

- Angoisse,
- Emotivité,
- Timidité,
- Trac.

Mais aussi dans ses insuffisances :

- Troubles de la mémoire,
- Mélancolie.

Par son aspect doux-froid, la mélisse est eupeptique, résorbe l'obstruction de l'estomac et du triple réchauffeur en cas d'indigestion et d'hyperacidité gastrique.

Conseil d'utilisation :

Nous préconisons le nombre de gouttes par rapport au poids de la personne (60 kg – 60 gouttes /jour).

Soit dans une bouteille de ¾ litre d'eau à boire sur la journée.

Soit dans un petit verre d'eau ou de lait de céréale à répartir 3x/jour avant les repas.

Ne se substitue pas à une alimentation variée et équilibrée ni à un style de vie sain.

