

Antimelancholika - Contre la mélancolie

Epeautre non -hybridé	3x par jour Le matin : Habermus verser de l'eau bouillante sur les flocons précuits ou l'égrugé d'épeautre et laisser tirer
psyllium	3x par jour 1 c.c. sur la nourriture ou dans la soupe ou une compote Boire beaucoup !
Poudre de pyrèthre	2-3 pointes de couteau pour épicer
Biscuits de la joie à la farine d'épeautre	3-5 biscuits par jour
amandes	Mâcher 5-10 amandes par jour
Flocons d'avoine	Porridge ou gruau - verser de l'eau bouillante sur les flocons et laisser tirer
fenouil	3 x par jour 3 comprimés de f. avant les repas Tisane de fenouil, fenouil en légume
sarriette	2-3 pointes de couteau pour épicer, à la cuisson
Jus de réglisse	3x par jour 1/2 c.c. pendant 4 semaines
hysope	Feuilles fraîches ou 2-3 pointes de couteau de poudre pour épicer
Vin trempé ou éteint	1 à plusieurs fois par jour- Faire bouillir 1 verre de vin 1 minute "éteindre" avec 1 verre à liqueur d'eau. Boire chaud, par petites gorgées
Huile de fenouil	1-3 x par jour, frictionner le front, les tempes, la poitrine et l'estomac (plexus solaire)
Vin de racine d'arum	Faire bouillir pendant 5 min. 12 g d'arum dans 1 litre de vin et filtrer. Boire 1-3 x par jour 1 verre à liqueur, selon besoins
Comprimés ou feuille de rue	1-3 comprimés tous les jours après les repas ou mâcher une feuille fraîche
Elixir de violette	Boire tous les jours 1/2 tasse pendant 4-6 semaines
Bracelet ou collier de calcédoine	Porter (doit toucher une veine)