

# ATELIER ① " TEINTURE MERE DE PLANTE "

## Présentation & Finalité

A la demande répétée de plusieurs Amis, Citoyens Résistants,  
adeptes des médecines alternatives, pratiquants ou simplement curieux,  
je viens vers vous pour transmettre mes compétences en matière de réalisation de Teinture Mère Maison,  
en vous apportant conseils et expérimentation, et en vous accompagnant dans la réalisation de votre première Teinture Mère de Plante, sous forme de 2 Ateliers.

Il faut avant tout savoir qu'il est très facile de réaliser ses propres teintures mères, qui seront de meilleures qualités que les TM achetées dans différents laboratoires, en suivant ces quelques conseils .

En effet, si vous sélectionnez vos plantes médicinales dans votre environnement proche, en apportant Soins, Energie et Amour dans vos fabrications, vous aurez à disposition la meilleure TM pour vous-même et votre entourage.

La finalité est de vous faciliter plus d'indépendance par rapport à l'approvisionnement en médicament pour tendre à la pleine santé,

en s'affranchissant des affaires commerciales de Big Pharma, qui n'a pour but que de vous rendre le plus malade possible pour vous vendre le plus possible de médicaments sortis de leurs laboratoires,

en s'affranchissant aussi d'éventuelles interdictions à la vente par nos gouvernants de certains médicaments de médecine naturelle.

Cette situation n'est pas nouvelle, c'est sous le gouvernement de Vichy en 1942 que l'Herboristerie n'a plus été reconnue, pour laisser la pharmaco-chimie prendre toute la place qu'elle occupe aujourd'hui.

Dame Nature nous mets gracieusement à disposition parmi environ 800 000 espèces végétales, plus de 28 000 plantes médicinales qui peuvent nous aider à aller mieux.

L'utilisation de ces plantes peut se faire de différentes façons,

- sous forme de tisane,
- d'huile ou macérât huileux,
- de teinture mère ou alcoolature.

En terme de date d'utilisation optimale, la plante séchée et le macérât huileux perdront de leur efficacité avec le temps, la teinture mère quant à elle, ne perd aucune de ses qualités, si elle est conservée dans de bonnes conditions.

Ceci est une grande qualité de la teinture mère, permettant à chacun de se constituer sa propre pharmacie petit à petit.

Et dans cette voie, je vous donnerai à titre indicatif, les principales teintures mères qui pourront guérir tous les petits problèmes de santé courants.

### **MATERIEL NECESSAIRE POUR LA REALISATION :**

- Un bocal en verre avec couvercle ou bouchon. En verre, c'est impératif, bannir toute matière plastique. Un bocal de récupération est bien sûr possible, à condition de le stériliser à l'eau bouillante, stérilisation "hygiénique" mais aussi stérilisation " de toute mémoire " acquise dans la vie antérieure du bocal recyclé. La forme du bocal est elle aussi importante pour optimiser la qualité future de votre TM. Je vous conseille un bocal aux formes harmonieuses, plutôt rondes et non anguleuses pour faciliter la dynamisation que vous aller opérer pendant la fabrication et optimiser les ondes de formes.

Je vous mets ci après la photo d'un bocal qui réunit toutes les qualités requises.



- Un petit presseur qui va servir pour récupérer le maximum de TM en fin de fabrication, au moment de séparer la matière de la potion. Je préconise un petit presse-purée de ce type, peu couteux et suffisamment efficace.



- Des petits flacons pour stocker la TM, petit flacon avec bouchon compte-gouttes je conseille un flacon en verre teinté de 100 ml.



- Une seringue adaptée pour les transferts de liquide en limitant au maximum le gaspillage

Sachez qu'au minimum, pour la 1<sup>ère</sup> séance, ou Atelier ①,

⇒ vous ne devez avoir que le bocal en verre,

⇒ et je vous proposerai de profiter de mon matériel lors de la 2<sup>ème</sup> séance, ou Atelier ② si vous n'êtes pas équipé, (presseur, filtre et seringue)

- ⇒ vous offrant aussi la possibilité de vous fournir les flacons de stockage, si vous me prévenez lors de l'Atelier ①.
- ⇒ Flacon compte gouttes : 2.00 €, sous réserve du fournisseur retenu.
- ⇒ Pressoir Inox : 20.00 €, sous réserve du fournisseur retenu.

### **MATIERES PREMIERES NECESSAIRES POUR LA REALISATION :**

- **ALCOOL** : La meilleure teinture mère se fera avec de l'alcool non modifié à 96 °. Plus l'alcool sera fort, plus il aura de capacité à extraire les bienfaits de la plante. Ce qui veut dire, que l'alcool à 90° peut aussi être utilisé, mais aussi tout alcool blanc à 40° minimum. En dessous de 40°, l'efficacité n'est plus suffisante. Chacun fera en fonction de ses objectifs et de ses facilités à trouver le bon produit en quantité suffisante.
- **PLANTE** : En fonction de la plante choisie, il faudra utiliser, ou la Racine, ou la Feuille, ou la Fleur, ou la Sommité fleurie. Rapprocher vous des pharmacopées spécifiques pour cela. Si pour une huile, ou macérât huileux, il est important d'utiliser la plante séchée pour éviter toute moisissure pendant la préparation et la conservation, pour une teinture mère tout est permis, plante fraîche ou plante séchée, selon vos disponibilités en fonction de la saison. En cette saison, les plantes fraîches se font rares, se rabattre sur des plantes séchées, ou alors, un oignon bio, frais, que vous pourrez transformer en *Alium Sepa TM*.

### **METHODE GENERALE DE PREPARATION :**

- Couper la plante en petits morceaux et la déposer au fond du bocal.
- Tasser légèrement et recouvrir d'alcool. Laisser reposer 24 heures et vérifier le niveau d'alcool, il doit y avoir 1 cm d'alcool au dessus du niveau de la plante.
- Noter la date et laisser macérer au minimum 5 semaines.
- Pendant la macération, **dynamiser la préparation au minimum 2 fois par jour**, matin et soir par **agitation**.  
Prendre le bocal entre les 2 mains, prendre conscience de l'énergie qui passe de votre main droite à votre main gauche en traversant la préparation du bocal, insufflez lui un mouvement de rotation harmonieux, suffisamment rapide mais pas trop, et toujours bien en conscience, centré et dans la Lumière. En cas de difficultés, protégez vous en allumant une bougie ou de l'encens sur votre table de travail. Cette dynamisation est très importante pour obtenir une TM de haute qualité. **Dynamisation "physique"**, puisque le biologiste vous dira que le fait d'agiter la préparation détends les liaisons moléculaires et facilite donc les échanges plante/alcool, et **dynamisation "énergétique"** en dirigeant vos plus belles pensées vers la préparation du bocal. Ces dynamisations peuvent être multipliées durant la journée, selon vos disponibilités et inspirations. Laissez vos intuitions vous guider, ne vous enfermez pas dans une méthode trop rigide et contraignante. Pour compléter vos dynamisations, vous pouvez aussi utiliser d'autres recettes de dynamisation, plateau dynamiseur, fleur de vie, étiquette porteuse d'image pieuse, du mot Amour, de musique sacrée, de vibrations de bol tibétain etc. . . . Là aussi, faites confiance à vos intuitions.
- Au bout de 5 semaines, ou plus, séparer la TM de la plante, à l'aide d'une passette presser la plante pour extraire le maximum de TM, filtrer dans un filtre à café en nylon. (le filtre à café papier bio pourra aussi faire l'affaire, vous gaspillerez juste un peu plus de TM pour imbiber le papier)

- Ne reste plus qu'à transvaser la TM dans les flacons de stockage, avec une seringue, on ne gaspille rien, mais ce n'est pas la seule méthode possible, et pensez à étiqueter votre produit.
- Posologie :  
Si vous avez une TM 96°, je préconise en traitement, 3 gouttes déposées sur un support, verre d'eau, ou morceau de sucre, biscuit sec etc . . . le support est conseillé, car la TM 96° pure brûle les papilles. Il est préférable de multiplier les prises de 3 gouttes sur la journée plutôt que d'augmenter le nombre des 3 gouttes en une seule prise.

## **CALENDRIER**

Atelier ① date & lieu à définir,

**5 à 7 semaines après,**

Atelier ② date & lieu à définir,

---

## **ATELIER ② " TEINTURE MERE DE PLANTE "**

### **Filtrations, Dilutions, Posologies,**

Dans cet Atelier ②, nous allons finaliser la TM,  
aborder la posologie,  
et poursuivre autour des différentes dilutions.

#### **FILTRATIONS :**

#### **POSOLOGIE CONSEILLEE :**

#### **DILUTION D'HAHNEMAN OU DE KORSALOV, DEFINITIONS :**

#### **PHARMACOTHERAPIE DES DILUTIONS :**