

# La carte corporelle à base de plantes:

**Plus de 800 herbes et remèdes dont vous avez besoin pour chaque partie de votre corps**



Dans Le Livre perdu des plantes médicinales, vous découvrirez un trésor de sagesse de guérison perdue de France qui a résisté à l'épreuve du temps. Au cours des cent dernières années, d'innombrables remèdes ont été transmis de génération en génération, préservant la sagesse et les pouvoirs de guérison de nos ancêtres.

Cependant, au cours des dernières décennies, bon nombre de ces remèdes vitaux ont disparu de l'histoire. Les gens ne les transmettent plus, car nous nous appuyons de plus en plus sur les pilules synthétiques.

De l'époque des Gaules à Charlemagne qui encourageait les agriculteurs européens à planter en abondance des herbes médicinales, jusqu'à aujourd'hui, les Français possédaient une connaissance extraordinaire des remèdes à base de plantes, qui est sur le point d'être perdue pour toujours dans l'histoire. Au cours des dernières années, j'ai rassemblé tous les remèdes traditionnels français qui sont soutenus par la science moderne, et je les ai séparés

Que vous en ayez besoin pour soulager la douleur ou l'anxiété, faire baisser la fièvre, désinfecter les plaies, mieux dormir, éliminer les parasites, soulager les articulations douloureuses, baisser votre taux de sucre dans le sang, réduire les ballonnements et l'inflammation, le remède dont vous avez besoin, peut être dans ce livre, attendant dans votre jardin pour le ramasser.

J'ai passé 28 ans à approfondir les connaissances oubliées de la

## À propos de Nicole Apelian, PhD



Le Dr Nicole Apelian est une herboriste, une mère, une instructrice en techniques de survie et une biologiste.

Elle a obtenu son doctorat au Prescott College tout en travaillant comme anthropologue et ethnobotaniste au Botswana.

Elle a passé des années à vivre dans la nature avec les Bushmen San du désert du Kalahari, l'un des derniers peuples indigènes qui vivent encore comme des chasseurs-cueilleurs.

Le développement de relations solides au sein de la tribu a permis à Nicole d'apprendre bon nombre des remèdes et des compétences qu'elle pratique et enseigne aujourd'hui.

Un diagnostic inattendu de sclérose en plaques en 2000 a conduit Nicole à appliquer ses compétences en matière de recherche à son propre bien-être.

Elle s'est concentrée sur une stratégie de vie saine, comprenant une connexion profonde avec la nature et des pratiques de gratitude.

Grâce à des changements dans son mode de vie et à l'utilisation de ses propres remèdes, Nicole est passée de l'état de grabataire à celui de pleinement vivante, de survivante à prospère.

Et en 2015, elle a été parmi les premières femmes à être sélectionnées pour l'émission Alone de la chaîne History Channel.

Elle a ensuite survécu pendant 57 jours d'affilée, seule dans la nature, avec pour tout bagage les plantes qu'elle a trouvées sur place.

C'est devenu la mission de sa vie et la raison principale de l'écriture de ce livre.

Elle y a déversé plus de 28 ans de connaissances sur les plantes et ses expériences de première main dans la fabrication de ses propres cataplasmes, teintures, décoctions, pommades, sirops, huiles infusées et autres remèdes à base de plantes.

## Voici **un petit aperçu** de ce que vous trouverez dans **Le Livre Perdu des Plantes Médicinales**:



Il existe deux façons distinctes de faire des recherches dans le livre.

Tout d'abord, vous pourrez facilement feuilleter le livre à la recherche d'une plante spécifique ou découvrir les plantes qui poussent dans votre région.

Chaque plante comporte entre 2 et 4 photos couleur de haute qualité et des instructions d'identification détaillées, de sorte que tout le monde peut l'utiliser comme un guide de terrain dans son jardin ou lorsqu'il part en quête de nourriture.



Le deuxième index du livre permet de faire facilement des recherches

Page 90

La "**plante antidouleur**" qui pousse dans la plupart des jardins

plantes.





Par exemple, c'est l'une des plantes que vous trouverez dans **Le Livre Perdu des Plantes**

**Médicinales.** Si elle vous semble familière, c'est parce qu'elle pousse dans la plupart des jardins et que la plupart des gens l'éliminent. Mais ce qu'ils ne savent probablement pas, c'est que cette plante contient une substance laiteuse appelée lactucarium qui agit directement sur le système nerveux central (SNC) pour atténuer la sensation de douleur.

À l'intérieur du livre, vous trouverez des instructions complètes sur la façon de la transformer en un extrait que vous pourrez utiliser chaque fois que vous en aurez besoin.

Page 117

La plante **la plus recherchée** en cas de crise



Je vous montrerai également la plante d'allée commune des États-Unis qui est devenue la plante la plus chère et la plus recherchée au Venezuela après que les pharmacies se soient tarées.

Page 39

Utilisez ceci **immédiatement** lorsque vous avez une **plaie ouverte**





Au 42e jour de l'émission Alone, je me suis accidentellement blessée à l'articulation en éviscérant un poisson. La blessure se serait probablement infectée.

Heureusement, j'ai trouvé de l'achillée millefeuille, qui a rapidement arrêté mes saignements. Et, surtout, j'ai trouvé l'Usnée, qui est une plante utilisée pour les infections. Vous l'avez probablement vu pousser sur les troncs d'arbres.

J'ai pansé ma plaie pendant 3 jours avec ça et maintenant on ne voit presque plus la cicatrice.





À la page 68, vous découvrirez la chose intéressante qui se produit lorsque vous versez du sel dans un chou.

Le résultat final que vous obtiendrez par fermentation – appelé choucroute – est plein de probiotiques qui protègent votre tube digestif, régulent le transit intestinal et, dans de nombreux cas, préviennent à la fois la diarrhée et la constipation.

Pages 91, 44 et 204

**3 remèdes puissants** à garder à portée de main

## Remède rapide contre le **mal de gorge**

L'argent ne pousse peut-être pas sur les arbres, mais la plupart des choses pour lesquelles les gens paient viennent des arbres.

Celui-ci, que vous trouverez à la page 231, était largement utilisé par nos ancêtres lorsqu'ils avaient mal à la gorge.

### Page 102

## La feuille que les gens devraient placer dans leurs chaussures

Vous découvrirez également la plante qui booste votre énergie et soulage les douleurs aux pieds lorsque vous la portez à l'intérieur de vos chaussures.

## Que se passe-t-il lorsqu'on brûle des feuilles de laurier?

Vous ne le saviez peut-être pas, mais la combustion des feuilles de laurier séchées libère des composés aux vertus apaisantes. Ainsi, en cas de stress, il vous suffit de brûler quelques feuilles de laurier

## Baissez les fièvres avec cette recette

Une autre plante que vous trouverez dans **Le Livre Perdu des Plantes Médicinales** est le Boneset, que nos ancêtres utilisaient pour faire baisser la fièvre.

En fait, le nom "boneset" est dérivé de l'utilisation de la plante dans le traitement de la fièvre des os.

Vous trouverez la recette à la page 77 du livre.

### Page 239

## Que se passe-t-il si on sèche des feuilles de saule ?

Vous obtenez un remède naturel très similaire à l'aspirine mais qui ne provoque pas de lésions gastriques. Vous pouvez utiliser les feuilles séchées pour faire un thé qui soulage la douleur et la fièvre. Vous pouvez également mâcher l'extrémité d'une branche de saule pour obtenir le même effet.

Si vous ne le saviez pas déjà, le saule blanc contient de l'acide salicylique, une substance très proche de l'aspirine (acide acétylsalicylique) aux propriétés similaires.



Il y a de fortes chances que vous ayez déjà vu cette plante pousser dans les fissures des trottoirs, mais probablement pas dans une salade. Ça peut ressembler à de la roquette, mais ce n'en est pas. En fait, elle est beaucoup plus nutritive et il contient également un oligo-élément essentiel appelé chrome qui aide le pancréas.

Le chrome est extrêmement rare de nos jours en raison des méthodes de transformation des aliments qui éliminent la plupart du chrome naturellement présent dans les aliments. C'est peut-être l'une des raisons pour lesquelles tant d'affections sont si courantes aujourd'hui, alors qu'il y a 100 ans, elles touchaient rarement nos ancêtres.

Page 253

## **Doxycycline naturelle** - L'antibiotique Qui pousse probablement dans votre jardin



Si vous êtes comme la plupart des gens modernes aujourd'hui, vous n'avez probablement aucune idée du nombre de remèdes naturels puissants qui se cachent dans votre propre jardin. L'Usnée est l'un de ces remèdes. Il pousse en longues mèches ressemblant à une barbe, d'où son surnom de "barbe de vieillard". C'est le seul lichen avec un noyau blanc, donc si vous voyez cela, vous savez que vous avez le bon lichen.

Contrairement aux antibiotiques fabriqués en laboratoire, comme la doxycycline, l'Usnée ne perturbe pas la flore intestinale et ne rend pas les autres antibiotiques potentiellement moins efficaces au fil du temps.

Alors, pourquoi ne pas transformer l'Usnée en une teinture antibiotique à utiliser pour les infections courantes, tout en gardant ces antibiotiques sur ordonnance pour les cas où vous en avez vraiment... vraiment besoin ?

**Essayez ça pour les toux tenaces**



Prenez un radis noir et coupez le haut de manière à obtenir un couvercle. À l'aide d'une cuillère, découpez l'intérieur du radis, en laissant environ 2.5 cm de chaque côté. Versez du miel jusqu'à ce que le trou soit plein et ajoutez un peu de raifort râpé au miel à l'intérieur. Remettez le couvercle et laissez-le extraire pendant la nuit. Prenez quelques cuillères à soupe de sirop chaque jour jusqu'à ce que votre toux s'atténue. Ça marche!

Page 195

## La plante que nos ancêtres utilisaient en cas **d'affections respiratoires**

Il y a de fortes chances que vous ayez déjà vu cette plante. Elle pousse dans la plupart des clairières forestières.

Vous découvrirez comment l'utiliser pour combattre non seulement les rhumes courants mais aussi les problèmes pulmonaires.

De même, l'inhalation de la vapeur d'eau provenant de feuilles bouillies dans de l'eau libère les voies respiratoires et améliore la respiration.



# Ajoutez cette plante à votre café ou votre thé pour réduire la douleur et l'inflammation



Vous découvrirez également quelle plante de basse-cour peut transformer n'importe quel café ou thé ordinaire en un mélange puissant qui apaise la douleur et l'inflammation.

Que se passe-t-il si vous versez  
de l'eau chaude sur une banane ?



Vous avez droit à un thé à la banane ! Buvez-en lorsque vous avez du mal à vous endormir.

Les bananes sont très riches en une substance appelée tryptophane qui contribue à la création de deux hormones du sommeil : la mélatonine et la sérotonine. Un bon sommeil est bien plus qu'un moyen d'être productif le lendemain : il en va de votre santé, de votre tour de taille, de la vitesse à laquelle vous vieillissez et du nombre de rides que vous avez, de votre concentration et de tant d'autres choses importantes dans la vie.

Page 83

## Comment transformer cette plante ennuyeuse en un nettoyant pour les veines ?

S'il vous arrive de vous promener à l'orée d'une forêt et de voir des bavures collantes s'accrocher à vos vêtements, vous pouvez être sûr que vous venez de passer devant cette plante.

gout est meilleur que celui de la plupart des légumes verts que je connais.

Ce que les gens ne savent pas, c'est que cette plante a également un fort effet diurétique que vous pouvez consommer si vous avez une mauvaise circulation sanguine. Si vous avez déjà ressenti des picotements et des engourdissements dans un membre dans certaines positions, vous pouvez essayer cette plante que les gens utilisaient depuis des siècles comme nettoyant des vaisseaux sanguins.

Page 75

## Le **pansement de jardin** que les soldats utilisaient pendant la Deuxième Guerre mondiale

Une autre plante que vous trouverez à l'intérieur s'appelle le chénopode laineux. Également connue sous le nom de "bandage de jardin", cette plante est utilisée depuis des siècles sur les champs de bataille pour arrêter les hémorragies.

On a découvert récemment qu'elle est riche en vitamine K, la vitamine qui coagule le sang.

C'est la même vitamine en poudre que l'on donnait aux soldats de la Seconde Guerre mondiale pour qu'ils enduisent leurs blessures.



Vous savez probablement déjà que les quenouilles sont comestibles. Mais peu de gens savent ce qui est probablement la chose la plus importante à leur sujet. La substance gélatineuse qui pousse entre ses feuilles. Elle est très bonne pour les infections cutanées sévères. Et l'une des meilleures pommades pour les mycoses des ongles et des pieds.

Dans un autre ordre d'idées, ce gel est la seule partie de la quenouille qui est largement considérée comme non comestible. Ce n'est pas un poison... alors pourquoi ? Eh bien, parce qu'il a un effet anesthésiant sur les tissus humides et a été utilisé comme anesthésiant par les pionniers. Lorsqu'ils avaient un mal de dents dévastateur, ils allaient chercher leur pot d'exsudat de quenouille et le frottaient sur leurs gencives. La douleur disparaissait en quelques minutes.

**Pourquoi vous devriez faire du  
sirop d'oignon à la maison**



Si jamais vous avez une infection de la gorge, ce savoureux sirop médicinal vous sera d'une grande utilité. Et c'est parce que les oignons contiennent un antibiotique naturel appelé allicine. Prenez un oignon et coupez-le en deux. Ensuite, découpez un trou dans l'une des moitiés. Remplissez-le de sucre. Le sucre va fondre au bout de 2 heures environ, aspirant le liquide naturel qui calme la gorge à l'intérieur de l'oignon.

Prenez ce sirop d'oignon chaque jour jusqu'à ce que votre gorge aille mieux.

Page 243

## L'"arbre de survie ultime"

Je l'appelle ainsi parce que vous pouvez utiliser la sève comme remède, ses fleurs comme somnifère, ses feuilles comme nourriture et l'écorce interne comme cordage.

# Utilisez cette recette si vous perdez vos cheveux



Rassemblez une poignée de brins de romarin et couvrez-les d'eau dans une casserole. Laissez le tout bouillir à feu doux pendant trois heures. Laissez refroidir, puis filtrez l'eau infusée au romarin. Versez-la dans un flacon pulvérisateur et vaporisez-la sur votre cuir chevelu et vos cheveux après les avoir lavés. Massez doucement. C'est tout, pas besoin de rincer. Utilisez l'eau deux fois par semaine jusqu'à ce que vous constatiez des résultats visibles.

Page 112

## Mieux que les somnifères



Le sommeil profond est le seul moment dont dispose votre corps pour éliminer les cellules endommagées ou les réparer. C'est pourquoi les personnes qui dorment bien ont probablement tendance à vivre plus

Page 87

## Le mélange de plantes contre les fuites intestinales

Vous découvrirez également les plantes que j'utilise dans mon mélange de plantes contre les fuites intestinales, qui forme une couche protectrice autour des perforations de l'intestin par lesquelles des particules peuvent pénétrer dans la circulation sanguine.

Ce que vous ne voulez vraiment pas, c'est que tout ce qui provoque une inflammation pénètre dans votre circulation sanguine, car cela entraîne une réponse inflammatoire qui met le système immunitaire dans une surmultiplication malsaine.

## Les remèdes de l'enfance

Dans **Le Livre Perdu des Plantes Médicinales**, vous trouverez également les aides populaires que nos grands-parents nous ont données pour faire baisser la fièvre, soulager un mal de gorge, combattre la grippe, et bien d'autres choses encore. Ils n'ont utilisé que

Comme l'épice que vous ajoutez à vos repas et qui aide à arrêter les saignements.

Ou la substance que nos ancêtres utilisaient pour détruire les parasites dans le tube digestif.

Ou le "détachant" ménager commun que nos grands-parents utilisaient pour combattre la plupart des infections cutanées fongiques et bactériennes.

Et même tout cela n'est que la partie émergée de l'iceberg de ce que vous trouverez dans **le Livre Perdu des Plantes Médicinales**. Voici quelques autres choses que vous découvrirez dans ce guide massif de 304 pages sur les remèdes à base de plantes:

☞ **Quelles plantes vont disparaître les premières en temps de crise**

☞ La **mauvaise herbe anti-inflammatoire**

☞ Pourquoi mettre du **sel dans un citron**

☞ La **mauvaise herbe médicinale** qui a sauvé **les Orléans pendant la guerre de Cent Ans**

☞ Ne jetez pas vos **coquilles d'œufs**, faites ceci plutôt !

---

☞ Les **plantes médicinales** que les **médecins supplient les gens de récolter**

☞ Comment **cultiver votre propre ibuprofène**

☞ Quelle plante ajouter **à votre café pour réduire l'inflammation**

☞ La **plante** qui aide **chaque partie de votre corps à la fois**

☞ **Des fleurs sauvages qui stimulent les hormones du bonheur**

☞ **La plante utilisée par les soldats français pour arrêter les saignements à la bataille d'Austerlitz**

☞ **Que se passe-t-il si vous mélangez du citron avec des feuilles de laurier**

☞ **La carte corporelle à base de plantes : de quelle plante vous avez besoin pour guérir chaque organe**

☞ **Que se passe-t-il si vous fumez des feuilles de Molène**

---

☞ **L'élixir « anti-anxiété »**

☞ **L'arbre aeurtrier que vous ne devriez jamais avoir dans votre jardin**

☞ **Jus maison pour la pression artérielle**

☞ **Spray naturel pour la repousse des cheveux au coucher**

☞ **Un thé brûleur de graisse à partir de plantes**

**Ce n'était qu'un aperçu de ce que vous  
allez trouver dans Le Livre Perdu des  
Plantes Médicinales**

**Mais vous aller obtenir PLUS**

Si vous achetez **Le Livre Perdu des Plantes Médicinales** aujourd'hui, vous bénéficierez également d'un \*cadeau exclusif.

Ne serait-il pas agréable de faire pousser les plantes dont vous avez besoin à proximité ? Dans ce bonus, vous découvrirez comment les planter, les faire pousser et les récolter de la bonne façon.

Vous recevrez également un **deuxième cadeau surprise** si vous commandez aujourd'hui.

Profitez de **deux bonus numériques** supplémentaires si vous commandez aujourd'hui (**GRATUITEMENT**)

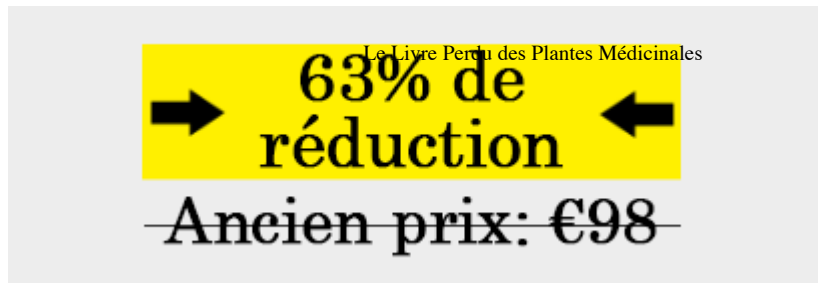
J'ai imprimé **Le Livre Perdu des Plantes Médicinales** dans une édition limitée, avec des photos en couleur, contenant plus de 800 plantes et des remèdes fabriqués à partir de celles-ci.

Vous pouvez désormais trouver tout ce que vous devez savoir sur les plantes médicinales dans un seul livre.

**Le Livre Perdu des Plantes Médicinales** deviendra également votre guide de terrain. Grâce à lui, vous pouvez identifier les plantes bénéfiques qui poussent autour de votre maison ou lorsque vous partez en quête de nourriture.

Faites défiler la page et cliquez sur le bouton ci-dessous pour obtenir votre propre exemplaire.





## Ce que les gens disent du Livre perdu des remèdes à base de plantes

---

★★★★★ **Quel joyau**

*"J'ai failli ne pas acheter ce livre par rapport à son coût. Je suis si heureuse de l'avoir sur mon étagère! Ne vous êtes-vous pas toujours posé des questions sur les plantes qui se trouvent dans votre maison? Surtout celles qu'on appelle les mauvaises herbes? Eh bien, quelle surprise de recevoir le livre et de l'ouvrir pour voir des dizaines de "mauvaises herbes" en images claires avec des explications bien écrites à leur sujet. La guérison se trouve vraiment dans la terre et tout autour de nous. Le livre explique chaque plante commune, ses usages médicaux et comment les transformer en remèdes sûrs et efficaces. J'ai hâte de sortir et de récolter celles qui poussent autour de ma maison et qui étaient la proie du désherbeur!!! [...] Le livre et les pages sont de la taille d'un papier à lettres et bien illustré et très facile à lire. Je l'adore!"*

Ladyhawk14 - Pennsylvanie, infirmière en soins palliatifs à la retraite, amie des animaux et sauveteuse

---

C'est un livre indispensable pour toute personne intéressée par l'utilisation des herbes pour la santé et le bien-être ! J'ai commencé à étudier l'herboristerie il y a presque deux ans. Cela m'a ouvert un tout nouveau monde et j'ai adopté la beauté et le pouvoir des herbes comme partie intégrante de ma vie quotidienne. J'ai cherché partout un bon livre d'identification des plantes. Enfin, je l'ai trouvé dans ce livre. Tous les autres livres que j'ai examinés contenaient des dessins (qui sont si difficiles à utiliser dans un sens pratique) au lieu de photos réelles (comme , celui-ci fait). Et les notes sur la récolte et l'utilisation sont très utiles. Merci, du fond du cœur, pour cette merveilleuse ressource ! Je l'ai déjà partagé avec d'autres personnes. Quelle bonne affaire, à 37 euros seulement, pour un exemplaire numérique et un exemplaire imprimé."

Denise L Caiazzo - herboriste

---

★★★★★ ... le livre de remèdes est de loin l'un de mes meilleurs livres. Le livre est très bien écrit

*"Le Livre Perdu des Plantes Médicinales" est de loin l'un de mes meilleurs livres. Le livre est très bien écrit, les illustrations colorées sont fantastiques et la lecture est facile. Ce livre est incroyable. J'en ai acheté 4. Un pour moi, 3 comme cadeaux. c'est un livre que vous devez avoir. Sérieusement, j'écris rarement des avis. Ce livre mérite des bons avis élogieux."*

Doc Washburn - St. Louis MO

---

★★★★★ C'est un livre important à avoir absolument

*"Très bonne source de référence pour les remèdes maison à base de plantes. Les photos détaillées sont très utiles pour identifier les plantes dans la nature. Les instructions détaillées sur le mélange des herbes me donnent la certitude que je n'ai pas omis une chose importante. [...] l'information dont le lecteur a besoin est dans le livre. Je pense que ce livre vaut bien son prix et qu'il devrait être un élément essentiel de la bibliothèque de toute personne autonome "*

BlackBelt

*"[...] Les photos en couleur sont superbes. Un livre plus petit et plus épais, avec une plante par page, serait mieux adapté. Puis listez les plantes, comment les identifier, leurs utilisations, comment les préparer, etc. Peut-être qu'il suffirait de parler d'infusion, de décoction, de thé, etc. et d'indiquer comment les préparer dans une section séparée, s'il n'y a pas de place sur une page plus petite.*

*Au départ, j'ai reçu une enveloppe vide, mais Nicole a veillé à ce que je reçoive rapidement mon livre."*

Une leçon apprise

---

★★★★★ **C'est un excellent livre. pour tout survivaliste, prepper ou toute personne fatiguée des produits chimiques**

*"[...] Si vous êtes un prepper, un survivaliste ou un grider, ce livre est pour vous!!! Il est rempli de remèdes maison à l'ancienne (TOUS NATURELS).*

*Ma femme et moi avons eu besoin d'en essayer, et même si j'étais un peu sceptique au début. Je dirai qu'ils fonctionnent. La plupart des ingrédients peuvent être trouvés dans le jardin ou sur le bord de la route, et nécessitent juste un peu de temps de préparation. Consultez également le livre "Les moyens perdus". Ces deux ouvrages valent la peine d'être consultés dans votre bibliothèque."*

Andrew P. Arkansas

**Vous avez 60 jours pour essayer**  
**Le Livre Perdu des Plantes Médicinales**

C'est aussi simple que cela !

Aucune question n'est posée.

C'est ma garantie personnelle.





Adresse postale: 2515 Waukegan Rd, Bannockburn, IL, 60015

Global Brother LLC Copyright © All Rights Reserved

© 2023

2023 © Digistore24 Inc. (États-Unis) Inc. et/ou ses concédants de licence. Consultez les conditions légales d'utilisation ici et la politique de confidentialité ici. Contactez-nous ici.



2024 © Digistore24 Inc. (United States) Inc. and/or its licensors. Review legal terms of use [here](#) and privacy policy [here](#). Contact us [here](#).