



HERBORISTERIE ARIÈS

## AULNE

*Alnus glutinosa*  
Bétulacées



## Morphologie

L'Aulne glutineux est un arbre élancé, peu élevé (20 à 25m), à croissance rapide, ne vivant généralement pas au-delà de cent ans. Son écorce d'abord claire et lisse, devient plus foncée et crevassée avec le temps. Les feuilles sont arrondies, tronquées vers le sommet, glabres et irrégulièrement dentées, **vert foncé vernissées** dessus. Les chatons sortent avant les feuilles, en février/mars. Les fleurs mâles sont pendantes, les fleurs femelles plus courtes, pourpres et dressées; Les fruits sont de **petits cônes ovoïdes** et marrons.

## Biotope, Habitat

L'Aulne se rencontre jusqu'à une altitude de 1'200m, dans les bois humides et le long des **cours d'eau** dont il souligne élégamment le parcours. Il apprécie particulièrement les sols gorgés d'eau et alluvionnaires. Il révèle souvent la proximité de nappes phréatiques et régénère les sols marécageux. Tout comme le Bouleau, l'Aulne est une **espèce pionnière** qui disparaît lorsque la concurrence avec d'autres arbres devient trop rude.

**Récolte:** Les bourgeons foliaires d'Aulne sont récoltés en bordure de rivières et de ruisseaux dans le site des parcs régionaux d'Auvergne durant la deuxième quinzaine d'avril.

## Mythologie &amp; Culture

Connu sous le nom de '**Verne**', l'Aulne a donné son nom à de nombreuses régions de Suisse et de France: Vernier, Vernayaz, Mauverney; Aulnay, Aulnoy, Launois... et aussi à certains patronymes: Launay, Delaunay, Auneau, etc. Peu utilisé de nos jours en menuiserie, le bois d'Aulne servait à la confection de sabots, de jouets, d'instruments de musique et autres menus objets. Il trouvait son utilité dans le **tannage du cuir** et on l'utilisait pour fumer le poisson.

De conservation difficile, le bois de l'Aulne devient **imputrescible** une fois immergé. Il aurait servi de base pour les cités lacustres et les fondations de la ville de Venise seraient composées en partie du bois de cet arbre!

## Action sur l'Homme

L'Aulne reflète l'**enthousiasme** et la **spontanéité**. Par sa nature **frivole**, il rend son entourage **joyeux** et **gai**. **Facétieux**, **espiègle** et **taquin**, il possède un bel entrain **juvénile**, il se relie au monde imaginaire de l'enfant qui doit apprendre tout ce qu'il doit savoir du monde des grands. En toute innocence, il se prend à son propre jeu dont il peut modifier les règles au petit bonheur la chance...

Transposé à l'adulte, cela correspondrait à un individu déconcertant, nous réservant

plein de surprises en sautant du coq à l'âne...

Mais l'Aulne sait aussi se montrer sous des airs sérieux, graves et profonds en nous rappelant à nos responsabilités. Dans des phases plus sombres de notre existence, il est capable de restaurer en nous la confiance, en nous raccordant à ces moments de la vie où nous nous sentions pleinement heureux. L'Aulne nous permet de nous reconnecter à notre identité, de composer avec nos propres valeurs sans avoir à les disputer à autrui. Il sera notre guide, lorsque, fatigué de la routine et des épreuves quotidiennes, nous souhaitons opter pour une transformation plus radicale de notre existence qui prenne en considération notre être intérieur. Car l'Aulne **fluidifie**, met en mouvement les énergies, lutte contre la stagnation, la sclérose, la déprime et les attitudes pessimistes. Il est de ce fait particulièrement **recommandé pour sortir de l'ornière un être mélancolique, introverti, sérieux et enlisé dans son passé ou dans ses émotions**. Sa nature généreuse et optimiste lui permet de participer à la riche panoplie de nos sentiments.



HERBORISTERIE ARIÈS

## AULNE

*Alnus glutinosa*  
Bétulacées



## Portrait

*Je suis ce funambule qui se promène sur les toits de ta vie.  
Tu vois ma silhouette se découper sur le ciel étoilé  
Lorsque s'ouvre dans ton âme la lucarne de ton enchantement.  
Je me tiens en équilibre entre les côtés sombres et lumineux  
De l'existence, près de ton cœur, là où s'offrent à toi Les plus beaux sentiments.  
Je te montre que l'une et l'autre de ces facettes te sont nécessaires  
Pour évoluer et trouver les réponses à tes quêtes.  
Avec moi, tu n'as pas à errer longtemps dans l'obscurité.  
Je me relie à tes zones d'ombre en te permettant de les accepter  
Comme elles sont, puisque c'est à elles aussi que tu dois ce que tu es devenu.  
Parce que dans ces moments-là se sont écrites  
Quelques-unes des plus belles pages de ta vie,  
Quand ton insouciance se tenait sur le devant de la scène  
Et que c'est en totale confiance que tu embrassais du regard  
Ce qui venait à toi.  
En déjouant tes peurs je te conduis à visiter les profondeurs  
De ton Être, jusqu'au temps avant ta naissance  
Avant même ta venue sur terre.  
En donnant de la consistance à tes rêves et tes espoirs  
En ravivant en ton âme la flamme originelle Je te dédie à ta nouvelle créativité.*



HERBORISTERIE ARIÈS

## AULNE

*Alnus glutinosa*  
Bétulacées



## Morphologie

L'Aulne glutineux est un arbre élancé, peu élevé (20 à 25m), à croissance rapide, ne vivant généralement pas au-delà de cent ans. Son écorce d'abord claire et lisse, devient plus foncée et crevassée avec le temps. Les feuilles sont arrondies, tronquées vers le sommet, glabres et irrégulièrement dentées, **vert foncé vernissées** dessus. Les chatons sortent avant les feuilles, en février/mars. Les fleurs mâles sont pendantes, les fleurs femelles plus courtes, pourpres et dressées; Les fruits sont de **petits cônes ovoïdes** et marrons.

## Biotope, Habitat

L'Aulne se rencontre jusqu'à une altitude de 1'200m, dans les bois humides et le long des **cours d'eau** dont il souligne élégamment le parcours. Il apprécie particulièrement les sols gorgés d'eau et alluvionnaires. Il révèle souvent la proximité de nappes phréatiques et régénère les sols marécageux. Tout comme le Bouleau, l'Aulne est une **espèce pionnière** qui disparaît lorsque la concurrence avec d'autres arbres devient trop rude.

**Récolte:** Les bourgeons foliaires d'Aulne sont récoltés en bordure de rivières et de ruisseaux dans le site des parcs régionaux d'Auvergne durant la deuxième quinzaine d'avril.

## Mythologie &amp; Culture

Connu sous le nom de '**Verne**', l'Aulne a donné son nom à de nombreuses régions de Suisse et de France: Vernier, Vernayaz, Mauverney; Aulnay, Aulnoy, Launois... et aussi à certains patronymes: Launay, Delaunay, Auneau, etc. Peu utilisé de nos jours en menuiserie, le bois d'Aulne servait à la confection de sabots, de jouets, d'instruments de musique et autres menus objets. Il trouvait son utilité dans le **tannage du cuir** et on l'utilisait pour fumer le poisson.

De conservation difficile, le bois de l'Aulne devient **imputrescible** une fois immergé. Il aurait servi de base pour les cités lacustres et les fondations de la ville de Venise seraient composées en partie du bois de cet arbre!

## Action sur l'Homme

L'Aulne reflète l'**enthousiasme** et la **spontanéité**. Par sa nature **frivole**, il rend son entourage **joyeux** et **gai**. **Facétieux**, **espiègle** et **taquin**, il possède un bel entrain **juvénile**, il se relie au monde imaginaire de l'enfant qui doit apprendre tout ce qu'il doit savoir du monde des grands. En toute innocence, il se prend à son propre jeu dont il peut modifier les règles au petit bonheur la chance... Transposé à l'adulte, cela correspondrait à un individu déconcertant, nous réservant

plein de surprises en sautant du coq à l'âne...

Mais l'Aulne sait aussi se montrer sous des airs sérieux, graves et profonds en nous rappelant à nos responsabilités. Dans des phases plus sombres de notre existence, il est capable de restaurer en nous la confiance, en nous raccordant à ces moments de la vie où nous nous sentions pleinement heureux. L'Aulne nous permet de nous reconnecter à notre identité, de composer avec nos propres valeurs sans avoir à les disputer à autrui. Il sera notre guide, lorsque, fatigué de la routine et des épreuves quotidiennes, nous souhaitons opter pour une transformation plus radicale de notre existence qui prenne en considération notre être intérieur. Car l'Aulne **fluidifie**, met en mouvement les énergies, lutte contre la stagnation, la sclérose, la déprime et les attitudes pessimistes. Il est de ce fait particulièrement **recommandé pour sortir de l'ornière un être mélancolique, introverti, sérieux et enlisé dans son passé ou dans ses émotions**. Sa nature généreuse et optimiste lui permet de participer à la riche panoplie de nos sentiments.



HERBORISTERIE ARIÈS

## AULNE

*Alnus glutinosa*  
Bétulacées



## Portrait

*Je suis ce funambule qui se promène sur les toits de ta vie.*

*Tu vois ma silhouette se découper sur le ciel étoilé*

*Lorsque s'ouvre dans ton âme la lucarne de ton enchantement.*

*Je me tiens en équilibre entre les côtés sombres et lumineux*

*De l'existence, près de ton cœur, là où s'offrent à toi Les plus beaux sentiments.*

*Je te montre que l'une et l'autre de ces facettes te sont nécessaires*

*Pour évoluer et trouver les réponses à tes quêtes.*

*Avec moi, tu n'as pas à errer longtemps dans l'obscurité.*

*Je me relie à tes zones d'ombre en te permettant de les accepter*

*Comme elles sont, puisque c'est à elles aussi que tu dois ce que tu es devenu.*

*Parce que dans ces moments-là se sont écrites*

*Quelques-unes des plus belles pages de ta vie,*

*Quand ton insouciance se tenait sur le devant de la scène*

*Et que c'est en totale confiance que tu embrassais du regard*

*Ce qui venait à toi.*

*En déjouant tes peurs je te conduis à visiter les profondeurs*

*De ton Être, jusqu'au temps avant ta naissance*

*Avant même ta venue sur terre.*

*En donnant de la consistance à tes rêves et tes espoirs*

*En ravivant en ton âme la flamme originelle Je te dédie à ta nouvelle créativité.*