



SAPIN PECTINÉ

Abies alba
Pinacée



HERBORISTERIE ARIÈS



Morphologie

Le Sapin pectiné, appelé également Sapin blanc ou argenté, est un arbre de taille respectable, pouvant dépasser 50m de hauteur. Le port, d'abord conique, devient ovoïde puis **tabulaire**. L'écorce, lisse et argentée au début, se crevasse longitudinalement chez l'arbre adulte. Les aiguilles persistantes sont disposées sur **deux rangs**, à l'image des dents d'un peigne. Leur face intérieure comporte **deux lignes claires**. Les cônes, de 10 à 15cm, sont **dressés** sur les rameaux de la cime. Une fois à maturité, leurs écailles se désagrègent et se disséminent dans l'air. Les fleurs ne se développent qu'après 30 ans ! Le Sapin pectiné peut vivre jusqu'à plus de 300 ans.

Biotope, Habitat

Le Sapin pectiné affectionne les sols rocheux ou riches en humus archaïque. Il s'enracine profondément. Il exige une **humidité atmosphérique** élevée constante et craint la sécheresse estivale. Il produit lui-même, grâce à son lit d'aiguilles, le peu de terrain nourricier dont il a besoin. Ses besoins en lumière sont faibles et fait preuve d'une bonne résistance au vent « Wettertanne ». Cette essence forestière croît à l'état spontané dans une bande qui s'étend des Pyrénées à la Pologne en passant par la Bourgogne et les Vosges. Elle apparaît dans les régions périalpines, dans les forêts de **montagne**, entre 500 et 1800m d'altitude. *Abies alba* s'associe au **Hêtre** dans les étages

montagnards inférieurs et à l'**Epicéa** dans l'étage montagnard supérieur.

Récolte : Les bourgeons de Sapin pectiné sont récoltés dans les forêts classées du Parc régional du Livradois Forez, à une altitude de 1000m.

Mythologie & Culture

Sous le terme de 'Sapin' le commun des mortels réunit aussi bien les différents Sapin, l'Epicéa et le Douglas, L'image de l'arbre de Noël comme symbole du **renouveau de la vie** n'est certainement pas étrangère à cette confusion qui se maintient bien au-delà de l'enfance...

Pourtant, parmi tous ces conifères, le Sapin pectiné est bel et bien le seul à être indigène.

Son implantation est aujourd'hui favorisée dans nos forêts suisses, suite à la décomposition importante causée par l'industrie.

Apparu très tôt sur la planète, le Sapin pectiné doit sa réputation principalement à son bois, très recherché dans la **menuiserie**, pour la confection de portes, plinthes, lambris, mais aussi des **charpentes** et des cercueils...Sa valeur calorique est cependant moindre en raison de sa forte production de goudron.

Au XIV^{ème} siècle il servait à la construction de navires et des flottes qui ont permis la conquête du Nouveau Monde.

Certains sujets à croissance lente poussant dans les hauteurs sont privilégiés des luthiers pour la pureté du rendu de leur son.

Action sur l'Homme

Le Sapin blanc est perçu comme **chaleureux, protecteur, sociable**. Il suit notre existence depuis le berceau, en nous témoignant **fidélité, compassion** et **mansuétude**.

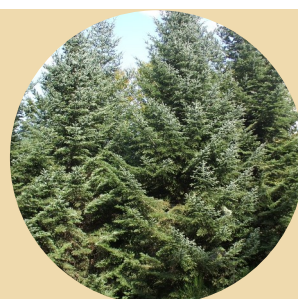
Très intimement lié à **Noël** et à la naissance en général, le Sapin crée ce **fondement solide** à partir duquel pourra se construire notre parcours de vie. Il nous accompagne dans **nos tâches quotidiennes** en nous intégrant dans l'apprentissage vers l'acquisition de nouvelles facultés. Et que lui importe si nos progrès sont lents, **laborieux** et se font au prix de grands efforts...Il nous offre le moyen de puiser en nous une **confiance** inébranlable envers les ressources de la vie.

Le Sapin ne craint pas de nous impliquer jusqu'à la moelle dans ce que nous avons choisi pour nous **épanouir**. En **intériorisant ce qui était à l'extérieur**, il nous conduit dans **les profondeurs de notre Être**, là où **l'esprit veut imprimer son sceau** jusque dans la substance.

Ainsi, plus nous nous élevons, plus nous élargissons nos **perspectives** et **champ de vision**.

Le Sapin nous aide à éliminer ce qui a été l'héritage du passé en favorisant l'émergence de notre propre **individualité**. C'est à partir de l'ébauche qui nous a été donnée que nous sommes en mesure de nous forger une nouvelle identité !

© Christophe Perret-Gentil & Sarah Walker



SAPIN PECTINÉ

Abies alba
Pinacée



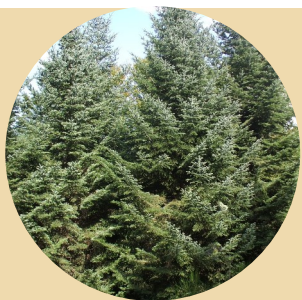
HERBORISTERIE ARIÈS



Portrait

Qu'y a-t-il de plus noble, de plus pur, de plus vénérable,
De plus constant que la Quête d'une Plénitude qui nous révélerait
À nous-mêmes dans toutes nos dimensions ?
Ce monde d'un perpétuel matin auquel aspire mon âme assoiffée
Dont la fine caresse du moindre brin d'herbe anime la dévotion !
Peu m'importe que les forces obscures de la terre m'arrachent
À la naïveté de mon Innocence puisque de la Foi que m'inspire
La lumière je saurai offrir à mon entour la moisson de mes ressources !
Depuis la ramification infinie de mes racines
N'ai-je pas su élever ce tronc vertical jusqu'à ma cime
Jusqu'à fouler l'infini et embraser le silence ?
En m'accordant aussi bien aux profondeurs qu'aux hauteurs célestes
N'ai-je pas réussi à réunir en ma sève la multiplicité et l'unité ?
La confrontation perpétuelle de ce qui s'oppose et s'apaise
Ne cache-elle pas la genèse permanente de nouveaux commencements ?
Ne porte-telle pas en son sein les principes fondamentaux de la vie
Qui ne saurait ni se nourrir ni s'épanouir autrement que par la métamorphose ?
Est-ce qu'un jour je parviendrais à honorer l'espoir mis en moi en m'enfantant ?
Jusqu'à devenir ce foyer d'Amour où tout veille dans la confiance
Et la protection de ce qui jamais ne saurait mourir.
Ne serais-je pas la réponse à ce qui en tout instant mobilise la volonté de l'univers ?

E:\Documents externes\Fichiers\Francais\Gemmotherapie_Fiches



SAPIN PECTINÉ

Abies alba
Pinacée



HERBORISTERIE ARIÈS



Morphologie

Le Sapin pectiné, appelé également Sapin blanc ou argenté, est un arbre de taille respectable, pouvant dépasser 50m de hauteur. Le port, d'abord conique, devient ovoïde puis **tabulaire**. L'écorce, lisse et argentée au début, se crevasse longitudinalement chez l'arbre adulte. Les aiguilles persistantes sont disposées sur **deux rangs**, à l'image des dents d'un peigne. Leur face intérieure comporte **deux lignes claires**. Les cônes, de 10 à 15cm, sont **dressés** sur les rameaux de la cime. Une fois à maturité, leurs écailles se désagrègent et se disséminent dans l'air. Les fleurs ne se développent qu'après 30 ans ! Le Sapin pectiné peut vivre jusqu'à plus de 300 ans.

Biotope, Habitat

Le Sapin pectiné affectionne les sols rocheux ou riches en humus archaïque. Il s'enracine profondément. Il exige une **humidité atmosphérique** élevée constante et craint la sécheresse estivale. Il produit lui-même, grâce à son lit d'aiguilles, le peu de terrain nourricier dont il a besoin. Ses besoins en lumière sont faibles et fait preuve d'une bonne résistance au vent « Wettertanne ». Cette essence forestière croît à l'état spontané dans une bande qui s'étend des Pyrénées à la Pologne en passant par la Bourgogne et les Vosges. Elle apparaît dans les régions périalpines, dans les forêts de **montagne**, entre 500 et 1800m d'altitude. *Abies alba* s'associe au **Hêtre** dans les étages

montagnards inférieurs et à l'**Epicéa** dans l'étage montagnard supérieur.

Récolte : Les bourgeons de Sapin pectiné sont récoltés dans les forêts classées du Parc régional du Livradois Forez, à une altitude de 1000m.

Mythologie & Culture

Sous le terme de 'Sapin' le commun des mortels réunit aussi bien les différents Sapin, l'Epicéa et le Douglas, L'image de l'arbre de Noël comme symbole du **renouveau de la vie** n'est certainement pas étrangère à cette confusion qui se maintient bien au-delà de l'enfance...

Pourtant, parmi tous ces conifères, le Sapin pectiné est bel et bien le seul à être indigène.

Son implantation est aujourd'hui favorisée dans nos forêts suisses, suite à la décimation importante causée par l'industrie.

Apparu très tôt sur la planète, le Sapin pectiné doit sa réputation principalement à son bois, très recherché dans la **menuiserie**, pour la confection de portes, plinthes, lambris, mais aussi des **charpentes** et des cercueils...Sa valeur calorique est cependant moindre en raison de sa forte production de goudron.

Au XIV^{ème} siècle il servait à la construction de navires et des flottes qui ont permis la conquête du Nouveau Monde.

Certains sujets à croissance lente poussant dans les hauteurs sont privilégiés des luthiers pour la pureté du rendu de leur son.

Action sur l'Homme

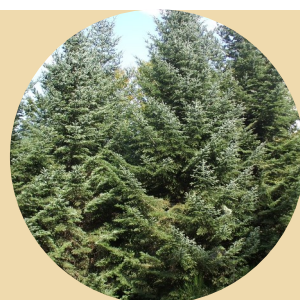
Le Sapin blanc est perçu comme **chaleureux, protecteur, sociable**. Il suit notre existence depuis le berceau, en nous témoignant **fidélité, compassion** et **mansuétude**.

Très intimement lié à **Noël** et à la naissance en général, le Sapin crée ce **fondement solide** à partir duquel pourra se construire notre parcours de vie. Il nous accompagne dans **nos tâches quotidiennes** en nous intégrant dans l'apprentissage vers l'acquisition de nouvelles facultés. Et que lui importe si nos progrès sont lents, **laborieux** et se font au prix de grands efforts...Il nous offre le moyen de puiser en nous une **confiance** inébranlable envers les ressources de la vie.

Le Sapin ne craint pas de nous impliquer jusqu'à la moelle dans ce que nous avons choisi pour nous **épanouir**. En **intérieurisant ce qui était à l'extérieur**, il nous conduit dans **les profondeurs de notre Être**, là où **l'esprit veut imprimer son sceau** jusque dans la substance.

Ainsi, plus nous nous élevons, plus nous élargissons nos **perspectives** et **champ de vision**.

Le Sapin nous aide à éliminer ce qui a été l'héritage du passé en favorisant l'émergence de notre propre **individualité**. C'est à partir de l'ébauche qui nous a été donnée que nous sommes en mesure de nous forger une nouvelle identité !



SAPIN PECTINÉ

Abies alba
Pinacée



HERBORISTERIE ARIÈS



Portrait

Qu'y a-t-il de plus noble, de plus pur, de plus vénérable,
De plus constant que la Quête d'une Plénitude qui nous révélerait
À nous-mêmes dans toutes nos dimensions ?
Ce monde d'un perpétuel matin auquel aspire mon âme assoiffée
Dont la fine caresse du moindre brin d'herbe anime la dévotion !
Peu m'importe que les forces obscures de la terre m'arrachent
À la naïveté de mon Innocence puisque de la Foi que m'inspire
La lumière je saurai offrir à mon entour la moisson de mes ressources !
Depuis la ramification infinie de mes racines
N'ai-je pas su élever ce tronc vertical jusqu'à ma cime
Jusqu'à fouler l'infini et embraser le silence ?
En m'accordant aussi bien aux profondeurs qu'aux hauteurs célestes
N'ai-je pas réussi à réunir en ma sève la multiplicité et l'unité ?
La confrontation perpétuelle de ce qui s'oppose et s'apaise
Ne cache-elle pas la genèse permanente de nouveaux commencements ?
Ne porte-telle pas en son sein les principes fondamentaux de la vie
Qui ne saurait ni se nourrir ni s'épanouir autrement que par la métamorphose ?
Est-ce qu'un jour je parviendrais à honorer l'espoir mis en moi en m'enfantant ?
Jusqu'à devenir ce foyer d'Amour où tout veille dans la confiance
Et la protection de ce qui jamais ne saurait mourir.
Ne serais-je pas la réponse à ce qui en tout instant mobilise la volonté de l'univers ?