

Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
Herausgeber: Aînés
Band: 18 (1988)
Heft: 12

Rubrik: Docteur nature : le houx porte-bonheur de Noël

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

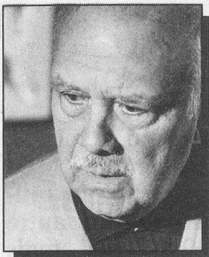
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 09.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Notre pays est une auberge
trois étoiles et un hôpital
gratuit: avec les plantes.

L'écrivain français Paul
Vincent nous montre de
mois en mois comment se
guérir et se régaler avec la
Nature.

le houx

porte-bonheur de Noël

Le gui de janvier a son
compère de Noël: le
houx.

Son nom – hou-hou! – a
beau se prononcer comme
un hurlement de vent de
décembre, le houx n'en est
pas moins un arbrisseau
noble avec un flamboie-
ment estival de baies écar-
lates.

Le houx est commun dans
nos régions, en basse mon-
tagne. Toujours vert, il se
rencontre surtout dans les
clairières des bois de sap-
ins. C'est un des arbres
les moins pressés pour
grandir. Mais il devient
couramment triple cente-
naire.

Dans la chanson célèbre
«J'ai deux grands bœufs
dans mon étable» de Pier-
re Dupont, «la charrue est
en bois d'érable, mais l'ai-
guillon en branches de
houx», non sans raison: il
est homogène et dur au
point qu'il sert la gravure
sur bois et qu'il n'y en a
pas un comme lui, s'il est
teinté de noir, pour rem-
placer l'ébène.

C'est avec l'écorce – la se-
conde – du houx que l'on
obtient la meilleure glu
pour piper les oiseaux.
Elle bat la glu du gui d'une
longueur de colle, mais
nous aimons trop les oi-
seaux pour livrer la re-
cette.

Encore que la glu, selon un
guérisseur du Moyen Âge,
ait des vertus médicina-
les: «La glu de houx, écrit-
il, amollit, résout et
conduit à suppuration les
tumeurs endurcies. Pour
cet effet, on fait un cata-



Le houx, comme le champagne,
ne manque pas de piquant.
Dessin de l'auteur

plasma avec des parties
égales de résine et de
cire.»

Dans certaines régions de
Savoie, comme les Bau-
ges, on l'emploie encore
avec succès – sinon contre
les tumeurs – du moins
pour résoudre et faire mû-
rir les abcès et les fu-
roncles.

Le houx n'est pas très
doué pour la cuisine – sauf
pour les oiseaux: ils cro-
quent les baies du houx
commun au seuil du prin-
temps.

Le houx se boit plus faci-
lement qu'il ne se mange:

en boisson rafraîchissante
tonique, un peu toxique:
le maté avec ses feuilles
séchées, en café – surtout
en Corse avec la poudre
des semences torréfiées, et
même en alcool blanc –
spécialité alsacienne.

En médecine, le «Docteur
Houx» met à la disposi-
tion des patients ses baies,
son écorce, ses feuilles.

Les baies de houx purgent
– mais avec des dangers de
vomissements et de nau-
sées. On les fait tremper,
dans certains villages,
pendant 12 heures pour
les ramollir et l'on en

prend 7 ou 8 par jour au
maximum.

L'écorce est fébrifuge, an-
tirhumatisme, tonique.
Sa spécialité: l'épilepsie.
C'est un antispasmodi-
que. On fait infuser toute
une nuit une poignée
d'écorce verte dans un li-
tre d'eau. On en boit 3 tas-
ses au maximum par jour,
entre les repas.

Les feuilles sont antirhu-
matismes, antispasmo-
diques, fébrifuges, stoma-
chiques, toniques. Elles
sont utiles contre l'atonie
gastrique, les coliques in-
testinales et certaines af-
fections fébriles comme
le paludisme. On compte
30 g pour un litre d'eau
bouillante et on prépare la
décoction en deux temps:
bouillir 2 minutes, infuser
10 minutes. Trois tasses
par jour entre les repas.

Le «vin de houx» est
connu contre les fièvres
intermittentes. A la pério-
de de Noël, on hache les
feuilles fraîches. On les
fait macérer une semaine
dans l'alcool. On ajoute
du vin blanc à proportion
des deux tiers.

Le houx a la réputation de
préserver des sortilèges.
Dans des porcheries de
Savoie, de vieux bergers
taillent un bâton de
conduite en houx, pour
que leurs bovins soient à
l'abri des accidents. Mon
oncle forgeron à Alby-sur-
Chéran plaçait toujours
une branche de houx dans
la ridelle d'un char à foin
pour qu'il échappe au
«feu du ciel». Le houx
– porte-bonheur de Noël
– est un ami. Sauf du
diable.

P. V.

Prochain numéro:
le sapin.