

Marie Plassard

REINE DES

# Sabbats

Connectez-vous à l'énergie des saisons,  
à la magie des rituels et célébrations sacrées



Féminin PUISSANT

LEDUC   
ÉSO

# Découvrez la magie du calendrier des sorcières

La Roue de l'année s'articule autour de huit fêtes sacrées, huit sabbats, qui sont célébrées par toutes les sorcières du monde entier. Marie Plassard vous initie à la magie de chacune d'entre elles pour vous permettre de vivre chaque saison en symbiose avec la nature et son énergie créatrice.

- \* **Découvrez les 8 sabbats qui ponctuent l'année** : Samhain, Yule, Imbolc, Ostara, Beltane, Litha, Lughnasadh et Mabon.
- \* **Connectez-vous à l'énergie de chaque saison** grâce aux rituels dédiés, aux incantations, aux recettes, aux plantes associées et aux divinités à célébrer.
- \* **Libérez votre âme de sorcière et remettez de la magie dans votre vie** pour vous relier au Vivant et honorer votre part sacrée.
- \* **Entrez en lien avec les forces de l'invisible** pour mieux vous déployer.



**18,90 euros**  
Prix TTC France

ISBN : 979-10-285-2329-9



9 791028 523299

editionsleduc.com  
**LEDUC** ↗  
ÉSO

Illustration : Marie Ollier  
Rayon : Ésotérisme

# Les lectrices en parlent !

« Ce livre ravira toutes celles qui se sentent appelées à se reconnecter à leur nature profonde, sauvage et sacrée. Mais aussi toutes celles qui souhaitent approfondir leur pratique païenne ou se connecter au cycle de la vie et de la nature. C'est le livre qui va me suivre tout au long de l'année pour mes rituels sacrés. J'adore et je recommande ! »

**Nikita Dautremont, @rdv.avec.moi.maime**

« Marie Plassard est une sorcière, une fée, j'ai été envoûtée par la lecture de son livre. »

**Manon Taillez, La lecture de Manon**

« Coup de cœur. Coup de foudre pour cet ouvrage. Dans notre société ultra-connectée, où tout doit aller vite, toujours et tout le temps, on oublie souvent l'essentiel. Je suis profondément reconnaissante à Marie Plassard pour ce merveilleux ouvrage, plein d'humanité. »

**Victoria Grimoin, @Nantes\_lectureclub**

« C'est un livre qui s'adresse directement à notre cœur, à notre âme, à cette lumière que l'on sent vibrer en nous et qui ne demande qu'à briller plus fort. On virevolte entre le cycle des saisons, les traditions lointaines, l'histoire, les différentes cultures, les mythes, les rituels, les activités saisonnières... On se laisse tout simplement emporter dans une danse passionnante et infiniment sensorielle. L'auteure nous tend la main pour oser être celle que nous sommes, ou celle que nous souhaitons devenir. Pour oser s'affirmer, faire vivre ses rêves et s'affranchir des dogmes. Pour oser être libre. Un passionnant voyage sur le chemin du sacré, de l'intuition, des intentions, du temps de la vie, des énergies et de la magie. Une pépite ! »

**Claire Donati, @les.lectures.de.claire**

« Un livre riche, complet et synchrétique. Voilà un ouvrage qui manquait dans le paysage ésotérique. »

**Anne-Valérie Quénet, Sorcière des Abers**

« J'ai trouvé ce livre très bien expliqué, illustré et extrêmement ludique même quand on est novice. Les anecdotes historiques tout comme les idées de rituels sont parfaitement distillées. Je vais le relire plusieurs fois, pour me laisser le temps d'intégrer et de retenir ses précieuses informations petit à petit. »

**Constance Albert, constancemoon.com**

## REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

**Inscrivez-vous à notre newsletter** et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours... et des cadeaux !

Rendez-vous ici : [bit.ly/newsletterleduc](https://bit.ly/newsletterleduc)

Retrouvez-nous sur notre site [www.editionsleduc.com](http://www.editionsleduc.com)  
et sur les réseaux sociaux.



### Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable !

« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison.

Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure ! C'est pourquoi nous avons fait le choix de l'écoresponsabilité. Un livre écoresponsable, c'est une impression respectueuse de l'environnement, un papier issu de forêts gérées durablement (papier FSC® ou PEFC), un nombre de kilomètres limité avant d'arriver dans vos mains (90 % de nos livres sont imprimés en Europe, et 40 % en France), un format optimisé pour éviter la gâche papier et un tirage ajusté pour minimiser le pilon ! Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.



Conseil éditorial : Anne-Claire Méret

Édition : Bleuenn Jaffres

Maquette : Evelyne Nobre

Relecture : Audrey Peuportier

Design de la couverture : Antartik

Illustration de couverture : Marie Ollier

Illustration p. 27 : Adobe Stock

Illustrations intérieures : Anna Xhaard

© 2022 Leduc Éditions

10, place des Cinq-Martyrs-du-Lycée-Bufferon

75015 Paris – France

ISBN : 979-10-285-2329-9

Marie Plassard

REINE DES

# Sabbats

Connectez-vous à l'énergie des saisons,  
à la magie des rituels et célébrations sacrées

*À Billie, reine de mes sabbats,  
soleil noir de mes jours et de mes nuits.*

# SOMMAIRE

Avant-propos .....	7
Introduction .....	11
Préliminaires.....	19
SAMHAIN .....	29
YULE .....	55
IMBOLC .....	85
OSTARA.....	109
BELTANE .....	135
LITHA .....	163
LUGHNASADH OU LAMMAS .....	187
MABON .....	209
Conclusion .....	233
Bibliographie .....	235
Remerciements.....	237
Table des matières.....	239



# AVANT-PROPOS

## L'appel de la sorcière

*« La sorcière surgit au crépuscule, au moment  
des angoisses vespérales, alors que tout semble perdu.  
Elle est celle qui parvient à trouver des réserves  
d'espoir au cœur du désespoir. »*

**Mona Chollet**

**C**omme toutes les femmes, je suis née sorcière.

Pourtant, pendant de longues années, je me suis laissé entraîner par le tourbillon des conventions sociales, animée par l'envie d'être reconnue dans l'espoir de trouver dans l'approbation d'autrui une confiance en moi que je n'avais jamais connue.

Au fil du temps, j'ai oublié ce pouvoir du dedans qui gronde à l'intérieur de notre ventre de femme ; j'ai oublié que notre essence est divine et sacrée. Que nous créons notre vie à chaque instant. Que le vent, les rivières, la lune, la

terre, le soleil, la mer, les torrents, les animaux, les plantes et les pierres sont nos alliés et nos égaux. J'ai oublié, comme vous, que scintillent en mon antre la lumière des étoiles et la puissance de l'Univers tout entier.

Depuis ma petite enfance, je suis une chercheuse de vérités, en quête de liberté et d'authenticité. J'interroge inlassablement les êtres qui m'entourent quant au sens de la vie. J'ai toujours senti qu'au-delà des apparences il y avait autre chose. Et cette autre chose, je l'ai cherchée partout ; dans l'art, la poésie, les nuages, la philosophie, la fête, l'ésotérisme et la spiritualité. C'est cette soif insatiable qui m'a conduite sur le chemin du sacré et a fait souffler un vent de magie dans ma vie. Cependant, durant des années, j'ai insidieusement renié ma nature profonde, tout en cherchant un sens à mon existence et ma place dans le monde.

À l'aube de ma vingtième année, j'ai senti gronder dans mon être l'appel de la sorcière, celle qui sommeille dans le cœur des femmes d'hier et d'aujourd'hui. J'ai senti vibrer en moi le son du tonnerre au milieu d'une nuit chaude d'été, le cri poussé par la lumière brûlante et argentée d'une pleine lune ardente. Un cri du ventre, un cri du cœur, étouffé depuis des années, peut-être même des siècles. Ce cri, c'est celui de la femme sauvage, divine et sacrée.

Il est venu me rappeler que je suis l'arrière-arrière-petite-fille d'une lignée de femmes insoumises, de sorcières. Guérisseuses, femmes-médecine, sages-femmes, enchanteresses, sourcières, coupeuses de feu, herboristes... peu importe comment elles sont nommées, la liberté, le plus

puissant de tous les pouvoirs, coule dans le sang des femmes de ma lignée. La liberté d'être et de vivre comme bon nous semble, malgré les mœurs, la société, les nombreuses épines sur le chemin ou encore la peur.

Et si j'ai encore du mal à l'expliquer ou à l'exprimer, ce cri revient chaque jour hanter mes rêves ; mes actes et mes pensées. Tel un appel urgent à préserver le Vivant et la liberté, à oser vivre pleinement.

Oser être exactement celle que nous sommes ou celle que nous souhaitons être ici et maintenant.

Parfaitement imparfaite.

Vivante et libre.

La sorcière, gardienne des rites secrets et de l'harmonie entre les règnes, est avant tout une femme connectée à sa nature cyclique autant qu'au cycle de la nature, embrassant sa vérité sans cesse renouvelée.

Une femme affranchie des dogmes et des conventions sociétales.

Libre du regard des autres et des hommes, dont elle se sent la complice et l'égale.

Libre de faire des vœux à la Lune, des offrandes au Soleil.

Libre de se sentir reliée dans l'immensité du Grand Tout.

Libre de faire du sport ou non, d'être en couple ou non.

Libre d'élever ses enfants ou de donner la vie autrement.

Libre de construire un empire, ou d'être une grande rêveuse.

Libre de se créer une vie haute couture, d'être une femme de l'instant.

La sorcière dérange et bouleverse autant qu'elle inspire.

Elle est là pour transmettre un héritage invisible souvent impalpable, toujours éminent tant il touche directement notre cœur et ne laisse personne indifférent.

La sorcière est libre de vivre intensément chaque seconde de l'aventure humaine car elle fait corps avec le cycle de la vie, la Roue sacrée du temps. Elle est la reine des sabbats. Réveillons-la, elle n'attend que ça.

# INTRODUCTION

*« Si l'humanité doit évoluer, cette évolution se fera dans le sacré, dans une conscience que la vie est magique, belle, enchanteresse, que la nature est un don, la manifestation d'un principe qui nous dépasse. »*

**Pierre Rabhi**

## **MA RECONNEXION À LA NATURE**

Depuis aussi longtemps que je m'en souviens, j'ai toujours pratiqué la magie. Déjà toute petite, je ramassais des pierres, des coquillages, des plumes. Autant de trésors que je regardais avec affection, et dans lesquels je plaçais des espoirs et des intentions. La magie du verbe, la vibration des mots et des rimes m'ont toujours enchantée. Intuitivement, je me suis éveillée très tôt à la pratique des rituels et à la puissance des incantations.

Mon enfance m'y a aidée ; j'ai eu la chance de grandir au bord de la mer, entourée d'eucalyptus, de vignes et de cyprès. La nature, la terre et les animaux m'ont initiée aux mystères du Vivant ainsi qu'à sa beauté. De cette magie brute et originelle, j'ai puisé ma force, mon inspiration, mes valeurs et mes aspirations.

Plus tard, c'est la naturopathie<sup>1</sup> qui m'a reconnectée aux lois de la vie ainsi qu'à la magie des rituels. Après des années de déconnexion avec ma sorcière intérieure, et malgré son appel qui brûlait mon cœur, c'est sa pratique qui m'a aidée à renouer avec mes propres cycles, ceux de la Lune et des saisons. Ainsi, naturellement, j'ai recontacté mon savoir ancestral et celui de mes lignées. Je me suis mise à célébrer les sabbats, à danser avec la sagesse des saisons et leurs invitations teintées de magie.

Aujourd'hui, je ne donne plus de consultations de naturopathie, néanmoins elle reste mon socle et ma philosophie de vie. Et désormais, j'accompagne et guide les personnes sur le chemin de leur propre magie, vers leur nature sauvage et leur puissance originelle, vers une affirmation de leur souveraineté au travers de leur reconnexion au Vivant, au corps et à la sensorialité. Je réinvite dans nos vies modernes la magie des rituels et la célébration de ces fêtes universelles et sacrées que sont les sabbats.

Avec ce livre, je n'ai pas la prétention de vous « apprendre des choses ». Je n'ai d'ailleurs aucune prétention, seulement des intentions.

---

1. Je suis naturopathe certifiée depuis 2018.

Je ne suis pas historienne, ni chercheuse en ésotérisme. Je suis une païenne<sup>2</sup>. Je ne détiens aucune vérité. J'essaie chaque jour de toucher la mienne d'un peu plus près et d'honorer du mieux que je peux le Vivant et son cycle éternel.

Je suis une humaine qui se laisse ensemercer par ses rêves, guider par ses intuitions et les enseignements séculaires et sacrés de la Roue de l'année, sur laquelle nous allons danser au fil des pages.

Une femme qui a enfin choisi de se choisir en laissant couler la sagesse des rites anciens et sacrés dans le flot de sa vie de femme moderne.

Une femme qui vibre de partager cette magie avec vous.

Et pour ne rien vous cacher, ce n'est pas à votre tête que j'ai envie de m'adresser, mais à votre cœur, à vos sens. Tel un dialogue secret avec vos parts sacrées qui ne demandent qu'à être davantage révélées.

Mon désir est de vous emmener danser à travers les saisons, ces fêtes magiques et ces traditions de la Roue de la vie. J'ai envie que vous puissiez sentir l'odeur de la terre chaude après la pluie, entendre le murmure suave du vent d'été et le silence de l'hiver. Que vous vous laissiez enivrer par la senteur des fleurs printanières.

Que vous puissiez sentir la chaleur du soleil sur votre cœur et votre feu sacré se réveiller dans votre ventre.

---

2. Païen, païenne : se dit des peuples polythéistes et de ce qui se rapporte à leurs croyances.

Par mes mots, ma vision et le partage intime de la célébration de mes sabbats, je souhaite vous transporter dans des traditions lointaines qui vivent en silence dans nos ADN. J'émets le souhait, ici et maintenant, de vous emmener sur le chemin du sacré. De vous faire voyager dans un temps sans futur ni passé.

Le temps de la vie et de la magie.

Que ce soit en Europe, en Inde, en Amérique latine, en Asie ou en Iran, revenons dans un temps où les hommes vivent en harmonie avec la Terre et honorent le Vivant.

Je souhaite que vous ressentiez le vent des saisons et tous les cadeaux qu'il nous offre à travers ses différentes invitations.

Que vous sentiez le souffle divin circuler dans vos poumons.

Que vous vous sentiez encore plus vivant et vibrant.

## **LA ROUE DE L'ANNÉE ET SES HUIT SABBATS**

Cette Roue et ce livre s'articulent autour de huit fêtes sacrées, huit sabbats, qui sont célébrés par toutes les sorcières et les sorciers du monde entier car ce sont des moments de l'année où l'énergie de la magie est à son apogée.

Ils m'aident et ils vous aideront à établir ou à rétablir une connexion avec l'invisible, que ce soit avec votre inconscient, vos émotions, les esprits ou cette énergie qui nous dépasse,

que certains appellent Dieu, la Vie, la Source, le Vivant ou encore le Grand Mystère. Peu importent les mots.

Parmi ces huit sabbats<sup>3</sup>, quatre sont dits « majeurs » : Samhain, Imbolc, Beltane et Lughnasadh. Les quatre autres, dits « mineurs », correspondent aux solstices et aux équinoxes : Yule (solstice d'hiver), Ostara (équinoxe de printemps), Litha (solstice d'été) et Mabon (équinoxe d'automne). Les équinoxes et les solstices sont d'essence solaire, alors que les quatre autres sabbats sont d'essence lunaire.

Ces sabbats, majoritairement inspirés par les traditions celtiques et germaniques, sont honorés depuis la nuit des temps par des cultures et civilisations très anciennes. En fonction de la place qu'ils tiennent dans le cycle annuel, ils ont un thème, des intentions et des rituels particuliers.

Aujourd'hui, leur célébration est toujours pratiquée autant par les païens que par les adeptes de la Wicca<sup>4</sup>. Même si leurs noms diffèrent selon les pays et les traditions, ils partagent les mêmes racines, la même histoire et la même essence.

---

3. D'origine hébraïque, le mot « sabbat », en sorcellerie, est associé aux assemblées nocturnes des sorcières durant lesquelles étaient célébrées les cérémonies païennes. De façon plus générale, les sabbats sont les rassemblements où on pratique des rites et des rituels.

4. La Wicca est une religion néopaïenne fondée au xx<sup>e</sup> siècle basée sur un culte de la nature, des traditions ésotériques et chamaniques et une multitude de sagesse ancestrales. Aussi surnommée « religion de la Terre », elle invite chacun de ses adeptes à célébrer et à respecter la Terre, voue un culte à la nature et à ses esprits. La pratique de la magie incluant les éléments ayant pour intention de veiller à l'harmonie entre les mondes et les différents règnes est centrale dans la Wicca.

On les retrouve notamment dans les rites de la culture judéo-chrétienne, avec laquelle j'établirai parfois le lien afin de les rendre encore plus proches de nous et de nos vies d'aujourd'hui. Nous voyagerons à travers différentes cultures, cultes et pays dans lesquels les humains célèbrent depuis des temps très anciens le cycle de la nature.

## **SE (RE)CONNECTER AU CYCLE DES SAISONS**

Se (re)connecter au cycle des saisons ou de la Lune, c'est découvrir que nous les portons aussi en nous. Que nous pouvons sentir battre dans nos veines cette magie sacrée du Vivant.

Que cette impermanence perpétuelle fait partie intégrante de notre essence.

Ces sabbats célèbrent la vie, et nous rappellent à la magie universelle de l'invisible. Célébrer la vie et chacune de ses étapes, chacun de ses passages, est une façon de se sentir connecté à soi et au Vivant tout entier.

Au fil des sabbats, vous constaterez que l'énergie solaire – qu'elle soit sous la forme du feu, du soleil ou de la lumière – est le fil d'or de ce cycle perpétuel sacré.

Cet équilibre inhérent au Vivant, alternance de temps de repos et d'activité, est bien trop souvent ignoré dans nos sociétés déconnectées du cycle organique de la vie. Prenons-nous plus de temps en hiver pour nous reposer? Mettons-nous notre énergie au diapason de l'énergie solaire?

Allégeons-nous nos repas en hiver comme le faisaient les anciens? Suivons-nous le rythme effréné du soleil en été? Ou profitons-nous plutôt de cette période pour prendre nos vacances alors que l'énergie est à son apogée?

Se reconnecter au cycle des saisons permet de nous reconnecter et d'épouser notre propre cycle, de renforcer notre vitalité et la conscience du monde dans lequel nous nous inscrivons.



# PRÉLIMINAIRES

## **TEMPORALITÉ**

Traditionnellement, l'année se divise en deux grandes périodes, la saison sombre, inaugurée par Samhain le 31 octobre, et la saison claire, initiée six mois plus tard par Beltane la veille du 1<sup>er</sup> mai.

Pour de nombreuses traditions, le temps est représenté tel une roue autour de laquelle les temporalités se chevauchent, où la fin laisse immédiatement place au renouveau, à l'image de la vie et de son éternel recommencement. Le Soleil et la Lune sont les grands chefs d'orchestre de ce cycle du temps et de la vie sur Terre.

La Roue de l'année commence pour moi par le sabbat si spécial de Samhain. Selon les diverses pratiques et traditions païennes, elle commence cependant à différents endroits du cycle des saisons et du Soleil.

Pour certains, elle démarre lors du sabbat d'Ostara, l'équinoxe de printemps, lorsque la terre commence à reprendre vie et à se réchauffer. Pour d'autres, la saison sombre va du solstice d'été au solstice d'hiver, suivant ainsi les variations de la lumière. Vous l'aurez compris, il y a autant de croyances, de pratiques et de traditions que d'êtres humains sur Terre.

Selon les pays, les familles, les courants religieux, spirituels, ésotériques, les us et coutumes varient, y compris les dates qui font bien souvent débat.

Ces dates sont donc à prendre avec de la distance car en fonction de l'endroit où l'on vit, les saisons peuvent être décalées. On peut donc soit se baser sur la date du calendrier, soit préférer suivre celle des astres<sup>5</sup>, ou simplement écouter l'invitation quand elle se présente. À vous de choisir ce qui résonne le plus.

Au-delà des dates du calendrier, ce qui est primordial, c'est l'observation du cycle et de sa beauté, de ses enseignements. Cela passe surtout par l'observation des animaux et des végétaux. Célébrer les sabbats est avant tout un cheminement en phase avec les rythmes de la nature, c'est aussi et surtout mettre au diapason son rythme intérieur avec celui de la sagesse des saisons.

La nature que l'on observe autour de soi est un dialogue avec ce qui passe à l'intérieur, dans notre intimité profonde.

---

5. Les sabbats mineurs se situent au degré 0 du signe astrologique concerné. Les sabbats majeurs se trouvent à égale distance, soit au degré 15 du signe zodiacal.

L'intime et l'universel sont bel et bien reliés, aussi invisible soit le fil.

Renouer avec ses sagesseS anciennes m'a permis de renouer avec ma véritable nature. J'ai pu alors recontacter la beauté de mes profondeurs, l'aspect sacré de ma cyclicité de femme. Libérer ma magie intérieure et ma puissance créatrice, trouvant ainsi un ancrage qui connecte ma tête à mon cœur.

## **MELTING-POT SPIRITUEL**

Nombreux sont les néopaiens qui mélangent les anciennes traditions aux fêtes plus officielles car, nous allons le voir ensemble, les traditions ont de nombreux symboles en commun. Nous avons tous les mêmes racines. La fusion des traditions s'opère par mixité des coutumes et des spiritualités au sens d'une même famille.

Cette fusion s'opère aussi parfois par pudeur. Car il existe encore une certaine pudeur à assumer une spiritualité qui sort du cadre des grandes religions monothéistes, peut-être aussi des réminiscences de la chasse aux sorcières pour qui Dieu était avant tout représenté par la nature elle-même, c'est-à-dire aussi par notre côté divin. Replacer notre pouvoir divin à l'intérieur plutôt que dans une autorité extérieure est une religion qui ne plaît pas à tout le monde. Cela ne fait que quelques années que j'ose dévoiler ma spiritualité au grand jour.

Aujourd'hui, je célèbre les sabbats sans craindre d'être jugée, moquée ou rejetée car la puissance émanant de ces célébrations est un véritable trait d'union entre le visible et l'invisible, l'ancien et le nouveau et me permet de me sentir chaque jour un peu plus vivante. Elles guident mon chemin sur Terre et donnent du sens à ma vie. Elles nourrissent mon jardin secret, créent du lien entre le subtil et le concret.

Elles me permettent de me rencontrer plus en profondeur et de participer à l'harmonie entre les mondes, le corps et l'esprit, entre les hommes et les dieux.

Et comme je vous le confiais plus haut, je suis aussi beaucoup plus en paix avec mes paradoxes, que je considère avec distance comme des purs reflets de mon humble humanité. Les paradoxes et les différentes polarités façonnent aussi chaque étape de la Roue. Ainsi, à l'instant où nous célébrons le solstice, nous célébrons le début de l'hiver et ses ombres, ainsi que le retour de la lumière.

## **DIVINITÉS**

Dans le livre, le principe masculin, yang, est nommé à la façon celte, « le Dieu » ; il est en parfaite équanimité avec le principe féminin que l'on nommera « la Déesse » ou « la déesse au triple visage » ; ces trois visages symbolisant les trois grandes étapes du cycle : la jeune fille, la mère et la femme sage et savante, la sorcière.

Tout au long de l'année, le Dieu et la Déesse marchent main dans la main. Lorsque la lumière du Soleil n'éclaire

plus notre hémisphère, annonçant alors la saison sombre, la Déesse, après avoir été fertile et généreuse, accompagne son cher et tendre et entre elle aussi dans l'immobilité-silence de l'hiver.

Pour chaque fête, vous trouverez par ailleurs une liste non exhaustive de divinités, de différentes cultures et divers panthéons que j'apprécie, mais je vous invite à trouver celles parmi les spiritualités du monde qui entreront en résonance avec votre sensibilité. Encore une fois, faites-vous confiance, laissez-vous guider par votre intuition. En magie comme dans la vie, il n'y a aucune obligation !

D'après mon expérience, on se sent appelé par une énergie particulière, par une divinité. Le plus souvent sous la forme d'une envie ou d'une curiosité irrésistible d'en apprendre davantage, comme un lien invisible, une attirance forte qui ne s'explique pas. C'est un appel du cœur et de l'âme que l'on peut difficilement ignorer.

Si la plupart des divinités sont des énergies, des archétypes qui vivent à l'intérieur de nous et de notre psyché, leur présence auprès de nous est aussi magique qu'exigeante. Car si elles peuvent nous être d'une aide précieuse et mettre de la magie dans nos vies, sachez qu'elles nous mettront aussi à l'épreuve pour nous permettre d'évoluer, d'honorer la voix de notre âme et de maintenir l'équilibre entre les différents règnes et mondes.

## SPIRITUALITÉ PAÏENNE

Dans ma vision, la spiritualité se vit, se pleure, se touche, se rit, se dessine, se goûte, se chante, se crie, se sent, se danse, s'écrit. Elle est une façon d'habiter notre corps et notre cœur, d'habiter notre peau et d'ainsi se sentir vivante et vibrante. Une façon d'être plus que de faire. Elle est une expérience de tous les jours qui fait descendre l'esprit dans la matière, qui apporte plus de conscience, plus de confiance et de sens.

La connexion spirituelle à travers les sabbats permet de vivre chaque période de l'année, chaque passage avec plus d'intensité et de joie.

Elle est pour moi à l'image du mouvement de la vie, de la puissance de la nature, quelque chose de bien plus grand que nous et dont nous faisons partie. Elle permet de faire corps avec le cycle de vie-mort-renaissance, et donc avec nous-même.

Ce que j'aime dans ces fêtes magiques et ces rituels sacrés, c'est leur universalité, bien que nos conditions de vie actuelles ne soient pas comparables à celles de nos ancêtres (qui étaient souvent mis à l'épreuve par les forces de la nature, qu'ils craignaient autant qu'ils les vénéraient).

Les sabbats révèlent la magie, le sacré et l'immensité de notre propre nature, ils font de nous des reines et des rois.

Ils nous offrent cette capacité qui rend humble, celle de voir au-delà. Voir au-delà des mondes et des apparences,

sentir au-delà des mots, penser au-delà des croyances et des préjugés, vivre au-delà de nos propres limitations.

Dans la spiritualité comme dans la sorcellerie, il n'y a pas *une* bonne façon de faire, pas de mode d'emploi qui nous dicte comment honorer les lois sacrées universelles. Ni comment ouvrir son cœur chaque jour un peu plus. Ça se saurait...

Il s'agit surtout de vivre l'expérience, de la vivre dans son cœur et dans chacune des cellules de son corps.

## **FAIRE APPARAÎTRE LA MAGIE**

Peut-être que tout cela vous paraîtra abstrait selon l'endroit où vous en serez dans votre cheminement sur la Roue, peu importe, laissez-vous simplement porter.

La connexion aux énergies des saisons est une expérience qui se vit au fur et à mesure. Au début, on peut avoir le syndrome du « bon élève » et suivre les rituels ou les activités saisonnières à la lettre sans forcément ressentir grand-chose.

C'est normal, il faut bien commencer quelque part. J'espère vous donner envie de commencer, de vous laisser guider par vos ressentis et vos intuitions et d'ainsi aller à la rencontre de l'énergie des saisons.

De découvrir leurs mystères, leur sagesse et leur magie. Plus vous vous ferez confiance et suivrez votre intuition, plus la magie apparaîtra.