

**C'EST MALIN**

Mathilde Fouquet

# DEVENEZ UNE SORCIÈRE



**Tous les rituels pour révéler  
votre féminin puissant**

ÉSOTÉRISME

POCHE

LE D U C . S

Longtemps considérées comme des femmes terrifiantes qu'on brûlait au bûcher, les sorcières sont aujourd'hui symbole de modernité, d'énergie et de puissance. Dans cet ouvrage, Mathilde Fouquet vous montre la voie pour, à votre tour, être une femme forte, indépendante, et développer votre potentiel en changeant le monde !

**Grâce à ce petit guide très concret, vous découvrirez :**

- **Une initiation à la Wicca** : ses magies et leurs interprétations, ses sorcières, ses divinités...
- **Des outils pour devenir une sorcière accomplie** : synchronisation avec les cycles lunaires et menstruels, célébration des fêtes païennes, création de votre propre grimoire et de votre autel...
- **Des rituels pour exercer votre magie puissante** en commençant en douceur.

**LAISSEZ RAYONNER  
LA SORCIÈRE QUI EST EN VOUS**

**Mathilde Fouquet** est journaliste dans la presse féminine, spécialisée dans l'ésotérisme et la mode.

ISBN : 979-10-285-1870-7



**6 euros**  
Prix TTC  
France

**POCHE**

**L E D U C . S**

Illustration de couverture : Marie Ollier  
Rayon : Ésotérisme



## 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 choisissons nos imprimeurs avec la plus grande attention pour que nos ouvrages soient imprimés sur du papier issu de forêts gérées durablement, et qu'ils parcourent le moins de kilomètres possible avant d'arriver dans vos mains ! Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.

Édition : Béatrice Le Rouzic

Correction : Chantal Nicolas

Illustrations : Adobe Stock

Maquette : Laurie Baum

Design de couverture : Antartik

© 2020 Leduc.s Éditions

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

75015 Paris – France

ISBN : 979-10-285-1870-7

ISSN : 2425-4355

# C'EST MALIN

MATHILDE FOUQUET

# DEVENEZ UNE SORCIÈRE

**POCHE**

L E D U C . S



# SOMMAIRE

INTRODUCTION	9
--------------	---

## **PARTIE 1 : AU COMMENCEMENT ÉTAIT**

### **LA WICCA 13**

1. À la découverte de la Wicca !	17
2. La Wicca traditionnelle	35
3. La Wicca éclectique	49
4. 9 conseils pour vous initier	65

## **PARTIE 2 : LES OUTILS POUR DEVENIR**

### **UNE SORCIÈRE ACCOMPLIE 77**

1. La Lune, l'astre aux multiples interactions	81
2. Les fêtes païennes à célébrer	107
3. Le livre des ombres pour suivre votre cheminement	133
4. L'autel, votre touche personnelle	145

## **PARTIE 3 : LES RITUELS POUR EXERCER**

### **VOTRE MAGIE PUISSANTE 161**

CONCLUSION	185
POUR ALLER PLUS LOIN	187





*Merci à Antoine, l'amour de ma vie.*

*Merci à Valérie, sans qui rien n'aurait  
été possible.*

*Merci au destin, de m'avoir fait femme.*



# INTRODUCTION

**S**i dans les années soixante la sorcière est devenue l'emblème de la lutte féministe, cette dernière décennie en a été son apogée. *Ma sorcière bien-aimée, Charmed, Buffy contre les Vampires...*, la culture populaire a souvent adouci ses traits pour la transformer en poupée douce et lisse. Pourtant, le terme « sorcière » est encore employé de manière péjorative, souvent pour décrire une femme qui ne rentre pas dans les cases.

Dans la société, l'espace public ou le monde professionnel, les femmes font l'objet de mythes et d'idéaux. On attend d'elles qu'elles soient des mères, des filles, des saintes, des femmes-enfants, qu'elles soient minces, frêles, sexys, mais discrètes, douces et polies. Aujourd'hui, on leur souhaite de travailler, parfois même

d'entreprendre. On voudrait les voir faire du *batch cooking* tout en rédigeant leur prochain TEDx Talks, mais sans jamais perdre de vue l'importance d'enfanter et de se dévouer corps et âme à leur marmaille. Vous vous y perdez ? Moi aussi.

Le développement de la sorcière 2.0 – féministe engagée, ouverte sur le monde, connectée à la nature, aux nouveaux médias, mais surtout à elle-même – n'est que le résultat de milliers d'années de lutte. Face à la pression sociale, la spiritualité et l'appréhension du paranormal sont nos uniques remparts. Contrairement à ce que beaucoup pourraient penser, il ne s'agit pas de sujets « réconfortants » dans lesquels se plongent les « bonnes femmes » par ennui, mais bien d'une appréhension du monde occulte pour et par les femmes.

Au travers de la *Wicca éclectique*, une pratique d'inspiration néopaïenne, nombreuses sont celles qui se sont découvertes ou redécouvertes. L'histoire de la Wicca, ses principes, ses outils et ses rituels prônent un mode de vie en accord avec la nature, la bienveillance et l'ouverture d'esprit. Il ne vous reste plus qu'à réveiller la sorcière qui sommeille en vous !

Bien que cet ouvrage emploie le genre féminin et s'adresse principalement « aux femmes », sachez que tous les genres et les non-genres sont invités à partager et à appliquer les préceptes de la Wicca. Il s'adresse à toutes et tous.





**AU  
COMMENCEMENT  
ÉTAIT LA WICCA**





**L**a Wicca est une doctrine, une pratique, et pour certains une religion néopaienne qui s'est développée au cours du XX<sup>e</sup> siècle. Elle glorifie la puissance de la nature au travers de rituels et se décline en de nombreuses interprétations, dont celle de *l'éclectisme*. Si toutes les branches ont des degrés d'application différents, un seul mantra est de mise : la bienveillance.

Les explications historiques paraissent parfois barbantes, j'en conviens. Lorsqu'on entend « sorcellerie », on s'imagine déjà lancer des rituels d'amour et de bonne santé à tire-larigot. Mais Rome ne s'est pas fait en un jour. Devenir sorcière, c'est pareil ! C'est un état d'esprit, un mode de vie, une philosophie. C'est un peu la pilule rouge de Matrix ; une fois que vous saurez, vous ne verrez plus le monde de la même manière.

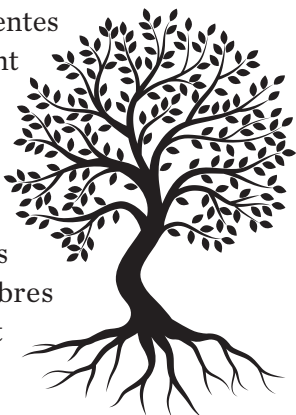
Il est important d'avoir de solides bases afin de ne pas « faire pour faire », mais aussi parce que la connaissance est un principe fondamental de la Wicca. Un conseil : lisez, écoutez des podcasts, écrivez, partagez, testez et faites-vous votre propre idée !



## *Chapitre 1*

# À la découverte de la Wicca !

**L**a magie ne se pratique pas selon un seul courant, puisqu'il en existe tout simplement plusieurs. Ces différentes magies seraient comparables aux racines d'un arbre gigantesque. Son tronc, qui symboliserait la sorcellerie, donnerait naissance à différentes branches qui représenteraient les cultes. Sur chacune d'elles pousseraient des fruits différents : les interprétations. Vous comprendrez donc qu'il existe non pas un arbre, mais toute une forêt dont les arbres qui la composent entremêlent parfois leurs branches.



## **DES MAGIES DE TOUTES LES COULEURS**

Les magies se distinguent souvent par des noms de couleur. Si elles ont toutes des significations différentes (la blanche pour le bien, la verte pour la nature, la rose pour l'amour et la noire pour le mal), certaines d'entre elles sont liées dans la pratique : la magie blanche peut s'appliquer dans certains cas de magie verte, par exemple. Certaines croyances prônent même une homogénéité de la magie ! Pourtant, elles ont toutes leurs particularités...

### ***La magie blanche pour faire le bien***

Elle correspond à une pratique pure des rituels ésotériques, car elle ne doit représenter aucun danger pour celle ou celui qui la pratique et pour celle ou celui qui la reçoit. C'est une des formes les plus simples, à la fois d'utilisation et d'appréhension. Elle se base sur l'invocation des forces supérieures de la nature, sur le contrôle des flux magnétiques, et peut également être associée à la magie verte (la connaissance des plantes apparaît comme un trait récurrent parmi ses pratiquants).

L'un des principes méconnus de la magie blanche, c'est la neutralité : la sorcière ne doit être motivée que par l'envie du bien, et non par l'intérêt personnel. Elle doit être « dénuée » de sentiments trop puissants, auquel cas ses efforts ne donneront rien.

### ***La magie verte compose avec la nature***

Elle s'articule autour des végétaux et plus globalement des dons de la nature. Les rituels de magie verte servent souvent à guérir les maux physiques et psychiques. Initialement pratiquée par les Amérindiens, puis par les druides et les mages européens au XVIII<sup>e</sup> siècle, elle a disparu au fil du temps, bien que certains rituels et recettes se transmettent secrètement de génération en génération. En plus d'un intérêt certain pour l'environnement, la magie verte utilise d'autres outils comme l'astronomie (position des planètes, des étoiles ainsi que l'impact de leurs positions successives). C'est une magie en « reconstruction », car les carences auxquelles elle fait face la transforment en un véritable terrain d'exploration pour les sorcières les plus aguerries.

## ***La magie rose pour appréhender l'amour***

Au même titre que la magie blanche, la magie rose doit être utilisée avec une déontologie certaine ! Si elle est également accessible à toutes, deux points sont particulièrement importants : la confiance en soi et la volonté psychique. Cette magie part du principe que chaque être vivant émet des vibrations qui lui sont propres, comme le sont des empreintes digitales ; c'est la *loi de la correspondance*. Lorsque deux êtres se rencontrent, se côtoient et s'apprécient, ce serait en raison de la similitude de leurs ondes (d'où l'expression « être sur la même longueur d'onde »). Durant un rituel de magie rose, il est également question de *loi du détachement*. C'est-à-dire que le sort ne doit pas s'attacher à la personne qui le reçoit, au risque de se retourner contre la sorcière. Pour éviter cela, la pratiquante doit cesser de penser au sort qu'elle vient de jeter.

## ***La magie noire, l'art du mal***

Elle a pour but de provoquer un acte nuisible pour une personne. Pour ce faire, il faut

invoquer des forces supérieures correspondant à la volonté de la sorcière comme des démons et des esprits malins. Elle est la forme de magie la plus puissante, car remplie de colère et de mauvaises intentions. Au même titre que pour de nombreux sujets concernant la sorcellerie, c'est l'Église catholique qui, au Moyen Âge, a qualifié la magie noire de « satanisme ». Ainsi, toutes les sorcelleries, bonnes ou mauvaises, ont été confondues. Aujourd'hui encore, cette confusion est une des raisons pour lesquelles un grand nombre de personnes associent la Wicca à une pratique diabolique.

### **ATTENTION À LA MAGIE NOIRE !**

Qu'elle qu'en soit la raison, n'ayez jamais recours à la magie noire. Peu importent vos croyances ou vos non-croyances, solliciter des esprits néfastes de n'importe quelle manière (même « un peu ») est un danger qui se retournera potentiellement contre vous. Mais si la magie noire vous intéresse et que vous cherchez à approfondir le sujet, soyez extrêmement prudente. Faites attention aux sectes qui gravitent autour de cette pratique, aux sources



que vous étudiez ainsi qu'aux louanges de certains rituels sadiques.

La tristesse, le malheur, la perte d'un être cher, de l'amour ou certaines maladies mentales peuvent parfois nous pousser à avoir des idées noires, et cela mérite de l'attention. Solliciter l'écoute d'un proche, d'un ami, d'un collègue ou d'un professionnel de santé vous sera d'une bien meilleure aide (voir page 74).

## **DES SORCIÈRES AUX MULTIPLES FACETTES**

Maintenant, partons à la découverte des différentes sorcelleries...

### ***Les Hedge Witches ou sorcières de haie***

Elles cueillent leurs plantes et prélèvent leurs pierres pour concocter des potions ou agrémenter des rituels. Elles sont donc extrêmement proches de la nature bien qu'on les retrouve autant en ville qu'à la campagne. Utilisant la



guérison et la méditation avec bienveillance, elles ont la particularité d'être « disciplinées ».

### ***Les sorcières d'eau***

Elles travaillent avec les éléments aquatiques et ont une connexion particulière avec les profondeurs marines. Elles s'inspirent de la plupart des personnages mythiques et mythologiques en rapport avec l'eau comme les sirènes ou les déesses de la mer. L'eau, omniprésente dans le corps humain, est source de création, mais aussi de transmission d'énergies. À ce titre, ces sorcières sont réputées divinatrices, puisqu'elles entreraient en contact avec l'eau qui compose notre corps.

### ***Les sorcières de maison ou de cuisine***

Elles développent leurs pouvoirs quotidiennement autour de leur logement et particulièrement la cuisine. En choisissant méticuleusement leurs ingrédients (souvent des végétaux), elles ensorcellent leurs plats à des fins positives, pour elles-mêmes, leurs invités ou pour les membres de leur foyer. Il est dit

que les sorcières de maison ont un caractère artistique poussé, indispensable pour imaginer de nouvelles recettes.

### ***Les sorcières de lune ou nocturnes***

Elles privilégient les rituels en rapport avec la lune, apprécient les balades nocturnes et s'inspirent des énergies cosmiques pour développer leurs sorts. Elles ont, elles aussi, des facilités pour la divination mais également et surtout pour l'astronomie. Les sorcières de lune sont réputées curieuses, particulièrement envers leurs interlocuteurs.

### ***Les sorcières vertes***

Inspirées par la magie verte, elles se concentrent sur les éléments venus de la terre ainsi que sur les esprits de la nature. Elles sont d'excellentes jardinières et concoctent leurs remèdes principalement à base de plantes, mais elles utilisent également des pierres et des cristaux.

### ***Les sorcières cosmiques***

Grandes guérisseuses, les sorcières célestes assoient leurs pouvoirs sur leurs connaissances de l'astrologie, du zodiaque et des étoiles. Elles utilisent cette connexion pour prédire et appréhender les énergies des personnes autour d'elles. Les phases de la Lune influencent également la majeure partie de leur ésotérisme.

### ***Les sorcières de temps***

Leurs pratiques sont liées à la nature, plus particulièrement à la température et à la météo. Elles usent souvent des pouvoirs de la foudre puisqu'elles manipulent les énergies (l'électricité, le plus souvent). Il n'est pas rare qu'elles aient recours à l'eau de pluie dans leurs rituels. Leur magie est extrêmement puissante ; la sagesse et la justesse dont elles font preuve permettent justement de tempérer cette force.

### ***Les sorcières solitaires ou ermites***

Elles parlent très peu, voire jamais, de leurs pratiques. Les ermites préfèrent s'isoler