

Rituel du solstice d'hiver

Chaque année, la nuit du 21 au 22 décembre, nous fêtons le solstice d'hiver et traversons la nuit la plus longue de l'année. Dès le 22 décembre, les jours se rallongent ce qui nous place déjà dans l'énergie de la nouvelle année. C'est l'occasion de faire un bilan et de nous repositionner pour l'année à venir.

Si cela vous inspire, vous pouvez pratiquer ce rituel.

En pratique

1) Sur une feuille intitulée "Ce dont je ne veux plus pour <deux-mille...>", vous écrivez tout ce dont vous voulez vous délester pour l'année suivante, ce que vous êtes prêts à transformer, libérer, relâcher.

2) Sur une autre feuille, intitulée par exemple "Ce que je souhaite et accueille pour <deux-mille...>", vous écrivez tout ce que vous vous souhaitez pour l'année prochaine, bien alignés dans le choix de la douceur et de la bienveillance.

Vous pouvez en profiter pour vous connecter à votre enfant intérieur libre et joyeux qui saura vous souffler vos plus grands rêves.

Autorisez-vous à écouter et inscrire ce qui vous anime, ce qui fait vibrer votre cœur et trépigner de joie votre âme. (En formulant de manière positive, bien sûr !)

– Vous pouvez avoir à cœur d'ajouter également des souhaits-bénédictions pour vos proches et moins proches et pour notre planète, notre univers, ...

– Je vous invite à toujours clore cette feuille des souhaits et objectifs avec cette phrase :

« Que ceci et mieux encore se réalise pour mon plus grand bien et celui du Tout. »

Remarque :

Pour ma part, j'ai progressivement laissé de côté les formulations précises, m'axant davantage sur les ingrédients essentiels qu'en conscience je souhaite m'offrir, cultiver et recevoir. Je choisis de faire confiance en ma guidance, en mon Soi supérieur (ou quel que soit le nom qui vous parle) et en ma capacité à me conduire vers le meilleur pour moi, avec bienveillance et justesse.

Vous êtes, vous aussi, les experts de vous-mêmes et vous saurez vous guider au mieux dans cette aventure en vous en remettant à cette part de vous qui sait mieux que vous ce qu'il y a de meilleur à co-crée et vous offrir de vivre.

3) Entre le 21 et le 22 décembre (ou lorsque c'est le moment pour vous, c'est votre intention qui compte !), seuls ou entourés de proches avec qui partager cette cérémonie :

a) Vous confiez au feu la feuille du « je ne veux plus ». (feuille 1)

Vivent les beaux feux de cheminée ! (Ou alors vous la déchirez, selon ce qui est sûr pour votre environnement.)

b) Vous exprimez à haute voix ce à quoi vous vous engagez pour l'année à venir, surtout ce qui est le plus cher à votre cœur. (feuille 2) Puis vous conservez cette feuille.

Vous pourrez la reprendre vers le solstice d'été, afin de voir ce qui est déjà en marche et ce qu'il vous restera à activer pour vivre l'année de vos rêves.

Vous pouvez également charger un objet de pouvoir (bijou, pierre, ou autre) en soufflant vos souhaits dessus pour qu'il vous porte pendant cette année.

Nous sommes les jardiniers de notre Eden. A nous de prendre soin des graines semées afin qu'elles donnent les fruits escomptés !

Et comme l'a si bien dit Ghandi : « Soyons le changement que nous voulons voir dans le Monde. » Alors utilisons notre pouvoir créateur, dans la joie et la générosité, afin de réenchanter notre Vie et notre Planète !

Je vous souhaite un superbe solstice d'hiver et une année prochaine remplie de cadeaux inestimables et de joies simples !

Céline

Céline Anavi - aïmanessence

Soins • Transmissions • Guidances

+41 79 434 70 76 • celine@aïmanessence.ch • www.aïmanessence.ch