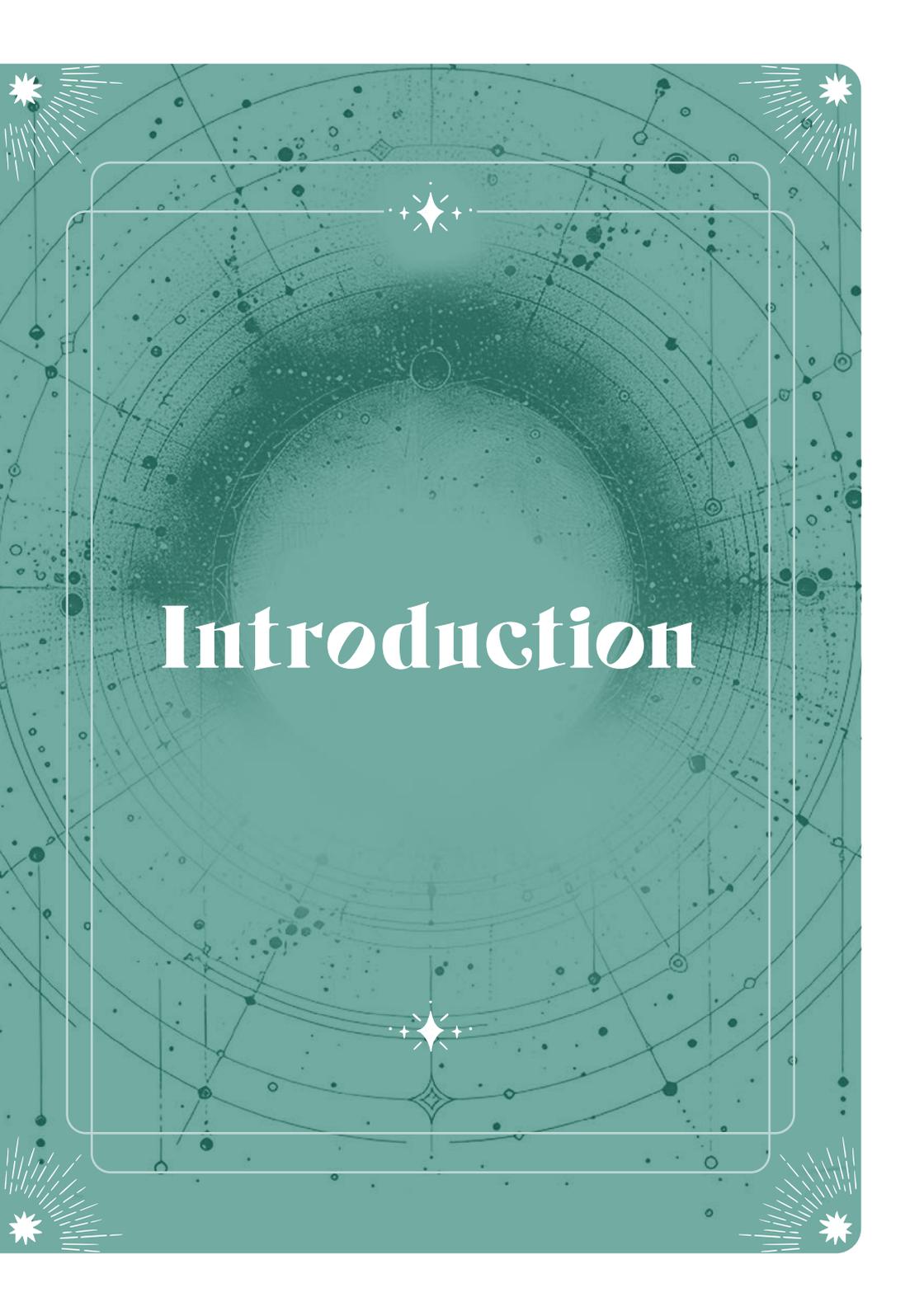




Mon fabuleux
GRIMOIRE
de l'Avent





Introduction



Chère lectrice, cher lecteur spirituel(le),

Chaque année, alors que décembre pointe le bout de son nez, une question revient inévitablement : comment clore cette période avec un rituel spirituel qui nous élève et nous inspire ? Comment terminer l'année en beauté, mais surtout, en pleine conscience et en spiritualité ? Une interrogation partagée par beaucoup, à laquelle nous avons voulu répondre avec ce grimoire de l'Avent.

L'idée est née au sein de notre équipe passionnée de la collection Jouvence éso. C'est par la découverte d'un roman aux cahiers détachables que nous avons eu une révélation. Et si nous proposons un calendrier de l'Avent, ou plutôt un *grimoire* de l'Avent, spécialement pensé pour celles et ceux qui souhaitent s'ouvrir au monde spirituel ? C'est ainsi que notre *Fabuleux grimoire de l'Avent* a vu le jour. Une création unique, destinée à vous accompagner dans un voyage intérieur quotidien, du premier au vingt-quatre décembre.

Chaque matin, au lieu d'ouvrir la case d'un calendrier de l'Avent chocolaté, vous descendrez un chapitre et découvrirez une nouvelle thématique, une nouvelle pratique ou une nouvelle réflexion. Certaines vous seront familières, d'autres un petit peu moins ; certaines vous paraîtront faciles, d'autres confrontantes. Mais toutes auront pour seul objectif de vous aider à achever l'année avec spiritualité et à vous ouvrir à de nouvelles dimensions de l'ésotérisme.

Nous avons soigneusement sélectionné et élaboré chaque chapitre pour qu'ils soient une source de lumière, de sagesse et de sérénité. Céline Colle, Ozalee Intuitive, Amandine Issaverdens, Emmanuelle Johnson, Fabienne Maillefer, Sabrina Romeo-Dussart et Christian Vidal





vous accompagneront sur cette voie. Tous sont experts des thématiques qui vous seront dévoilées au fil des jours, et tous nous ont inspirés dans leurs expériences et leur humanité. Et pour cela, nous les en remercions chaleureusement.

Que vous soyez déjà sur le chemin de la spiritualité, ou simplement curieux de découvrir de nouvelles perspectives, ce grimoire est pensé pour vous offrir des moments de pause, de réflexion, de méditation, et pour vous permettre de vous recentrer et de vous ressourcer.

Nous-mêmes, éditrices de la collection Jouvence éso, sommes impatientes d'utiliser ce calendrier de l'Avent. Nous avons mis notre cœur et notre passion dans ce beau projet, et nous espérons qu'il saura vous traverser autant qu'il nous a touchés. Nous serions ravies de connaître vos impressions et vos retours, car c'est ensemble que nous pouvons enrichir cette aventure et la rendre plus belle encore.

Il est maintenant temps de vous laisser guider dans ce voyage intérieur et de célébrer la fin de l'année avec sagesse, inspiration et éveil, pour préparer la prochaine avec un peu de magie. Que ce grimoire soit pour vous une source d'épanouissement et de joie profonde, qu'il soit synonyme d'enseignement et de lâcher-prise, et pourquoi pas, qu'il vous pousse à sortir de votre zone de confort !

Avec toute notre gratitude et notre bienveillance,
Les éditrices de la collection Jouvence éso



Votre grimoire de l'Avent entame son voyage...

Chaque jour, découvrez un nouveau cahier de huit pages recelant des secrets ésotériques, des rituels magiques ou des messages inspirants. Pour entrer pleinement dans l'univers de ce grimoire de l'Avent, nous vous invitons à jouer le jeu et à ouvrir **seulement** un chapitre, et donc une case, par jour. Il se peut que cela soit difficile, que vous vouliez en savoir plus, en apprendre plus, en dévoiler plus, mais votre patience sera récompensée. Amusez-vous, dépassez vos limites et gardez l'esprit ouvert.

Mode d'emploi



Tous les jours, ouvrez votre chapitre à l'aide d'un coupe-papier. Vous pouvez également desceller les cahiers à la main, en suivant délicatement les pointillés du prédécoupage prévus à cet effet.

- ◆ Laissez-vous aller à la thématique du jour, entrez pleinement dans notre cercle spirituel et effectuez les exercices ou les rituels.
- ◆ Vous pouvez lire et relire les chapitres, faire ou refaire les rituels autant de fois que vous le souhaitez.
- ◆ Inspirez, expirez, et vivez le moment présent.

Votre expérience magique commence à la page suivante...



Chère lectrice, cher lecteur,

Nous n'avons pas voulu utiliser l'écriture inclusive au cœur de notre grimoire de l'Avent, afin de ne pas gêner votre lecture. Mais ce calendrier s'adresse bien sûr à tout le monde, et nous vous souhaitons un agréable voyage.





1er
décembre



Décembre :

se retrouver

et cultiver son amour de soi

Aujourd'hui débute le mois de décembre, et avec lui, ce *Fabuleux grimoire de l'Avent*. Êtes-vous prêt à vous connecter aux énergies de ce mois plein de promesses et de possibilités ?

Décembre est le dernier mois de la saison automnale. Considéré comme intermédiaire, il vient clore l'automne pour s'ouvrir sur l'hiver. Ce mois enchanté annonce le retour de la lumière avec le solstice d'hiver du 21. Au cœur de la nuit noire, la lumière brille pourtant partout autour de vous et les fêtes de fin d'année, saupoudrées de magie, se profilent. La nature semble s'endormir pour un long sommeil, mais la vie est bien présente à l'abri des regards. Le douzième mois de l'année vous emporte dans sa joie et sa féerie, vous invitant à vous tourner vers l'intérieur. Décembre est à l'image du houx, piquant par le froid, mais chaleureux, comme la joie et Noël qui se prépare.

Mots clés du mois



- ◆ Joie
- ◆ Intuition
- ◆ Spiritualité
- ◆ Lumière
- ◆ Intérieur
- ◆ Optimisme
- ◆ Philosophie
- ◆ Élévation
- ◆ Inspiration
- ◆ Introspection
- ◆ Connexion
- ◆ Fêtes
- ◆ Écoute

L'influence de l'astrologie



Décembre est influencé par l'énergie du Sagittaire. C'est un signe de feu qui incarne la lumière et la chaleur, représentatives du solstice d'hiver. Ce mois est également décrit comme jovial, enthousiaste et positif. Les évolutions spirituelle et intellectuelle sont, quant à elles, symbolisées par la pointe de la flèche de l'archer qui est dirigée vers le ciel. La période du Sagittaire vous invite donc à voir plus grand, à vous élever et à écouter vos intuitions ainsi que vos inspirations. Laissez-vous guider vers des chemins inconnus, éclairé par votre flamme intérieure !

L'énergie du mois



Se tourner vers l'intérieur et faire une exploration

Le mois de décembre est un temps pour se tourner vers l'intérieur et vous ouvrir un espace à vous-même. En effet, tout dans la nature vous pousse à rentrer au chaud et au calme pour vous isoler. Vous pouvez d'ailleurs ressentir le besoin de vous retrouver « dans votre tanière » et d'être moins en contact avec les autres. Ce temps est bénéfique pour faire le point, vous ressourcer et laisser libre cours à votre imagination. L'année se termine avec le mois de décembre et vous invite à faire un point sur l'année écoulée. Prenez le temps de regarder où vous en étiez à la même période l'an dernier. Observez ce qui a changé et évolué, mais également les aspirations que vous aviez alors. C'est aussi un temps pour restaurer vos forces et votre énergie, qui peuvent être en baisse.

Cultiver la joie

Il n'y a pas mieux que le mois de décembre et sa féerie pour cultiver la joie. Les fêtes de fin d'année sont très proches, et il flotte dans l'air une atmosphère de Noël. Et si vous retrouviez un peu de légèreté et d'enthousiasme pour ce moment de l'année si particulier ? Mettez-vous dans l'ambiance et vivez chaque préparatif comme un temps de magie. Marchés de Noël, sortie patinoire et confection de pains d'épice sont autant d'occasions de se réunir et de créer de beaux souvenirs.

Prenez de nouveau du plaisir dans les petites choses que vous faites. Tout est là pour que vous puissiez retrouver votre capacité à vous enthousiasmer comme un enfant à l'approche de Noël. Cultiver sa joie peut passer par différents éléments, dont le sourire et la bonne humeur. Demandez-vous si vous souriez régulièrement au cours de votre journée. Êtes-vous décrite comme une personne joviale et chaleureuse, ou plutôt distante ? Ne sous-estimez pas le pouvoir d'un sourire sur vous et sur les autres. Il en est de même avec le rire, qui est très bon pour la santé. Voltaire disait d'ailleurs : « J'ai décidé d'être heureux parce que c'est bon pour la santé. »

Travail de lumière

Bien que décembre annonce l'entrée proche dans l'hiver, il est pourtant le témoin du retour de la lumière. En effet, ce mois accueille une fête qui célèbre cette dernière. La Sainte-Lucie a lieu dix jours avant le solstice d'hiver, autrement dit le 13 décembre. « Lucie » est un prénom désignant la lumière, et celle-ci est mise à l'honneur lors de cette célébration. En Scandinavie, lors des célébrations, une jeune fille incarne la Lucia portant une bougie à la main. La lumière est présente sous toutes ses formes en décembre. Et, bien que ce soit le mois le plus sombre, il est également le plus scintillant. Les guirlandes de lumières parcourent les vitrines des magasins et s'enroulent autour des lampadaires à l'extérieur. Quant aux intérieurs, la lumière est présente à travers les flammes des bougies, le feu dans l'âtre ou encore dans le sapin de Noël.

Vous êtes également invité à travailler la petite flamme qui est en vous afin qu'elle vous apporte chaleur, réconfort et vision. Entretenez-la et nourrissez-la en décembre.

Être à l'écoute

Prendre le temps de vous tourner vers l'intérieur et y ouvrir un espace vous permet d'être à l'écoute. Une écoute et une réceptivité de vos messages intérieurs, mais également de ceux de l'Univers. Souvent, l'être humain a tendance à être en permanence dans l'action, car il veut aller toujours plus vite et toujours plus haut, mais il n'écoute pas. C'est pourtant là un élément essentiel à la compréhension et aux apprentissages. Ce mois-ci, il est important que vous puissiez vous reconnecter à votre intuition. En effet, elle est votre boussole interne qui vous guide tout au long de votre vie. Elle peut être présentée comme votre sixième sens,

c'est-à-dire quelque chose d'inné et de présent depuis vos premiers jours. L'intuition est la petite voix qui s'exprime au fond de vous, mais que vous pouvez avoir du mal à écouter. Elle ne se trompe pourtant que rarement et, bon nombre de fois, vous avez dû vous dire: «Je le savais, j'aurais dû m'écouter.» L'intuition n'est pas mentale et elle ne peut être entendue que si on lui laisse la place de s'exprimer. Bien souvent, vous cherchez les réponses à vos questions ou les solutions à l'extérieur, alors qu'elles sont au fond de vous.

Être dans l'écoute, c'est également entendre votre petite muse intérieure, celle qui vous inspire et vous invite à créer dans votre esprit et dans la matière des choses extraordinaires. Si vous êtes en action ou réfléchissez à mille choses à la fois, vous ne pouvez entendre son murmure. Inspiré par l'énergie du Sagittaire, le mois de décembre est un temps pour se connecter à des espaces plus grands et pour s'ouvrir à des enseignements spirituels. Comprendre les lois de l'Univers, c'est pouvoir vous élever et évoluer pour toucher d'un peu plus près les étoiles et percer leurs mystères. Vous êtes ainsi invité à vous ouvrir vers de nouveaux horizons où le champ des possibles est infini. Dépassez vos limites, voyez grand et vibrez avec l'Univers!

L'enseignement de la nature

Ce mois-ci, le grand froid vous enseigne l'importance d'un retour vers l'intérieur. En effet, décembre vous emmène doucement vers l'hiver, qui est une période d'immobilité et de silence. Ralentissez un peu plus votre rythme pour l'adapter à votre énergie descendante et goûtez aux bonheurs de la vie dans votre foyer.

Voici le message d'un grand froid:

*«Je serre, je cingle, j'amène les vaisseaux de la terre
à se contracter. De cette façon, l'énergie se vide.
Pour remplir un récipient, il faut complètement le vider.
Quand la chaleur reviendra,
quand le soleil réchauffera la terre,
l'énergie pourra s'engouffrer dans les vaisseaux
de nouveau dilatés.
La terre ne meurt pas, elle met en sommeil sa surface
pour mieux la réveiller ensuite.*

Son cœur chaud continue de battre dans les profondeurs.»

L'animal totem de décembre



Ce mois-ci, c'est l'ours qui vous enseigne l'importance de l'introspection et les bienfaits de la méditation afin de développer votre intuition.

L'ours est un animal puissant pour le peuple amérindien, il symbolise la force, la sagesse et la connexion à la nature, mais également la tranquillité et la guérison. En ce mois de transition vers l'hiver, il vous invite à faire des réserves de bonheur et de joie pour les périodes plus froides qui arrivent. Il vous montre l'importance de rassembler vos forces et de ne les utiliser que pour l'essentiel.

À l'image de l'ours en cette période de l'année, vous êtes convié à vous retirer dans votre caverne afin de vous recentrer sur vous-même. Ce temps vous apporte la régénération et la guérison nécessaires pour la renaissance du printemps. L'hibernation ne signifie pas obligatoirement dormir tout le mois, mais vous tourner vers l'intérieur pour prendre le temps de la réflexion et de l'introspection. Vous pourrez ainsi accueillir les nouvelles énergies.

Prenez le temps de vous connecter à l'énergie de l'ours afin de vous retirer de l'agitation extérieure et retrouver la douceur de votre intérieur. Endormez-vous paisiblement avant la grande renaissance.



Rituel magique de décembre



Qui n'a jamais eu un calendrier de l'Avent pour patienter jusqu'à Noël ? À l'époque, douze jours séparaient la fête de la Sainte-Lucie de Yule. Durant ces douze jours, une carte avec une prière était offerte chaque jour.

Quant aux peuples du Nord, leur tradition des douze nuits de Yule s'apparentait à un véritable travail de développement personnel. En effet, durant douze nuits à compter du solstice d'hiver, ils honoraient une qualité

chaque nuit. Ainsi, l'une d'elles était dédiée aux mères, une autre à la persévérance, la suivante à l'harmonie, etc.

Le rituel magique de ce mois de décembre vous invite à laisser libre cours à votre imagination tout en activant votre joie et en créant votre propre calendrier de l'Avent...

Durant vingt-cinq jours, vous écrirez une citation, un message, un souhait, un dessin, un encouragement, un remerciement, etc., que vous glisserez dans une jolie boîte. Le calendrier vous accompagnera durant toute la prochaine année, car vous ouvrirez au hasard un de vos petits papiers à votre convenance. Vous pourrez en prendre un dès que vous aurez besoin d'un coup de pouce, ou simplement à chaque début, milieu ou fin de mois. Ainsi, vous emporterez un peu de magie et de bonheur pour l'année suivante.

**Pour réaliser votre calendrier de l'Avent,
vous aurez besoin de :**

- ◆ stylos et feutres;
- ◆ 25 petits cartons ou morceaux de papier blanc;
- ◆ 25 ficelles dorées;
- ◆ 1 belle boîte ou 1 bocal;
- ◆ 1 grande bougie blanche.

Fabrication du calendrier

- ◆ Pour chaque jour, allumez la bougie blanche, que vous laissez brûler le temps de votre rituel.
- ◆ Écrivez ou dessinez sur le papier ce que vous souhaitez comme message pour l'an prochain.
- ◆ Roulez-le et maintenez-le fermé avec la ficelle dorée, puis glissez-le dans votre boîte ou bocal.

Maintenant que les énergies du mois circulent en vous, le moment d'entrer pleinement dans cette bulle hors du temps est arrivé, dans ce refuge spirituel et ésotérique. Soyez patient, car le bonheur n'est qu'à une page...



2

décembre



3

décembre

The image features a teal background with a white constellation chart. The chart consists of various stars connected by thin white lines, forming a grid-like pattern. There are four starburst decorations, one in each corner, and two larger starburst decorations on the vertical axis. The number '4' is prominently displayed in the center in a white, stylized font.

4

décembre



5

décembre



6

décembre



7

décembre

The image features a teal background with a white constellation chart. The chart consists of various stars of different sizes connected by thin white lines, forming a grid-like pattern. There are four starburst decorations, one in each corner, and two larger starburst decorations on the vertical axis. The text '8 décembre' is centered in the middle of the chart.

8

décembre