

# Les douze nuits sacrées de Yule



## *Le 20/12 : La nuit des Mères*

Lors de cette nuit, il est question de commémorer nos origines, les femmes de nos lignées et le lien qui nous unit à la Terre. C'est aussi une nuit de purification, aussi bien pour notre corps, notre esprit ou nos maisons après avoir fait le ménage et le tri de notre maison de fond en comble! Pour ce faire, il existe tout un tas de rituels de purification comme l'aromathérapie et l'encens. On peut aussi décorer la maison propre avec une couronne de Yule, des bougies de cire, des cristaux... Te souviens-tu de tes résolutions de l'an dernier? Les as-tu tenues?

## *Le 21/12 : Le Solstice d'Hiver*

Alors que le soleil se meurt dans ce jour le plus court de l'année et que nous vivons la nuit la plus longue, nous célébrons néanmoins le retour de la Lumière. En effet, c'est après cette nuit que le soleil renaît, reprenant son mouvement ascendant jusqu'à son paroxysme lors du solstice d'Été. L'obscurité du Solstice d'Hiver est en résonance naturelle avec l'Énergie du repli sur soi et de l'introspection. C'est aussi le moment de se pencher sur sa foi. Quelles sont tes croyances, tes craintes? Comment l'ancien fait-il place au nouveau? Qu'as-tu commencé, terminé, transformé cette année? Quels enseignements en tires-tu?

## *Le 22/12 : La Sagesse*

Suite à notre introspection de la veille, il est maintenant temps de reprendre notre bilan avec sagesse et lucidité afin d'identifier ce que l'on souhaite abandonner et ce que l'on souhaite conserver pour l'année à venir. Ce travail de reconnaissance peut être effectué dans tous les domaines de notre vie : pro, perso, relationnel, émotionnel. As-tu mûri certaines réflexions cette année? Quels sont les principaux obstacles qui peuvent venir perturber une vie de sagesse?

## *Le 23/12 : Le Courage*

Toujours en nous appuyant sur le bilan des deux jours précédents, ou pas, nous pouvons célébrer le courage dont nous avons fait preuve durant l'année. Quand je

parle de courage, je ne parle pas d'absence de peur. En effet, si on reprend son étymologie, « courage » vient de « cœur » et se définit comme une vertu, une force d'âme « qui permet d'entreprendre des choses difficiles en surmontant la peur, le danger, la souffrance, la fatigue, ». Reconnaissons toutes ces fois où nous avons fait preuve de courage durant l'année, que ce soit là encore, d'un point de vue personnel, professionnel, relationnel, émotionnel, ...

#### *Le 24/12 : L'Hospitalité*

En ce jour de Réveillon de Noël, il n'est pas meilleure date pour célébrer l'hospitalité et les liens qui nous unissent à nos proches, notre famille, nos amis. Prévoyons de nous rassembler et de partager un bon moment ensemble. Cuisiner, déguster, rire, jouer, danser ... sont à l'honneur en cette nuit. Ce peut être aussi l'occasion d'honorer nos défunts en allumant une bougie pour chacun.

#### *Le 25/12 : La Persévérance*

Il est temps ici d'identifier avec sincérité, l'investissement et la persévérance dont nous avons fait preuve durant l'année. Avez-vous relevé des défis ? appris de vos erreurs ? vous êtes-vous adapté ? Mais à l'inverse, ce peut être aussi identifier où cette persévérance m'entraîne à poursuivre des objectifs qui ne sont plus alignés avec qui je suis et admettre que je dois arrêter et passer à autre chose.

L'idée est d'être en paix avec nous-même pour débiter la nouvelle année l'esprit serein.

#### *Le 26/12 : L'Harmonie*

A présent en harmonie et en paix avec nous-même, nous pouvons célébrer ce bien-être intérieur qui nous inonde. Soyons reconnaissant(e) de tout ce qui s'est passé durant l'année. Acceptons toute la beauté de notre être, donnons à notre Âme cet amour dont elle a besoin, calmons notre esprit de ces flux et reflux ardents. Et même si c'est le chaos à l'extérieur, permettons-nous d'ancrer cette sensation de paix intérieure afin d'y revenir lorsque, durant l'année, l'agitation se fera ressentir.

#### *Le 27/12 : L'Honnêteté*

Ce calme intérieur nous permet à présent d'être honnête avec nous-même. Identifions toutes ces fois où nous avons su être en accord avec nous-même, où nous avons été authentique, où nous avons su poser des limites sincères en résonnance avec nos valeurs... Toutes ces fois où nous avons honoré nos émotions, que nous avons su les accepter, les laisser vivre, les reconnaître ...

Mais c'est aussi un bon moment pour entamer un shadow-work et accepter en toute vulnérabilité, sans jugement ni culpabilité, nos parts d'ombre et non plus les ignorer.

### *Le 28/12 : La Fidélité*

Vous l'avez compris, il est temps ici de célébrer tous ces moments où nous avons été fidèle à nous-même et envers les autres. C'est le moment d'honorer toutes ces personnes qui nous ont été fidèles, tout comme nos amitiés sincères et aussi l'occasion rêvée de remercier toutes ces personnes qui nous entourent, de pardonner celles qui nous ont trompées ou de demander le pardon aux personnes auxquelles nous avons causé du tort. Mais c'est aussi le moment d'être en gratitude envers nous-même et de nous écrire une belle déclaration d'amour, afin d'ancrer encore plus d'engagement pour l'année à venir.

### *Le 29/12 : La Progression*

Quels ont été les progrès que nous avons réalisés durant l'année ? quelles sont ces compétences que nous avons développées ? qu'avons-nous appris sur nous durant cette année ? Mais aussi qu'aimerions-nous développer encore plus durant l'année à venir, et ce dans tous les domaines de notre vie ? Quelle(s) nouvelle(s) compétences souhaitons-nous acquérir ? Quelles émotions souhaitons-nous encore plus ressentir ? et à l'inverse, quelles sont celles dont nous souhaitons nous alléger ?

### *Le 30/12 : L'Honneur*

On célèbre aujourd'hui toutes ces fois durant l'année où nous avons fait preuve d'intégrité, de dignité, de respect, de bonne conduite, d'actes désintéressés ... Toutes ces fois où nous avons pris des engagements et les avons respectés. Toutes ces fois où nous avons fait preuve d'Amour sincère sans aucune attente en retour.

C'est aussi l'occasion de nous pardonner nos actes manqués et de lâcher-prise sur ce qui a été dit ou fait.

### *Le 31/12 : La Nuit du Serment*

En ce dernier jour de Yule, il est de coutume de formuler nos intentions pour la nouvelle année, c'est une manière de préparer le nouveau cycle. Nos intentions doivent être claires et précises certes, mais il nous faut néanmoins rester ouvert à ce que l'Univers pourra nous offrir de mieux. Celles-ci pourront être renforcées à chaque rituel de Nouvelle Lune tout au long de l'année afin d'en garantir leur réalisation, et bien plus encore.

Cette invitation musicale pourra t'accompagner pendant tes moments de réflexion et d'écriture:

<https://www.youtube.com/watch?v=rR2jsNdtISA>