

ATELIER YOGA & RITUELS
**CÉLÉBRER LE
SOLSTICE D'HIVER**

APPELER LES DIRECTIONS & LES ÉLÉMENTS

LE NORD / LA TERRE

J'appelle et j'invite l'énergie du Nord et de la Terre.
De la régénérescence et du calme.
De la sagesse et de la réflexion.
Que je puisse sentir ton soutien et ta protection.

L'EST / L'AIR

J'appelle et j'invite l'énergie de l'Est et de l'Air.
Des commencements et des apprentissages.
De l'illumination et du renouveau.
Que je puisse sentir que tu me guides et me portes.

LE SUD / LE FEU

J'appelle et j'invite l'énergie du Sud et du Feu.
De la puissance et de l'abondance.
De la création et de l'action.
Que je puisse voir ta lumière et sentir ta chaleur.

L'OUEST / L'EAU

J'appelle et j'invite l'énergie de l'Ouest et de l'Eau.
De la réflexion et de l'introspection.
Des fins et des transitions.
Que je puisse sentir que tu m'apaises et nourris mon intuition.

CRÉATION DU CERCLE

Je crée ce cercle avec amour et confiance,
comme un espace entre plusieurs mondes.
Puisse ce cercle accueillir et protéger notre énergie.

ATELIER YOGA & RITUELS
**CÉLÉBRER LE
SOLSTICE D'HIVER**

INVOCATION / PRIÈRE À MARIE

Humble et bienveillante Marie,
Toi qui tend les bras pour offrir ton amour inconditionnel.
Que tu puisses m'accompagner et éclairer mon chemin.
Que tu répandes dans mon cœur la sagesse de la paix.



RÉVOCATION DE MARIE

Merci douce et lumineuse Marie.
Merci pour ton amour et ta protection.
Que tu retournes embrasser l'univers.

RÉVOCATION DES DIRECTION & DES ÉLÉMENTS

Merci énergie de l'Ouest et de l'Eau.
Merci pour ta présence et ta protection. Tu es libre de repartir.
Merci énergie du Sud et du Feu.
Merci pour ta présence et ta protection. Tu es libre de repartir.
Merci énergie de l'Est et de l'Air.
Merci pour ta présence et ta protection. Tu es libre de repartir.
Merci énergie du Nord et de la Terre.
Merci pour ta présence et ta protection. Tu es libre de repartir.

OUVERTURE DU CERCLE

Le cercle est ouvert, puisse-t-il ne jamais être brisé.

ATELIER YOGA & RITUELS

CÉLÉBRER LE SOLSTICE D'HIVER

RITUEL LIÉ À LA PREMIÈRE PRATIQUE DE YOGA

PRIÈRE 1

Je confie ces éléments à la Terre.
Ces leçons que j'ai tiré de cette année.
Ce dont je souhaite me débarrasser.
Qu'elle les absorbe, les digère et les transforme.
Afin de devenir le terreau fertile
pour planter les graines de mon année à venir.

PRIÈRE 2

Je confie ces éléments à la Terre.
Ces leçons que j'ai tiré de cette année.
Ce dont je souhaite me souvenir et voir se développer.
Qu'elle les protège et les nourrisse.
Afin qu'elles puissent accumuler de l'énergie et se renforcer.
Ainsi elles pourront renaître et se déployer de toute leur puissance
à la lumière de cette nouvelle année.



RITUEL LIÉ À LA SECONDE PRATIQUE DE YOGA

PRIÈRE

Que la lumière de cette bougie que j'allume en ce jour,
éclaire mes espérances et mes souhaits, mes vœux et mes rêves.
Qu'elle les nourrisse de sa lumière.
Qu'elle les emporte avec elle et les diffuse dans toutes les directions
afin qu'ils puissent prendre vie, se dévoiler et s'accomplir
au cours de cette prochaine année.