

Janvier

Dans les profondeurs de l'hiver s'enclenche l'An nouveau. Janvier vient questionner notre intuition, notre ancrage, comme la clarté de nos visions. Que vienne donc le froid et s'étendent les ombres ! Que, durant le repos du monde, sous la terre glacée et les bois amoindris, rejaillissent les prémices de notre intériorité. À l'image de la nature, nous ressentons, nous aussi, ce désir d'hibernation. Mois de transition entre passé et futur, de sagesse et de calme, saisissons cette opportunité pour nous reposer et nous régénérer.

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Infos clés

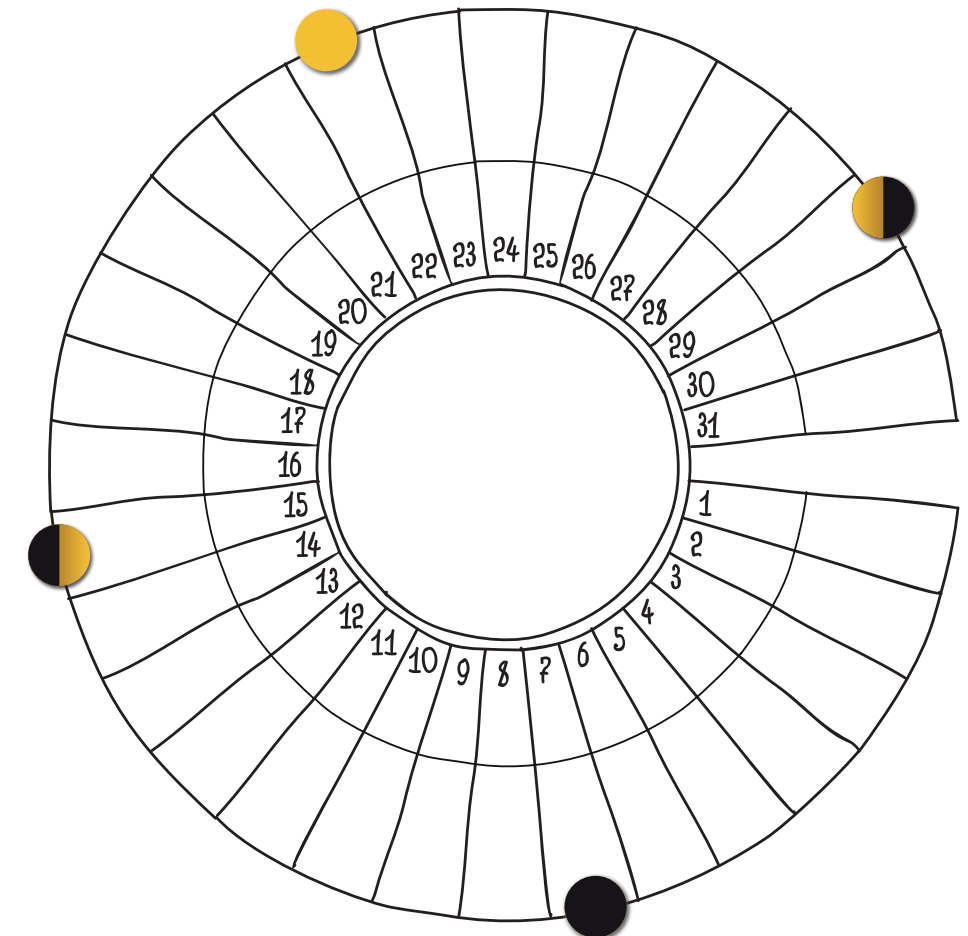
			SOLEIL		LUNE				POUR ALLER PLUS LOIN		
			Lever	Coucher	Lever	Coucher	Cycle synodique	Cycle périodique	Constellations	Jours au jardin	Événements lunaires
1	V	Jour de l'An	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Vierge ♍	Racines	
2	S	Basile	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Balance ♎	Fleurs	← Apogée
3	D	Épiphanie	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Balance ♎	Fleurs	
4	L	Odilon	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Scorpion ♏	Feuilles	
5	M	Édourdard	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Scorpion ♏	Feuilles	
6	M	Mélaine	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Scorpion ♏	Feuilles	
7	J	Raymond	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Sagittaire ♐	Fruits	
8	V	Lucien	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Sagittaire ♐	Fruits	
9	S	Alix	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Capricorne ♑	Racines	☾ Nœud lunaire descendant
10	D	Guillaume	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Capricorne ♑	Racines	
11	L	Paulin	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Capricorne ♑	Racines	
12	M	Tatiana	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Verseau ♒	Fleurs	
13	M	Yvette	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Verseau ♒	Fleurs	
14	J	Nina	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Poissons ♓	Feuilles	
15	V	Rémi	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Poissons ♓	Feuilles	
16	S	Marcel	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Poissons ♓	Feuilles	→ Périgée
17	D	Roseline	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Bélier ♈	Fruits	
18	L	Prisca	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Bélier ♈	Fruits	
19	M	Marius	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Taureau ♉	Racines	
20	M	Sébastien	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Taureau ♉	Racines	
21	J	Agnès	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Gémeaux ♊	Fleurs	
22	V	Vincent	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Gémeaux ♊	Fleurs	
23	S	Barnard	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Cancer ♋	Feuilles	
24	D	François	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Cancer ♋	Feuilles	☾ Nœud lunaire ascendant
25	L	Conv. de Paul	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Lion ♌	Fruits	
26	M	Paule	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Lion ♌	Fruits	
27	M	Angèle	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Vierge ♍	Racines	
28	J	Thomas d'Aquin	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Vierge ♍	Racines	
29	V	Gildas	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Vierge ♍	Racines	
30	S	Martine	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Balance ♎	Fleurs	
31	D	Marcelle	08:43	17:01	18:22	07:54	☾	☾	Balance ♎	Fleurs	

Le cercle des lunes

Légendes :

☐
☐
☐
☐
☐
☐

☐
☐
☐
☐
☐
☐



Dans l'invisible, œuvrons

À RAYER → Le terme « bonnes résolutions »

Celles choisies par nécessité, subies un temps, abandonnées quelques semaines plus tard. À la place, plaçons notre énergie dans un projet suscitant chez nous de la joie et de l'enthousiasme. Lançons-nous dans un nouvel apprentissage, quel qu'il soit, dans une nouvelle activité, artistique ou sportive. En janvier, osons !

À poser

**CHACQUE MATIN,
UNE INTENTION UNIQUE
POUR LA JOURNÉE À VENIR**

Pas d'objectif. Pas de liste à rallonge. Écrivons et concentrons-nous sur un mot seulement, véritable boussole intérieure pour les prochaines 24 heures.



À ESSAYER | Gérons autrement notre énergie

Janvier ne requiert pas de mettre à zéro les compteurs, seulement de réduire la pression que nous avons tendance à nous mettre. Repensons notre agenda. Libérons du temps pour nous. Ne craignons plus les espaces et temps morts. En ce début d'année, instaurons un rythme plus léger sans chercher à combler les vides.

À SE RAPPELER

Ennuyons-nous !

C'est le meilleur moyen d'être créatifs !

Voir & entrevoir

TIRAGE POUR DÉVOILER SON ANNÉE

Procéder en début d'année à un tirage de cartes de tarot est un excellent moyen de découvrir ce qui nous attend, les obstacles à surmonter, comme les bienfaits.

- 1 Au calme, installez-vous dans un lieu où vous ne serez pas dérangée.
- 2 Ouvrez le cercle puis sollicitez l'accompagnement de la lune pour la clairvoyance.
- 3 Mélangez votre jeu puis demandez-lui de vous éclairer sur l'année à venir.
- 4 Tirez l'une après l'autre douze cartes (la première représente janvier, la dernière, décembre) et disposez-les en cercle devant vous, au fur et à mesure du tirage.
- 5 Notez dans votre livre des ombres ou votre carnet le nom de chaque carte et ce qu'elle symbolise pour chacun des mois.
- 6 Remerciez. Vous connaissez désormais les énergies de votre année.



LECTURE OGHAMIQUE

Lancés, posés... user des oghams pour une séance divinatoire est assez proche d'un tirage runique. Que vous disposiez d'un jeu à base de bâtons ou de rondelles en bois, la méthode demeure identique.

- 1 Mélangez vos oghams à l'intérieur de leur pochette (pour les rondelles) ou saisissez-les tous dans vos mains (pour les bâtons).
- 2 Songez à votre problématique. Concentrez-vous sur cette dernière et énoncez clairement votre question. Par exemple : « Cet emploi est-il fait pour moi ? » ou « Dois-je suivre cette voie ? ».
- 3 Lancez vos oghams (ni trop fort ni trop haut !) et laissez-les retomber devant vous.
- 4 Avant d'entamer leur interprétation, vous pouvez retirer toutes les pièces apparaissant face cachée. Les oghams les plus proches du centre figurent le cœur de votre problématique. Les oghams les plus éloignés exercent une influence moindre sur l'ensemble de la question.

Pour leur interprétation, pensez toujours à vous référer à leur symbolisme (arbre représenté, vertus de ces derniers, etc.).

Astralement votre

7

JANVIER | Nouvelle lune en Capricorne

Élément : Terre ▽ | Planète : Saturne ♄ | Maison : X | Symbole : ♑

★★★ Ô ciel étoilé !

Dans les constellations, le Capricorne achève son déploiement. Invitant à la structuration, à la responsabilité et aux bases solides, ce signe vient soutenir les décisions réfléchies, les engagements durables comme les constructions lentes. Puis, lorsque l'énergie du Verseau commence à poindre, s'ouvrent les portes d'une plus vaste liberté intérieure. L'heure est au recul pour aborder un nouveau point de vue sur notre situation.



*Il n'y a pas de hasard,
il n'y a que des rendez-vous.*

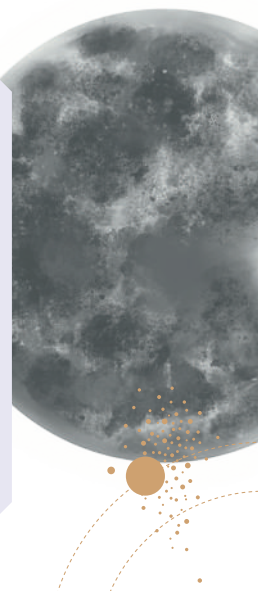
Paul Eluard

ÉNERGIES DU CYCLE

Il n'est guère question de grands élans visibles, mais de poser les fondations de projets, d'habitudes, de souhaits, développés au cours des prochains mois. Souvenons-nous qu'en ce temps froid, ce qui se met en place lentement portera ses fruits au printemps.

Maîtres-mots lunaires

Croyance
Transformations des énergies
Endurance
Élévation spirituelle
Responsabilité
Détachement matériel
Structuration
Renaissance



Pouvoirs lunaires

22

JANVIER | Pleine lune du Loup

Signe zodiacal : Gémeaux ♊ | Élément : Air △

Vibrante lunaison ★★★

Que de puissantes et symboliques évocations renferment la première pleine lune de ce mois ! Lune du Loup, lune de Neige ou encore lune Froide, autant de termes pour la désigner, ainsi que les énergies qu'elle draine dans son sillage. N'hibernant pas, le loup, devenu roi des forêts et des bois, rôde en guettant sa proie. Il figure cette énergie sauvage et féroce sommeillant en chacune de nous. À nous donc d'éveiller la louve sommeillant en notre sein !

Co-crée dans l'invisible

Émettant des énergies de mort et de renaissance métaphoriques, la puissante lune de janvier invite à **quitter celle que nous étions en fin d'année passée pour découvrir celle que nous tenterons de devenir** au cours des prochains mois. Cette personne que nous aspirons à être et aimerons incarner dans notre quotidien. Il n'est guère question d'être « la meilleure version de nous-mêmes », de performances et de challenges, mais de nous approcher au plus de notre moi réel.

Nous voici donc conviées à nous poser, à nous interroger quant aux valeurs que nous portons et au chemin de vie que nous suivons. C'est en trouvant notre voie, en conservant ce qui nous distingue, nous habite indépendamment des autres, que nous saurons diffuser nos savoirs, nos compétences, pour le bénéfice de notre « clan » (famille, amis, collègues).



Maîtres-mots lunaires

Introspection
Préparation
Renouveau
Commencements



**Se découvrir dans la
solitude de nos bois
intérieurs, voici ce que
nous suggère d'effectuer,
cette première pleine
lune de l'année.**

Rituels de janvier

Inscrivons la transformation que nous pousse à effectuer janvier dans nos rituels en les dirigeant vers la réflexion (sur notre passé, sur notre avenir) et le recueillement.

PROJECTION DES DÉSIRS

Matériel :: 1 carnet ♦ 1 stylo ♦ 1 bougie blanche

- 1 Avant de vous coucher, installez-vous un instant dans un endroit calme et silencieux.
- 2 Allumez votre bougie et prenez un temps pour méditer ou prier (selon vos besoins).
- 3 Dans votre carnet, écrivez ce que vous souhaitez voir advenir dans votre vie. Vos mots doivent refléter la situation comme si cela était déjà fait (par exemple : « Je suis en paix avec mon corps », « J'ai trouvé ma vocation », « Je m'épanouis au sein de mon activité professionnelle »).
- 4 Méditez ou priez à nouveau, puis remerciez et laissez s'éteindre votre bougie.



... TABLEAU ... DE VISUALISATION

Matériel :: 1 feuille vierge A4 ♦ 1 stylo ♦ Colle ♦ Ciseaux ♦ Images d'inspiration

Ce tableau de visualisation créatrice est là pour donner une forme concrète à un projet, qu'il soit personnel, professionnel, lié à votre vie en général ou à une thématique spécifique.

- 1 Au centre de la feuille, dessinez un octogone et faites partir une branche de chaque angle. Au bout de chaque branche, tracez un rectangle.
- 2 Dans l'octogone, inscrivez une affirmation positive représentant votre idéal (par exemple : « Je suis épanoui dans mon lieu de vie »).
- 3 Dans chaque rectangle, inscrivez une affirmation positive complétant votre désir (par exemple : « Mon lieu de vie est parfaitement situé », « Mon lieu de vie est lumineux »).
- 4 Pour chaque affirmation, collez une image la symbolisant. Une fois achevé, confiez à l'Univers votre tableau en le remerciant, par avance, de son aide.
- 5 Revenez régulièrement à votre tableau de visualisation. Ressentez la joie vous envahir en pensant que ce vœu est concret, déjà en cours de réalisation.

Accueillir & recueillir

Prenons le temps

- :: Songeons à nos désirs.
- :: Creusons les difficultés éprouvées avec notre entourage.
- :: Réalisons un grand nettoyage, matériel comme spirituel.
- :: Trions, listons, donnons, abandonnons, purifions.
- :: Repartons autrement : allégées, apaisées.
- :: Ouvrons-nous aux nouveaux possibles offerts par ce début d'année.

LIBÉRER SA PLUME

Sans chercher la bonne tournure, le bon terme, le sens correct, lâchons sur un carnet ce qui nous vient à l'esprit en nous interrogeant sur ces points précis :

- ★ Qu'est-ce qui encombre mon quotidien, matériellement ou intérieurement ?
- ★ Quelles relations, quelles habitudes, quelles pensées demandent à être clarifiées ?
- ★ De quoi ai-je besoin de me délester pour avancer plus librement ?
- ★ Quels désirs émergent lorsque je fais de la place ?

Classons ce qui a été obtenu. Rayons, barrons, annotons si nécessaire. Cette page est une préparation à ce qui adviendra.

-- 1 --

Fermons les yeux quelques instants.

-- 2 --

Inspirons et accueillons ce qui se présente à nous.

-- 3 --

Expirons et laissons sortir ce qui nous encombre.

-- 4 --

Observons sans nous juger : quelques désirs véritables ? Quelles tensions ? Quelles modifications possibles ?

-- 5 --

Laissons les pensées aller et venir sans chercher à les contrôler. Au moment opportun, ouvrons les yeux et notons ce qui nous est venu.



Appeler les puissances animales



LE LOUP | Roi de la nuit et de l'ombre

Élément : Terre ▽ | **Forces :** instinctif, intelligent, loyal, indépendant |
Faiblesses : vulnérable, peu sûr de lui, incertain

Il était une fois ♦♦♦

Il attire comme il repousse. Dans les deux cas, il fascine. Solitaire, se tenant à l'écart de la civilisation, craint par les hommes, le loup est le veilleur, le garant nocturne dont les pas sont guidés par la lune.



Le loup a toujours été considéré comme un important guide spirituel. Il évoque notre dualité, l'affrontement entre le « soi » civilisé et le « soi » sauvage, cette nature instinctive que nous taisons trop souvent de crainte d'être rejetées.

Médecine spirituelle

Lorsque le loup nous apparaît, nous devons revenir à l'essentiel, à nos instincts primaires. Faisons appel à notre animalité pour reconquérir notre territoire et reprendre notre pouvoir. Le loup nous invite à vivre plus librement, plus courageusement, plus intensément.

PRÉSAGES & MESSAGES

C'est un temps de chamboulement qui s'amorce. Un temps de revanche, de revendications. Cependant, nul besoin d'autarcie pour demeurer indépendante. **Il suffit de poser clairement ses limites.** Une mesure nécessaire pour préserver notre intimité et ce qui nous est précieux.

Correspondances



PIERRES

- « **Pierre de lune** »
Intuition, cycles
- « **Cristaux clairs** »
Purification, stabilité

COULEURS

- « **Blanc** »
Dépouillement, silence
- « **Bleu nuit** »
Profondeur, intériorité
- « **Gris** »
Transition, nuance

ARCHÉTYPES

- « **Le Gardien** »
Protection, limites justes
- « **Le Loup** »
Instinct, cohésion, vigilance
- « **L'Ancienne** »
Sagesse, transmission, patience

PLANTES

- « **Ajone** »
Force, courage, protection, guérison, paix
- « **Buis** »
Longévité, fertilité, guérison, purification, pouvoir augmenté
- « **Églantier** »
Amour, connexion au monde spirituel, créativité, inspiration
- « **Épine noire** »
Clairvoyance, défense, protection, prophéties, purification
- « **Gui** »
Bonheur, chance, prospérité, abondance, puissance, paix, protection
- « **Hellébore** »
Bannissement, guérison, clairvoyance, élévation vibratoire
- « **Houx** »
Chance, bouclier énergétique, capacités médiumniques, éternité, protection
- « **If** »
Divination, spiritisme, longévité, médiumnité, apaisement
- « **Perce-neige** »
Connexion spirituelle, amour, paix, amitié, guérison
- « **Sapin** »
Apaisement, longévité, guérison



Cabinet d'apothicaire

MON EAU LUSTRALE DE PURIFICATION



Matériel ::- Un récipient en verre
♦ Eau de source ♦ Huile essentielle de sauge, de lavande, de cèdre ou de santal

- 1 Placez-vous de manière à pouvoir contempler la lune.
- 2 En conscience, posez votre respiration. Observez-là. Voyez le mouvement de votre corps, le calme s'installer en vous.
- 3 Versez l'eau de source dans le récipient en verre.
- 4 Ajoutez quelques gouttes de l'huile essentielle purifiante choisie.
- 5 Inspirez profondément, puis placez une intention de purification dans cette eau.
- 6 Sollicitez la lune afin qu'elle vous aide dans ce grand nettoyage.
- 7 Plongez vos mains et « lavez » - les, visualisant tout ce dont vous souhaitez vous purifier, ce qui doit disparaître afin que vous soyez nettoyée.
- 8 Remerciez la lune après ce rituel.

... MON HUILE LUNAIRE ... MAGIQUE

Matériel ::- Un flacon en verre transparent ♦ Huile végétale bio ♦ Huile essentielle (selon votre préférence)

Utile aux onctions (du corps, des objets magiques ou de rituels), cette huile lunaire s'emploie et se conserve jusqu'à la veille de la nouvelle lune suivante.

- 1 Dans un flacon, versez l'huile végétale bio de votre choix.
- 2 Ajoutez quelques gouttes d'huile essentielle à votre préparation (1 goutte pour 10 ml).
- 3 La veille de la nouvelle lune, placez votre flacon à l'extérieur (ou, à défaut, à l'intérieur, sur le rebord d'une fenêtre).
- 4 Retirez votre flacon avant le lever du soleil.
- 5 Le soir de la nouvelle lune, déposez vos intentions et vos vœux, puis exposez de nouveau votre flacon.
- 6 Répétez ce rituel le soir suivant la nouvelle lune.



Et puis, tourner la page

À OBSERVER → Pour faire le point

- ☐ Où avons-nous placé notre énergie, nos émotions, notre temps, notre centre, en ce premier mois ?
- ☐ Qu'avons-nous projeté ?
- ☐ Dans quelle énergie étions-nous ?
- ☐ Qu'avons-nous instauré ?
- ☐ Qu'avons-nous appliqué ?
- ☐ Avons-nous repris nos anciennes habitudes ?
- ☐ Qu'est-ce qui nous a épuisées ou, inversement, régénérées ?



À AFFIRMER

J'avance vers le prochain cycle

Portant l'essentiel.
Nourrissant ce qui me fait grandir.
Abandonnant le reste à l'hiver.



À PRÉPARER | Pour se projeter

- ☐ Que souhaitons-nous emporter en février ?
- ☐ Quels projets soutenir ?
- ☐ Quel domaine investir ?
- ☐ Quel rêve initier ?
- ☐ Quelles portes refermer ?

Le seul voyage impossible est celui que vous ne commencez jamais.

Anthony Robbins