



Traduction / adaptation Véro, pour les Portes du Sidh

La Puissance de la Grande Déesse

CHAPITRE 1

La redécouverte d'une ancienne religion

La religion de la Grande Déesse est peut être la plus ancienne religion du monde occidental. Ses racines remontent plus loin que le christianisme, le judaïsme et l'islam, plus loin que le bouddhisme et l'hindouisme, et elle est très différente de toutes les « grandes » religions. Dans son esprit elle serait plus proche des traditions des amérindiens ou des chamans de l'arctique. Elle ne se fonde ni sur des dogmes ou des réglementations, ni sur des écritures ou un livre saints. La croyance à la Grande Déesse se base sur la connaissance de la nature, et trouve son inspiration dans les mouvements de la lune et du soleil, le vol des oiseaux, la lente croissance des arbres, et le passage des saisons. Le symbole ancestral de l'indicible est la Déesse. Elle a mille noms et autant de visages. Elle est la réalité derrière beaucoup de métaphores. Elle est la vérité, elle est l'évidente déité, elle est dans tous les êtres, dans tout ce qui est vivant. Elle n'est pas hors le monde, elle est le monde, et elle est tout ce qui fait le monde : la terre, les étoiles, les pierres, l'eau vive, le vent, les vagues, les feuilles et les branches, les boutons et les fleurs, les femmes et les hommes. La Déesse –ancienne et intemporelle, la première de tous les Dieux ; la protectrice des chasseurs du néolithique et des premiers marins, celle sous la protection de laquelle ont été apprivoisés les premiers animaux, ont été trouvées les premières plantes médicinales ; celle à l'ombre de laquelle ont débuté les premiers travaux manuels, celle à qui étaient dédiées les premières pierres levées, celle qui a inspiré les premiers chants et les premiers poèmes, celle qui survit aujourd'hui bien plus fort qu'elle ne le fit à la Renaissance. Elle n'est pas simplement remise au goût du jour, mais bien plus elle vit une nouvelle naissance, une nouvelle création. Ce sont avant tout les femmes qui sont à l'origine de ce phénomène, et qui tirent la Déesse de son long sommeil, elle, la représentation de la « légitimité et de l'aspect bénéfique du pouvoir des femmes ».

Elle n'est pas définie comme un ensemble d'attributs, celles qui participent à son retour parlent plutôt de bonheur créatif, de fructification du cœur et l'esprit.

L'image de la Déesse inspire les femmes, les aide à se sentir divines, ressentir leur corps comme sacré, leurs règles comme une bénédiction, les agressions comme un bienfait, la colère comme un moyen de se nettoyer, et leur pouvoir, qu'elles peuvent, selon le cas, maîtriser, ou laisser exprimer son côté destructeur, comme la grande force qui est source de vie.

A travers la Déesse les femmes peuvent découvrir leur force, éclairer leur esprit, accepter leur corps comme étant à elles seules, et accepter l'existence des sentiments. Elles peuvent s'éloigner des rôles qui leurs sont dévolus et devenir elles mêmes.

Mais pour les hommes aussi la Déesse est importante. La contrition des hommes par l'autorité patriarcales de Dieu le Père est certes moins évidente mais non moins tragique que celle des femmes. Le symbole de la Déesse permet aux hommes de découvrir et d'intégrer l'aspect féminin de leur nature, qui est souvent ressenti comme l'aspect le plus profondément enterré de leur personnalité.

L'amour de tout ce qui vit est l'éthique de base de la religion de la Grande Déesse. Toute chose vivante doit être respectée et protégée. Ceci reconnaît toutefois que la vie nourrit la vie, et que parfois il faut tuer pour survivre, mais il ne faut jamais ôter la vie sans raison. Cela signifie aussi qu'il faut œuvrer pour la préservation de la diversité biologique, contre la pollution quelle qu'elle soit, et contre la destruction des espèces

Le monde est une manifestation de la Déesse, mais rien dans cette représentation ne doit pousser à la passivité. Tout ce qui se passe en ce monde est important. La Déesse a besoin du

soutien des hommes pour pouvoir s'épanouir pleinement. L'harmonie qui résulte de l'équilibre entre les plantes et les animaux, entre l'humain et le divin, n'est pas automatique, mais elle doit sans cesse être renouvelée, et c'est là qu'interviennent les rituels.

Le travail spirituel, le travail que l'on fait en soi est le plus efficace, s'il agit main dans la main avec les effets extérieurs. La méditation au sujet de l'équilibre dans la nature peut être considérée comme un acte spirituel mais ne le sera pas si elle est le pendant d'un tas d'ordure que l'on laisserait dans un terrain vague.

La Déesse Mère renaît à une nouvelle vie, et nous pouvons réclamer notre droit fondamental à une profonde et pure joie de vivre. Nous pouvons ouvrir les yeux et apprendre à accepter que rien ne doit être protégé de l'emprise de l'Univers, et que rien ne doit être fait à son encontre, que nous ne craignons pas d'autre Dieu que le Monde, et que nous n'obéirons à nul autre.

Seule la Déesse, la Mère, la Spirale hélicoïdale, qui nous intègre et nous conduit hors de l'acte d'être –naissance, mort, renaissance – elle dont le rire fait vibrer toute chose, et qu'on ne peut trouver qu'à travers l'amour : l'amour des arbres et des pierres, du ciel et des nuages, du parfum des fleurs et du bruissement des vagues, de tout ce qui rampe et vole et nage et qui se meut ; à travers l'amour de soi, et l'amour orgasmique, dispensateur de vie et créateur de monde ; chacun de nous est unique comme l'est un flocon de neige, chacun est sa propre étoile, chacun est l'enfant, l'amant, l'aimé de la Déesse.

Les pages qui suivent sont construites autour des éléments qui, à mon avis, parmi tout ce qui a été dit au sujet de la religion de la Grande Déesse, sont les plus raisonnables.

Les conseils que je donne ne doivent toutefois pas être suivis tête baissée, il s'agit bien plus d'une ligne de conduite, d'un air sur lequel on peut aisément improviser.

CHAPITRE 2

La religion de la Déesse à travers le Monde

Le mythe de la création

« Avant le commencement, la Déesse dont on ne peut prononcer le nom, flottait dans les profondeurs de la nuit, seule, en quête d'hommages et de respect. Et quand elle plongeait son regard dans le miroir voûté de l'éther, elle reconnaissait sa propre image lumineuse et en tomba amoureuse. Par la puissance qui l'habitait, elle sortit cette image du miroir, s'unit à elle amoureusement et lui donna le nom de « Miria, la merveilleuse ». Son extase s'exprima à travers un chant sur tout ce qui est, qui fut et qui sera, et de ce chant naquit le mouvement, puis les vagues, dont les mouvements lascifs devinrent les sphères et les cercles de tous les mondes. La Déesse fut emplie d'amour, elle s'arrondit et se réchauffa et donna naissance à une pluie d'esprits lumineux, qui se répandirent sur les mondes et devinrent des créatures de chair et de sang. Mais lors de ce grand mouvement Miria fut expulsée, et du fait de cette séparation d'avec la Déesse, elle devint de plus en plus masculine.

Elle devint d'abord le Dieu bleu, le dieu doux et souriant de l'amour, puis le Dieu vert, celui qui était vêtu de feuilles de vignes, celui qui prenait racine dans la terre, l'esprit de tout ce qui pousse. Finalement elle devint le Dieu Cornu, le chasseur, celui qui est aussi brûlant que le soleil et aussi sombre que la mort. Mais toujours le désir le ramenait à la Déesse, il tournait autour d'elle, espérant, toujours, retrouver son amour. Toute chose trouve son origine dans l'amour, tout cherche à retourner à cet amour. L'amour est loi, l'amour est mère de la sagesse, la grande manifestation des mystères. »

(Transmission orale issue de la tradition Faery)

Ce mythe montre clairement l'étonnement vis à vis du monde qui est divin et du divin qui est le monde. Au début la Déesse est le tout, la vierge, autrement dit, se suffisant à elle même.

Elle est nommée « Déesse », mais elle pourrait aussi bien être « dieu » car son existence n'est pas sexuée. Il n'y a ni séparation, ni scission, rien que l'unité originelle. Mais l'aspect féminin est mis en avant car il y a une naissance dans le processus de la création. Le monde est « mis au monde », il n'est pas créé.

La Déesse voit son reflet dans le miroir de l'éther ce qui pourrait être considéré comme un regard magique dans la représentation de l'univers, dans le domaine tordu de la physique moderne. Le miroir est un ancien attribut de la Déesse, affirme Robert Graves, dans sa représentation en tant que « ancienne déesse païenne de la mer, Marian..., Miriam, Mariamne, Myrrhine, Myrtea, Maria ou Marina, protectrice des écrivains et des amoureux, et fière mère des cupidons Marian est souvent représentée comme étant une sirène.... La représentation conventionnelle de la sirène –une très belle jeune femme, avec une queue de poisson, un miroir rond et un peigne en or- signifie « la Déesse de l'amour vient de la mer ».

Il y a une autre symbolique du miroir : le reflet dans le miroir est une image inversée, identique, mais opposée, la polarité inverse. Ce reflet exprime le paradoxe : toutes choses sont un, et pourtant chaque chose est unique, individuelle par rapport à elle même. Les religions orientales ont surtout retenu la première partie du paradoxe, et partent du principe que toute chose ne font qu'un et que l'individualité n'est qu'illusion. Les religions occidentales prônent plutôt l'individualité et pensent en général que le monde est fait d'une multitude de choses uniques. La vision occidentale encourage l'effort individuel, et l'engagement individuel dans le monde. La vision orientale prône le recul, la contemplation et la compassion. Dans la religion de la Grande Déesse on trouve ces deux façons de voir. Elles se font face et se complètent. Elles ne sont pas contradictoires. Le monde fait de multiplicité est le reflet de l'unité, et l'unité est le reflet de la myriade d'individualités. Nous sommes tous des atomes de la même énergie, et pourtant chaque atome est unique dans son aspect, et dans son apparence. La Déesse tombe amoureuse d'elle même, et exprime sa propre luminosité, qui acquerra une vie propre. L'amour ce ceux qui se ressemblent est la force créatrice de l'univers. Le désir est l'énergie primitive, et cette énergie est érotique : la force d'attraction entre celui qui aime et celui qui est aimé, entre les étoiles et les planètes, entre l'électron et le proton. L'amour est la glaise qui fait s'unir le monde.

Eros, l'aveugle, devient Amour, le bon. D'après Joseph Campbell, il s'agirait là plus d'un aspect individuel et personnel que de l'amour du prochain, Agape, ou de l'appétit sexuel. Le reflet de la Déesse sort d'elle même et reçoit un nom. L'amour n'est pas seulement une force dispensatrice d'énergie, il est aussi utile à l'individualisation. Il contrecarre la séparation et pourtant crée l'individualité, il est l'ultime paradoxe.

Miria, la merveilleuse, est évidemment Marian-Mariam-Mariamne, puis Mari, le côté « pleine lune » de la Déesse. Le sens du bonheur et du ravissement dans le monde naturel est l'essence de la religion de la Grande Déesse. Le monde n'est pas une création imparfaite, rien que nous devons fuir. Elle ne demande ni sauvetage ni pardon, mais il semble que chaque jour elle nous donne matière à étonnement.

L'extase divine devient génératrice de la création, et la création est un processus orgasmique.

L'extase est le cœur – lors des rituels nous dirigeons le paradoxe de l'intérieur vers l'extérieur et devenons la Déesse, nous partageons la joie originelle de l'unification.

L'extase conduit à l'harmonie, à la musique des sphères. Le mot musique est l'expression symbolique de la vibration qui est commune à tous les êtres. Les physiciens apprennent que les atomes et les molécules de toutes les matières, depuis le gaz le plus volatile jusqu'au rocher de Gibraltar, sont en perpétuel mouvement. Ce mouvement suit un ordre, qui devient la base de l'harmonie propre de toute existence. La matière chante du fait de sa nature particulière.

La Déesse est de plus en plus emplie d'amour jusqu'à ce qu'elle donne naissance à une pluie d'esprits, qui réveilleront la connaissance dans le monde, comme l'humidité fait que la terre

devient verte. La pluie est le sang menstruel, le sang créateur de vie de la Lune, tout comme la perte des eaux annonce la naissance, la restitution extatique de la vie.

Le mouvement et les vibrations deviennent si forts que Miria est expulsée. Plus elle s'éloigne du point central de l'unification, et plus elle sera fortement polarisée, différenciée et masculinisée. La Déesse s'est auto projetée, son moi projeté devient l'autre, le contraire, qui cherchera sans cesse à se réunifier. C.G Jung dirait qu'elle a projeté son âme masculine, son animus. La différenciation éveille le désir, qui va à l'encontre de la force de projection. Le champ de forces du cosmos se polarise et devient le conducteur de forces qui agissent en sens contraire. Cet ensemble est considéré comme champ énergétique, qui est polarisé par deux puissantes forces –le masculin et le féminin, la Déesse et le Dieu, qui se font face sous leur plus puissant aspect. Toutefois nous devons distinguer ce concept de polarité de notre représentation culturelle du masculin et du féminin. La puissance masculine et la puissance féminine sont certes différentes, mais dans le fond elles ne le sont pas : elles sont la même force qui va dans des directions différentes mais qui peuvent se réunir.

On peut décrire les forces de la façon suivante : aucune n'est active ou passive, sombre ou lumineuse, sèche ou humide, au lieu de cela chacune est tout cela à la fois. L'aspect féminin est considéré comme force créatrice de vie, comme pouvoir de la révélation, de l'énergie, qui s'écoule dans le monde pour y trouver une forme. L'aspect masculin est considéré comme puissance de la mort, dans son sens positif et non négatif, la force de la restriction, qui est l'opposé nécessaire de la création débridée, la force de la dissolution, le retour à la non-forme. Chaque principe contient l'autre. La vie conduit à la mort, nourrit la mort ; la mort contient la vie, rend l'évolution possible, ainsi que la nouvelle création. Les deux font partie du même cycle, dépendant l'une de l'autre.

L'existence est le résultat du va et vient, des deux courants changeants et parfaitement équilibrés. La puissance de mort due aux guerres ou aux homicides est incontrôlée. Mais, pris ensemble ils sont générateurs d'harmonie vitale, de perfection cyclique, comme on peut l'observer dans le rythme des saisons, dans l'équilibre écologique de la nature, et dans le cycle de la vie, depuis la naissance jusqu'à la mort, puis à la renaissance, en passant par la sagesse et la vieillesse.

La mort n'est pas la fin. C'est un stade du cycle, qui conduit à la renaissance. Après la mort l'âme reste dans le « pays de l'été » au pays de l'éternelle jeunesse, où elle est rajeunie et renouée pour préparer son retour. La renaissance est un immense cadeau de la part de la Déesse, qui est manifeste dans le monde réel. La vie et le monde ne sont pas séparés de la Déesse, mais sont partie intégrante de la divinité. La vie est quelque chose de merveilleux. L'âge est une partie naturelle et très appréciée du cycle de la vie, c'est le temps de la plus grande sagesse, du plus grand savoir. Evidemment la maladie cause des souffrances, mais il ne faut pas la considérer comme inévitable. Dans la pratique l'art de guérir, la médecine par les plantes et l'aide à la naissance sont liées. Même la mort n'est pas effrayante. Il n'est que la disparition de l'enveloppe physique, qui permet à l'âme de se préparer pour une nouvelle vie. Oui, la peine et la douleur existent, elles font partie de l'apprentissage, et doivent être amoindries grâce à un travail acharné. Car la douleur est une part normale du devenir et de notre passage, elle sera adoucie par la compréhension et l'acceptation, par le don de la lumière et des ténèbres en échange.

La polarité entre masculin et féminin ne devrait pas être considérée comme modèle valable pour les êtres mâles et femelles. Dans chaque être les deux principes sont présents, nous sommes tout autant masculin que féminin. Etre complet signifie vivre avec ces deux forces, la création et la destruction, la croissance et la limitation. L'énergie engendrée par le courant de ces forces coule en chacun de nous. A travers les rituels et la méditation on peut les dissocier et les exprimer de telle sorte qu'elles vibrent à l'unisson avec d'autres. Le sexe, par exemple,

est bien plus que l'acte d'union de deux corps, il est un courant polarisé entre deux êtres humains.

Le principe masculin est pratiquement considéré comme étant androgyne (hermaphrodite) : l'enfant, le dieu bleu de l'amour, joueur de flûte. Son image est étroitement liée à celle du Dieu Bleu, le Moi divin, qui est également androgyne. Tendre jeunesse, fils bien-aimé, il n'est jamais sacrifié.

L'aspect vert est le Dieu de la végétation, l'esprit des blés, les épis qui sont coupés et semés à nouveau, la semence, qui meurt à chaque récolte et qui à chaque printemps renaît.

Le Dieu Cornu, qui dans l'esprit conventionnel est la projection masculine de la Déesse, est le chasseur éternel, mais aussi l'animal, qui est chassé. Il est l'animal sauvage qui est sacrifié, pour que la vie des hommes puisse continuer. Mais il est aussi le sacrificateur qui fait couler le sang. On voit en lui le soleil, qui inlassablement poursuit la lune dans le ciel. Les phases montantes et descendantes du soleil au fil des saisons symbolisent le cycle vie et mort, devenir et disparition, séparation et retour.

Déesse et Dieu, principes masculin et féminin, naissance et mort, vibrent sur leur voie, impérissables et toujours en mouvement. La polarité, la force qui unifie l'univers, est l'amour, individuel, érotique, transcendant. Le monde n'a pas été créé brusquement à un moment précis. La création se fait à chaque instant et s'inclut dans le cycle de l'année.

La roue de l'année

En amour, le Dieu Cornu cherche toujours la Déesse, sous diverses formes et avec divers visages. Dans notre monde la quête apparaît dans le cycle de l'année.

Elle est la grande mère, qui le fait naître, enfant soleil, au solstice d'hiver. Au printemps il est le semeur et la semence, et pousse dans la lumière croissante, vert comme les jeunes pousses. Elle est la prêtresse. Elle l'initie aux mystères. Il est le jeune taurillon. Elle est la nymphe, la séductrice.

En été, quand le jour est le plus long, ils s'unissent et la puissance de leur passion contient le monde. Mais la figure du Dieu devient moins nette au fur et à mesure que le soleil s'affaiblit, jusqu'à ce qu'enfin il se sacrifie lui-même, quand le blé est récolté, pour que chacun puisse être nourri.

Elle est celle qui moissonne, le ventre de la terre, celle à laquelle tout doit retourner. Durant les longues nuits et les jours sombres il repose dans son corps. En rêve il est le maître de la mort qui règne sur le pays de la jeunesse, à l'est des portes du jour et de la nuit. Sa sombre tombe devient le chaudron de la renaissance, car au milieu de l'hiver elle lui donne naissance à nouveau. Le cycle prend fin et recommence à nouveau, et la roue de l'année tourne et tourne encore.

Les rituels des 8 fêtes solaires découlent directement du mythe de la roue de l'année.

La Déesse se manifeste à travers ses trois aspects : La jeune fille, qui fait d'elle la gardienne vierge de la naissance et de l'initiation ; la nymphe qui est la tentatrice sexuelle, l'amante, la sirène, la séductrice ; la vieille qui fait d'elle le côté le plus sombre de la vie, qui génère la mort et le sacrifice. Le Dieu est fils, frère, amant, qui deviendra son propre père : la victime éternelle, à qui on redonne éternellement vie.

La religion de la Grande Déesse dans le monde fait avant tout ressortir la vie. Le cosmos est un champ de forces polarisé. La polarité que nous nommons Dieu et Déesse, crée le courant, qui est à la base des changements dans les saisons, et des mouvements des astres, de l'harmonie dans la nature, et de l'évolution dans la vie des êtres humains. Nous admettons le jeu des forces en présence de deux façons : la vision intégrale de la lumière des étoiles pour l'hémisphère droit du cerveau, et l'instinctif, au même titre que ce que l'on sait par analyse pour l'hémisphère gauche.

La communication entre le su et l'instinctif, entre le soi qui s'exprime et le soi enfantin, et entre le dernier des deux avec le moi divin, l'esprit, dépend de notre sincérité par rapport aux deux modes de perception.

Les notions verbales doivent être transposées en images ou symboles. Les images intuitives doivent être placées à la lumière de la connaissance. A travers une communication ouverte nous pouvons être à l'unisson du cycle de la nature, de l'unisson primordiale extatique, qui est la force de la création. Cette mise au diapason exige un sacrifice : être prêt à changer, accepter de ne pas rester bloqué à un point de la roue, mais d'aller de l'avant. Mais ce sacrifice n'implique pas de souffrance, et la vie, sous tous ses aspects, lumière et ténèbres, croissance et disparition, est un immense cadeau. Dans un monde, où la danse érotique du Dieu et de la Déesse est la trame rayonnante de toute chose, nous, qui nous abandonnons à leur rythme, nous serons bouleversés par le miracle et le mystère de l'existence.

CHAPITRE 3

Le développement de la force intérieure

Dans la religion de la Grande Déesse, le pouvoir, ou la force, sont d'autres expressions pour l'énergie, le courant de force qui représente la réalité. Une forte personnalité amènera de l'énergie dans le groupe. La capacité de canaliser la force dépend de l'intégrité et du courage individuels. Elle ne peut être considérée comme acquise, héritée, transmise ou automatique, et elle n'accorde pas le droit à contrôler les autres. La force intérieure se développe à partir de la faculté de se dominer soi même, de connaître ses propres peurs et ses propres limites, d'être responsable et honnête. Les sources de la force intérieure sont invincibles. La force d'un homme ne varie pas de l'un à l'autre.

La représentation de la force intérieure cause une saine fierté et non pas un anonymat timide ; une joie due à sa propre force et non pas un sentiment de culpabilité. Il en résultera que l'autorité signifiera « responsabilité ».

Voici des exercices qui permettent de ressentir cette énergie :

L'arbre de vie

C'est l'exercice de méditation le plus important, qui peut être réalisé tant individuellement qu'en groupe. Pendant la respiration veille à être assis bien droit. Sens comme l'énergie augmente, pendant que le tourbillon d'énergie se construit... (Pause) et tu peux tirer l'énergie de la terre.... A chaque inspiration.... Tu sens comme l'énergie augmente....comme la sève qui monte dans le tronc d'un arbre.... Tu sens comme la force se répand dans ta colonne vertébrale ... sens comme tu deviens plus vivant.... A chaque inspiration.... Et depuis le sommet de ton crâne deux courants redescendent à la terre Tu les sens dans ton dos.... Tu sens la force, qui émane du haut de ton crâne.... Tu sens comme elle redescend.... Jusqu'à ce qu'elle touche terre.... Et la boucle est bouclée.... La boucle magique est bouclée.... Le courant retourne à sa source.

Relaxation

La relaxation est importante car chaque tension amoindrit l'énergie. La tension musculaire est la traduction de la douleur de l'âme et de l'esprit. Si ton coeur est lourd il en résultera des tensions musculaires et physiques. La puissance qui devrait transiter à travers un corps tendu, serait comme un courant électrique que l'on tenterait de faire passer à travers des obstacles, la plus grande partie serait perdue en route.

La relaxation corporelle semble aussi modifier le schéma des courants cérébraux, et activer des centres qui habituellement ne servent pas.

Couche toi à plat dos, les bras et les jambes allongés, détendus. Enlève ou défais tous les vêtements qui seraient trop serrés. Si tu veux comprendre ce que l'on ressent à être détendu, il faut d'abord intégrer la notion de tension. On va d'abord bander chaque muscle de notre corps à son tour et maintenir la tension jusqu'à ce que dans une inspiration on détende tout le corps. Ne tends pas tes muscles au point de risquer la crampe, mais tends les modérément.

Commence avec les orteils. Tends les orteils du pied droit.... Puis le pied gauche. Tension du pied droit.... Pied gauche.... Cheville droite.... Cheville gauche.... A la fin tends les muscles de la tête. Tout ton corps est à présent tendu.... Tu ressens cette tension à tous les niveaux. Tends chaque muscle que tu sentirais ramolli. A présent inspire profondément... inspiration (pause)... expiration.... Et.... Relaxation.

Laisser tout son corps se détendre. Sois totalement détendu. Tes doigts sont détendus. Tes orteils sont détendus. Tes mains sont souples, tes pieds sont souples. Tes poignets sont détendus, tes chevilles sont détendues. Et ainsi en est il de tout ton corps : sois totalement détendu. Ton corps est léger, il se sent comme l'eau qui suinterait à travers la terre. Laisse toi emporter dans cette situation de détente. Si des soucis ou des peurs venaient à ternir ta paix, imagine toi qu'ils s'écoulent de ton corps comme de l'eau et s'écoulent dans la terre. Tu te sens guéri et ragaillard. Reste dans cette situation pendant 5 à 10 minutes.

Visualisation

La visualisation est la capacité à voir, entendre, ressentir, toucher et sentir avec ses sens les plus profonds. Nos yeux physiques ne voient pas, ils se contentent de transmettre des signaux au cerveau. Le cerveau voit ; il peut reconnaître aussi aisément des visions internes que des images qui lui viennent du monde extérieur. Pendant nos rêves nos cinq sens travaillent. Grâce à des exercices la plupart des gens peuvent développer leur faculté d'utiliser intensivement les sens internes à l'état de veille. Naturellement certaines personnes voient des images, d'autres entendent ou ont simplement des ressentis. (Certaines personnes trouvent difficile, voire impossible de visualiser, mais la plupart constatent que cela devient possible s'y on s'entraîne dans ce but)

La visualisation est importante, car à travers ces images internes et ces ressentis nous communions avec notre moi infantile et notre moi divin. Si nos sens internes sont suffisamment aiguisés nous pouvons avoir des visions d'une grande intensité, nous pouvons sentir le parfum des fleurs de l'île des saints, goûter l'ambrosie et entendre le chant des dieux.

Avant d'apprendre à visualiser il faut nous centrer. C'est à dire créer un lien énergétique avec la terre. L'exercice « arbre de la vie » est une méthode de centrage. Le centrage est important, car il te permet d'attirer la force vitale de la terre, au lieu d'utiliser la tienne propre. La canalisation de l'énergie tient lieu de paratonnerre spirituel – les forces circulent à travers toi jusqu'à la terre, au lieu de consumer ton esprit et ton corps.

Visualisation simple

Cet exercice s'adresse à tous ceux qui ont du mal à se faire une représentation imagée de quelque chose. Centre toi. Ferme les yeux, et imagine toi que tu es devant un mur blanc ou un écran vierge. Visualise sur ce support des formes géométriques simples, une ligne, un point, un cercle, un triangle, une ellipse etc...

Quand tu pourras clairement reconnaître ces formes, imagine l'écran non plus blanc mais en couleur : tour à tour rouge, jaune, bleu, orange, vert, violet et noir. C'est plus simple si avant cela tu as observé ces couleurs les yeux ouverts, puis tu fermes les yeux et vois les couleurs dans ton esprit. Pour finir tu essaies de te représenter les formes géométriques en couleur. En esprit varie les couleurs et les formes, jusqu'à ce que dans ta représentation tu puisses dessiner sans effort.

La pomme

Visualise une pomme. Tu la tiens dans ta main, la fait tourner, la ressens. Tu sens sa forme, sa taille, son poids, le relief de sa peau. Observe en esprit la couleur, les ombres et les lumières sur sa peau. Approche la de ton nez et sens la. Mords la. Goûte la. Entends le bruit lorsque tu la croques. Mange la pomme, ressens chaque bouchée jusqu'à ce que tu l'avales. Observe la comme elle rapetisse. Quand tu l'auras mangée jusqu'au trognon, efface la vision.

Fais cet exercice avec d'autres aliments. Une boule de glace dans un cornet convient particulièrement bien à cet exercice.

La concentration est la capacité à se plonger dans une image, une pensée ou un travail, de réduire son attention à cela seul et faire abstraction de tout le reste.

Plus tu t'entraîneras à la visualisation, et plus tu auras de facilités à te concentrer sur une image interne. Les deux exercices suivants amélioreront des capacités de concentration.

La méditation de la bougie

Dans une pièce calme et sombre allume une bougie. Centre toi et raccorde toi à la terre, et regarde calmement la bougie. Respire profondément et ressens comme la lumière de la bougie te réchauffe. Laisse toi entièrement envahir par cette paix. Si des idées te viennent à l'esprit, vit les comme si elles venaient de l'extérieur. Ne laisse pas l'image de la flamme se dédoubler, mais regarde la intensivement. Reste ainsi pendant au moins 5 à 10 mn, puis détends toi.

Miroir, miroir

Centre toi et raccorde toi à la terre. Regarde toi dans les yeux grâce à un miroir. Concentre toi sur l'espace qui les sépare. Répète inlassablement ton nom. Si des idées te viennent à l'esprit, laisse les agir sur toi comme si elles venaient de l'extérieur. Après 5 ou 10 mn détends toi.

Le cercle magique

Le cercle coupé en quatre est la représentation de base de beaucoup de cultures et de religions. Ce cercle magique est une façon structurée qui permet de pratiquer seul. Les quatre directions, et la cinquième, le centre, peuvent représenter les propriétés du Moi, un élément, une période du jour, de l'année, des symboles animaliers et des formes de sa propre force. En magie nous parlons souvent de *correspondances*.

Nous disons que l'**Est** représente l'air, la compréhension, la respiration, l'aube, le printemps, les couleurs pâles, le blanc, le violet, l'aigle et les oiseaux qui volent haut dans le ciel, et le pouvoir de *connaître*. Le **Sud** représente le feu, l'énergie, l'après-midi et l'été, le rouge feu et l'orange, le lion et la force de la volonté.

L'**Ouest** représente l'eau, les sentiments, le crépuscule, l'automne, les couleurs bleu, gris et pourpre, le vert océan, les serpents de mer, les dauphins et les poissons, la force d'oser entreprendre. C'est de l'ouest que vient le courage d'accepter nos plus profonds sentiments.

Le **Nord** représente la terre, la mi-nuit, l'hiver, les couleurs brunes et noires et le vert de la végétation. C'est du nord que vient la force d'accepter de se taire, *d'écouter* ou de parler, de garder des secrets, de savoir l'indicible.

Les représentations sont tout simplement un ensemble de révélations. Quand je ressens l'est, le soleil qui se lève, la lumière de l'aube, alors je sais, dans mon corps et mon cœur, que les idées naissent, que l'inspiration éclôt, quand je sens l'air, sa bénédiction, son pouvoir de changement, son équilibre, qui ne peuvent être vus, alors je comprends quelque chose au sujet de la réflexion.

Le feu du soleil de l'après-midi peut me montrer ma propre énergie rayonnante. Je sens à quel point l'énergie peut être canalisée et exprimée. Les vagues, les puits profonds, les calmes

étangs de l'ouest me montrent les modèles de mes propres émotions : elles coulent comme l'eau et comme elle se mêlent. La terre du nord, quand je la creuse, quand je l'ensemence, m'apprend le cycle de la croissance, de la fin et du renouveau, éternellement, à travers le renouveau et la terre, la naissance et la mort

Les quarts s'équilibrent entre eux. La révélation de chaque quart peut amener à la compréhension de celui qui est son opposé du point de vue de la polarité. Quand je suis à l'est et que je pense, et que je vois, je dois être dans une position qui me permette de ressentir, de couler, de me fondre, ou bien je me serai coupée. Quand au sud j'utilise ma capacité à m'exprimer et à souffrir, je dois être capable d'endiguer le feu, de l'entourer des pierres du nord, ou bien je cours le risque de faire brûler toute la forêt. Et quand à l'ouest je m'autorise à me fondre en lui, j'ai besoin de la force de l'est, pour pouvoir à nouveau m'en séparer.

Sans le feu du soleil la terre serait morte. Le silence sans la parole.

Quand nous nous tenons à l'emplacement de la force, et que nous saluons chaque direction nous faisons deux choses : Tout d'abord nous *construisons le cercle* : nous créons une frontière intérieure, qui nous offre la certitude de pouvoir laisser tomber les structures qui nous sont dévolues. Le cercle lui même est une structure, il nous dit : « vois, toi qui a tellement besoin d'ordre, dans les limites de ma surface tu peux oublier ton nom, tu peux changer de catégorie. Tu feras des découvertes et tu vivras de nouvelles choses, mais ne panique pas. Je suis là, je veille, et uniquement dans mes *frontières* tu pourras te laisser aller. Quand je serais effacé, tu pourras revenir aux usages formels, mais d'ici là, détends toi »

La conscience normale est une chose merveilleuse : elle nous permet, dans le monde, de vivre, penser, planifier, créer, travailler et faire. Quand nous pratiquons la magie nous respectons nos limites habituelles : nous ne souhaitons pas les ignorer, nous ne voulons pas bousculer les cloisonnements, mais nous souhaitons nous glisser à travers elles selon nos propres vœux. En effet, les limites, les cloisonnements, même les noms, ne sont rien d'autre que notre notion de l'unité, les manifestations de la Déesse, qui est là, ce qui fait notre structure.

Le cercle est aussi un modèle d'énergie, qui enserre toute la force que nous appelons, de telle sorte que cette puissance reste concentrée et dirigée. Il forme une barrière contre toutes les puissances dont nous ne voudrions pas la présence. Construire le cercle nous permet de vivre chaque direction de la façon qui nous convient à ce moment là, de voir quel groupe de qualités a besoin d'être travaillé.

La méditation de l'air

Regarde l'est. Centre toi. Respire profondément, et soit attentif à la façon dont l'air entre et sort de tes poumons. Ressens cela comme étant le souffle de la Déesse, et intègre la force de vie, l'inspiration de l'univers. Laisse ta respiration se mêler aux vents, aux nuages, au grand courant, qui tous parcourent la terre et les mers. Dis « salut Arida, lumineuse maîtresse de l'air »

La méditation du feu

Regarde le sud, centre toi. Ressens les impulsions électriques dans chacun de tes nerfs, quand elles circulent de l'un à l'autre. Ressens chaque cellule de ton être, quand elles brûlent les calories, et quand cette action libère de l'énergie. Laisse ton feu intérieur devenir un et se mêler à la lumière des bougies, aux éclairs, à la lumière des étoiles et aux rayons du soleil, devenir un avec l'esprit lumineux de la Déesse. Dis « salut Tana, Déesse du feu »

La méditation de l'eau

Regarde l'ouest. Centre toi. Sens comme le sang circule dans tes veines, sens les courants qui passent dans toutes les cellules de ton corps. Tu es liquide, une goutte d'eau venue de la mer

des débuts qui a pris forme humaine et qui est le corps de la grande mère. Cherche en toi la paix et le silence, les courants des sentiments, les signes de la force. Enfonce toi profondément dans la source de ta prise de conscience intérieure, dans ta connaissance immémoriale. Dis « salut Tiamat, serpent des profondeurs de l'eau »

La méditation de la terre

Regarde le nord. Centre toi. Sens tes os, ton squelette, la solidité de ton corps. Accepte ton corps comme étant réel, au même titre que tout ce qui peut être ressenti et tout ce qui peut être touché. Ressens l'effet de la gravité, ton poids, ton attirance par la terre, qui est le corps de la Déesse. Tu es une partie de la nature, une montagne qui se déplace. Fonds toi dans tout ce qui vient de la terre : l'herbe, les arbres, les graines, les fruits, les fleurs, les animaux sauvages, les métaux et les pierres précieuses. Retourne à la poussière, au compost, à la tourbe, et dis « salut Belili, Mère des montagnes »

Le centre

Le centre du cercle est l'endroit voué à la métamorphose. Il représente l'être pur, l'éternité, la lumière transparente, la force de marcher, de se mouvoir, de voyager, de se métamorphoser. Son symbole magique est le chaudron. Cela peut être un chaudron traditionnel à trois pieds en fonte, ou bien un bol en métal ou en argile. Dans ce chaudron brûle un feu : une bougie, de l'encens ou des herbes aromatiques.

Méditation au sujet de la métamorphose

Centre toi. Murmure encore et encore « elle transforme tout ce qu'elle touche, et tout ce qu'elle touche est transformé ». Sens les perpétuels changements en toi, dans ton corps, tes idées et tes sentiments, ton travail et tes occupations. Dans chaque pierre les atomes sont en perpétuel mouvement. Ressens les changements autour de toi : les changements que tu effectues et que tu as effectués. Même la réalisation de la méditation est une partie du processus de métamorphose, qui signifie la vie. Dis « salut Kore, éternelle métamorphosée, dont le nom ne peut être dit »

Le cercle magique protecteur

Visualise un cercle ou une boule de lumière blanche autour de toi, dans laquelle circule l'énergie. Dis toi qu'il s'agit là d'un bouclier protecteur que les mauvaises ondes ne peuvent traverser. Quand tu en as le temps, visualise le cercle magique et appelle les quatre éléments.

Le pentagramme de perles

Un pentagramme est une représentation graphique de l'étoile à cinq branches. Il est une aide à la méditation.

Centre toi. Dessine un pentagramme sur une feuille et marque les pointes avec les mots : amour, sagesse, connaissance, loi, pouvoir.

L'amour est le moteur de la vie. Elle peut être aussi bien aveuglement érotique, qu'être l'amour de son prochain, une façon d'être toujours à l'écoute et aux petits soins des autres et de soi même. Elle est la loi de la Déesse et la créature de la magie.

La sagesse et la connaissance sont plus faciles à comprendre ensemble. La connaissance est due à l'apprentissage, elle est la force de la compréhension, comprendre l'univers et le décrire. La sagesse est le savoir, comment utiliser ou ne pas utiliser ce que l'on connaît. La connaissance signifie savoir ce que l'on peut dire. La sagesse consiste à savoir si on peut dire quelque chose ou pas. La connaissance donne de la réponse, la sagesse pose les questions. La

connaissance peut être apprise, la sagesse naît de l'expérience, elle se découvre au fur et à mesure de nos erreurs.

La loi est en fait la loi de la nature, et non pas la loi des hommes. Si nous brisons une loi de la nature, nous en subissons les conséquences sous forme de résultat naturel de nos actions, et non pas comme une punition. Si tu ne respectes pas la loi de la gravité tu tombes. La magie se passe dans le sein des lois de la nature et non pas en dehors d'elles. Mais les lois de la nature peuvent être bien plus compliquées qu'elles n'y paraissent.

La force Elle est le résultat de la jonction de l'amour, de la connaissance, de la sagesse et de la loi. La force, qui trouve ses racines dans l'amour et qui se nourrit de la connaissance, de la sagesse et de la loi, permet de grandir et de guérir.

Médite sur chacun de ces points et sur leur lien. Allonge toi bras et jambes écartées, de telle sorte que ton corps figure une étoile. Ton corps et tes membres deviennent les points du pentagramme. Si tout se passe bien ils sont en parfait équilibre. Si certains points sont plus faibles, travaille à les développer. Intègre en toi la beauté du pentagramme de perles.

CHAPITRE 4

La Déesse sous ses nombreux aspects

Entendez les mots de la grande mère....

Entendez les mots de la grande mère, qui autrefois portait les noms d'Artémis, Aphrodite, Diane et Brigid, et bien d'autres encore.

« Si quelque chose vous fait envie, vous devrez vous réunir une fois par mois, de préférence à la pleine lune, dans un endroit secret, et prier mon esprit, car je suis la reine de toutes les sagesse. Chantez, fêtez, dansez, faites de la musique et aimez vous en mon nom car mien est l'amour de tous les êtres.

Mien est le secret, qui ouvre les portes de la jeunesse ; et mienne est la coupe contenant le vin de la vie, le vase de Ceridwen, qui est le saint graal de l'immortalité. J'offre la sagesse de l'esprit éternel, et au-delà de la mort je donne la paix et la liberté et je vous rendrai à ceux qui vous ont quittés.

Aussi je ne demande aucun sacrifice en mon nom, car, voyez, je suis la mère de toute chose, et mon amour couvre la terre entière. »

Et ce sont là les mots de la Déesse des étoiles, dont les pieds baignent dans la poussière des étoiles, et dont le corps englobe tout l'univers. « Moi, qui suis la beauté de la verte terre, et la blanche lune sous les étoiles, et le mystère de l'eau, j'appelle vos âmes à s'élever et à venir à moi. Car je suis l'âme de la nature, qui fait que l'univers est vivant. De moi viennent toutes choses, et à moi elles devront revenir. Honorez-moi le coeur joyeux, car voyez, tous les actes d'amour et de joie sont mes rituels. Laissez vous envahir par la beauté et la force, le pouvoir et la douleur, l'honneur, la joie et la peur. Et vous qui voulez me connaître, vous savez que vos recherches et vos quêtes ne vous seront d'aucun secours, avant que vous ne connaissiez les mystères : car, si vous ne trouvez pas en vous-même ce que vous cherchez, vous ne le trouverez jamais ailleurs. Car voyez, j'ai été à vos côtés depuis le tout début, et je suis celle vers qui vous tournerez vos prières en fin de compte ».

Dans la religion de la Grande Déesse, nous ne croyons pas en la Déesse, nous nous connectons à elle, à travers la lune, les étoiles, la mer, la terre, à travers les arbres et les animaux, à travers nos semblables et à travers nous-mêmes. Elle est là. Elle est en chacun de nous. Elle est le cycle complet : terre, air, feu, eau et être absolu : corps, âme, esprit, sentiment, métamorphose.

La Déesse est avant tout la sombre mère nourricière, celle qui donne la vie. Elle est la force de la fertilité et elle est ce qui est, elle est notre matrice et aussi la tombe, le

pouvoir de la mort. Tout vient et retourne à elle. En tant que terre elle est aussi la vie végétale: arbres, herbes et graines, qui contiennent la vie. Elle est le corps, et le corps est sacré. Giron, poitrine, ventre, bouche, front, pénis, os et sang - pas une partie du corps qui soit impure, pas un aspect du courant de la vie qui serait souillé par une quelconque idée de péché. La naissance, la mort, et la renaissance sont également des parties sacrées du grand cycle. Nous vénérons la Déesse en mangeant, en dormant, en faisant l'amour et aussi pendant notre digestion.

La Déesse de la terre est aussi l'air et le ciel, la reine du ciel, la Déesse des étoiles, celle qui règne sur le monde invisible de la découverte : le savoir, la compréhension et l'intuition. Elle est la muse qui éveille tous les sens de l'esprit humain. Elle est l'amante cosmique, étoile du matin et du soir, et Vénus, qui apparaît lors de l'acte d'amour. Elle est toutefois insaisissable. L'esprit est envahi par le besoin de connaître ce qui ne peut être connu, et de nommer ce qui ne peut l'être. Elle est l'inspiration, qui nous vient le temps d'un soupir. La Déesse du ciel est la lune qui est étroitement liée aux cycles mensuels de la femme, cycle de sang et de fertilité. La femme est la lune. La lune est l'oeuf du ciel, qui voyage à travers le giron du ciel, dont le sang menstruel est la pluie bénéfique et la fraîche rosée ; qui maîtrise les marées, le giron primordial pour la vie sur la terre. La lune est donc aussi celle qui règne sur l'eau, sur les vagues de la mer, les rivières, les sources, les fleuves, qui sont autant d'artères de la mère terre, sur les mers, les sources souterraines et les lacs souterrains, et sur les sentiments qui nous submergent comme des vagues.

La Déesse de la lune a trois aspects : quand elle croît elle est la jeune fille, pleine et ronde elle est la mère, quand elle décroît elle est la vieille.

Méditation à la lune croissante

Centre toi, relie toi à la terre, visualise la lune qui croît. Elle est la force du commencement, de la croissance et de la réalité. Elle est sauvage, comme le sont les idées et les projets, avant qu'ils ne soient balayés par la réalité.

Elle est une page blanche, un champ en attente d'être ensemencé. Sens les possibilités enterrées en toi, sens comme il t'est donné de laisser s'exprimer et croître ta force. Vois la comme une fillette aux cheveux d'argent, qui marche libre dans la forêt, sous la lumière de la lune. Elle est la jeune fille éternelle qui n'appartient qu'à elle-même. Appelle la « Nimue » et sens sa force en toi.

Méditation à la pleine lune

Centre toi, relie toi à la terre. Visualise une belle lune pleine et ronde. Elle est la mère, la force de toute réalisation. Elle nourrit ce qui a débuté à la nouvelle lune ; Vois ses bras ouverts, sa poitrine pleine, son ventre, dans lequel débute la vie. Sens comme ta propre force se nourrit, se donne, comme le possible t'apparaît. Elle est la femme sexuelle. Son désir de s'unir est la force motrice, qui contient toute vie. Ressens cette force dans ton propre désir, dans ton orgasme. Sa couleur est le rouge sang, qui représente la vie.

Appelle la par son nom « Mari » et ressens ta capacité à aimer.

Méditation à la lune descendante

Centre toi, relie toi à la terre, visualise une lune descendante, entourée d'un ciel sombre. Elle est la vieille femme, qui a déjà passé l'âge de la ménopause, elle est la force du départ, de la mort. Toutes choses doivent finir pour que tout puisse recommencer. Le blé qui a été semé doit être récolté. La vie nourrit la mort, la mort mène à une nouvelle vie, en sachant cela on acquiert la sagesse. La vieille est l'éternelle aïeule, la femme sage. Ressens ton âge, la sagesse du devenir, qui est présente dans chaque cellule de ton corps.

Accepte ta force à arrêter, à perdre et en même temps à gagner, à démolir, tout ce qui stagne ou qui est fané. Vois la vieille entourée de noir, sous la lune décroissante. Appelle la par son nom « Anu » et ressens sa force dans ta propre mort.

CHAPITRE 5

La Déesse est présente dans tout le cycle de la vie

L'aspect triple de la Déesse devient quintuple, l'étoile à cinq branches de la naissance, l'initiation, l'amour, la maturité et la mort. La naissance et l'enfance sont évidemment communes à toutes les cultures. Mais notre société n'a admis que récemment le fait que la phase de l'initiation, de la connaissance de soi, de l'acquisition du savoir, sont nécessaires aux femmes. Une initiation demande du courage et de la confiance en soi, qualités que beaucoup d'entre elles n'ont pas été poussées à souhaiter. Aujourd'hui, font partie de cette initiation : la carrière professionnelle, le tissu des relations sociales, la créativité. La vie qui nous attend ne peut être pleinement appréhendée que si cette phase initiatique est terminée et si on a développé son soi.

La phase de l'amour est aussi décrite comme celle de la réussite, et est une partie hautement créative de la vie. Ce que l'on a appris est désormais au second rang derrière l'éveil du sens de la responsabilité. Ce que nous avons produit, que ce soit un enfant, un poème ou une organisation, commence à vivre sa propre vie. Quand ils seront indépendants le stade de la maturité est atteint. Avec l'âge vient une nouvelle initiation, une phase de réflexion, de moindre activité corporelle mais qui toutefois est d'une grande profondeur du fait de la nouvelle vision de la connaissance. Dans la religion de la Grande Déesse l'âge est considéré de façon très positive car c'est un temps où l'activité laisse place à la sagesse. Elle conduit à la dernière initiation : la mort.

Ces cinq phases régissent notre vie, mais on les retrouve dans tout nouveau projet, dans toute nouvelle entreprise. Chaque livre, chaque tableau, chaque nouvelle carrière professionnelle est d'abord une idée. On passe par une période de crainte car nous sommes obligés d'apprendre de nouvelles choses. Quand on arrive à s'en faire une représentation, une forme de finalisation, on peut passer à la réalisation de l'idée. Elle devient indépendante : quand nous avons terminé, d'autres liront le livre, regarderont le tableau, mangeront le repas ou utiliseront le savoir que nous leur aurons communiqué. A travers cela nous avons grandi. L'idée (l'œuvre) meurt, nous pouvons débiter une autre œuvre.

CHAPITRE 6

Les pôles de la dualité

La Déesse n'est jamais simplement la nature. Ou qu'elle apparaisse elle personnifie les deux pôles : la vie dans la mort, la mort dans la vie. Elle a mille noms et mille visages. Elle est l'oiseau avec les vibrations de l'esprit, l'araignée qui tisse, le serpent, qui mue pour mieux recommencer un cycle, le chat, qui voit dans le noir, elle est tout cela. Elle est la lumière et l'ombre, la maîtresse de l'amour et de la mort, qui rend possibles toutes les probabilités. Elle apporte joie et souffrance.

Une Déesse comme muse ou comme mère, comme inspiration, comme force qui nourrit et qui soigne, on peut aisément se la représenter. Il est plus difficile de la concevoir comme destructrice. Chaque acte de création est aussi un acte d'agression. Pour écrire un livre il faut que tu produises une ébauche après l'autre, que tu y fasses des coupes, que tu rayes des mots et des phrases entières. La création exige le changement, la modification, et chaque

modification apportera le désordre, quoi qu'il en sorte finalement. Le concept de créatrice-destructrice est particulièrement évident dans le feu : il détruit tout ce que tu lui donnes et il crée de la chaleur et de la lumière. Le feu est le foyer nourricier, le feu créateur de la forge, le feu de joie des fêtes. Mais la Déesse est aussi le feu violent de la colère.

Il est difficile d'analyser le concept de force de la colère, car nous la comparons à la force, à la violence. La colère est pourtant une expression de la force vitale. Il est un moyen de survie, un signal d'alarme, pour nous dire que quelque chose dans notre environnement nous perturbe. Le danger engendre des réactions physiques, psychiques et émotionnelles, qui mobilisent notre force, pour changer la situation. Parce que nous sommes des êtres humains, nous utilisons les mots et les agressions gestuelles comme moyens de menace, et nous nous mettons en colère. Mais si nous ne pouvons laisser libre cours à cette colère, nous nous considérons comme faillibles, au lieu de répondre à cette agression extérieure. Au lieu de déborder, et de changer notre environnement, cette énergie est gaspillée en ce sens que nous cherchons à la maîtriser à l'intérieur de nous mêmes.

La Déesse libère l'énergie qui est dans notre colère. Cette colère devient bénie et sa force est purifiée. Comme un feu de forêt dans une nature sauvage, elle arrache le sous bois, de telle sorte que les jeunes pousses de notre créativité puissent accueillir la lumière du soleil. Nous contrôlons nos actions : mais nous ne cherchons pas à maîtriser nos sentiments. La colère devient une force de cohésion, qui permet l'analyse et la communication avec l'autre.

J'ai parlé de la Déesse en tant que symbole psychologique et aussi en tant que réalité manifeste. Elle est les deux. Elle existe et nous la créons. Les symboles et les particularités liés à la Déesse parlent à notre moi enfantin, et à travers cela à notre moi divin. Ils nous concentrent d'un point de vue émotionnel. Nous savons que la Déesse n'est pas la lune, et pourtant nous nous émerveillons devant sa lumière, qui brille à travers les arbres. Nous savons que la Déesse n'est pas une femme, mais nous lui répondons avec amour, comme si elle en était une, et nous nous lions émotionnellement avec toutes les particularités abstraites derrière les symboles. Triangles, ovales, losanges, les formes de l'appareil génital féminin, sont également ses symboles. Chaque symbole et chaque aspect de la Déesse peuvent faire l'objet d'une méditation.

CHAPITRE 7

La Déesse est notre libératrice

C'est à dire « la servir est parfaite liberté ».

Elle est libératrice car elle se révèle dans nos plus profondes émotions et voyages intérieurs, qui toujours et inévitablement vont à l'encontre du système dans lequel ils sont censés évoluer. Elle est amour et colère, qui n'acceptent pas volontiers de se mouler dans le système. De nos jours l'esclavage peut se manifester dans les domaines du spirituel, de l'émotionnel ou du physique : l'esclavage qui nous fait prendre pour argent comptant des idées préconçues, une croyance aveugle ou la peur. La religion de la Grande Déesse réclame une liberté intellectuelle et du courage, celui de s'affirmer par ses propres opinions. Elle n'est pas une croyance figée et dogmatique, mais une croyance qui sans cesse se renouvelle à travers la joie et l'étonnement vis à vis du monde.

Amour est la loi de la Déesse : l'amour physique passionné, la chaude affection de l'amitié, l'amour protecteur d'une mère pour son enfant, l'amitié profonde au sein d'un groupe.

Dans la religion de la Grande Déesse l'amour n'est pas quelque chose d'immatériel ou de superficiel ; il est toujours spécifique, il compte des individus bien réels, et non pas une représentation floue de l'humanité. L'amour inclue aussi les animaux, les plantes, la terre elle

même, « tout ce qui est » et pas seulement les êtres humains. Il nous inclue nous même avec nos faiblesses humaines.

L'amour de la Déesse n'est l'objet d'aucune condition. Elle ne demande pas de sacrifice, et elle ne veut pas que nous sacrifions nos besoins ou nos souhaits humains. C'est une religion de l'acceptation de soi et non pas une religion dans laquelle nous nous mentirions à nous-mêmes. La religion de la Grande Déesse admet que chaque vertu devient un vice, si on ne la compare pas à son opposé : si la beauté n'est pas accompagnée de force elle devient insipide et sans vie. La puissance est insupportable si elle ne se compare pas à la souffrance. Le sentiment d'honneur devient de l'arrogance, s'il n'est pas contrebalancé par l'humilité. La joie devient superficielle si elle n'est pas teintée de crainte.

Finalement nous comprenons le Mystère : que nous ne trouverons pas la Déesse hors de nous si nous ne savons pas la trouver en nous. Elle est aussi bien dans nous que dans toutes les choses qui nous entourent. Solide comme un roc, changeante comme l'image que nous nous faisons d'elle, au fond de nous. Elle est présente en chacun de nous, où d'autre faudrait-il la chercher ?

La Déesse est « la finalité du désir », son but et son accomplissement. Le désir en tant que tel est considéré comme une représentation de la Déesse. Le désir est le ciment de l'univers, c'est lui qui relie l'atome et l'électron, les planètes et le soleil, et ainsi crée les corps et crée le monde. Suivre le désir jusqu'à son accomplissement signifie ne faire qu'un avec l'invisible, ne faire qu'un avec la Déesse. Nous ne faisons déjà qu'un avec elle, elle est en nous depuis le commencement. Ainsi donc l'accomplissement ne sera pas une occasion de satisfaction de soi, mais bien plutôt de perception de soi.

Pour les femmes la Déesse est le symbole de leur moi profond, et de la force nourricière, guérisseuse, libératrice qui est en elles toutes. Le cosmos est une représentation du corps sacré de la femme. Toutes les étapes de la vie sont sacrées : la vieillesse n'est pas une malédiction mais une bénédiction. La Déesse n'enferme pas les femmes dans leur corps. Elle éveille en elles l'esprit, l'âme et les sentiments. A travers elle nous pouvons découvrir la force de notre colère et de notre agressivité, mais aussi la force de notre amour.

Pour l'homme la Déesse n'est pas seulement la force de vie universelle, mais aussi sa part de féminité cachée. Elle personnifie tout ce que la société l'empêche de reconnaître. Sa première découverte de la Déesse peut donc sembler quelque peu stéréotypée : elle sera l'amante cosmique, la douce partenaire, celle que depuis toujours il désire, la muse, tout ce qu'il n'est pas lui-même. Au fur et à mesure qu'il « guérit » il accepte sa propre féminité. Elle semble changer, lui montrer un nouveau visage, toujours lui tendre un miroir, dans lequel il voit ce qui lui semble si difficile à accepter. Il La poursuivra éternellement, car il verra ce qui lui semblait inacceptable. Il La poursuivra éternellement et Elle viendra à lui, et c'est en se tendant vers Elle qu'il grandira, jusqu'à ce qu'enfin il apprenne à La trouver en lui-même.

CHAPITRE 8

Invocation de la Grande Déesse

Invoquer la grande Déesse c'est la réveiller en nous, devenir pour un temps ce que nous conjurons. Une conjuration canalise la force à travers une image visualisée de la déité. Une invocation peut être un poème ou une chanson, qui sera dit ou chantée par un individu ou un groupe. Joue avec les invocations, expérimente les mélodies, combine les, tisse les, change les et laisse les t'inspirer, afin de trouver les tiennes propres.

Base répétitive (à la Déesse)

Lune, mère, qui éclaire tout
La terre et le ciel,
Nous t'appelons.
Luna Mamma, claire lumière, viens.
Gloire à toi vieille lune, secrète sage.
Gloire à toi vieille lune, secrète sage.
Elle brille pour tous.
Elle circule en tout,
En tout ce qui est sauvage et libre.
En tout ce qui est sauvage et libre.

Invocation de la reine de l'été

Reine de l'été
Reine des abeilles,
Miel vierge
Au doux parfum
Fleuri,
Fontaine débordante,
Rose à la floraison généreuse,
Danseuse enivrante,
Murmure du vent,
Chanteuse,
Noueuse de sorts,
Fleur et épine,
Rhiannon
Arianrhod
Aphrodite
Ishtar Cybele
Exauce-nous, porte nous au loin !

Chapitre 9

Symboles magiques

La magie est un art et peu de choses sont aussi fascinantes, effrayantes et en même temps aussi incomprises. Pratiquer la magie signifie donner forme à des forces invisibles, chercher derrière ce qui est visible, mettre à la lumière le monde irréel des vérités cachées ; emplir sa vie de couleurs, mouvements et senteurs étranges ; se mouvoir au delà de l'imagination, dans l'espace entre les mondes, où la fantaisie devient réalité ; devenir à la fois animal et divin. La magie est l'art de la formation d'une aventure pleine de questionnement, sagesse, excitation, dangerosité.

Il ne faut pas minorer la puissance de la magie. Elle agit souvent de manière inattendue et difficilement contrôlable. Mais il ne faut non plus la surestimer. Elle n'agit pas sans aide, elle ne donne pas les pleins pouvoirs.

Apprendre l'utilisation de la magie est un processus de nature neurologique, une modification de l'art et de la sagesse, dans laquelle nous utilisons notre cerveau. Il arrive la même chose quand on apprend à jouer du piano – dans les deux cas se met en place une nouvelle voie nerveuse, les deux nécessitent exercices et persévérance, et dans les deux cas, quand on

possédera ces arts, il en résultera une voie émotionnelle et spirituelle qui nous ouvrira à la beauté.

La magie sert tout d'abord au développement, puis à l'intégration des perceptions spatiales, intuitives, de l'hémisphère droit du cerveau. Elle ouvre les portes entre ce que l'on perçoit et ce que l'on sait. C'est de cette manière qu'elle change profondément le développement, la créativité et la personnalité d'un individu.

La magie est un art, cela signifie qu'à l'aide de formes, structures, images, elle peut nous mener plus loin que les frontières que nous fixe notre culture, comme ne pourraient le faire de simples mots ; elle se sert de visions, qui portent en elles des possibilités de réalisations que ne peut nous offrir notre monde de vacuité.

La magie est une action symbolique, qui, si elle est utilisée dans un état de conscience modifiée, apportera le changement souhaité. Agir magiquement signifie projeter de l'énergie à travers un symbole. Mais trop souvent les symboles sont confondus avec la magie même. On dit « laisse brûler une chandelle verte pour attirer l'argent ». Mais la bougie en tant que telle ne sert à rien – elle n'est qu'une lentille, un focal, une aide mentale, ou la « chose » qui donne corps à notre idée. Les aides peuvent être utiles, mais c'est avant tout l'esprit qui fait la magie. Certaines représentations, formes, couleurs, odeurs se prêtent mieux que d'autres à donner corps à une idée. Les correspondances entre les couleurs, les planètes, les métaux, les nombres, les plantes et les pierres forment à elles toutes le grand arsenal de la connaissance magique. Toutefois les sorts les plus efficaces sont souvent réalisés avec des objets improvisés, dont on sent qu'il faut les utiliser, ou que l'on a sous la main à ce moment là.

Celui qui voudrait exercer la magie doit être absolument sincère dans sa vie. D'une certaine manière la magie repose sur le principe « il en est ainsi parce que je dis qu'il en est ainsi ». Un petit sachet d'herbes contient un pouvoir guérisseur parce que je dis qu'il en est ainsi. Pour que mes mots aient la puissance requise, il faut que je sois intimement et profondément convaincue qu'ils sont la vérité telle que je la conçois. Si j'ai l'habitude de mentir à mon prochain ou de voler mon patron, cette conviction me manque. Si je n'ai pas la force de caractère qui me permet d'assumer mes responsabilités au quotidien, je serai incapable de mettre en action les forces de la magie. Pour pratiquer la magie il me faut une foi inébranlable dans mes propres capacités à faire et agir pour que les choses arrivent. Cette foi est nourrie et prouvée quotidiennement par mes propres actions. L'énergie suit le chemin de la moindre résistance.

Les réalisations matérielles seront plus faciles par des actions concrètes que par des pratiques magiques. Il est plus simple de fermer la porte que de protéger son appartement par des sceaux psychiques. Utiliser la magie quand on est au chômage ne sert à rien si on ne sort pas de chez soi pour trouver du travail.

La visualisation que nous maîtrisons en magie, doit nous montrer l'issue souhaitée – pas forcément le moyen d'y parvenir. Nous nous concentrons sur un but, sans forcément nous représenter chaque geste qui sera fait pour y arriver. La magie ne doit pas être utilisée pour avoir du pouvoir sur quelqu'un d'autre, elle doit contribuer à développer sa « force intérieure ».

Pour développer sa force intérieure

Prendre un carré de tissu pourpre, y poser du laurier, du millepertuis, du sureau noir, de la racine de millepertuis, du romarin, de la verveine, de la feuille de chêne, des feuilles ou des baies de houx, et du gui. Nouer le tout avec du fil bleu. Y broder ou dessiner son symbole personnel.

Pour guérir un cœur brisé

Prendre une pièce ronde de toile bleue. La remplir avec de la valériane, de la commiphora, de la camomille, de la myrte et des pétales de roses blanches. Couper un cœur blanc en deux, le raccommoder avec du fil bleu, tout en prononçant le charme qui attirera un nouvel amour. Nouer le tout avec du fil blanc.

Charme de protection

Prendre une pièce ronde de tissu bleu et y poser neuf plantes protectrices. Y joindre une pièce d'argent, ou mieux une demi lune en argent (peut être une boucle d'oreille). Nouer le tout avec un fil blanc ou un fil argenté.

CHAPITRE 10

Puisse la Déesse se réveiller dans vos cœurs

La Déesse se manifeste sous d'innombrables formes. Elle est là où on l'attend le moins, sortant de partout et de nulle part, afin d'illuminer un cœur ouvert. Elle chante, pleure, gémit, se lamente, crie et fredonne pour nous, afin que nous nous éveillions, que nous fassions confiance à la vie, que nous aimions la terre et ce qu'elle contient, que nous unissions nos voix en une unique ode au perpétuel changement et devenir. Car sa loi est amour pour toutes les créatures, et elle est la coupe contenant le vin de la vie.

Que la vie fleurisse, maintenant et pour toujours !

Le cercle est à présent ouvert, et ininterrompu.

Que la Déesse s'éveille dans vos cœurs.

Heureux nous nous retrouvons,

Heureux nous nous séparons.

Soyez bénis !