

# Spirituellement vôtre



Newsletter Décembre 2020

Christine Roman – Marvyn Ecabert

## Décembre, un temps de lumière et de traditions

L'évolution spirituelle nous amène à nous diriger toujours plus vers la lumière, et la période hivernale est propice à cela. Retour sur les différents événements qui jalonnent ce mois...

Au niveau local d'abord, la **Fête du 8 décembre** célèbre traditionnellement l'aide que Marie a apportée à la ville de Lyon. Si les origines divergent parfois (protection des lyonnais contre la peste en 1643 ou plus récemment l'arrêt des Prussiens aux portes de la ville en 1870), les Lyonnais ont pris pour habitude d'allumer des lumignons sur leur rebord de fenêtre.

En atteste cette autre origine disant qu'une inauguration d'une statue de Marie au 19<sup>ème</sup> siècle avait été empêchée par les intempéries, et où les Lyonnais ont souhaité illuminer leurs fenêtres, comme cela se faisait déjà depuis des générations pour tout événement majeur saint.



Vient ensuite la **Fête païenne de Yule** lors du Solstice d'hiver, célébrée entre le 20 et 21 décembre. Cette fête symbolise le renouveau, la renaissance, le retour de la lumière notamment pour les cultures celtes, germaniques, romaines. Le solstice d'hiver est le moment précis de l'année où le jour est le plus court et la nuit la plus longue.

Par cette fête, on célèbre la **Nouvelle Année Solaire** par l'allongement des journées.

On allume des cierges ou un feu pour mettre de la lumière dans le foyer, on s'habille de blanc, on chante, on prie, on partage un repas dans la joie de la lumière retrouvée.

Et comment parler de cette période sans aborder **Noël** ?

Les Chrétiens honorent le 25 décembre la Lumière Céleste en la naissance de Jésus-Christ. D'origine païenne, le sapin qui demeure vert toute l'année est un symbole de la vie qui ne meurt jamais. Le rituel de l'arbre de Noël que nous répétons chaque année, symbolise aussi l'Arbre de la Vie et de la Connaissance.

Deux jours plus tard se fête la **Saint Jean d'Hiver**. Le feu est encore une fois rattaché à cette célébration, comme un Passage des ténèbres vers la lumière. On se purifie de ce que l'on ne veut plus pour se projeter vers de nouveaux horizons.



## Faire vivre la lumière en soi...

Vous l'aurez compris, cette période est donc un temps de mise en lumière intérieure et de repos. Tout comme les végétaux se mettent en veille, nous pouvons profiter de prendre quelques instants afin de nous ressourcer, se recentrer sur soi-même. C'est également un temps d'introspection qui permet de faire le bilan de l'année pour poser les projets à venir.

Attention toutefois à ne pas déclencher ces projets trop précipitamment, car ce temps de repos doit nous permettre de nous préparer intérieurement. Cela signifie donc commencer en priorité par prendre soin de soi.

C'est aussi une période où nous pouvons être plus sensibles aux affections hivernales, à la fatigue, au manque de soleil, au froid. Pour contrebalancer ces « ténèbres » environnantes, il va être important de s'entourer de douceur, de lumières chaleureuses, de tout ce qui vous fait du bien tant au corps qu'à l'esprit.



Cette notion de cocooning permettra de mieux aborder les mois qui suivront jusqu'au retour du printemps, période plus dynamique qui correspondra au développement de nouveaux projets.

## Des ténèbres à la lumière

On ne peut pas aborder la notion de lumière sans accepter qu'il existe son pendant obscur.

Symboliquement, les ténèbres représentent ce qui est caché à la vue de tous. Elles sont le réservoir des souvenirs oubliés, des potentiels non accomplis, mais également des peurs et des doutes qui nous empêchent de nous accomplir pleinement.

Si ces ténèbres nous mettent en face de nos fragilités et de ce que nous ne voulons pas voir, elles nous offrent avant toute chose des possibilités infinies d'évolution.

Il ne s'agit pas de mener un combat violent contre nos ténèbres intérieures mais plutôt de savoir y intégrer la lumière de la sagesse, du pardon et de l'Amour.

Toute cette Terre abondamment nourrit fera un terreau extraordinaire pour laisser chacun grandir et s'étendre jusqu'au Ciel.

## Un temps de partage

Toutes ces fêtes nous invitent à un partage dans la joie et la convivialité au travers de repas de famille, de réunions. La période que nous vivons n'est peut être pas l'idéal pour se regrouper physiquement, mais elle nous ouvre à de nouvelles manières de partager, de communiquer. Il s'agit d'un partage fait avec le cœur, qui nous porte et nous relie. Même si la distance est présente, ce partage se fait également par la pensée, par les énergies qui n'ont pas de frontières.



Il s'agit également de cultiver sa lumière intérieure pour éviter de se laisser déborder par les mots pessimistes des personnes que nous pouvons côtoyer ou par les médias. Lorsqu'elle est suffisamment puissante, elle transforme toujours l'ombre en lumière. Vous avez donc la possibilité de la diffuser autour de vous à profusion.

La manière dont vous vivrez cette période ne dépend que de vous.

**Nous vous souhaitons de tout cœur de belles et heureuses fêtes de fin d'année !**



**ROMAN Christine**

Médiurnité – Hypnose – Reiki

[www.roman-christine-hypnoselyon.com](http://www.roman-christine-hypnoselyon.com)

**06 10 58 75 02**



**ECABERT Marvyn**

Médiurnité – Hypnose – Reiki

[www.medium-voyant-marvyn.com](http://www.medium-voyant-marvyn.com)

**06 09 49 55 50**