

Solstice d'été – Par Christine van der Steur

Étymologiquement du latin *solstitium* (de *sol*, soleil et *status*, de stare, s'arrêter), le solstice est le moment de l'année où **le soleil s'arrête** pendant quelques jours. Dans l'hémisphère nord il atteint son zénith autour du 21 juin. Les jours sont les plus longs et la lumière, omniprésente.

J'ai envie de partager ces mots offerts par une amie chamane à ce propos :

« Le Solstice d'Été est un Portail Vibratoire Temporel de Haute Potentialité d'Expansion du Vivant. Un temps de Fête du Soleil au plus Haut des Cieux... Au Zénith de la Force de son Rayonnement, de l'Intensité de sa Lumière et de son Feu Sacré... Un Temps d'Ensoleillement du Cœur et de tout notre Être pour nous Humains en Chemin, pour se reconnaître, sentir sa beauté d'être et la beauté de la vie, retrouver les Sagesses de nos Ancêtres, se donner de la force et du courage, prendre soin de soi, de l'autre et de tout le vivant, s'aimer inconditionnellement et s'honorer... »

C'est donc un **portail énergétique fort**, une étape du cycle des saisons célébré dans nombre de traditions et de cultures.

Le solstice d'été est associé dans la mythologie romaine, par exemple, à **Janus**, le dieu des choix et des portes. Ce dieu a deux visages : l'un qui regarde vers l'arrière (la phase ascendante, le passé, le bilan depuis le solstice d'hiver), et l'autre vers l'avant (la phase descendante, l'avenir, nos intentions pour la deuxième moitié de l'année). C'est toute la symbolique de la charnière.

Janus est aussi considéré comme le dieu de l'initiation car il est le gardien de deux clés. La clé en or qui donne accès aux « grands mystères » (le paradis céleste, la connaissance spirituelle, les mondes invisibles, les espaces plus vastes que nous), et la clé en argent qui ouvre la porte vers les « petits mystères » (le paradis terrestre, les connaissances individuelles, les mondes matériels).

Ceci m'évoque cet extrait de la Table d'Emeraude d'Hermès Trismégiste :

« Ce qui est en bas est comme ce qui est en haut.

Et ce qui est en haut est comme ce qui est en bas,

Par ces choses se font les miracles d'une seule chose. »

Ce cycle infini des saisons est en résonance et en analogie avec la danse infinie que nous faisons entre le ciel et la terre, les mondes subtils et la matière, le transcédé et le manifesté, à tout moment.

Le solstice d'été ouvre paradoxalement la phase descendante du soleil, qui culminera au solstice d'hiver, et où l'on célébrera le retour de la lumière. Et une nouvelle boucle sera bouclée ! 😊

De tous temps et dans toutes les civilisations le passage des saisons a été l'occasion de **célébrer des rites et des cérémonies** pour honorer la nature et pour se connecter à des dimensions qui nous dépassent.

Sous nos latitudes, le solstice d'été est intimement lié au **soleil**, à la **lumière**, à l'extérieur, à la **nature luxuriante**, et aussi à la douceur de vivre. On l'associe volontiers à une période de pause et de déconnexion de notre quotidien frénétique, et disons-le franchement, c'est souvent synonyme de vacances et de voyages.

Le solstice d'été est associé aux **fêtes de la Saint-Jean**, durant lesquelles, traditionnellement, on préparait de grands feux de joie pour célébrer la fin d'un cycle de cultures, en dansant et en chantant, en écho au Grand Père Soleil. Un élément très présent est le **feu**, symbole de purification et de transformation.

Les traditions païennes anciennes appellent cette fête **Litha ou Midsummer**. C'est la période choisie pour la récolte de plantes et **d'herbes médicinales dites les 7 simples de la Saint-Jean** : l'achillée millefeuille, l'armoise, la joubarde, le lierre terrestre, la marguerite, le millepertuis et la sauge. Les dates autour du 24 juin sont considérées comme la période la plus propice pour leur cueillette car ces plantes-médecine sont à l'apogée de leur floraison et leur pouvoir guérisseur est le plus fort. Elles vont par conséquent être cueillies avec soin et préparées pour garder la communauté en santé tout au long de l'année.

Il existe nombre de rituels et de cérémonies pour célébrer ce passage de saison. Nous avons déjà mentionné les feux de joie le jour de la Saint-Jean, folklore très vivant en Catalogne et dans les Îles Baléares notamment.

Il en existe une autre très jolie, plus individuelle, que j'ai envie de partager avec vous : **la cérémonie du bol à brûler**.

Préparez un autel avec un grand bol en métal, une bougie, 2 morceaux de papier et de quoi écrire. Prenez du plaisir à créer du beau, décorez-le comme vous voulez, en conscience car vous êtes en train de préparer une cérémonie qui a du sens pour vous. Invitez-y le Sacré.

Quand vous vous sentez prêt, prenez un moment d'intériorisation et de centrage en vous appuyant sur votre respiration. Je vous invite à aller revisiter les 6 premiers mois de l'année avec curiosité et sincérité et vous poser des questions « bilan » telles que : quels sont les événements, situations, ou relations qui ont été difficiles et inconfortables pour moi ? Quelles leçons en ai-je tirées ? Qu'est-ce qui m'a fait grandir et que maintenant je peux laisser partir ?

Prenez un moment pour laisser émerger les réponses, et quand c'est bon pour vous, écrivez-les sur le premier bout de papier, pliez-le et brûlez-le à l'aide de la flamme de la bougie. Laissez-le se consumer totalement dans le bol en affirmant : « Je te laisse partir maintenant. Je te remercie pour cette expérience mais cela ne me sert plus à présent. Je la confie à l'Univers pour qu'il la transmute. » Ou toute autre formulation qui résonne mieux pour vous, évidemment, l'idée étant de prendre conscience, s'en délester, et être dans la gratitude de ce qui vous aura fait avancer sur votre chemin d'évolution.

Prenez vraiment le temps de visualiser cette page qui se tourne, de vous connecter à votre ressenti (émotionnel, corporel) et à partir de cet état, passez ensuite à la deuxième étape.

Toujours bien en lien avec votre respiration et en contact avec les sensations générées par la première partie de la cérémonie, tournez-vous maintenant vers l'avenir. Il reste grosso modo 6 mois jusqu'à la fin de l'année. Dans cet intervalle, qu'est-ce qui va vous procurer de la joie, de la satisfaction ? Qu'est-ce qui va faire chanter votre âme ? Balayez large : relations, famille, travail, santé, projets en cours ou rêves. C'est un moment idéal pour recalibrer votre boussole intérieure, riche des expériences des 6 derniers mois.

Prenez tout le temps nécessaire pour laisser percoler les réponses. Quand c'est clair, écrivez-les sur le deuxième papier. Pliez-le soigneusement comme un cadeau précieux, et brûlez-le avec la flamme de la bougie. Placez-le dans le bol et confiez-le à l'Univers (Dieu, Père Ciel, le Grand Esprit, quel que soit le terme qui vous convient pour nommer cet espace plus vaste). Visualisez la fumée qui monte vers le haut et qui emporte vos vœux et puis laissez la magie opérer.

Il s'agit d'un acte de Foi, une confiance absolue et inconditionnelle dans le fait que l'Univers conspire en votre faveur et que ce qui est bon et juste pour vous se manifesterà dans la matière au bon moment.

Quand vous sentez que vous avez fini, prenez quelques notes dans votre journal de bord, pour laisser comme une trace de votre cérémonie, personnelle et intime. Relisez ces notes dans 6 mois ou 1 an, vous serez peut-être surpris...