

CONSEIL DES ANCIENNES DES 13 LUNES - SARAH JO(



6EME LUNE

## 6eme LUNE

### LA CONTEUSE D'HISTOIRES

Raconte-moi l'histoire, Douce Mère, de nos Ancêtres et de leur vie, comment ils marchaient avec beauté et apprenaient les chemins qui guérissent.

Lorsque tu racontes ces histoires, cela me permet de voir l'importance de chaque leçon et comment les appliquer.

A travers chaque nouvel exemple, je partage les rires et les larmes, à travers chaque nouvelle expérience, j'apprends comment l'Amour peut vaincre la peur.

Ensemble nous pouvons voyager à travers ces autres espace-temps, ramenant toute la Sagesse des lois laissées déjà là avant nous.

## TEXTE DE L'ENSEIGNEMENT

### 6 e lune - La conteuse d'Histoires

"Raconte-moi l'histoire, Douce Mère, de nos Ancêtres et de leur vie, comment ils marchaient avec beauté et apprenaient les chemins qui guérissent

Lorsque tu racontes ces histoires, cela me permet de voir l'importance de chaque leçon et comment les appliquer.

A travers chaque nouvel exemple, je partage les rires et les larmes, à travers chaque nouvelle expérience, j'apprends comment l'Amour peut vaincre la peur.

Ensemble nous pouvons voyager à travers ces autres espace-temps, ramenant toute la Sagesse des loïs laissées déjà là avant nous."

#### Audio

**La Gardienne qui conte des histoires nous enseigne que dire la Vérité est la base de n'importe quelle tradition orale qui est gardée depuis des siècles comme la Sagesse Universelle Vivante.**

Les leçons difficiles qui ont guidé des êtres humains à leur cercle de vie (endroit sécurisant et de pouvoir), s'appliquent à tous et toutes parce qu'elles sont basées sur des Vérités Éternelles.

Celle qui raconte des histoires utilise aussi les grâces de la sagesse offerte par le Conseil des Anciennes des 13 Lunes, qui aujourd'hui se rencontrent dans un corps de lumière, pour confirmer les Vérités qui ont aidé nos Ancêtres.

**Quand la Vérité est rapportée et utilisée pour aider à résoudre des problèmes, des conflits ou des défis de la vie quotidienne, ces vérités doivent être partagées avec les générations futures.**

**Elle nous enseigne comment devenir joyeuse et comment apprendre à plaisanter avec humour pour éloigner nos peurs et équilibrer le Sacré en nous moins de solennel.** Quand nous rions de notre humanité et de nos folles tentatives à vouloir à tout prix préserver nos limitations, nous libérons ainsi les démons créés à travers notre ego, celui qui nous connecte au drame extérieur et qui gère des situations de besoins apportant de la révolte constante dans notre vie.

Ce cycle est également connu comme étant celui de la **Gardienne du Heyokah** et de sa médecine. C'est celle qui est pleine de trucs, de tours de passe-passe, de bouffonneries, une femme experte et qui amène notre évolution à travers le rire.



Cette médecine nous enseigne comment compléter l'Intention de toute notre Essence, recherchant la petite porte noire ou le côté opposé de chaque chose, de chaque leçon.

L'Essence spirituelle voit au-delà du tunnel de la vision humaine et peut travailler avec la Médecine Heyokah pour nous élever au-delà de notre obstination et de notre entêtement. La médecine Heyokah nous amène à intégrer des jeux de clown, nous apportant des leçons subtiles, sur lesquelles nous avons le choix de réfléchir ou bien de les ignorer.

Celle qui conte des histoires peut également tisser une histoire qui exprime les caractéristiques des leçons de vie de quelqu'un, sans jamais pointer le doigt sur son histoire personnelle.

La personnalité du Heyokah va au-delà de celle qui entend et qui voit, dans un espace sacré, avec une vision claire et précise, pour qu'ainsi elle puisse **voir sa propre situation comme une observatrice**, au lieu de toujours vouloir créer des situations où elle sera confrontée à des problèmes insolubles.

**A travers les histoires des autres personnes et en percevant comment elles rencontrent les leçons qui se présentent à elles, nous sommes capables d'acquérir une plus vaste perspective et vivre intégralement notre Rite de Passage sur Mère Terre.**

La Gardienne qui conte des histoires permet que chaque auditrice(teur) écoute les histoires de celles ou de ceux qui ont rencontré la Vérité dans leur vie.

**A travers des paroles de Vérité qu'elle exprime, cette lune nous enseigne comment apprendre à connaître la voix de nos vérités personnelles et de nos différents points de vue, quand notre opinion est sollicitée. Lorsque ce n'est pas le moment de faire un commentaire, elle nous montre qu'il est nécessaire de simplement écouter sans avoir à formuler ou à ajouter notre conseil personnel.**

Celle qui conte des histoires nous interpelle également sur le fait que parler la Vérité avec douceur, amour et compassion ne peut jamais blesser une autre personne.

Nous devons être extrêmement vigilantes pour ne pas inclure nos projections de rigidité ou des jugements insignifiants, que d'ailleurs, dans la plupart des cas, nous utilisons pour nous critiquer nous-mêmes. Dire la Vérité c'est l'art d'apprendre à ne pas juger, ni condamner l'autre.

**En pointant le doigt sur quelqu'un, nous avons les 3 autres doigts pointés sur nous-mêmes car en fait, pointé sur celui ou celle qui accuse.** Ce type de Jugement ne permet pas à la personne « victime » de cette attaque critique de rencontrer sa Vérité.

Comme la Conteuse d'histoires, la personne qui veut dire la Vérité sans pointer son doigt sur quelqu'un peut partager son histoire et dire comment elle a appris certaine leçon où comment elle est passée en toute sécurité et en toute confiance à travers un processus de crise.



Cette instructrice de la Vérité nous rappelle que les personnes qui passent par des demi-vérités en brisant la confiance, l'innocence et la confiance, colportant des commérages sur l'autre, agissent de cette manière pour couvrir leurs blessures profondes. Parce qu'incapables de dire la Vérité, même pour elles-mêmes, elles projettent des mensonges et des illusions sur n'importe quelle situation rencontrée.

**La Conteuse d'Histoires ou Celle qui conte des histoires est reliée à la couleur rouge qui est la couleur du sang.**

La Sagesse de tous les Ancêtres humains et toutes ses leçons sont codifiées dans le corps cellulaire (l'ADN) de notre sang.

Dans la Médecine Traditionnelle des Anciennes, des Anciens, le sang a toujours été reconnu comme étant la Rivière de la Vie qui coule à travers nos corps, permettant que nous nous rappelions la connaissance depuis toujours.

C'est seulement dans les Temps modernes que nos scientifiques ont découvert que l'ADN porte en lui des impressions génétiques. Mais ils n'ont pas encore découvert que la conscience et l'esprit de la race humaine peuvent être atteints à travers des schémas d'ADN en chaque cellule humaine dans le sang.

Dans la plupart des cas, on se rend compte une nouvelle fois avec ce cycle de la 6e lune de quelque chose d'important : que **nous sommes au milieu du chemin de notre propre vérité.**

Avant de conter une histoire, nous devons apprendre à conter notre propre histoire. Nous devons rencontrer notre foi, qui doit être inébranlable, avec la certitude et la détermination de la source de qui nous sommes, d'où nous venons, où nous allons, notre présence ici et nos choix.

Celle qui conte des histoires maintient cette tradition ferme, à travers cette foi et elle apporte la Vérité avec elle, dans ces propres histoires, pour amener la Vérité de sa présence et perpétuer la lumière à travers la fréquence de cette même lumière. Ces êtres sont venus pour perpétuer notre histoire qui est basée au-delà d'une foi inébranlable, car la lumière c'est quelque chose qui est et qui ne se cherche pas.

Celle qui conte des histoires laisse tout derrière elle sur son chemin pour continuer à tisser un peu plus cette vérité.

Dans cet incroyable langage, il y a beaucoup de choses à rajouter, et dans cette magnifique œuvre, tout peut être rajouté.



**Mais nous devons apprendre à conter notre histoire personnelle avec nos faiblesses et nos vulnérabilités...** Celle qui conte des histoires ne perd jamais la foi, au contraire de ce que nous sommes, car nous contons toujours notre histoire à moitié, et nous perdons ainsi la connexion avec la foi et avec la source en nous séparant de cette même Source de lumière.

Ce sont les histoires que nous créons et non les vraies histoires.

Nous devons nous déconnecter des petites choses, pour accéder à un univers plus ample qui correspond à notre maîtrise intérieure. Il n'y a pas de Vérité absolue, la Vérité est celle que nous créons avec notre foi et notre propre communion.

Nous devons écouter notre propre histoire, que nous sommes une graine de lumière qui chemine dans ce corps physique pour manifester notre potentiel. Mais bien souvent nous nous perdons pour manifester notre histoire car nous la projetons dans bien des endroits où elle n'a pas sa place et ainsi nous nous éloignons de notre axe.

La transmission directe avec le principe de ce qui est inébranlable, inquestionnable, est tellement loin de nous, que nous nous éloignons de nous-mêmes à travers des histoires que nous créons. Mais nous sommes responsables de ces histoires et de tout ce que nous créons dans cette vie.

**Celle qui conte des histoires doit savoir quelle est sa propre histoire avant de conter d'autres histoires. Elle entend à travers les histoires de chacune, histoires racontées, et apprend sa propre histoire, à travers la communion de toutes les histoires.**

Cette lumière apporte un potentiel incroyable de transformation, parce qu'ici nous avons l'opportunité de changer nos schémas de croyance. Au lieu de voir, entendre et percevoir, nous jugeons, critiquons et condamnons l'histoire des autres, parce que nous n'arrivons pas à accepter leur histoire et cela indique que nous sommes perdus dans nos jugements en nous éloignant de notre propre histoire. En se perdant ainsi dans notre histoire personnelle, nous projetons notre être sur les autres et cela est un mensonge.

Celle qui conte des histoires ne perd jamais la foi avec la source et avec la sagesse ancestrale pour pouvoir maintenir sa lumière. Quand une personne dit que la vie est difficile, les choses finissent par devenir difficiles parce que nous perdons la foi de la reconnaissance de notre histoire planétaire et nous sommes déconnectés de la Source. Nous ne sommes véritablement jamais heureuses à part entière.

Celle qui conte des histoires apporte l'histoire du collectif, la foi de sa propre histoire, malléable, ouverte, dans la compréhension, dans la vulnérabilité, connectée avec soi-même.



**La véritable transformation et guérison, c'est de pouvoir avoir accès à sa propre histoire, qui est l'unique Vérité.**

Chacune doit se relier avec les qualités de ce cycle et de cette lumière et voir ce qu'elle fait avec son histoire dans sa propre histoire de vie. Et chacune est responsable de sa propre histoire et de ses décisions.

Une conteuse d'histoires enlèvera le masque de toutes les illusions de sa vie, car cela est le rôle de la Médecine du Heyokah.

Notre histoire n'a pas encore été révélée et c'est justement pour cela que nous devons apporter les morceaux du puzzle de notre histoire en laissant les choses se faire, en laissant les choses venir à nous et en nous laissant porter par l'énergie. Et bien sûr, nous devons avoir du temps et de l'espace pour que cette énergie se mette en mouvement dans notre vie, et si nous ne le faisons pas, nous n'arriverons pas à nous focaliser en nous-mêmes.

Nous devons ouvrir un espace de vie pour nous, pour que notre vie puisse être plus riche, plus pleine, où le flux de la vie ne nous éloigne pas du fil de notre vie quotidienne.

**Nous devons avoir un temps et un espace pour nous, tous les jours, même si ce n'est qu'une seule heure. Et c'est à travers le silence que la connaissance fera jour.**

**La qualité de la Féminité Profonde est le silence, et c'est pour cette raison que nous devons nous maintenir calme et alignée. En respirant (la respiration est fondamentale) et en s'abandonnant à l'Univers. S'abandonner au Grand esprit ou à la Grande Mère des Origines, pour recevoir ce qui doit venir, pour percevoir ce qui doit être perçu et ensuite manifester ce qui est nécessaire. Rencontre cet espace de silence.**

*Suis la présence de ton être et sache que la connaissance silencieuse pourra te guider et t'amener où tu dois aller. Cela est notre mission, notre responsabilité en tant que femmes, celle de pouvoir conter sa propre histoire, sa sagesse, pour soi-même et pour le monde. Pour cela, nous devons faire un effort pour laisser les petites choses derrière nous et suivre notre chemin.*

*Fin du texte de l'Enseignement.*

**-- A RETENIR --**

**MOTS CLÉS:** Conter - Parler en vérité - Non jugement - Humilité -  
La Foi - Le rire - Médecine Heyokah

**Phrase clé:** Parler en Vérité

**COULEUR:** ROUGE



## TEXTE DE L'ENSEIGNEMENT DE JAMIE SAMS (Livre les 13 Mères Originelles)

### *un autre éclairage*

La Conteuse est la Mère de Clan du cycle lunaire qui tombe au mois de Juin et qui est représenté par la couleur rouge.

La conteuse nous enseigne à avoir foi, à être humble et à rester jeune de cœur en gardant intacte notre innocence. Ce sont là quelques-unes des Médecines qui se trouvent dans la couleur rouge.

Le Sixième Cycle de Vérité gardé par cette Mère de Clan est celui de parler en vérité.

La Conteuse apprend à ses enfants humains à parler à partir de leur cœur, à dire toujours ce qu'ils veulent exprimer, de façon authentique, claire et concise.

Cette Mère de Clan est l'enseignante de la vérité et l'éclaireur qui nous montre la foi qui nous est nécessaire pour trouver notre chemin à travers la forêt illusoire de nos propres confusions.

La Conteuse nous apprend que dire ce qui est vrai est la base de la Tradition Orale qui garde vivante la sagesse universelle qui traverse le temps.

Les leçons durement apprises qui ont guidé de façon sûre d'autres êtres humains sur la Route Rouge de leur vie physique s'appliquent à tous les hommes parce qu'elles sont basées sur des vérités éternelles.

La Conteuse nous apprend à utiliser l'humour pour chasser nos peurs et à équilibrer le sacré et l'irrévérence. Lorsque nous pourrons rire de notre humanité et de nos tentatives insensées pour maintenir nos limitations, nous aurons vaincu les démons que nous avons nous-même fabriqués et qui nous ligotent à nos grands drames, ainsi que notre besoin de nous créer des bouleversements en permanence.

A travers l'écoute des histoires des autres et de la façon dont ils intègrent les leçons qui se présentent sur leur chemin, nous devenons capables d'ouvrir notre perspective sur nos propres Rites de passage sur terre.

Cette Mère de Clan est aussi la détentrice de la Médecine Heyokah, qui nous pousse à grandir par le rire.

Le Heyokah peut nous montrer comment atteindre la « complétude » que notre Orenda désire, en passant par la porte de derrière ou en allant en sens contraire d'une leçon quelconque.

L'Essence Spirituelle, ou Orenda, voit plus loin que le tunnel de la vision humaine et peut travailler avec la Médecine Heyokah pour nous amener à dépasser notre stupidité.



Le Heyokah va faire le clown, en nous donnant de subtiles leçons sur lesquelles nous pouvons réfléchir ou que nous pouvons ignorer.

La Conteuse sait aussi tisser une histoire qui met en scène les caractéristiques des leçons de vie d'une personne, sans la montrer du doigt pour autant. La personnalité Heyokah de la Conteuse piège alors son auditoire, qui assiste en toute sécurité à ce qui se passe dans sa propre situation mais en étant en position d'observateur, au lieu d'avoir à s'y confronter de plein fouet.

La Conteuse utilise les dons de la Sagesse offerte par les Anciens, aujourd'hui donnée en esprit, pour présenter les vérités qui ont aidé ses Ancêtres. Quand la vérité a été utilisée pour résoudre des problèmes ou défis de la vie, ces vérités sont partagées avec les générations futures.

La Conteuse et son cycle lunaire sont connectés à la couleur rouge parce que le sang est rouge. La sagesse de tous les Ancêtres humains et leurs leçons sont codées dans l'ADN du sang.

Selon la Médecine Indienne Traditionnelle, le sang a toujours été reconnu comme le flot de vie qui coule dans notre corps et nous permet de solliciter la connaissance détenue par les sages Anciens qui sont venus avant nous.

Ce n'est qu'à l'époque moderne que les scientifiques ont découvert que l'ADN porte des empreintes génétiques, mais ils n'ont pas découvert que l'on peut aussi accéder à la pensée collective et à l'esprit de la race humaine à travers les schémas d'ADN de toute cellule d'un corps humain et par le sang.

La Conteuse permet à chaque auditeur d'entendre des histoires qui racontent comment d'autres ont trouvé la vérité dans leur vie.

Grâce aux paroles de vérité qu'elle dit, cette Mère de Clan nous enseigne à parler à partir de notre vérité personnelle et de notre Point de Vue Sacré quand on nous demande notre avis.

Mais, lorsque l'on ne nous demande pas de faire un commentaire, elle nous apprend à écouter sans avoir à ajouter notre opinion qui n'est pas désirée.

La Gardienne des Histoires de Médecine nous rappelle que dire ce qui est vrai ne blesse jamais personne si c'est fait avec amour, et si nous n'y mettons pas les projections de notre vertu personnelle ni les jugements mesquins que nous utilisons souvent pour nous critiquer nous-mêmes.

Dire ce qui est vrai est un art qui n'inclut jamais de juger l'autre.

Désigner du doigt quelqu'un laisse toujours trois doigts pointés en arrière vers l'accusateur !

Cette sorte de jugement ne permet jamais à la personne qui est la cible des critiques de trouver la vérité qui la concerne.



Comme la Conteuse, quelqu'un qui veut dire ce qui est vrai, sans désigner du doigt qui que ce soit, peut partager une histoire racontant la façon dont il ou elle a appris une leçon ou réussi à traverser une crise.

Cette Enseignante de la Vérité nous rappelle que ceux qui émettent des demi-vérités brisent la confiance d'une confiance qu'on leur a faite, ou sont à l'origine de rumeurs agissent ainsi parce qu'ils sont blessés.

À cause de leur inaptitude à parler vrai, même à eux-mêmes, ils projettent les mensonges et illusions qui sont à l'intérieur de leurs blessures sur le reflet humain le plus proche ou la première situation qu'ils peuvent trouver.



## L'ART DU CONTE

### *Histoire de la Gême Gardienne*

“La Conteuse regarda les visages des enfants qui s'étaient regroupés autour d'elle pour écouter les histoires qu'elle allait partager avec eux, avec le Conseil de sa Tribu du Peuple Tout-Petit. Le feu se reflétait sur le visage attentif des petits, donnant à la Conteuse une audience d'admirateurs ravis.

L'amour qu'ils portaient à la Conteuse venait de la façon respectueuse dont la Mère de Clan les traitait. La Conteuse avait enseigné aux précédentes générations de nombreux Clans et Tribus que les enfants sont des esprits adultes dans de petits corps : le Conseil des enfants devint donc le Conseil du Peuple Tout-Petit.

Le ciel de la nuit était sans lune, amenant des milliers d'étoiles dans le champ de vision. Cette Nuit commençait le nouveau cycle lunaire de la Lune des Maturités.

Le Bol de Médecine Étoilé du ciel de la nuit donnait à chacun la sensation que quelque chose de spectaculaire était sur le point de se passer.

La brise amenait le doux parfum des fleurs de Mimosa qui pendaient des branches du cercle d'Arbre autour de la hutte de la Mère de Clan.

Des insectes dansaient en zig-zag dans l'air auprès des grands roseaux, de la menthe sauvage et du ruisseau bordé de trèfle rouge qui serpentait à travers le campement.

De temps en temps, des lucioles scintillaient en tremblant dans la chaude nuit d'été.

La Conteuse décida que c'était le moment parfait pour partager l'histoire qui raconte comment la Luciole a eu sa lumière rayonnante. Les enfants qui constituaient le Conseil du Peuple des Tout-Petit étaient enchantés de voir la Mère de Clan, les étoiles et la danse des Lucioles – sans pouvoir décider de ce qui était le plus intéressant pour leurs esprits curieux.

« Naweh Skennio, merci de bien aller », commença la Conteuse avec la salutation traditionnelle qui ramena à elle l'attention dispersée des enfants. Les petits savaient que ce salut était le signe officiel qu'il était temps pour eux de s'installer par terre, de rester très tranquilles et d'écouter sans interrompre. La Conteuse ne racontait que des histoires courtes à ce Conseil du Peuple Tout-Petit parce que les plus jeunes, qui avaient à peine trois ans, avaient une capacité d'attention bien moindre que les plus grands qui faisaient aussi partie du conseil. Lorsqu'un enfant dépassait son onzième été, les garçons allaient dans le Conseil des Jeunes Guerriers, et les filles rejoignaient le Conseil du Papillon qui les préparait, telles des boutons de fleurs et des fleurs qui s'ouvrent, à leur transformation en femme.



La Conteuse s'éclaircit la gorge et commença à raconter :

« Il y a bien, bien des lunes, on connaissait La Luciole sous un autre nom.

C'était une étoile, et son nom était Celui qui Oublie de scintiller.

Ce petit frère faisait partie de la Grande Nation des Etoiles et vivait avec ses 7 sœurs Etoiles qui brillent toujours avec éclat, là-haut dans le ciel.

La conteuse désigna les 7 étoiles de la constellation du Grand Bison (La Grande Ourse), en montrant aux enfants où la voir.

Les Sept sœurs étoiles détenaient les Sept Directions Sacrées : L'Est, le Sud, l'Oust, le Nord, en Haut, en Bas et à l'intérieur. Elles nous ont appris à tous, dans la Tribu Humaine, à honorer l'abondance, que le Grand Bison nous apporte par chacune des directions.

Celui qui Oublie de Scintiller était toujours triste parce que ses sœurs avaient la mission de détenir pour le Grand Bison les Sept Directions Sacrées alors qu'il n'était pas sûr de sa mission à lui. Il en était si triste que parfois il laissait sa lumière disparaître et c'est ainsi qu'il reçut le nom de Celui qui oublie de Scintiller.

Une nuit, alors que Grand-mère Lune montrait sa face ronde, Celui qui oublie de Scintiller lui demanda la permission de quitter la Nation du Ciel pour se rapprocher de la Terre Mère et en savoir davantage sur le but de sa vie. Grand-mère Lune lui dit qu'il pouvait y aller, mais qu'il devait faire attention à ne pas s'approcher trop près de la Terre. Le magnétisme de la Terre Mère pourrait l'attraper et l'empêcher de revenir chez lui. Celui qui oublie de Scintiller fut d'accord pour faire attention et ne voyager que là où il serait en sécurité.

La première nuit, Celui qui oublie de Scintiller voyagea à travers la Nation du Ciel jusqu'à se retrouver suspendu dans les nuages au-dessus de la Montagne Sacrée. Son cœur était très heureux parce qu'il pouvait voir tous les Petits frères et petites Sœurs de la tribu des animaux jouer à la clarté de la Lune. Il héla Frère Coyote et lui demanda s'il pouvait se joindre à lui pour jouer. Le Coyote était connu par tous les autres animaux comme le Filou, le Malin, mais le petit qui oublie de scintiller ne connaissait rien sur les Enfants de la Terre parce qu'il n'avait été nulle part ailleurs que dans la Nation du Ciel. Ce filou de coyote lui cria qu'il serait enchanté si son Petit frère étoile voulait jouer avec lui, mais le Coyote pensait que Celui qui oublie de Scintiller était bien trop éloigné.

Celui qui oublie de Scintiller réfléchit un moment, puis décida de venir plus près, en dansant dans le ciel tandis que le Coyote dansait avec lui sur la Terre. Le Coyote commença à parler au Petit Frère Etoile très doucement, amenant Celui qui oublie de Scintiller à se rapprocher encore pour entendre ce qu'il disait. Des paroles amicales de plus en plus douces attirèrent la Petite Etoile hors du Ciel, jusqu'à ce qu'il vienne flotter juste au-dessus de la tête du Coyote.



La Conteuse s'arrêta un court moment, laissant tous les enfants se demander ce qui était arrivé ensuite. Tous ces visages aux yeux écarquillés étaient rivés au sien. Aussi, elle éleva la voix de plus en plus fort, et finalement cria pour raconter le passage le plus effrayant :

« Alors, ce misérable filon attrapa Celui qui oublie de Scintiller et l'avalala ! » Les enfants eurent le souffle coupé ; quelques-uns poussèrent un cri aigu, oubliant toute retenue pour un instant.

Eh bien, je suppose que vous imaginez tous comme Celui qui oublie de Scintiller fut terrifié lorsqu'il se retrouva dans le ventre du Fin Filou. Ça n'allait vraiment pas : il avait oublié de briller et voilà qu'il ne savait pas le moins du monde comment il allait se sortir de cette histoire sain et sauf.

A peu près au même moment où le Coyote avalait le Petit frère étoile, Grand-Mère Lune avait baissé son regard et remarqué que Celui qui oublie de Scintiller n'était plus visible nulle part. Elle s'était mise à chercher encore et encore, mais ne vit pas où le Petit frère Etoile pouvait être. Comme elle se faisait du souci, elle envoya les Etoiles filantes, qui étaient des éclaireuses, à la recherche du Petit frère. Les étoiles filantes recherchèrent le petit frère du haut en bas du ciel sans pouvoir le trouver.

A l'intérieur du ventre du Filou, le petit frère Etoile était effrayé, mais il savait que ce qu'il y avait de mieux à faire, c'était de se rappeler toute la sagesse que ses Sept sœurs lui avaient enseignée, sinon il risquait de ne jamais les revoir. Au bout d'un long moment, il finit par se souvenir pourquoi il s'appelait Celui qui oublie de Scintiller. Il avait toujours eu peur que sa lumière ne soit pas aussi jolie que celle de ses sœurs, alors il faisait seulement clignoter une petite lumière par-ci par-là. Il se rebiffa et envoya toute sa lumière à l'intérieur de son petit corps d'étoiles, s'illuminant lui-même et brillant de la façon la plus étincelante qui lui fut possible.

Le Filou se rendit compte soudain que la plaisanterie se retournait contre lui lorsque sa fourrure se mit à s'allumer comme Grand père Soleil. Il courut comme un fou, en essayant de se cacher des comètes que Grand-mère Lune avait envoyées en éclaireuses pour retrouver leur Petit frère. Le Filou avait repéré les Etoiles filantes qui décrivaient de grands cercles au-dessus des prairies pour apercevoir Celui qui oublie de Scintiller. Le Vieux coyote croyait qu'il pourrait berner les Etoiles éclaireuses aussi facilement qu'il avait trompé leur petit frère. Mais à présent, l'insaisissable filou était devenu si lumineux qu'il n'y avait aucun endroit où courir ou se cacher pour que les étoiles éclaireuses ne le repèrent pas. Pris de panique, le Filou ouvrit sa gueule et ...cracha Petit frère étoile puis détala.

Les étoiles Filantes répandirent la nouvelle auprès du Peuple des Nuages, qui le raconta à Ceux du Tonnerre, qui la dirent aux Eclairs Bâtons de Feu : ce misérable vieux Filou méritaient de goûter à sa propre médecine. Très en colère, les amis de Petit frère étoile s'étaient rassemblés dans la nation du Ciel et fomentèrent des orages : ils emplirent le peuple des nuages d'êtres de glace et de gouttes de pluie, pour tremper et cogner le Coyote avec des averses de grêle.



Hinoh, le chef du Tonnerre, cracha et gronda ses rugissements, et l'Oiseau Tonnerre fit battre ses ailes géantes, ce qui produisit un bruit colossal qui arrêta net le Filou, tremblant de peur.

Pendant ce temps, le Petit frère Etoile était devenu prisonnier du magnétisme de la Terre. Il ne pouvait plus se détacher du sol et rentrer chez lui. Il continuait à briller magnifiquement, en sorte que ses Amis du Ciel pouvaient voir où il était, mais personne ne pouvait le secourir sans peine d'être aussi attrapée par le magnétisme de la planète Terre. Il appela la Terre Mère et lui demanda de le libérer, puis il attendit sa réponse.

L'orage rôdait sur la campagne, donnant au Filou une bonne occasion de filer, lorsqu'il retrouve enfin l'usage de ses pattes et décampa pour éviter les billes de glace et la pluie glaciale qui tombait. Des éclairs vinrent se fracasser tout près de lui et pour finir un bâton de feu l'atteignit, mettant le feu à sa queue. Le coyote courut à n'en plus pouvoir, en essayant de trouver comment leurrer l'équipe du Ciel pour qu'ils le laissent tranquille.

Petit frère étoile entendit la Terre Mère qui lui parlait parmi les bruits des Êtres du Tonnerre. Sa voix voyageait sur els vents rageurs qui accompagnaient l'orage que ses Amis avait fabriqué. Toi qui oublies de Scintiller, il va falloir que tu vives avec les Enfants de la Terre à présent. Si je relâchais mon magnétisme, tu pourrais rentrer chez toi, mais alors tous mes enfants tomberaient sur la surface de la terre et iraient voler vers le Ciel. Tu es responsable d'avoir oublié de suivre le conseil de Grand-Mère Lune et son avertissement. Il n'y a pour moi aucune façon de t'aider sans faire du mal à mes autres enfants. Tu dois donc rester ici avec nous et décider quelle sorte d'être de la nature tu aimerais devenir. »

Celui qui oublie de Scintiller était triste mais il savait que la Terre Mère avait raison. Il n'avait pas pris garde et s'était laissé piéger parce qu'il avait ignoré l'avertissement de Grand-mère Lune, lui qui voulait faire partie de la Nation du Ciel et voir le monde du dessus, comme il l'avait toujours fait quand il vivait avec ses sept sœurs. Il savait qu'il n'oublierait jamais plus de faire briller sa lumière de façon étincelante, parce qu'il voulait que ses Amis du Ciel sachent où il était et qu'il n'oublierait pas sa famille. Aussi décida-t-il de dire à la Terre Mère qu'il voulait être une créature qui vole et puisse briller comme une étoile. La Terre Mère fut d'accord et le changea en une petite bestiole volante de la Tribu des insectes. Et elle mit une minuscule étoile sur sa queue pour qu'il puisse scintiller pour ses Amis du Ciel, et pour que tous les autres petits frères et petites sœurs dans la grande nation des étoiles puissent se souvenir de ce qui pourrait leur arriver s'ils ne prêtaient pas attention à la sagesse de leurs aînés.



Encore maintenant si le coyote entend le tonnerre ou voit une luciole, il va prendre peur et se sauver. Le Filou se rappelle que les bâtons de feu ont mis le feu à sa queue et qu'il a dû sauter dans une mare pour l'éteindre. Certaines personnes disent que les bâtons de feu et les êtres du Tonnerre ont damé le pion au coyote pour donner la victoire au petit frère étoile et lui faire honneur. C'est ainsi que Celui qui oublie de Scintiller reçut le nom de Ver Luisant. Sa queue de Luciole s'éclaire pour rappeler au coyote la seule équipe qui n'ait jamais piégé le Filou, le Malin, en mettant le feu à sa queue.

Lorsque la queue de la Luciole s'illumine, nous, Êtres à Deux-Jambes, nous rappelons qu'il est bon de laisser notre médecine briller et de garder une lueur dans notre regard afin que le Filou ne puisse pas nous rouler en nous ramenant à suivre un chemin tordu.

Tous les enfants étaient bouche-bée ou yeux écarquillés, fascinés par la Conteuse, savourant la richesse de l'histoire du Petit frère étoile.

Les frères et sœurs aînés s'approchèrent pour ramener les tout-petits dans leurs huttes pour les apprêter à la venue du Marchand de sable. Ils avaient tous entendu la Conteuse raconter l'histoire du Marchand de Sable et savaient que, après l'histoire du soir, le Marchand de Sable viendrait saupoudrer son sable dans leurs yeux pour les endormir. Si les enfants étaient encore éveillés, le Marchand de Sable se mettrait en colère et leurs rêves ne seraient pas de jolis rêves. Mais s'ils étaient prêts pour la nuit, le Marchand de Sable apporterait des rêves heureux aux tout petits. Tout le monde voulait de beaux rêves et c'est pourquoi la Tribu n'avait jamais eu de difficultés à ce que les enfants mettent leurs chaudes tenues de nuit pour partir dans le Monde des Rêves.

La conteuse suivit du regard le départ du Conseil des Tout-Petits avec leurs parents et leurs frères et sœurs aînés. Leurs petites voix leur disaient :

« Naweh, Aksot, o'gadenetga do, Merci Grand-mère, je me suis bien amusée. »

La mère de clan accueillit ces remerciements et adieux et se prépara à se retirer dans sa hutte. Elle adressa sa reconnaissance silencieuse au Grand Mystère pour l'enrichissement que les enfants avaient apporté dans sa vie et pour les dons qu'elle pouvait transmettre aux tout-petits, en leur donnant ainsi des fondements solides pour leur croissance.

Elle fut tirée de ses pensées par le hurlement du Loup, qui cheminait toujours à côté d'elle en esprit. Son Totem lui donnait la capacité de créer de nouveaux chemins pour apprendre et enseigner.

Les loups des bois qui vivaient en meute dans les collines au-dessus de la rivière étaient devenus ses amis depuis de nombreuses Lunes de Maturité où la Tribu était venue s'installer auprès de la rivière. Elle avait souvent observé leurs façons de chasser et de jouer alors qu'elle explorait les collines là-haut.



Elle éleva la voix pour saluer ses frères et sœurs, en leur retournant leur salut par un hurlement semblable au leur. Ils répondirent de nouveau au salut de la Mère de Clan, lui indiquant que le Marchand de Sable lui faisait signe de se reposer et de rafraîchir son corps pour qu'elle puisse rêver des joies qu'elle rencontrerait le jour suivant.

Plus tard, la Conteuse, enveloppée dans son vêtement de nuit, rêva de la Pie, parfois appelé le Petit Aigle Noir. Dans son rêve, la pie chevauchait le Bison, en se régaland des insectes ramassés sur sa fourrure.

A la lumière du soleil, brillaient le noir et le bleu sombre irisé des plumes de la Pie, éclatants parmi les touches blanches des plumes qui ornaient ses ailes et sa queue.

Dans le rêve, la Pie enseigna sa Médecine, qui était le don de soulager la douleur des autres. Petit Aigle Noir apprit à la Conteuse que les contrariétés dans le corps étaient un avertissement pour indiquer qu'un changement était en train de se produire.

La Pie raconta à la Conteuse que certains des Êtres à Deux-Jambes refusaient de traverser quelque sorte de gêne physique que ce soit, parce qu'ils ne comprenaient pas que les frissons et la fièvre étaient la façon dont le corps se débarrassait de certaines limitations.

Quand la Tribu Humaine avait compris les leçons de croissance qui résidaient dans le défi de ce qui les gênait, la Pie leur envoyait son esprit pour enlever les difficultés physiques et la douleur. Comme l'aigle dont elle portait le nom : la Pie montrait aux Deux-Jambes comment trouver la liberté.

L'Aigle enseignait la liberté de l'Esprit, et la Pie enseignait à laisser la compréhension et la liberté de l'esprit pénétrer le corps.

Dans le rêve, la Conteuse était l'auditoire, de la même façon que les enfants étaient ses auditeurs à l'état de veille. La Protectrice de l'Humour faillit se réveiller lorsqu'elle partit à rire en entendant la Pie rabâcher à propos de sa cousine des régions tropicales de l'Île de la Tortue. La Pie décrivit sa Cousine Ailée comme possédant le plus gros bec imaginable et des plumes aux couleurs brillantes. Du fait que le bec de cette cousine était si gros comparé à son corps, elle était connue pour mettre son nez dans les affaires de tout le monde, mais en fait elle repérait tout ce qui pouvait faire du mal.

Le Petit Aigle Noir désigna cette cousine comme le Toucan et dit que sa Médecine était le système d'alarme de la jungle. La cousine Toucan visitait parfois les rêves de ceux de la Tribu Humaine qui vivaient loin, très loin, pour les rendre plus observateurs. Lorsqu'un ennui ou un danger s'annonçait, le Toucan volait à travers la jungle dans le monde tangible, ou bien envoyait son esprit voler à travers le Temps du Rêve, pour donner l'alerte à ceux qui devaient tenir compte du danger signalé.



La Pie suivait presque toujours le Toucan, en volant à travers les rêves des humains pour leur montrer comment éviter les leçons douloureuses qu'ils rencontreraient, s'ils n'étaient pas conscients des signaux d'alerte ou de danger qui jalonnaient leur parcours sur la route Rouge de la vie. Petit Aigle Noir dit à la Gardienne des Histoires de médecine à quel point les avertissements de sa cousine au gros bec pouvaient enseigner aux humains à prendre conscience de situations où ils pourraient perdre leur sentiment de bien-être. Le Toucan envoyait un avertissement dans le cas où la vie était menacée, rappelant aux imprudents rêveurs que la vigilance pouvait les sauver d'une atteinte physique.

Comme le Toucan vivait dans une partie très lointaine de l'île de la Tortue, c'est à travers le rêve que la Pie avait amené sa Médecine à la Mère de Clan, donnant à la Conteuse connaissance de la Médecine du Toucan pour qu'elle bénéficie de sa protection si jamais elle en avait besoin.

La Conteuse remercia le Petit Aigle Noir pour sa représentation et pour les leçons qu'elle avait ainsi découvertes dans son rêve.

Lorsque la Conteuse s'éveilla, elle constata que la lumière de Grand-Père Soleil ne gratifiait pas encore le ciel matinal ; aussi resta-t-elle allongée en silence, réfléchissant sur la Médecine qu'elle avait reçue pendant la nuit.

Sa tête s'emplit d'histoires, qui venaient l'une après l'autre, apportant de nouvelles façons de partager la sagesse qui lui avait été amenée. Elle éprouva une sensation de nouveauté en respirant l'odeur des plantes couvertes de rosée que lui apportait la brise du matin.

La Conteuse écouta la chanson de l'eau de la rivière qui courait auprès de sa hutte et fut heureuse. Les Traditions Orales continueraient à vivre aussi longtemps que ceux qui parlaient le langage des vérités éternelles continueraient à les transmettre de génération en génération, donnant aux enfants humains sur la Terre une façon de comprendre leurs vies. C'était un grand bonheur de participer à ce legs oral ; c'était un grand bonheur que les Animaux qui Enseignent veuillent bien partager leur Médecine avec elle, pour qu'elle puisse la transmettre à travers les contes qu'elle racontait.

La Gardienne des Histoires de Médecine ferma les yeux un moment et vit l'esprit de son nouvel ami, le Toucan. Silencieusement, elle laissa ses pensées demander au Toucan si cet Être ailé avait envoyé son esprit auprès d'elle pour une raison particulière, ou s'il était juste venu la saluer au début de cette nouvelle journée. Le Toucan parla à la Conteuse ; il lui murmura un message qui pour toujours resterait dans les mémoires de la protectrice de l'Humour.

« Mère, je suis venu te dire que bien des changements vont arriver aux Deux-Jambes, au cours du passage des mondes. Mon avertissement est double. Si les Enfants de la Terre oublient de rire d'eux-mêmes, ils périront par leurs actes, ces actes qu'ils font quand le sérieux étrangle leur sens du jeu et du rire. La Tribu Humaine a besoin qu'on lui montre comment utiliser l'humour pour désamorcer des situations qui pourraient être douloureuses ou destructrices pour eux. S'ils oublient d'équilibrer le sacré avec l'irrévérence, la joie de vivre sera perdue ! »



La deuxième partie de mon avertissement concerne la garde des Traditions Orales. Quand une Histoire s'est transmise à travers les générations et contient une vérité, les voies avisées de la Médecine qu'elle propose soutiendront les humains dans leur croissance à travers le temps. Laisser ces histoires s'éteindre serait une injustice. Les Enfants de la Terre changeront et certains perdront leur connexion au monde de la nature. Mais, même si c'est seulement à travers leurs rêves, les Histoires de Médecine les maintiendront connectés au reste de leur Famille Planétaire. Quiconque peut dire ce qui est vrai en racontant un conte qui offre aux auditeurs une manière de réfléchir sur leur vie, sans accuser qui ou quoi que ce soit, apportera aux hommes ma Médecine des avertissements. Et si ces avertissements leur permettent de revenir à l'équilibre dans leur vie, ils parviendront à l'unité.

La Conteuse remercia le Toucan pour son double avertissement, puis montra à son ami à plumes qu'elle avait vraiment compris ce message, en lui répliquant :

« Ainsi, ma sœur céleste au gros bec, je dois me souvenir que si l'on ne fait pas attention à la sagesse contenue dans le récit des contes, on peut se retrouver à montrer sa queue au Monde »

La lumière du soleil traversait la grisaille d'avant l'aube. Les sévères conseils avaient été pris à cœur et compris. La menace des dures leçons que pouvait amener le déséquilibre renvoyait à la douleur et au chagrin humains, mais le rire avait damé le pion aux nuages noirs que représentaient les limitations humaines – ces nuages qui semblaient cacher les joies qui peuvent se découvrir dans le fait d'être un humain. La Conteuse comprit et désirait faire face au futur avec ses enfants, en ayant toujours à l'idée que chaque être humain avait à trouver ces vérités pour lui-même, afin de suivre l'évolution de l'esprit.

Elle sut que ses histoires seraient un réconfort pour ceux qui se sentiraient fatigués sur la Piste Sacrée, et que pour cette raison elle leur en ferait cadeau : ainsi la vérité de la sagesse continuerait à se dire, la parole des Traditions Sacrées se perpétuerait, cela ne disparaîtrait jamais.



## PRATIQUES ET PISTES DE RÉFLEXION DE LA 6EME GARDIENNE



Invitation d'exercices à appliquer pour

### Parler la vérité

#### > Le Heyoka

[En savoir plus sur le Heyoka et sa médecine](#)

“Le Heyoka nous montre comment nous nous trompons. Sa curiosité rampante se retourne contre lui, mais quelque chose de NOUVEAU est découvert (bien que ce ne soit généralement pas ce à quoi il s'attendait)! C'est là d'où vient la créativité: expérimentez, faites quelque chose de différent, peut-être même quelque chose d'interdit, et le tour est joué! Une percée se produit! Ha! Ha! Nous sommes libérés! Le monde est créé à nouveau! Faites quelque chose en arrière, brisez vos propres traditions, la barrière se brise; détruisez le monde tel que vous le connaissez, laissez le nouveau entrer.”

**Ce mois ci faites appel à la médecine du Heyoka - utiliser l'humour , l'auto dérision, pour dédramatiser, remettre en question, trouver une issue insoupçonnée, faire émerger la vérité ... !**



## ➤ Le Fou Rire

Le Fou rire permet de contrebalancer les énergies sérieuses et négatives..il nous remet dans l'instant présent, dans la force de Vie..ici un extrait inspirant de l'[Oracle Cristal](#):

### Sens et valeur

Si le rire est le propre de l'homme, le fou rire est le rire fou du sage qui est élevé au rang d'apprenti. Nous sommes tous en apprentissage. La vie est notre maître. Un maître d'école bienveillant qui nous connaît sur le bout des doigts.

Il n'existe pas de rire sérieux. Qu'il est bon de rire, de rire sans raison apparente. Le rire prend appui sur un ressenti de joie, un feu qu'a allumé ce maître si attentif. Il sait quand craquer l'allumette pour que brûlent les effigies, les masques, les costumes, pour que se consume dans ce rire brûlant les démons intérieurs. imbus d'un pouvoir sérieux. Place nette est faite au feu irradiant de la conscience.

Il t'est sûrement arrivé de tomber dans ce rire qui absout toutes formes d'identification à ce qui n'est pas. Car l'être ne peut être étiqueté ni nommé. Il est si vaste et multiple qu'on ne peut le définir qu'en énumérant ce qu'il n'est pas.

Il en est de même pour ce fou rire si absolu, si radical, une vérité qui se déverse dans le creuset du cœur et enflamme les lests de l'égo qui peine à respirer tant le souffle est incandescent.

Le rire est la flèche de l'âme plantée en chair. Un rire de braise qui met à nu et enlève le superflu. Un rire d'essence qui propulse et envole, qui rend clairvoyant, clairaudient, clairsentant. Tu deviens torche et illumine le sentier où tu peux poser un pas sûr, un pas juste, juste un pas de plus mais dans un tel état que ce pas est une traversée, un pèlerinage.

### Parole Intime

Je suis le rire de Dieu en ton corps. Je suis l'étincelle de ta folie, celle qui brûle en toi tout ce qui n'est pas sagesse, conscience claire d'être exactement là où tu dois.

Tu me rencontres au paroxysme de ton désir fou d'exister, d'être là pour accomplir l'histoire d'amour du divin sur cette terre des hommes. Je suis le feu blanc qui ne peut être éteint. Je ne peux que flamber comme une torche qui incendie tout ce qui n'est pas la joie pure d'être en vie. J'éclaire en toi tout ce qui n'est pas encore allumé et tu ris, tu ris , tellement c'est rien, tellement ces ombres n'ont finalement aucun pouvoir sur la lumière d'amour qui t'allume comme un brasier.



Tu dances avec moi dans les flammes, prêt enfin à ce que soit réduit en cendre tout ce qui empêche ; les conditionnements, les peurs, l'interdit d'être heureux ici-bas.

Les frontières de ton être sont un cercle de flammes, tu crois que ces flammes sont un rideau de feu qui te sépare de l'autre, de dieu. Pour autant, dès que tu oses succomber, t'abandonner au plein feu, au rire enflammé, à la joie folle d'être, même s'il n'y a aucune raison à cela, tu es l'autre, tu es Dieu.

Et il rit, il rit en toi de ta conscience d'être lui, reconnue d'un seul coup, d'un coup de magie. Je suis en toi ce fou rire d'enfance, d'innocence quand ça coule en cascade et ricoche d'ami en ami et que plus rien n'existe, plus aucun empêcheur, plus aucune autorité mal placée qui aurait le pouvoir de dire : c'est ridicule, soyons sérieux !

Aucun sérieux ne tient dans ma luminescence rieuse, aucun « se prendre au sérieux » ne peut prendre cette folie pour la mettre en camisole.

Elle est plus puissante que tout et se nourrit de tous ces corps à cœur, éperdument.

Ris, mon ange déchu, ris à gorge déployée, la chute n'existe pas ! Que la joie t'élève et sorte ta tête de la brume, la vie est splendide, elle rit en toi.

Sois brûlé car seul ce qui brûle crée la lumière ici-bas

#### Au ras des pâquerettes

**Souvent, tu ris et demande pardon de rire, tu caches ton rire dans tes mains. La prochaine fois qu'un rire frappe à ton cœur, laisse le être, sois heureux de rire, essaye de ne rien retenir et même exagère, amplifie jusqu'à ce qu'il te prenne tout entier !**



## > Pratique du mois : Raconter un bout de son histoire personnelle

en commençant par "il était une fois". Cela peut être sur un sujet particulier, par exemple, raconter son rapport aux hommes, à son féminin, à ses Lunes, à ses parents etc... **Raconter cette histoire comme si vous la transmettiez aux générations futures de votre famille..** qu'est ce que j'ai appris de ces situations ? qu'est ce que je souhaite transmettre ? qu'ai je compris de ces rites de passages ? Qu'ai je envie de laisser derrière moi ? Enregistrez votre bout d'histoire (audio ou video) en étant totalement vous même, sans avoir prémédité ou écrit votre discours et regardez vous, sans jugement. Vous pourrez, si vous le sentez et souhaitez, partager cette histoire au groupe.

*"...chaque fois que l'on raconte un conte de fée, la nuit s'installe. Quels que soient le lieu, l'heure, la saison, la narration d'un conte fait toujours se déployer au dessus de ceux qui l'écoutent un ciel constellé d'étoiles où vient luire une lune blanche. Quand l'histoire tire à sa fin, la pièce est parfois emplie des lueurs de l'aube, à moins qu'il n'y demeure un éclat d'étoile ou une effilochée de nuages issue d'un ciel d'orage. Et ce qui est ainsi laissé derrière, c'est le don qui va être utilisé, le don qui va servir à faire de l'âme..."* Extrait de "Femmes qui courent avec les Loups" Clarissa Pinkola Estes

## > Innocence, insouciance et authenticité

Replongez vous dans vos souvenirs d'enfance et retrouvez ce qui vous faisait rêver, rire !..ce peut être une pratique particulière, des odeurs..rejouer ces moments ! Qu'est ce qui vous en empêche ? **Que ressentez vous dès lors que vous reconnectez à votre enfant intérieur dans la matière ?** Sautez dans les flaques d'eau, dessinez des châteaux, attrapez des insectes, déguisez vous ....et racontez !

## > Les histoires des Grands Mères, des Grands Pères, du Monde ..

Faire parler nos parents, nos grands parents, sur leur vie, sur ce qu'ils ont reçu de leurs parents, comment ont ils traversés leurs plus grands rites de passages , comment nos mères et nos grands mères ont elles vécu leurs 1eres lunes , comment ont ils traversé les peines , les joies..? Retracer l'histoire de vos lignées..**écoutez leurs vérités qui viennent enrichir les vôtres..**trouvez ces similitudes avec votre vie - retrouvez de "nouvelles racines", des reliances...  
Ecoutez de même toutes vos relations...♥



## > Parler la vérité

En exprimant sa vulnérabilité, son authenticité, dans le non jugement..le jugement ne permet pas de contacter sa vérité, ses besoins, ses blessures, ses failles, ses potentiels..

Par exemple: cancaner sur “cette voisine qui ne travaille pas et passe sa journée sur son transat...” peut exprimer sa propre frustration à ne pouvoir prendre du temps pour soi..si je m’autorise à contacter véritablement mon authenticité cela devient alors “lorsque je vois ma voisine prendre du temps pour elle, cela m’attriste car je vois bien que je ne m’autorise pas à le faire - je prends conscience que je projette sur elle toute la frustration et la colère que je ressens à mon propre égard..il est vrai qu’on m’a élevé avec cette croyance que si je m'arrête 5 mn je suis une feignante...”par exemple..**Soyez conscient de vos paroles et éventuels jugements qui vous écartent de vos vérités, de votre Lumière.**

## > En parallèle: Solstice d'été: LITHA

Magazine Altar spécial LITHA

Le 21 juin marque l’apogée du Soleil : c’est le moment de l’année où la durée du jour est la plus longue et par conséquent la nuit la plus courte.

La nature est en pleine effervescence et nous offre sans compter ses couleurs, saveurs, senteurs et bienfaits magiques (plantes, herbes...!)

### LE FEU DU SOLSTICE

Le soleil et le Feu sont à l’honneur dans l’ancienne tradition qui célébrait/célèbre, les changement de cycle de la nature. Ce moment du solstice et toute sa symbolique fut très important pour nos ancêtres qui ont élevés de très nombreux mégalithes alignés au levé du soleil à cette date précise. Le soleil est à son apogée mais il commence à décliner - nous sommes à une période charnière encore où le voile entre les monde se fait mince, laissant apparaître fées et esprits des disparus!

Les célébrations des solstices, équinoxes (changements de saisons) honoraient les forces cosmiques , celles de la nature et garantissaient l’équilibre des mondes.

Pour nos ancêtres qui vivaient en communion avec la Nature et dépendait d’elle, le Soleil était gage de vie, de fertilité, de chaleur, de récoltes fructueuses.

Litha est donc une célébration de fertilité qui met à l’honneur l’élément Feu.Il s’agit d’une fête de culte Solaire. (L’élément Eau comme complément divin et naturel est naturellement présent lors des pratiques liées à cette célébration.)

Les célébrations du Solstice mettaient à l’honneur de très grands feux - de nos jours, les feux de la Saint Jean (le 24 juin) perpétuent ces traditions ancestrales (non Chrétiennes et bien antérieures).



*“En Cornouailles et au Pays de Galles, garçons et filles, parés de couronnes de fleurs, venaient danser en rond autour de grands feux. De jeunes hommes faisaient tournoyer des brandons enflammées autour de leurs têtes pour former des cercles de feu rappelant le soleil et maintenaient en équilibre des tonneaux en feu suspendus au sommet de perches, ou bien se livraient à des démonstrations d’exploits comme de sauter à travers de grandes flammes—peut-être pour encourager le blé à pousser plus haut lui aussi. Quand les flammes n’étaient plus que des charbons rougeoyant, les danseurs se tenaient par la main et sautaient par-dessus en prenant soin de ne pas rompre la chaîne, ce qui aurait porté malchance. Les cendres ayant alors acquis des pouvoirs magiques, les fermiers les ramassaient précautionneusement avant de les répandre autour de leurs champs et de leurs étables. Ces anciennes coutumes du feu perdurèrent jusqu’aux époques modernes et se retrouvent encore pratiquées aujourd’hui en Cornouailles, grâce aux efforts notables de la Société de l’Ancienne Cornouailles dédiées à la préservation des coutumes traditionnelles. Le soir de la Saint-Jean, chaque sommet de Cornouailles s’embrase, chacun comme une balise lumineuse pouvant être aperçue à plusieurs kilomètres à la ronde, comme cela se déroulait dans les temps reculés, pendant que dans les villes des farandoles de danseurs serpentent en spirale dans les rues pour rappeler l’ancienne danse traditionnelle.*

*Cette même nuit dans le comté de Limerick, en Irlande, les gens montaient en procession sur la colline de la Reine Fée Aine, dont le nom signifie « Lumière », et qui fut probablement une déesse reliée à l’aspect féminin du soleil. Ils mettaient le feu à des gerbes de paille et de foin nommées cliars qu’ils agitaient sur les champs et le bétail pour assurer de bonnes récoltes et une bonne santé aux animaux. Quand le sommet de la colline était entièrement embrasé, Aine et sa tribu de fées sortait alors pour se joindre à la fête.”*

## **LES PLANTES MAGIQUES**

Ce moment de l’année qui voit la nature s’offrir généreusement, est le moment le plus propice en terme d’énergies pour cueillir les plantes (parties aériennes des plantes médicinales et magiques)..en effet, elles sont “gorgées “ d’énergies du Soleil, de la Lumière !

Le jour de Litha, de préférence tôt le matin lorsque les plantes sont recouvertes de rosée, est le jour propice à la récolte des plantes et herbes magiques: Achillée Millefeuille - Armoise - Joubarbe - Lierre Terrestre - Millepertuis, Sauge, Bourrache, Angélique, Menthe....

Pour les cueillir vous aurez au préalable repéré les lieux (si elles ne sont pas au jardin)..dans l’idéal vous serez pieds nus, munie de votre couteau sacré (celui utilisé spécifiquement pour vos travaux sacrés).Ramassez en conscience et en gratitude de cette nature qui se sacrifie, qui s’offre à vous..Une fois rentrée, vous pouvez faire sécher en bouquet, la tête en bas, suspendu à un fil..vous pouvez vous confectionner des bouquets de protection de la maison à suspendre chez vous ou tout autre potion, breuvage, préparation de tisanes etc avec ces herbes sacrées.



Exemple: le Millepertuis (Herbe de la Saint Jean)

*Cette fleur dorée en forme d'étoile était la première de toutes les herbes à ramasser la veille de la Saint Jean. Appelée "la plantes bénie" au Pays de Galles, elle était renommée dans tout le monde Celtique pour son pouvoir d'apporter la paix et la prospérité dans les maisons, la santé aux animaux et une récolte abondante. En Ecosse, on la jetait dans les feux de joie du solstice d'été et on la mettait sur les portes des maisons et des bâtiments de ferme pour les protéger. Saint Colomba lui même l'utilisait pour la guérison, l'appliquant aux aisselles, où ses propriétés peuvent être absorbées par la peau. C'est probablement pour cette raison que les hommes et les femmes des Highlands la portaient sous leur chemise à la veille du solstice, pour éloigner les mauvais esprits. Elle est plus efficace si on la récolte à minuit avec une incantation....*

### Les Herbes de la Saint Jean

Traditionnellement au nombre de 7 - les plantes de la Saint Jean peuvent varier en fonction de la région..Traditionnellement on retrouve celles ci dessous:

"Ce matin là, il est de tradition d'aller à la cueillette des « herbes guérisseuses ». Au cœur du solstice d'été les forces de la terre sont en effet réputées à leur apogée et les plantes bénéficient de cette force. Liées au rituel de l'aube, celles-ci doivent être cueillies avant le lever du soleil, couvertes de rosée. Certains disent même en marchant à reculons, et de la main gauche...

Toutes ces plantes sont ensuite bien séchées pour être conservées toute l'année ou montées en bouquets, croix ou couronnes et mises au fronton des portes afin de porter bonheur ou dans les trous des serrures afin d'éloigner les maléfices."

- L'Achillée millefeuille, l'Herbe au charpentier, Herbe aux coupures, Herbe aux soldats, Herbe des guerriers, Saigne-nez... De multiples noms qui indiquent ses propriétés cicatrisantes dont l'usage remonte à l'Antiquité.
- L'Armoise, l'Artémise, Herbe aux cent goûts, Herbe de feu, Herbe royale, Ceinture de Saint Jean... qui doit son nom à la déesse grecque Artémis, déesse de la chasse. Dans le langage des fleurs, on offre de l'armoise pour souhaiter une bonne santé.
- La Joubarbe est dite Barbe de Jupiter, Barbajou, Herbe du tonnerre, Joubarbe des toits... en témoignage d'une pratique ordonnée par Charlemagne de cultiver des Joubarbes sur le toit des fermes de l'Empire, afin de les protéger de la foudre. Mais on l'appelle aussi Herbe aux cors car le suc des ses feuilles est un excellent cicatrisant. Les appliquer fraîches et pelées ou en pressant la feuille pour extraire le suc, placée directement sur les inflammations, les plaies, les brûlures, les gerçures, contre les cors, les dartres et l'eczéma...



- Le Millepertuis, Herbe aux mille trous, Herbe percée, Herbe aux piqûres, Chasse-diable... Bien avant notre ère, les Grecs anciens connaissaient bien les propriétés du millepertuis pour le traitement des plaies et des blessures, des infections internes et des troubles névralgiques. A partir de la fin du Moyen Âge, son utilisation pour soigner les troubles psychologiques a pris le pas sur les autres usages. On considérait alors le millepertuis comme une plante capable de chasser les « mauvais esprits ». Les herboristes utilisaient aussi l'huile de millepertuis pour une foule de maux cutanés : blessures, plaies, ecchymoses, gerçures, brûlures, etc
- La Sauge, dite Toute-bonne, ... dont un seul dicton permet de mesurer les vertus : « Qui a de la sauge dans son jardin n'a pas besoin de médecin »
- Le Lierre terrestre, dit Couronne de terre, Rondette, Rondote, Herbe du bonhomme, Courroie de Saint Jean... qui soigne les rhumes et les bronchites.
- La Marguerite sauvage, Grande marguerite, Marguerite des prés, Herbe de Saint Jean, Œil de bœuf... qui aide à la cicatrisation des plaies et soigne les affections des yeux.

Il est à noter que les herbes de la Saint Jean peuvent être différentes selon la région où on les ramasse. Les croyances restent cependant identiques quant au pouvoir qu'elles détiennent ; les simples du solstice protègent et guérissent les petits maux quotidiens tout au long de l'année. Notamment il existe la tradition du bouquet solsticial, accroché au-dessus de la porte, il servait à protéger le foyer. Sa confection répondait au rite de la cueillette qui indiquait la date et la façon de faire, sans oublier la symbolique des couleurs pour nouer le bouquet:

Blanc= force - Vert= sagesse - Bleu= amour - Rouge= sacrifice - Jaune= soleil

Liste des principales plantes de la Saint Jean : arnica, camomille, chiendent, chrysanthème des moissons, chrysanthème des prés, cuscute, drosera, épervière, feuille de noyer, grande fougère, immortelle, lycopode officinal, petite centaurée, pissenlit, souci, sureau noir, thym, verveine..

**Le 20 - 21 ou 22 juin à la tombée du Soleil, allumez une bougie dans la conscience que vous honorez et appelez la lumière. Chantez le chant des Gardiennes dans la reliance avec toutes celles qui ont reçu - qui reçoivent- qui recevront l'Enseignement..Pensez à toutes ces Femmes comme des milliers de flammes vivantes et vibrantes qui brillent à travers les âges et les temps, perpétuant, transmettant ces Vérités et cet Enseignement..Soyez reconnaissantes envers Elles, soyez conscientes que vous êtes aussi porteuses et transmettrices vous aussi de la Lumière..**



## ➤ Dire la vérité

Dés l'enfance, nous voyons les adultes nous manipuler et se manipuler entre eux. Des stratégies telles que refouler ses émotions, minimiser ou exagérer sa réaction, retenir ce qui devait être dit et nier les faits, sont apprises pour éviter de faire face à ce qui est..La tromperie fait partie intégrante de notre éducation..Etre authentique est exigeant et nécessite beaucoup de courage. Nous avons accumulé plusieurs couches de mensonges. Le retour vers soi nous offre l'occasion de réévaluer nos pseudos certitudes et de rétablir la vérité.

**Nous avons appris à nous raconter toutes sortes d'histoires pour échapper à la réalité.**

Le monde dans lequel nous vivons nous paraît menaçant. Il nous attire et nous fait peur en même temps. Il est plein de promesses et de dangers.

Pour s'assurer de ne rien sentir, nous nous évadons dans le mental, là où il y a peu à ressentir mais beaucoup de pensées.

Lorsque nous acceptons d'être authentique, de dire la vérité à propos de ce que nous vivons, nous nous rapprochons de nous, de la vérité de qui nous sommes.

C'est parce que vous êtes la vérité que vous pouvez la reconnaître.

**La recherche sincère de vérité est indispensable pour arriver à la vérité ultime. C'est un chemin à vivre au quotidien..chaque instant est un moment de vérité.**

Notre langage comporte des pièges qui nous éloigne de notre vérité.

Que se passe t'il lorsque un sentiment de tristesse par exemple nous envahit ?Nous disons "je suis triste". Quelle est la vérité ?Dans "je suis triste", il y "je suis" et un "sentiment de tristesse" apparaissant dans mon espace.

Lorsque "je" s'approprie la tristesse, cela crée la réalité..

Les limitations de notre langage contribuent à perpétuer nos identifications. Nous nous pigeons un peu plus à chaque fois que nous disons , pensons, répétons "je suis triste". Chaque pensées et verbalisation renforce l'idée que la tristesse et moi ne faisons qu'un..

Combien de pensées impliquant "je" avez vous chaque jour ?

S'affranchir de la dualité des mots permet d'accéder à l'Unité qui sous tend toute manifestation..

***Ce mois ci traquez vos éventuels mensonges et stratégies - ceux qui vous empêchent d'être authentique et soyez consciente des mots que vous exprimez.***

## ➤ Méditation guidée





## *\* Ma fiche récap du mois \**

*Parler en vérité*

MON SYMBOLE RECU: \_\_\_\_\_

SA SYMBOLIQUE (ce qu'il m'enseigne, sa médecine): \_\_\_\_\_

CE QUE J'AI VÉCU CE MOIS CI: \_\_\_\_\_

CE QUE J'AI APPRIS CE MOIS CI: \_\_\_\_\_

CE QUE JE RETIENS (en une phrase): \_\_\_\_\_

## \* Pistes de Lecture et découvertes du mois \*



Pour aller plus loin avec la Gémme Gardienne

### Documentaires

[De l'importance de conter en famille | Fiona Macleod | TEDxQuimper](#)

[La Tradition Orale Africaine](#)

### Livres Audio

[L'Alchimiste Livre audio Paulo Coelho](#)

### Livres

[Le symbolisme des Contes de Fées](#)

[Mythes et Légendes des Celtes](#)

[Contes merveilleux - Andersen - Tome II](#)

[L'ésotérisme dans les jeux et les comptines pour enfants](#)

### un rituel pour Litha

#### Sources

Illustrations: <https://www.miracleofyourlife.com/sacred-imagery.html>

Au coeur de la Sagesse Amerindienne - Jamie Sams

Les 13 mères Originelles - Jamie Sams

<https://obod.fr>- <http://www.theatredesorigines.fr>