

CARTES SOINS RACINES

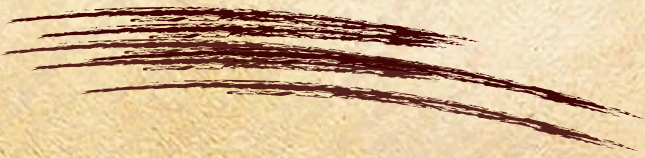


Marianne
Grasselli Meier

INTRODUCTION & INTENTION POUR CETTE CRÉATION



Introduction



Bien que nos pas se posent à chaque instant sur la Terre, nous avons été éduqué.e.s à chercher l'intuition et les réponses à notre quête personnelle, vers le ciel.

Revenir à la Terre est une nouvelle proposition pour vos tirages; un tirage d'introspection, de reliance corporelle, sensitive, sensible avec notre mère nature. Écouter le «tout près» qui nous amène à plus grand que Soi, n'est pas un chemin aisé car inconfortable, mais si nécessaire.

Les messages de ces cartes ne se captent pas avec le mental; ils se laissent féconder dans notre intériorité.

La Terre-Mère est mère avant tout: nourricière, réceptive, attentive. C'est dans cet état d'esprit que vous êtes invité.e à vous laisser guider dans ce tirage.

Les soins-racines

On nomme «peuples racines» les différents peuples dont la culture multimillénaire a été préservée. Peuples des Amériques, ils ont gardé des traditions culturelles, rituelles et un style de vie sensible et fusionnel avec leur environnement.

«Pour les Lakotas d'Amérique du Nord, les Kagabas de Colombie, les Amchis tibétains, les Quechuas d'Amazonie et bien d'autres peuples racines, la santé est d'abord synonyme d'équilibre.» Federika Von Ingen[1].

Pour ces peuples dont la survie dépendait totalement de la préservation immédiate de la nature, il n'y aucune différence, aucune supériorité entre l'être humain et les autres règnes (minéral, végétal, animal). Se servir de la nature pour vivre, se nourrir, s'habiller, exigeait et exige toujours une réciprocité: lui redonner une part de soi et lui exprimer sa gratitude. L'équilibre entre recevoir et redonner est un principe fondamental.

[1] Federika Von Ingen Ce que les peuples racines ont à nous dire (Les liens qui libèrent

Les soins-racines



Cette sagesse primordiale nous fait défaut et plonge nos sociétés occidentales dans un consumérisme outrageusement violent face à la nature et à ses capacités limitées à nous offrir ce dont nous avons besoin. Nous n'avons plus appris à différencier nos besoins primordiaux avec les faux-besoins induits par la société de consommation. Ces désirs éternellement insatisfaits nous font réagir par des comportements auto-centrés récurrents. Nous «exigeons», nous revendiquons le confort pour notre vie sans penser à l'équilibre à préserver pour tous.

La Terre-Mère est abandonnée, non respectée et, à travers cette illusion de pouvoir, ce sont nos propres corps, nos propres âmes qui s'appauvrissent, se stérilisent littéralement. Nous sommes réduits à devenir des objets également «utilisables».

Redevenir soi-même «racine», c'est reprendre le sens même de notre humanité. Toucher, sentir, humer, écouter, permet de revenir à soi, à la terre, à la matière, à notre matière, à notre corps.

Les soins-racines



Ce corps, fait de matière, s'est uni à la pensée. Traversant les civilisations, l'être humain a trouvé du sens à sa vie par l'accès direct et sa connaissance des pierres, des plantes, des animaux, mais également par son intérêt pour les cycles saisonniers, les cycles de croissance et de décroissance perpétuelle du cycle de la lune et des étoiles en mouvement. Ces peuples ont soigné leurs communautés par cette connaissance sensitive et effective. Ils ont également soigné leurs besoins de sens par des cérémonies. Ils ont peint sur la pierre leurs représentations de la nature, des règnes, des astres, mais ont fait également état de leur gratitude originelle.

Le logo des cartes de Soins-Racines, en est une merveilleuse représentation. Ce germe au centre d'un cercle est un puissant symbole de recentrage, de retrouvailles avec l'essentiel en nous et – pour moi – un signe également de notre appartenance fondamentale à notre Terre, à cette Terre qui nous entoure, nous contient, nous protège et nous nourrit.

Les soins-racines



De fait, prendre soin de soi, peut s'entendre comme revenir à «la racine de soi». Le message des cartes invite à ce retournement vers sa propre «terre». Peu à peu, vous entrerez dans ce mouvement induit par le texte des cartes: là où vous pensiez «sortir de vous-mêmes» pour accéder à la grandeur du thème de la carte, celle-ci vous ramène à vous par des mots spécialement choisis à cet effet.

Prenons un exemple la carte Sagesse:

Lorsque vous lisez ce mot Sagesse, des représentations immédiates se font dans votre esprit. Pour moi, j'y vois de la grandeur, de la perfection, de l'inatteignable, un puits sans fond ou un ciel immense où les ancien.nes se rejoignent.

Mais la carte représente un germe dans un cercle et les mots inscrits sur la carte sont «l'empreinte du destin». Le mot empreinte vous invite à ressentir vos pieds, à revoir les traces que vous avez laissé sur la terre durant votre vie, votre destin incarné.

Les quatre propositions de cartes



Les cartes Ancrage

Ces intentions fortifient vos prises de conscience et les portent à maturation. Vous vous sentez prêt.es.



Les cartes Reliance

Vous êtes invité.e.s à vous sentir soutenu.e.s, accompagné.e.s, par un profond sentiment d'appartenance au monde du vivant.



Les cartes Déploiement

La planète, notre Terre-Mère, attend votre pleine participation. Au centre de vous, un appel de renouveau se fait entendre.



Les cartes Acceptation

La nature, ses éléments et son cycle perpétuel vous offre des inspirations pour votre vie quotidienne.

Préparation

Un tirage est un mini rituel: il se prépare.

Partez en ballade ou retrouvez des éléments que vous avez récoltés en nature et qui vibrent au rythme de VOTRE Terre-Mère.



Il peut s'agir du lieu où vous habitez, ou de celui de votre enfance, ou d'un lieu particulier qui vous a touché lors d'un voyage. L'important est la reliance que vous allez développer avec l'autel que vous installez.

Vous aurez besoin de plantes à brûler (fumigation – smudging); utilisez de préférence celles de votre jardin, de votre pays. Renseignez-vous: de nombreux revendeurs proposent des plantes régionales.

Préparez quelques pincées de terre ou d'argile, que vous pouvez mélanger à de la sauge, de la lavande, du romarin par exemple, et munissez-vous d'une boussole.

Autel

Cet autel est dédié à la Terre. Placez-y de la mousse, des minéraux, du sable, des coquillages, des branchages, des éléments de la nature porteurs du sens de votre Terre Mère

Rituel

Déchaussez-vous. Placez consciemment vos pieds sur le sol. Si vous êtes en intérieur, prenez conscience de la Terre qui se trouve à quelques mètres au-dessous de vous et qui assure la stabilité nécessaire à votre espace actuel.

Placez-vous face à l'Est. Déposez une pincée de terre à vos pieds. Si vous êtes en nature, lancez la terre avec grâce et dans une intention de gratitude, vers cette direction. Vous bénissez ce lieu. Vous lui accordez, en cet instant, toute l'attention et l'amour dont il a besoin.

Prenez une ample respiration qui vous emplit totalement jusque dans votre bas-ventre.

Faites de même devant chacune des 3 directions, en tournant dans le sens du soleil (et des aiguilles d'une montre), vers la droite: face au Sud, puis à l'Ouest, au Nord, avant de revenir à votre place initiale.

Debout[1], les jambes écartées de la largeur de votre bassin, prenez une large inspiration en levant les bras par-dessus votre tête. Expirez en descendant vers le sol, le corps tourné vers le côté gauche et en vous courbant le plus bas possible. Les paumes des mains sont tournées vers le sol mais ne le touchent pas. Les mains se placent au-dessus de votre pied gauche et l'entourent. Balancez à présent vos paumes de mains d'avant en arrière quatre fois, comme si elles frôlaient l'énergie de la Terre et la captaient.



[1] Ce mouvement est adapté librement d'une Passe Magique de Carlos Castaneda.

Au cinquième mouvement, redressez-vous doucement, les bras se retrouvent au-dessus de votre tête et vous plongez délicatement vers votre côté droit. Refaites le même mouvement de caresser l'énergie de la terre. En vous relevant, prenez conscience que vous êtes en train d'accomplir un cercle qui touche le ciel et bénit la terre.

Répétez cette double aspiration d'énergie (une fois à gauche, une fois à droite), aussi souvent que vous le sentez nécessaire. Vous êtes présent.e et totalement relié.e.

Terminez debout, les bras le long du corps, en prenant bien appui sur la terre. Prenez conscience que vos deux pieds s'inscrivent dans d'autres empreintes du passé; empreintes d'aujourd'hui, empreintes ancestrales. Laissez-vous guider pendant un instant par cette impression de continuité, voire de lignées (biologiques, spirituelles, universelles). À haute voix, dites un mot qui vous vient spontanément. Par exemple: sécurité, ancrage, présence etc... Ressentez que ce ressenti est le cadeau que vous offre la nature.

Propositions de tirages

Je vous propose trois tirages: le premier, celui des DIRECTIONS, fait référence à notre perception de la terre, alors que nous nous mettons en relation avec notre environnement. Les quatre points cardinaux, le nadir^[1] et le zénith ont toujours été nos références. Ils déterminent notre positionnement physique tout autant qu'émotionnel et spirituel. Grâce à eux, nous «trouvons notre place» sur notre Terre-Mère.

Le second tirage, celui des PROFONDEURS, appelle notre Terre à se manifester à nous dans toute sa puissance. Nous écoutons son propre positionnement physique, géologique et par l'intermédiaire de sa vie intrinsèque, nous nous relions à elle et elle à nous, comme nous ne le faisons jamais ou si peu. Elle devient le vecteur de stabilité mais aussi de mouvement, de purification, de transformation qu'elle est, elle-même, au sein de sa propre matière. Sa mue perpétuelle nous met, a fortiori, en évolution intérieure. La Terre-Mère redevient potentiellement un être complet, entier, qui manifeste pleinement son enseignement.

Le troisième tirage est un CORPS A CORPS avec l'énergie de la Terre; un tirage à une seule carte.

[1] Direction située selon la verticale et vers le centre de la Terre.

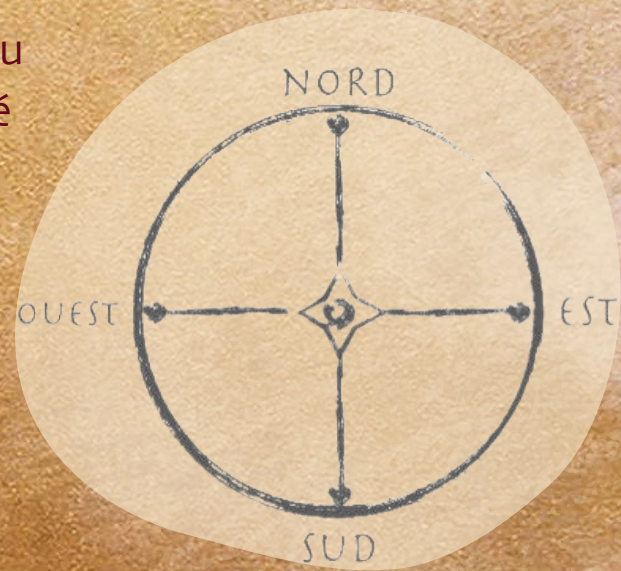
1.

Le tirage des directions

Tirage à 4 cartes

Les énergies des quatre directions sont différenciées selon l'apprentissage de la Roue de médecine amérindienne. Elles sont reliées aux forces de la nature et à son cycle perpétuel. Je simplifie ici les énergies de chacune des directions, afin de vous proposer un choix de questions pour votre tirage. Si vous souhaitez en savoir plus sur la Roue de médecine, d'autres ouvrages[1] sont à votre disposition.

- Les énergies de l'Est sont celles du renouveau et de votre potentialité
- Celles du Sud font appel à votre sensibilité et à votre cœur
- La puissance de l'Ouest se trouve dans l'accomplissement de vos intentions, votre présence au monde
- Quant au Nord, ses énergies favorisent l'acceptation du passé et du présent pour favoriser un avenir plus serein



[1] Le réveil des gardiennes de la terre ; guide pratique d'écothérapie Marianne Grasselli Meier
La Nature guérissante, pratiques inspirantes d'écothérapie Marianne Grasselli Meier

1.

Le tirage des directions

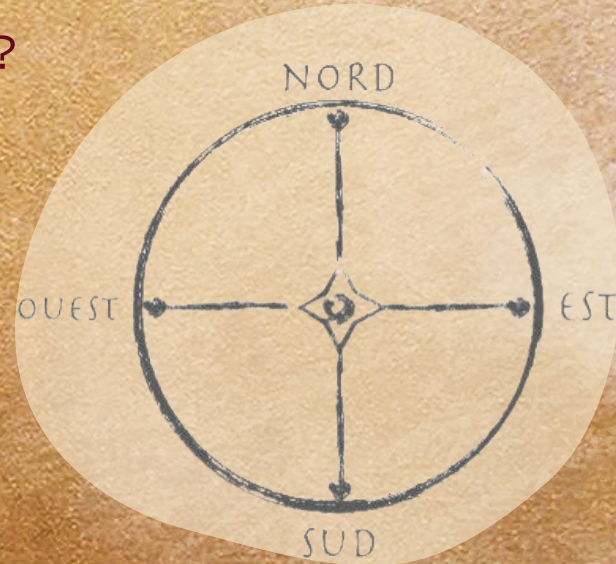
Tirage à 4 cartes

Est : Qu'est-ce qui m'attend? Comment m'ouvrir à d'autres possibles?

Sud : Quels sont mes besoins affectifs? Comment puis-je sentir aimé.e?

Ouest : Qu'est-ce que la vie me demande de faire exister? Quelle est ma place?

Nord : Quelle est la particularité de mon destin? Que puis-je pardonner, ou lâcher?



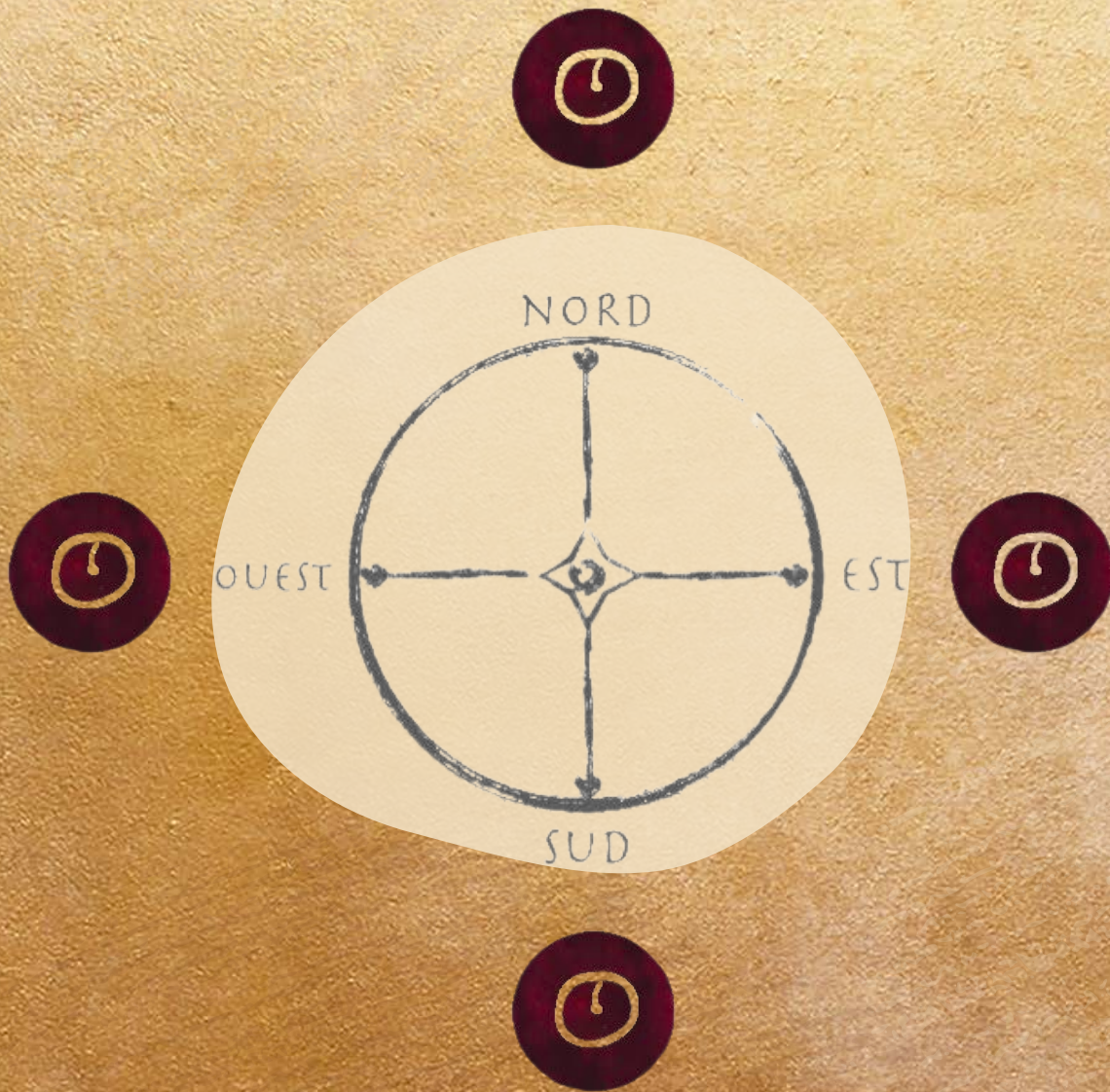
Tirage des directions

Répétez le mot qui vous est venu intuitivement à la fin de votre mise en mouvement. Sur une feuille de papier, inscrivez à présent les questions que ce mot fait surgir en vous, en tenant compte des propositions différenciées des quatre directions. Écrivez tout ce qui vous vient, spontanément, puis faites votre choix: soulignez et gardez uniquement les quatre questions de votre tirage d'aujourd'hui.

Placez les cartes à vos pieds ou, si vous vous asseyez, devant vous. Les messages sont retournés vers le sol. Avec votre boussole, déterminez les quatre directions. Vous pouvez placer un caillou, une perle, une plume ou un élément de la nature dans chacune des directions.

Si vous choisissez d'utiliser toutes les cartes, de façon aléatoire, tirez quatre cartes sans en dévoiler les messages. Placez-les face au sol dans chacune des quatre directions.

Tirage des directions



Tirage des directions

Vous pouvez également les trier par catégorie et placer:

Les cartes Déploiement à l'Est

Les cartes Reliance au Sud

Les cartes Ancrage à l'Ouest

Les cartes Acceptation au Nord



À présent, dites à haute voix (ou intérieurement) la question que vous souhaitez poser à la direction de l'Est et tirez votre carte.

Faites de même pour la question de la direction du Sud, de l'Ouest puis du Nord.

Intégration

Prenez le temps de vous imprégner des messages.
Revenez à votre corps, à votre lien à la Terre.

Peut-être souhaitez-vous changer de position pour la toucher davantage? Vous coucher ou vous relever pour chanter, dessiner dans le sable... ?

Pour chacune des directions, je vous propose ce déroulé. À exécuter donc quatre fois:

Observez ce qui vous entoure. Récitez plusieurs fois, à votre convenance, le message qui vous est apparu. N'hésitez pas à chantonner, à murmurer ces mots comme un mantra qui lie votre être à celui de la Terre.

Si vous le souhaitez, levez-vous et placez la carte entre vos deux pieds. Laissez-vous bercer en bougeant doucement votre bassin, vos bras, votre torse, puis votre tête. Une danse intuitive peut se faire jour.

Vous pouvez également placer cette même carte contre votre poitrine et laisser votre voix murmurer des mots spontanés. Les mots peuvent être récités sur une tonalité ou devenir un chant spontané et simple.

Intégration

Si vous restez au sol, placez-la sur ou sous votre corps, à l'endroit qui vous appelle et respirez tout en récitant doucement les mots inscrits sur la carte. Vous incorporez son message.

FAITES DE MÊME POUR CHACUNE DES DIRECTIONS.

Pour terminer, retournez une dernière fois les cartes, leurs messages contre la terre. Si vous êtes assise ou couchée, levez-vous pour poursuivre sur l'intention finale.

Intention finale

Ce qui est bon pour vous, ce que vous avez compris, ce qui vous a touché, ce qui vous a apporté plus de force ou d'espoir, offrez-le à présent à la terre, aux règnes qui la composent, aux éléments qui nous unissent.

À haute voix, en toute simplicité, dites par exemple: «Terre mère, à toi et à tous tes enfants, j'offre ... (la sérénité qui vit en moi...j'offre la vitalité qui je sens renaitre en moi...)».

Intention finale

Levez vos deux mains face au ciel, puis descendez en enroulant lentement votre colonne vertébrale jusqu'à poser vos mains sur la terre: offrez à la terre votre message.

Vous relevant, placez vos deux mains sur votre cœur.

Respirez doucement en vous sentant totalement vivant.e et présent.e.

Vous pouvez replacer la ou les cartes tirées dans leur sachet ou faites le choix de les laisser sur votre autel.

Qu'il en soit ainsi. Aho!

2.

Le tirage des profondeurs

Tirage à 5 cartes

La Terre se fait connaître à nous.
Nous ne retenons d'elle,
habituellement, que ce qui nous est
commun: nous sommes attachés, rivés
à elle par les lois de l'attraction et de
la gravitation. Elle est notre soutien,
présente à chaque instant.



Son corps fait corps avec le nôtre. Nous en
oublions sa présence, son impact, sa puissance. Qui
est-elle? De quoi est-elle formée? Que peut-elle
nous apprendre de sa constitution même?

La Terre nous ressemble, elle est plurielle. Ce tirage
des profondeurs nous fera donc voyager à l'intérieur
de la Terre-Mère et remonter à sa surface (vers
notre conscience) les messages du tirage.

Tirage des profondeurs

LES CINQ ÉTAPES DU TIRAGE DES PROFONDEURS:
le noyau solide, le noyau liquide, le manteau précieux, la croûte terrestre, le cocon atmosphérique.

1. Au cœur de la Terre pulse son noyau solide, l'origine de sa stabilité.

Tirez parmi l'ensemble des cartes, une carte exprimant votre question, l'origine de votre problème, l'intention de votre tirage. Placez-la au centre.

2. Autour de ce noyau solide, se meut une texture plus fluide, mouvante. Ce qui est solide, sans élasticité, se brise. La terre reste donc flexible dans son fondement.

Tirez une 2e carte, afin de comprendre ce qui est en mouvement à côté de la première carte tirée. Qu'est-ce qui reste en mouvement, en évolution, voire pourrait se décomposer (changer de forme, de matière)?

Tirage des profondeurs

3. La Terre se compose de couches successives. Viennent ces différents «manteaux» de matières avec leurs multiples compositions. En mouvement sur des milliards d'années, elles ont créé les montagnes et des profondeurs abyssales. Comme les organes de notre corps, leurs forces se sont étendues, dilatées, resserrées, formées en des roches spécifiques. La Terre nous enseigne ici de ne pas avoir peur de nos extrêmes, d'oser vivre et pacifier notre propre complexité.

Le tirage, au sein de cette couche interne de la Terre, explorera le soin à apporter à votre problème, la purification nécessaire dans la situation que vous vivez. Vous n'aurez rien d'autre à faire que d'en être conscient, car la Terre agit sans votre contrôle et saura vous rencontrer où que vous soyez.

4. La croûte terrestre se pare de verdure, de forêts, de champs, de désert, de sable, d'océans, de rivières. L'air et l'eau ont transformé les minéraux et c'est dans ce champ terrestre que nous pouvons observer et utiliser les énergies spécifiques de chaque assemblage de minéraux[1].

[1] La lithothérapie est la connaissance guérisseuse de ces différentes pierres.

Tirage des profondeurs



Cette prochaine carte, tirée dans cet environnement, vous apportera un message dont vous pourrez identifier, observer les répercussions dans votre vie quotidienne. En vous indiquant un chemin à suivre, un prochain pas à faire, la carte vous engage à incarner son énergie.

5. La Terre ne pourra pas être cette amie confidente et sécurisée, si elle n'était entourée d'un cocon atmosphérique lui permettant de nous offrir toute cette abondance au quotidien. Tout autour d'elle, un halo de lumière rempli de subtiles influences vous permet de réaliser le potentiel de votre tirage.

Cette dernière carte est un «plus» où toutes les conditions se réunissent pour accomplir votre tirage. Aussi mystérieusement que la terre vit au sein de notre système stellaire, nous retrouvons harmonie et équilibre.

Tirage des profondeurs

1. Le noyau solide. Votre question, votre intention, votre situation
2. Le noyau liquide. Votre environnement, ce qui bouge autour de votre intention de tirage
3. Le manteau précieux. Un soin vous est particulièrement destiné
4. La croûte terrestre. Votre tirage vous apporte un éclairage, une piste, un chemin à suivre
5. Le cocon énergétique. Avec ce bonus, sentez-vous unifié.e et harmonisé.e



Tirage des profondeurs

Intention finale

Placez les cinq cartes devant vous.

Si un mot vient vous percuter particulièrement, dites-le à haute voix. Si une image se dessine ou si un son, un chant souhaite se manifester, laissez-vous faire. C'est une part de vous, inconsciente, qui monte à la surface vers sa libre expression. Les messages des différentes cartes vont s'entrechoquer, dialoguer.

Vous pouvez les déplacer, modifier leur place. Essayez de créer une phrase, une sentence guérissante à garder précieusement.

Exemple

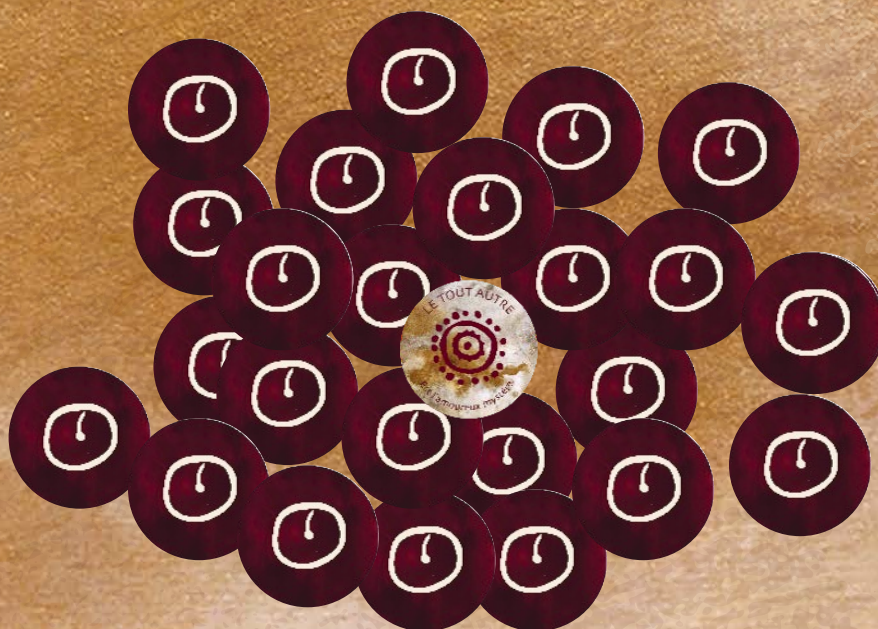


Tirage des profondeurs

Possibilité de compréhension

«Si je me place dans la lignée universelle de tout ce qui vit sur terre, je retrouve ma force sauvage, ma place ancrée dans l'humus régénérateur de la Terre. La grande spirale qui nous invite à donner et recevoir m'invite à rester libre dans mes relations; de savoir également renoncer si cette réciprocité ne se fait pas spontanément ou fluidement. En bonus de ce tirage, je reçois la carte de l'Amour, de la reliance inconditionnelle. Au-delà de mes questions, de mes doutes, vit l'Amour qui tous nous unit et nous unit à tout.»

Ou, vous décidez de laisser une seule carte exposée et vous retournez les autres, tout autour d'elle. Cette carte sera particulièrement mise en valeur par le contraste des couleurs et du logo.



Récitez à nouveau les mots qui la composent ou laissez une parole, une mélodie spontanée s'affirmer à haute voix. Offrez-les à présent à la Terre, aux règnes qui la composent, aux éléments qui nous unissent.

Vous pouvez ajouter une prière d'offrande à la Terre en toute simplicité, comme par exemple: «Terre-Mère, à toi et à tous tes enfants, j'offre (la sérénité qui vit en moi... j'offre la vitalité qui je sens renaitre en moi...)».

Levez vos deux mains face au ciel, puis descendez en enroulant lentement votre colonne vertébrale jusqu'à poser vos mains sur la terre: offrez à la terre votre message.

Vous relevant, placez vos deux mains sur votre cœur.

Respirez doucement en vous sentant totalement vivant.e et présent.e.

Vous pouvez replacer la ou les cartes tirées dans leur sachet ou faites le choix de les laisser sur votre autel.

Qu'il en soit ainsi. Aho!

3.

Un corps à corps

Tirage d'une seule carte

Tirez une seule carte et couchez-vous sur le sol. Sentez la présence soutenance de la terre et détendez les parties que vous sentez tendues en les relâchant doucement au contact de la terre.



Déposez votre carte sur votre corps, là où vous sentez la nécessité de vous renforcer, de vous aimer davantage. Prenez juste le temps d'accompagner cette prise de conscience à la fois corporelle et spirituelle par une respiration tranquille et fluide. Énoncez plusieurs fois à haute voix ou en chantonnant le message de la carte, comme une récitation méditative.

3.

Un corps à corps Tirage d'une seule carte

Intention finale

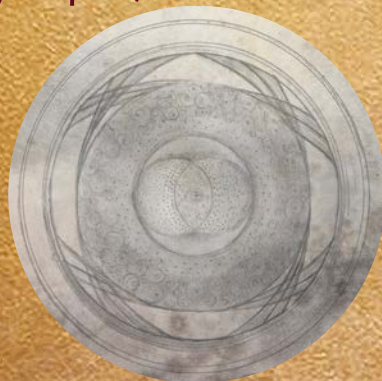
Comme pour les autres tirages, offrez un peu de votre énergie retrouvée à la terre, en lui exprimant à haute voix: «Terre-Mère, à toi et à tous tes enfants, j'offre (la sérénité qui vit en moi... j'offre la vitalité qui je sens renaitre en moi...)». Placez vos deux mains sur elle, puis sur votre cœur. Respirez doucement en vous sentant totalement vivant.e et présent.e.

Remplacez la carte tirée dans son sachet ou faites le choix de la laisser sur votre autel.

Qu'il en soit ainsi. Aho!

Le mandala de l'Oracle

Un mandala de tirage, spécialement conçu par Bettina Kreissl Lonfat, vous est proposé avec ce jeu de cartes. Il a été créé à partir de représentations du lieu néolithique le plus ancien, découvert en Suisse: Carschenna (Grisons). Ces formes picturales inscrites dans la pierre sont des spirales perpétuelles que l'on retrouve partout dans le monde, mais aussi des vulves stylisées qui nous invitent à l'introspection, au mystère matriciel, à l'invisible qui nous conduit. Le tapis de tirage vous accompagnera lors des trois tirages proposés: une reliance subtile, poétique, métaphysique, avec la Terre-Mère.



La Terre-Mère et ses couches géologiques sont magnifiquement et symboliquement représentées sur ce tissu pour accompagner vos tirages. Le tirage des profondeurs s'effectue depuis le centre, là où nous avons placé la vulve de la Terre Mère pour se poursuivre, étape par étape, de l'intérieur vers l'extérieur.

Ces gestes circulaires, allant du centre vers la périphérie m'ont rappelé les mandalas d'où le nom du Mandala l'Oracle.

Sur cette réalisation, à mes côtés

JOELLE PERNET est Polydesigner 3D de formation et passionnée de chevaux. Créant et accompagnant ses clients dans leurs projets, praticienne en Ecorituels®, elle allie ses trois passions : la créativité, le lien à la nature et les chevaux. Le graphisme des cartes est issu de pétroglyphes ancestraux.

natur.equinejp@gmail.com
www.natur-equinejp.com

BETTINA KREISSL LONFAT créatrice, auteure et femme de sagesse. Talentueuse et polyvalente, inspiratrice et muse de créatrices. Entre palettes de couleurs, la vision plus grande et les mises en pages, mais aussi les textes et le besoin de visibilité, elle aide les créatrices à trouver leur voie et la voix face au besoin d'exprimer la magie et la sagesse comme remède pour un nouveau monde profondément féminin.

bmklonfat@gmail.com
<https://oracledelaforet.ch/>

Prière Sorcière pour la Terre

Enfin, je vous joins une prière dont Anne-Sophie Pau a eu l'inspiration et qu'elle partage en reliance de cœur avec nous. Elle la nomme: une Prière Sorcière. Elle m'a tellement parlé !

Chère Terre Mère, nous t'adressons cette prière pour te remercier de nous donner un foyer, un refuge, une vie. Nous te supplions de nous guider sur le chemin de la sagesse et de l'amour, pour que nous puissions protéger tes merveilles et ta beauté sans fin.

Que ta sagesse nous inspire à prendre soin de toi chaque jour, et à honorer ta force et ta grandeur avec chaque souffle que nous prenons.

Nous demandons ta bénédiction pour que nous puissions vivre en harmonie, et pour que ta bonté et ta générosité puissent briller à travers nous.

Que cette prière soit un hommage à toi, notre Terre Mère, Et que nous puissions vivre en paix dans ton amour et ta bienveillance.

Ainsi soit-il.

Anne-Sophie Pau



Marianne Grasselli Meier

est écothérapeute, musicothérapeute, fondatrice de la formation de praticien.ne en Ecorituels® et de la communauté des Moon Mothers® de Suisse (Miranda Gray). Pionnière des cercles de femmes en Suisse (le Cercle de Grâce – CH et BE), elle œuvre depuis 25 ans pour rétablir notre lien de proximité avec la Nature. Elle est l'auteure de plusieurs livres et oracles.

www.espritdefemme.ch

www.ecorituels.com

Marianne Grasselli Meier

Aux Éditions Courrier du livre, Exergue et Contre-
dires (2016 à 2023).

Rituels de femmes pour s'épanouir
au rythme des saisons

Le réveil des gardiennes de la terre;
guide pratique d'écothérapie

Devenir chaman, même pas peur!

L'oracle des saisons – quand la nature parle aux
femmes. Illustrations de Sonia Koch

La nature guérisseuse, pratiques inspirantes
d'écothérapie. Photographies de Sandrine Booth
Le petit oracle du sacré

En auto-édition

Le temps des ça-voirs, la voie de sagesse féminine
(2022)

Aux Éditions Rue de Seine - Caban

En quête de mère; elle n'avait pas d'âge.
Récit autobiographique (2024)

