

# RITUEL

## LUGHNASADH

### OU LAMMAS

---



---

❖ FÊTÉ AU DÉBUT DES MOISSONS ❖  
OU LE 1ER AOÛT

## ❁ LUGHNASADH, C'EST QUOI ? ❁

Lughnasadh est un sabbat mineur sur lequel on a assez peu de renseignements.

C'est la fête de la lumière et des premières récoltes. On l'appelle aussi la fête du Pain / des Moissons ou Lammas. Lughnasadh marque le départ prochain de l'été. On y rend grâce à la Déesse pour les terres fertiles qu'elle a donné et l'abondance des récoltes.

Autrefois, on commençait cette fête le jour de la première récolte. C'est un bon moment (c'est presque le dernier de l'année puisque l'énergie commence déjà à descendre) pour les charmes, sortilèges, rituels et filtres de protection.

Alors que l'été s'éloigne, on commémore sa chaleur et son abondance dans la nourriture qu'on consomme. Chaque repas est un acte d'harmonisation avec la nature, ce qui nous remet en mémoire qu'il n'y a rien de constant dans cet univers.

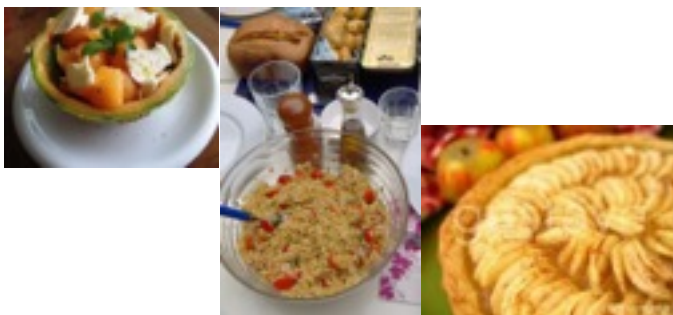
---

### ❁ PRÉPARATION ❁

1. Fêté le 1er août ou après la première récolte le soir selon instinct/ressenti
2. Le lieu du rituel doit être nettoyer
3. Être soi-même propre
4. Dans l'idéal, ne pas manger avant le rituel
5. Se préparer un repas d'avance
6. Débrancher téléphone ou tout ce qui pourrait interrompre le rituel
7. Le silence est de prime. Les seuls mots qui sortiront seront pour le rituel
8. Comme pour tous rituels, garder en tête :
  - \* Amour (*lumière, rester connecté à la source*)
  - \* Avoir l'esprit clair
  - \* Penser positif
  - \* Être confiant en soi-même
  - \* Accepter ce qu'on va ou ce que l'on fait
  - \* Accepter les énergies qui arrivent

## ❧ IDÉE REPAS DE LUGHNASADH ❧

- \* Entrée : pain grillé au tomate-basilic
- \* Plat principal : couscous
- \* Dessert : tarte aux pommes ou fruits de saison
- \* Boisson : cidre
- \* En général, les céréales, les fruits et légumes récoltés



## ❧ OUTILS POUR RITUEL ❧

- \* 1 costume/robe (couleur clair)
- \* 1 bout de craie blanche
- \* 6 chandelles blanches (4 pour les points cardinaux et 2 pour l'autel/nappe qui représente à gauche le Féminin et à droite le Masculin)
- \* Une nappe ou tissu blanc
- \* 1 bougie verte et 1 jaune
- \* 1 fruit de saison
- \* des germes de blé
- \* décoration : germes de blé, orge ou avoine, des fruits et du pain
- \* essence de bruyère, chêne et musc ou oliban

Remarque : Si le rituel est fait en intérieur,  
pense à ouvrir un peu une fenêtre



## ❧ LE RITUEL ❧

1. Prépare l'autel : pose la nappe sur laquelle tu déposes les bougies (2 blanches, 1 verte et 1 jaune au milieu), l'essence ou l'encens du côté Est et les germes et les fruits.
2. Passe un peu de fumée de sauge sur l'autel et alentour ou balaie  
*(symbolique de purification)*
3. Trace un cercle à la craie de gauche à droite en demandant protection en disant :

« Ô Source divine, Esprits Anciens, Forces des Eléments des quatre points,  
Dans ce cercle sacré ne laissez sortir que le bien,  
Protégez-le par votre puissance,  
Avec parfait amour et en parfaite confiance »

Allume toutes les bougies des points cardinaux

4. Allume l'encens et les 2 bougies centrales
5. Prends quelques grandes inspirations et expirer lentement. Médite sur ce qui va être fait et quand tu es prête, allume la bougie verte et la bougie jaune.
6. Prends les germes et lève-les vers le ciel et dis à haute voix :

«  
C'est maintenant le temps de la première récolte,  
Quand les richesses de la nature donnent d'elles-mêmes  
Pour que nous puissions survivre.  
Ô Dieu des Champs mûrissants, Seigneur du Grain,  
Accorde-moi de comprendre le sacrifice tandis que tu te prépares  
À te livrer à la faucille  
Et à partir vers le pays de l'éternel été.  
Ô Déesse Lune, enseigne-moi les secrets de la Renaissance  
À mesure que le soleil perd ses forces et que les nuits fraîchissent. »

7. Prends un fruit et mors-y dedans en le savourant. Puis dis :

« **Je vous remercie de ce que vous m'offrez durant cette année.  
Je prends cette partie de la première récolte et  
Mêle ses énergies aux miennes,  
Afin que je puisse continuer ma quête de l'authenticité et  
de la sagesse céleste.  
Ô Déesse Lune, Ô Dieu Soleil,  
Êtres gracieux devant qui les étoiles s'arrêtent dans leur course,  
Je vous rends grâce pour la fertilité permanente de Notre Mère Terre.  
Que les graines des épis dansant soient enfouies dans le sein de la Mère,  
Garantissant la Renaissance dans la chaleur du printemps qui vient.»**

8. Mange le reste du fruit.

9. Continue avec un rituel de protection par exemple ou clôture le rituel

10. Remercie ceux qui t'ont aidé et ferme le cercle :

« **Merci aux énergies et entités qui m'ont aidées et accompagnées  
durant ce rituel,  
Celui-ci se clôture ainsi (tu peux joindre les mains face à toi). »**

11. Eteins toutes les bougies

12. Mange un peu pour concrétiser les énergies

# JOYEUSE LUGHNASADH!

