

2024



**LES 12 PREMIERS
JOURS DE L'ANNÉE**
*OUVRONS GRAND NOTRE COEUR
À NOTRE FUTUR GLORIEUX*



Dans ce carnet de bord, je vous propose une pratique initiatique pour les 12 premiers jours de l'année.

Ce travail initié par O.M. Aïvanhov, renouvelle complètement la tradition des 12 jours de célébration de la naissance de Jésus qui vont de Noël de à l'Épiphanie, considérée traditionnellement comme le début de l'année. Si ceci reste vrai sur un plan lunaire, le renouvellement d'Aïvanhov nous invite très symboliquement, mais aussi énergétiquement à nous ouvrir à un nouveau paradigme spirituel : le passage du lunaire (lesod dans l'Arbre de Vie) au solaire (Tipheret dans l'ADV).

En célébrant la nouvelle année solaire, nous nous mettons en résonance avec ce nouveau paradigme. Basé sur le principe de Correspondance (le second principe des Lois de l'Univers), les 12 premiers jours de l'année correspondent à toute l'année qui vient. Si ce travail par analogie ne relève pas d'une science exacte, il ne relève pas non plus de divination ou de pensée magique.

En esprit, nous ensemencions activement notre nouvelle année personnelle à partir de la "naissance" de notre enfant divin (notre nouveau moi) à Noël. Un travail de co-création qui soutient le processus d'individuation (Jung) propre à une approche solaire.

Il s'agit de repérer ce que Jung appelait les synchronicités, ces "hasards" qui nous font signe. Apprendre à les observer, mais surtout à les interpréter avec une logique initiatique rigoureuse.

En pratique, le 1er janvier nous donne des informations pour le mois de janvier, mais surtout une vue d'ensemble sur toute l'année. Le 2 correspond à février. Le 3 au mois de mars et ainsi de suite.

En étant attentif à ce qui se passe chaque jour, nous recevons des informations pour l'année. Nous pouvons donc anticiper, voire éviter quelques désagréments et ainsi se préparer douze moi(s) super positifs !

Comment ça marche ?

Chaque jour, sur votre carnet de bord, notez les faits qui vous ont fait signe, sans jugement et sans prise de tête. Avec autant de neutralité bienveillante que possible, notez les faits qui vous ont fait un effet : «Untel m'a téléphoné, avec un autre j'ai glissé sur une peau de banane, cette nuit j'ai fait un cauchemar etc...».

Ensuite, contemplez ces faits, osez une interprétation, parlez-en avec vos compagnons de route ou vos thérapeutes. Avec un peu d'aide, une bonne lecture des faits conduit souvent à des belles prises de conscience : Eureka tout s'éclaire !

Après, il ne vous reste plus qu'à changer votre état d'esprit, à décider de changer de valeurs ou à poser des actes pour embellir votre année à partir de vos compréhensions, en renforçant le bon et en transformant, par la pensée et la visualisation, ce qui vous plait moins.

C'est tout l'art initiatique de transmuter le négatif en positif et de nourrir le positif pour du mieux en-corps.

Voir ma **vidéo YouTube** « Les douze premiers jours de l'année »

<https://youtu.be/ff.SNUVyORk>

Je vous souhaite
un très bon NEW YOU !

Arouna

L'Esprit des Saisons avec Arouna

Mon année nouvelle en un clin d'oeil

JANVIER	FÉVRIER	MARS
AVRIL	MAI	JUIN
JUILLET	AOÛT	SEPTEMBRE
OCTOBRE	NOVEMBRE	DÉCEMBRE

1er Janvier

Bonjour **le mois de JANVIER** !

Mais aussi bonjour 2024, car cette première journée est également en résonance avec **TOUTE L'ANNÉE** !

Prêt à ouvrir grand votre coeur à votre futur glorieux ?

La journée du 1er janvier commence souvent bien, quelques fois elle se termine sur un petit coup de blues donc... surveillez de près cette fin de journée pour ensemer de bonnes fins de moi(s) toute l'année.



Tout est au commencement.

Soyez à l'écoute dès votre réveil et restez attentif à vos pensées, à vos sentiments et surtout à vos paroles dans la journée. Cultivez les 4B (faire du Bon, du Bien, de Beau et du Bio - du vivant - à soi et aux autres). Forcez-vous un peu s'il le faut pour orienter votre nouvelle année vers plus de lumière, d'amour et de sagesse.

Vos faits du jour :

.....
.....
.....
.....
.....



**DU BON
DU BIEN
DU BEAU**

et du Bio

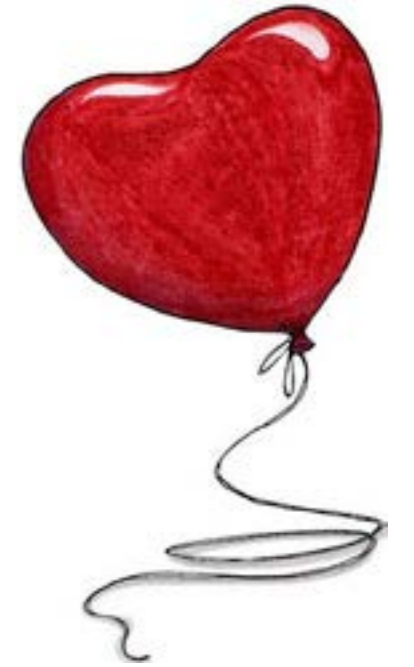
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

2 Janvier

Bonjour **le mois de FÉVRIER** !

Ah ! le chiffre deux... Le chiffre de la relation en résonance avec le mois de février, le moi(s) amoureux que symbolise la Saint-Valentin.

Pensez-y amoureusement aujourd'hui : ce n'est pas le jour pour vous engueuler avec votre chéri-e, un ami ou au boulot. En tous les cas, notez bien les signaux relationnels du jour, observez ce qui se passe pour vous avec neutralité bienveillante à travers ce prisme relationnel de votre rapport à l'autre, et faites-en le meilleur pour de meilleures relations.



On récolte ce qu'on s'aime.

Une relation se construit à 2. Faites votre part. Plantez ce jour là une intention de corriger un comportement amoureux défaillant. Rajoutez-y un acte concret, Votre nouveau «deux» poussera plus vite.

Vos faits du jour :

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

3 Janvier

Bonjour **le mois de MARS** !

Aujourd'hui, nous sommes en résonance avec l'énergie de l'Équinoxe du Printemps : l'énergie de renaissance et de renouvellement de Soi.

Cherchez au plus profond de votre cœur la capacité de vous émerveiller du (re)nouveau déjà là, tout en cultivant l'art de la patience. Notez bien les signes précurseurs de votre nouveau moi pour le renforcer solairement.



Le nettoyage de printemps.

Pour mieux préparer votre printemps personnel, surveillez vos tendances à regarder le verre à moitié vide. Nettoyez les bois morts dans votre jardin intérieur et réjouissez-vous de tout ce qui bourgeonne et fleurit doucement mais sûrement.

Vos faits du jour :

.....

**LE MATIN
 TU PEUX
 RESTER COUCHÉ
 POUR POURSUIVRE
 TON RÊVE
 OU TE LEVER
 POUR LE
 RÉALISER**

.....

4 Janvier

Bonjour **le mois d'AVRIL** !

Pâques, le passage symbolique d'une rive à l'autre de nous-mêmes.

Aujourd'hui, soyez attentif aux stratégies que votre ego négatif pourrait trouver pour vous garder *mental-ment* en esclavage de votre vieux moi. Prenez de la hauteur par rapport à votre intellect, toujours capable de vous faire prendre des vessies pour des lanternes.



Si vous ne mourrez pas, vous ne vivrez pas.

Aller vers l'inconnu de soi-même n'est pas chose aisée ! Vous êtes au bord du précipice, il ne vous reste plus qu'un pas en avant à faire : si vous trouvez une vieille croyance ou un comportement obsolète, bingo, crucifiez-les ! Et si vous ne vous ne savez plus trop bien qui vous êtes, tant mieux... Vous êtes en train de devenir vous-même.

Vos faits du jour :

.....



5 Janvier

Bonjour **le joli mois de MAI !**

La fête du travail, l'Ascension, la fête des mères, la pleine lune du Wessak et ses bénédictions...
 Mai est un moi(s) au programme spirituel toujours bien chargé. À vous de le suivre en conscience.
 Donc du travail sur votre travail aujourd'hui : vos projets pour l'année et votre façon de travailler.
 Notez les faits du jour par rapport à votre métier, à l'argent, au bénévolat, au service...
 Conscientiser les informations du Ciel pour gagner dans la joie vos galons de travailleur de lumière
 2024 dans tous les travaux de votre vie.



Qui plante des roses, récolte des roses.

Qu'allez-vous planter pour plus de plaisir professionnel dans l'année qui vient ?
 Joie ou labeur ? Légèreté ou lourdeur ? Quand on sait que nous passons la moitié
 de notre vie au travail, mieux vaut qu'il soit un plaisir pour nous. Qu'êtes vous prêt
 à acter pour plus d'harmonie relationnelle dans vos activités professionnelles ?

Vos faits du jour :

.....

*Choisis un travail
 QUE TU AIMES
 & tu n'auras pas
 à travailler
 UN SEUL JOUR
 de ta vie!*

CONFUCIUS

6 Janvier

Bonjour **le mois de JUIN !**

En ce merveilleux jour de l'Épiphanie, ce 6ème jour
 de janvier marque le mi-chemin de l'année.
 L'Épiphanie laisse apparaître vos cadeaux. récoltez
 bien votre plus de lumière : depuis le Solstice d'hiver,
 les jours grandissent et vous aussi en lumière mais
 aussi en sagesse et en force de Vie. Laissez-vous aller
 à la joie de grandir dans votre souveraineté d'être.
 Dégustez votre galette des rois, fier de l'aventurier
 de lumière que vous êtes.



Ne vous arrêtez pas à mi chemin.

Résistez à vos tentations d'auto-avortement et regardez votre verre à moitié plein
 en vous mettant en résonance avec ce qui vient - votre devenir solaire - et non
 avec ce qui s'en va. Les premiers fruits de juin n'en seront que plus sucrés !

Vos faits du jour :

.....

7 Janvier

Bonjour **le mois de JUILLET !**

Le temps des vacances approche avec la joie d'une pause bien méritée.
 Pour vivre la vraie « vacance » : l'art de faire le vide, de lâcher prise, en un mot de se détendre, résistez aujourd'hui à la tentation de remplir du vide. Laissez donc votre nouveau Je(u) se déployer sous votre regard bienveillant.



Après l'effort, le réconfort.

Décompressez un peu, essayez de regarder votre stress en souriant et d'apprécier le processus de renouvellement. Dans la journée, posez-vous quelques instants pour faire quelques respirations conscientes. Dans le contentement de soi vous trouverez la détente intérieure profonde et régénératrice qui vous portera tout le reste de l'année.

Vos faits du jour :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



8 Janvier

Bonjour **le mois d'AOUT !**

L'été, la saison du feu pour le pire et le meilleur !
 Feu destructeur ou feu créateur ? Plaisir ou souffrance ? Choisissez bien la couleur des lunettes avec lesquelles vous regardez le monde aujourd'hui. Notez les faits de la journée à travers des lunettes roses : savez-vous accueillir le plaisir ? Osez-vous adorer ouvertement quelqu'un ou quelque chose ? Vous émerveiller, fondre devant la beauté ?
 La peur empêche de se « lâcher » dans le plaisir mais un ennemi débusqué perd de son pouvoir.
 Passez la journée à le débusquer :))



Allumez le feu... sacré.

Pouvez-vous dire que « vivre est dé-li-cieux » ? Si votre oui est éclatant et joyeux, vous êtes prêts pour l'été prochain. Si vous répondez "non" ou "oui mais", faites un petit tour intérieur du côté de vos résistances au plaisir et laissez vos peurs se consumer dans le feu solaire. Le sens du sacré commence avec notre façon de dire OUI à la vie chaque matin au réveil.

Vos faits du jour :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



9 Janvier

Bonjour **le mois de SEPTEMBRE !**

Le calendrier social, scolaire, professionnel est clair : septembre est le mois de la rentrée ! On prépare aujourd'hui en esprit ce qui deviendra nos bonnes résolutions de la rentrée. Rêvez à une rentrée de septembre magnifique en imaginant les belles récoltes de tout ce que vous plantez depuis le 1er janvier.



On ne peut pas mettre du vin nouveau dans de vieilles outres.

Aujourd'hui, si vous voyez pointer du vieux, pensez à composter : c'est bon pour vous, pour la planète et pour l'Univers. L'équinoxe d'automne et la fête de la Saint-Michel nous invitent à formuler clairement à l'univers ce que nous souhaitons couper d'ancien pour aller plus légèrement vers nos nouvelles récoltes.

Vos faits du jour :

DEBOUT ! & ACCROCHE UN SOURIRE
AUJOURD'HUI EST TON JOUR

CHERCHE + PENSE + ESSAIE + ECHUE + ESSAIE ENCORE
DEMANDE DE L'AIDE QUAND TU EN AS BESOIN

SOIS ACTIF 

APPRENDS ECHANGE COLLABORE OBSERVE SANS

 **SOIS CREATIF**

COMMUNIQUE-INSPIRE-CREE-IMPRESSIIONNE

INNOVE | CROIS | BOUSCULE
EN TOI

FINIS CE QUE TU COMMENCES — VOIS GRAND — SOIS PRECIS

AMELIORE TES IDEES + REPANDS-LES

EXPERIMENTE = DEVIENS CURIEUX

RESTE CONCENTRE  VISE LOIN

RELEVE LE DEFI

10 Janvier

Bonjour **le mois d'OCTOBRE !**

Un moi(s) en résonance avec l'esprit du pardon. Par-donner, donner à nouveau...
Aujourd'hui, faites-vous le cadeau de pacifier un bout de votre coeur : une vieille émotion, une vieille rancune, une rancoeur, un re-sentiment qui vous ferme le coeur ?
Vous le dissolvez en esprit et/ou en vérité pour marcher d'un pas plus joyeux avec votre coeur allégé:-)))



En route vers vous-mêmes

Répétez toute la journée mon mantra de paix : «La guerre est finie».
Marchez désarmé vers votre désir de relations libérées de la rivalité et du rapport de force.

Vos faits du jour :



11 Janvier

Bonjour **le mois de NOVEMBRE !**

La Toussaint... Le spleen et la mélancolie automnale s'invitent plein pot en Novembre... Les feuilles mortes se ramassent à la pelle.

Aujourd'hui, observez de près vos petites feuilles qui s'accrochent pour ne pas mourir parce qu'elles n'ont pas la croyance qu'elles vont renaître.

Acceptez avec autant de neutralité bienveillante que possible, de « laisser tomber », de vivre des fins de moi pour que votre vieux moi soit vraiment défunt.



Qui veut voyager loin, ménage sa monture.

La route est longue... N'oubliez pas d'honorer, chouchouter et faire du bien à votre corps physique, cet allié précieux sans qui vous ne pourriez pas faire le voyage en incarnation. Merci mon corps ! BIENVEILANCE ET GRATITUDE pour tenir si bien la route.

Vos faits du jour :

.....
.....
.....
.....
.....
.....



12 Janvier

Bonjour **le mois de DÉCEMBRE !**

Entre bilans de fin d'année et course aux cadeaux de Noël, ce dernier moi(s) de l'année est toujours matériellement bien rempli avec son lot de stress ou de surmenage ! Et les bobos hivernaux qui pointent leur nez et qui sont autant d'informations à interpréter pour leur donner du sens, sans en faire un problème ni vous prendre la tête version thèse de doctorat.

Aujourd'hui, faites de nombreux stop-expiratoires, cultivez une conscience corporelle aigüe en mettant beaucoup d'attention dans chacun de vos gestes pour ne pas vous trouver sur les genoux à la fin de l'année.



La lumière revient toujours

C'est la bonne nouvelle du solstice d'hiver. Préparez-vous à celui de l'an prochain en apprenant à vous mettre au point zéro de la conscience ; cet endroit où tous les contraires s'harmonisent dans une neutralité où le vide se ressent comme l'anagramme de Dieu : Tout et Rien en même temps.

Cela vous aidera à avoir une tête d'amoureux pour les fêtes de fin d'année.

Vos faits du jour :

.....
.....
.....
.....
.....
.....



.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

C'est la fin du décompte des douze premiers jours de l'année. Votre carnet est rempli d'informations sur les mois qui viennent.

Maintenant rangez-le : faire un travail sur soi ne doit pas empêcher de vivre pleinement le présent ! Ressortez votre carnet lorsque dans l'année des événements vous interpellent ou que des sacs de nœuds se présentent. Les notes que vous avez prises pourront probablement vous éclairer et vous donner des clés précieuses d'action.

Exemple : si vous avez un problème pendant le mois de mars, allez regarder ce qui s'est passé le 3 janvier, faites des liens et agissez en conséquence.

N'oubliez jamais que quoi qu'il vous arrive, vous avez toujours la puissance de votre pensée et de votre imagination à votre disposition pour ne pas subir mais pour co-créer votre vie en toute conscience et liberté.

Il suffit d'avoir de la bonne volonté et de cultiver de belles valeurs pour mettre en marche vos rêves et votre futur amoureux.

Belle année 2024 !

Arouna

*"Il faudrait essayer d'être
HEUREUX ne serait-ce que
pour donner l'exemple"*

Jacques Prévert



Arouna Lipschitz est philosophe de la relation, enseignante spirituelle, conférencière internationale et auteure de nombreux ouvrages et articles. Elle est aussi réalisatrice d'un long métrage de fiction à la narration innovante sur l'amour et les anges. Une aventure à suivre sur le site du film :

<https://lanostalgiedelailleurs-lefilm.com>

Ouvrages

- [Rituels d'Énergie](#)
- [La géographie des corps](#)
- [52 cartes pour vivre l'amour, un jeu initiatique pour mieux aimer](#)
- [52 clés pour vivre l'amour](#)
- [Dis-moi si je m'approche](#)
- [L'Un n'empêche pas l'autre](#)
- [La Voie de l'Amoureux](#)

Site web

arouna.com

École en ligne

voiedelamoureux.com

Instagram @arounalipschitz

Facebook lavoiedelamoureux

YouTube Arouna · La Voie de l'Amoureux



Accélérez votre transformation personnelle Utilisez les saisons comme portails d'initiations naturelles

Un programme d'accompagnement en vidéo qui s'appuie sur les enjeux énergétiques propres à chaque saison et sur les portails initiatiques naturels qui s'ouvrent différemment en automne, en hiver, au printemps et en été.

Des clés, des méthodes et des pratiques pour chaque moment important de l'année.

Une progression en 3 escales :

énergétique
initiatique
spirituelle

En savoir plus
espritdessaisons.com

DEVENEZ CO-CRÉATEUR DE LA RÉALITÉ AU LIEU DE LA SUBIR ! CULTIVEZ LA MAGIE DU MOMENT PRÉSENT.

Arouna vous accompagne

Avec les décodages spirituels et initiatiques d'Arouna, suivez le fil de votre vie personnelle en conscience et cultivez votre lien personnel avec l'Intelligence de l'Univers :

- Posez-vous les bonnes questions au bon moment
- Clarifiez les impacts énergétiques qui vous influencent
- Conscientisez les invitations spirituelles qui sont dans l'air
- Épargnez-vous les prises de têtes qui ne sont pas de saison

- **Devenir conscient** des changements du rythme cosmique, des messages envoyés par le Réel – le monde invisible – dans votre réalité existentielle.
- **Apprendre à lire les invitations** événementielles, astrologiques et spirituelles du moment pour les mettre en résonance avec votre vie personnelle.
- **Ajuster intelligemment ses décisions** à l'Air du Temps.
- **Choisir en conscience** les pratiques et actions adaptées aux vibrations du moment.



Plus d'infos sur aufildureel.com

Abonnement en Don-Échange = vous faites le tarif-juste-pour-vous