



*Cette revue a pour vocation de tisser un lien entre tous ceux qui peuvent nous transmettre avec talent le sel de la spiritualité.*

*"Ars Tenebrae" traite de l'histoire de l'occultisme (sorcellerie, démonologie, etc...), des arts divinatoires, mais aborde également l'histoire des Religions, des Sociétés Secrètes, les divers courants mystiques qui ont, au cours des âges, forgé notre culture spirituelle et vous emmène découvrir, à travers différents articles, les lieux magiques et sacrés de France ou d'ailleurs.*

*les collaborateurs d'« Ars Tenebrae » veulent ignorer toute polémique et s'adressent à tous les « êtres de désir », quelles que soient leur appartenance et leur approche mystique.*



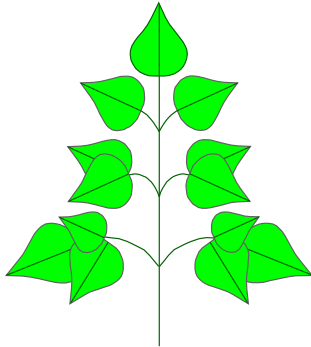
*Les informations données dans ces pages ne sont ni officielles, ni exhaustives et sont susceptibles d'évolution permanente.*

### SOMMAIRE :

- *Médecine Douce : Les bains relaxant, avec une recette d'Hérodia*
- *Esotérisme - Occultisme : L'histoire des Sorcières (par Sandrine)  
Imbolc , la renaissance de la déesse.*
- *Spiritualité : histoire de Saint-Ignace Loyola (par Lilith)*
- *Librairie*

*Rédactrice en chef : Lilith*

*Assistante à la publication et à la rédaction : Hérodia*



## **LE BAIN RELAXANT**

### Conseillé pour :

- ❖ La relaxation et la détente ;
- ❖ Lutter contre le stress et l'insomnie dû à une fatigue nerveuse.

### Préparation :

- ❖ Base : gel de bain pH neutre ; huile d'amande douce.
- ❖ Huiles essentielles



Le dosage des huiles essentielles est effectué en fonction de la taille de la baignoire. Un surdosage dans une baignoire de petite taille (style sabot) peut entraîner des maux de tête et un effet inverse à celui souhaité.

La température de l'eau du bain ne doit pas dépasser les 38° en température, sur une durée d'un quart d'heure (20 minutes maximum).

Prenez soin de vous préparer à ce bain en essayant d'optimiser l'effet relaxant. Préférez un éclairage tamisé (des bougies par exemple, ou une lumière douce), accompagné d'une musique reposante.

En cas de tension nerveuse dû à une journée particulièrement difficile, profiter de ce bain après vos tâches quotidiennes, juste avant de vous coucher. Son effet n'en sera que renforcé.

## La bonne résolution d'Hérodiade pour 2003 :

### CHASSONS LE STRESS !!

#### Un bain relaxant



Voici une petite recette aux huiles essentielles pour se détendre dans son bain tout en prenant soin de sa peau :

10 gouttes de bigaradier

3 gouttes de Vétiver

3 gouttes de Géranium rosat

à diluez dans 50 ml d'une base hydrodispersante (en vente dans les magasins bio) ou dans une base de savon au pH neutre et sans parfum.

Leurs propriétés :

Géranium : calmante, pour que la peau retrouve souplesse et douceur .

Vétiver : stimule la circulation, apaise les tensions.

Bigaradier ou petit grain : équilibre nerveux, effet anti-âge pour l'épiderme.

Pour les enfants, utilisez seulement le bigaradier ou de la lavande.

Un dernier conseil pour un moment de pur délice : éclairez vous aux bougies pour créer une atmosphère de sérénité .



## **Histoire des sorcières**

chers lecteurs pour commencer cette année, je vais vous raconter ce que fut la vie de nos ancêtres au 15ème siècles et 17ème siècles.

De nos jours, la sorcellerie est considérée avant tout dans l'esprit des gens comme étant la pratique des sortilèges de la magie noire et malfaisante ainsi qu'une appartenance au diable. Nombre de femmes furent traînées, fouettées, lapidées ou noyées par la population qui rendait justice elle-même, soutenant totalement ce génocide.

Du 15ème au 17ème siècles, fut la période des chasses aux sorcières, la condition des femmes étaient au plus pire, puisqu'elles furent considérées comme étant l'œuvre du diable. Les sorcières étaient accusées par des hommes, condamnés par des geôliers hommes et brûlées à mort par un exécuteur homme. Les hommes cherchaient avant tout à éliminer les superstitions et les idées considérées primitives à une époque où la persécution prévalait encore.

Les procès débutèrent vers 1420 dans l'est de la France. A la fin du 15ème siècle, la chasse aux sorcières commença vraiment. Des affaires ont déjà éclaté depuis le début du siècle, mais les deux périodes critiques se situent entre 1480 et 1520, puis de 1580 à 1670. Les accusations ne tombaient jamais au hasard, quatre fois plus de femmes que d'hommes subissaient les flammes des bûchers. Les inquisiteurs dénonçaient en premier lieu les veilleuses des malades et des morts, puis les sages-femmes que l'on soupçonnaient de tuer les nouveaux nés pour les offrir à Satan.

Lors des procès, si les accusés n'avaient pas, elles étaient torturées et exécutées. Mais bien sûr, il arrivait qu'en cas de doutes sur la culpabilité ou l'innocence des accusés, on se servait de différents moyens pour déjouer les tours de sorcellerie.

La chasse s'est terminée en 1670. Elle a duré 250 ans.

Sandrine

A suivre:

Les épreuves subies par ces innocentes, pendant les procès dont elles étaient les accusées !



## *Imbolc*

Le 1er février, l'Imbolc, fête la Triple Déesse, mère de tous les Dieux. Cette fête est aussi appelée la fête du retour de la lumière, le jour est de plus en plus long. Parfois sous le nom de Ana, Belisama, Brigitt, Cerridwen, Dana, Macha, Arradia, Epona ... Mais toujours sous le signe de la fécondité, elle veille le feu sacré. Le feu domestique, le feu de la forge. Elle veille sur les foyers, les poètes et les guerriers. Ils y puisent le courage et l'inspiration en attendant le renouveau du soleil. C'est le temps de la renaissance. Celui des perce-neiges et de la prime enfance. Reine de la nature, elle a le pouvoir de faire reverdir le bois mort.

Au coucher du Soleil ou immédiatement après le rituel, la tradition veut qu'une lampe soit allumée dans chaque demeure --- même pour quelques minutes

--- le jour d'Imbolc. Vous pouvez aussi allumer des chandelles dans chaque pièce en l'honneur de la renaissance du Soleil, ou une lampe à huile munie d'un verre de couleur rouge que vous placerez bien en évidence dans la demeure ou dans une fenêtre.

Si le sol est couvert de neige, allez marcher quelques minutes dehors en pensant à la chaleur de l'été. Avec votre main émettrice, tracez une image du Soleil sur la neige.

Parmi les aliments de circonstance en ce jour, mentionnons les laitages, car Imbolc marque la période de la mise bas. Il est d'usage de servir des plats à base de crème sûre. Les mets épicés et consistants en l'honneur du Soleil sont tout aussi appropriés. Le curry ainsi que tous les plats préparés avec des piments, des oignons, des poireaux, des échalotes, de l'ail ou de la ciboulette conviennent très bien. Il est également de tradition de servir des vins épicés et des mets contenant des raisins, tous les aliments représentant le Soleil.

Cf compilation d'informations de plusieurs sites internet.

## J'entendis le pas de la fleur du Printemps ...

### Perséphone

Reine de l'odorante Eleusis,  
Dispensatrice des dons de la terre,  
Accorde-moi, tes grâces, Ô Demeter.  
A toi aussi , Perséphone,  
Belle entre toutes les jeunes filles,  
J'offre mon chant en échange de tes faveurs

Déméter avait une fille unique, Perséphone (en latin Proserpine), la vierge du Printemps. Elle la perdit et dans son immense douleur, elle refusa ses bienfaits à la terre. Les champs verdoyants et couverts de fleurs furent changés en étendues stériles parce que Perséphone avait disparu.

Le souverain du sombre monde souterrain (Arès) l'avait enlevée alors que charmée par la floraison des narcisses, elle s'était attardée pour les cueillir, s'écartant ainsi de ses compagnes. Les hautes montagnes et l'abîme de la mer renvoyèrent l'écho déchirant de son cri et sa mère l'entendit. Elle survola la mer et la Terre à sa recherche mais personne n'osa lui dire la vérité. Déméter erra neuf jours pendant lesquels elle refusa de goûter à l'ambrosie. Enfin elle atteignit le soleil et il lui raconta toute l'histoire.

Zeus envoya Hermès aux enfers pour ramener la jeune fille auprès de sa mère. Arès finit par accepter le départ de son épouse mais il lui fit manger un pépin de Grenade avant son départ ; par cet acte magique, il la liait à lui et s'assurait de son retour.

Rhée annonça à Déméter :

« Viens ma fille, car Zeus le clairvoyant t'en prie.  
Retourne au palais des dieux, tu y seras honorée,  
Tu y verras l'objet de ton désir, ta fille,  
Elle consolera ta peine chaque année qui s'achève,  
Quand se termine l'hiver cruel.  
Car le royaume de l'ombre ne la gardera qu'un tiers de ce temps,  
Pour le reste, tu la garderas, toi, et les heureux immortels.

**"Paix à présent. Donne aux hommes la vie qui ne leur vient que de toi."**



Perséphone ramenée des Enfers par LEIGHTON



## ***SPIRITUALITE***



### ***Histoire de Saint-Ignace de Loyola (1491-1556)***

Inigo est né au château de Loyola, au pays basque, en 1491. Page de cour, puis gentil-homme au service du vice-roi de Navarre, il reste assez libre dans les affaires d'amour et d'honneur. Blessé au siège de Pampelune en 1521, il est reconduit au château familial. Durant sa convalescence il lit la Vie du Christ et la Légende dorée qui raconte des faits et gestes de saints. Contrairement à toute attente, Inigo est accroché. Faire de grandes choses, comme le Christ, comme les saints, n'est-ce pas son rêve ?

Cette expérience, point de départ d'un des traits les plus fondamentaux de la spiritualité ignatienne, conduira Inigo sur le chemin de la conversion. Sa première décision sera d'aller à Jérusalem, en pèlerin mendiant. Il a alors 30 ans.

Guéri, Inigo quitte Loyola, fait halte à l'abbaye bénédictine de Montserrat, puis gagne Manrèse, petite ville de Catalogne. Il y restera presque une année en solitaire (mars 1522 - février 1523), vivant une expérience de Dieu originale fondatrice, en particulier un jour en longeant la rivière du Cardoner. Inigo devient alors comme un autre homme, avec un autre esprit : un homme associé au dessein de Dieu que le Christ poursuit dans l'Eglise. Son désir ? Il ne tient plus à la solitude et souhaite autant aider les autres que d'être aidé. Il consignera dans un petit livre toutes ses expériences et découvertes. Le livret des "exercices spirituels" prend forme.

Inigo passe l'année 1523 à Jérusalem, recherchant les traces de ce Jésus qu'il veut toujours "mieux connaître, imiter et suivre". A son retour, il étudie à Barcelone, puis à Alcalá. Des difficultés avec l'Inquisition le poussent à quitter Alcalá pour Salamanque, puis Salamanque pour Paris. Inigo arrive à Paris en février 1528. Il reprend ses études à la base, en commençant par les humanités. A 37 ans, au collège Montaigu, il apprend les déclinaisons latines avec les gamins de Paris ! Il s'inscrit au collège Sainte-Barbe en octobre 1529. Il est reçu bachelier en décembre 1532 et devient "Maître ès Arts" en mars 1533. Inigo latinise alors son nom.

Ignace partage la chambre de deux autres étudiants : Pierre Favre, savoyard, et François Xavier, navarrais. Tous deux ont 23 ans, Ignace 38. Pierre Favre fut désigné comme répétiteur d'Ignace. Tous deux se lièrent d'amitié et Pierre Favre partagera rapidement le désir d'Ignace : mener une vie pauvre à la suite du Christ. D'autres se joignirent au projet : un autre étudiant, Simon Rodriguès, Portugais, deux jeunes Espagnols, Diégo Lainez et Alphonse Salmeron, puis Nicolas Bobadilla

Ils sont six à être séduits par Ignace. Ils se retrouvent régulièrement à la chartreuse de Vauvert. Ils prient ensemble, discutent de la vie chrétienne, parlent ensemble des "choses de Dieu". Ignace leur communique ce qu'il a lui-même éprouvé dans sa prière, notamment à Manrèse. Par divers entretiens

spirituels, il suscite en eux le désir de chercher Dieu. Forts de leur expérience de Dieu, les 7 amis tentent de prévoir ce qu'ils vont faire ensemble.

Ils veulent tous vivre dans la pauvreté au service des hommes et être prêtres. Mais où ? A Jérusalem, si c'est possible. Sinon, ils iront à Rome, se présenter au Pape "afin qu'il les envoie là où il jugerait que ce serait le plus favorable à la gloire de Dieu et utile aux âmes". Dans quel délai ? Ils se donnent un an à partir du moment où ils se retrouveraient à Venise pour prendre le premier bateau pour la terre sainte.

Le 15 août 1534, au petit matin, les 7 amis dans le Seigneur gravissent la colline de Montmartre. Dans la chapelle dite des martyrs, ils scellent leur projet par un vœu solennel, au cours d'une messe présidée par Pierre Favre qui avait été ordonné prêtre le 30 mai 1534. Le 16 août, la vie reprend son cours et chacun ses études.

Ignace tombe malade en 1535. Il est envoyé par les médecins faire une cure d'air natal. Rendez-vous est pris à Venise pour le début 1537. Entre temps, le groupe des parisiens augmente. Trois Français arrivent : le savoyard Claude Jay, le picard Paschase Broët et le provençal Jean-Baptiste Codure. Tous se retrouvent à Venise le 8 janvier 1537. Le 24 juin ceux qui n'étaient pas encore prêtres reçoivent l'ordination presbytérale. La guerre entre Venise et le grand Turc rend tout départ impossible.

Pendant cette attente, les compagnons se donnent un nom : "La Compagnie de Jésus. Aucun bateau ne partant, ils se dispersent deux par deux dans toute l'Italie et, conformément au vœu de Montmartre, se dirigent vers Rome où ils se retrouveront tous à Pâques 1538

Ignace arrive à Rome avec Jacques Lainez et Pierre Favre vers la mi-novembre 1537. A une quinzaine de kilomètres de la ville, au lieu dit La Storta, Ignace entre dans une chapelle pour prier.

Les compagnons enfin tous réunis à Rome accomplissent le vœu de Montmartre. Ils sont reçus par le Pape Paul III en novembre 1538 et s'offrent à lui pour toute mission qu'il voudra bien leur confier. Le groupe des compagnons va-t-il alors voler en éclats ? Non, car une évidence s'impose à eux : puisque le Seigneur les a rassemblés, eux de pays et de mentalités si différents, "il vaut mieux pour nous que nous soyons tellement unis et liés en un seul corps qu'aucune séparation physique, pour grande qu'elle soit, ne puisse nous séparer."

Les Compagnons décident de former un nouvel institut "La Compagnie de Jésus" dont la "Formule" sera soumise au Pape. Le 27 septembre 1540, Paul III signe la bulle d'approbation. Le 17 avril 1541, Ignace, après avoir récusé deux fois le vote de ses compagnons, accepte la charge de Préposé Général. Dès le 22 avril, les six compagnons encore présents à Rome font leur profession solennelle. Les autres la feront là où ils missionnent déjà.

En 1541, Ignace réside dans une vieille bâtisse au centre de Rome en face d'une chapelle dédiée à Notre-Dame de la Route. La Compagnie de Jésus, obtenant la responsabilité de la paroisse, construit sur le terrain vague d'alentour. Ignace s'installe dans le presbytère : trois petites pièces au plafond bas. Son travail, c'est principalement la rédaction des Constitutions de la Compagnie de Jésus. Elle ne sera pas achevée à sa mort, toujours remis en chantier pour tenir compte des remarques des compagnons et des expériences nouvelles

Les demandes affluent pour l'Asie, l'Afrique, l'Amérique. Le Pape veut des théologiens pour le Concile de Trente. Il faut aussi des hommes aux points chauds de la Réforme. On réclame des collègues, et les jésuites se retrouvent enseignants... Chaque jour, des dizaines de lettres partent de Rome à destination des villes d'Europe, des Indes, du Japon, adressées aux jésuites ou à d'autres personnages, responsables, à des titres divers, du destin des hommes. Plus de 6000 lettres seront retrouvées... Ignace trouve également le temps de prêcher, confesser, créer des œuvres : maisons pour catéchumènes juifs ou mahométans, refuges pour les "femmes errantes", quêtes pour les pauvres, les prisonniers insolubles... Au début du mois de juillet 1556, une fatigue extrême et des souffrances intolérables forcent Ignace au repos. Un dernier courrier partira encore le soir du 30 juillet. Il meurt le lendemain matin à l'aube



Ignace de Loyola sera canonisé le 12 mars 1622 en même temps que François-Xavier et Thérèse d'Avila. Son corps repose aujourd'hui à Rome dans l'église du Gesù.



*"Quand je pense à ce qui est du monde, je m'y complais beaucoup, mais quand je suis fatigué et que je cesse d'y penser, je me trouve aride et insatisfait ; en revanche, quand je rêve d'aller à Jérusalem nu-pieds, de ne plus manger que des herbes, de me livrer à toutes les austérités comme les saints, non seulement j'éprouve de grands élans intérieurs, quand je médite sur des pensées de ce genre, mais même après les avoir quittées, je reste satisfait et allègre »*

## *La Librairie d'Ars Tenebrae*

### *Phyto-Aromathérapie*

Dr Jean Valnet : "Phytothérapie" et "Aromathérapie", le Livre de Poche, collection "Santé".  
Monika Werner : "Le guide de l'aromathérapie", Marabout, 2000.

### *Mythologie*

Edith Hamilton : "La Mythologie", Marabout, Histoire, 1978.

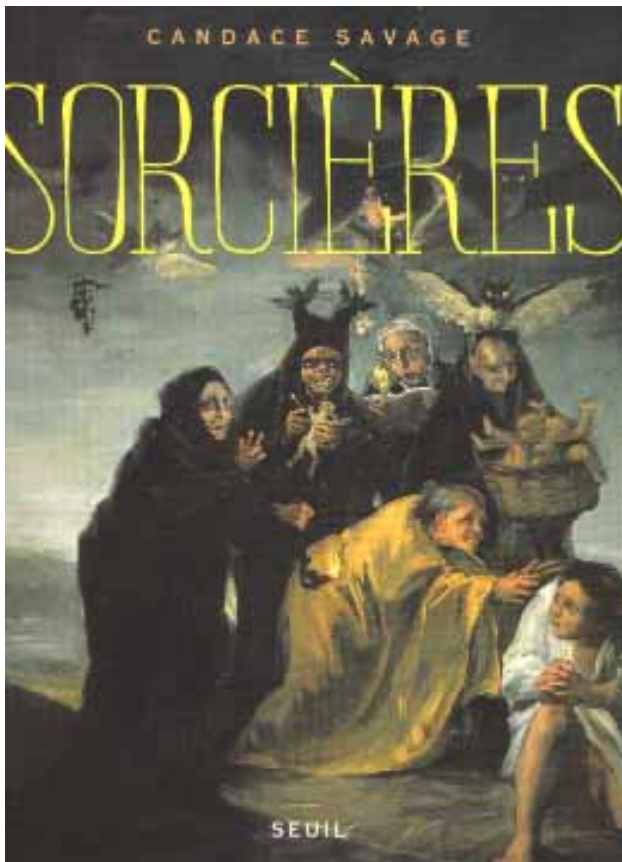
### *Spiritualité : Sur Saint-Ignace de Loyola :*

Jean-Claude DHOTEL, *Qui es-tu Ignace de Loyola ?*, supplément à la revue Vie Chrétienne, n° 155  
J.I. TELLECHEA, *Ignace de Loyola. Pèlerin de l'absolu*, Nouvelle Cité, 1990.  
André RAVIER, *Ignace de Loyola fonde la Compagnie de Jésus*, DDB, 1974.

Ignace de Loyola, *Récit dicté par Ignace à Louis Gonçalves da Câmara*, traduction par Antoine Lauras, s.j., Collection Christus, n°65, Desclée de Brouwer / Bellarmin, 1988 (avec introduction et notes du P. Dhôtel)

Ignace de Loyola, *Exercices spirituels*, traduction et notes de Édouard Gueydan, s.j. et collaborateurs, Collection Christus, Desclée de Brouwer / Bellarmin, 1985 (Il existe d'autres bonnes traductions des *Exercices spirituels*, Texte autographe des Exercices spirituels et Documents contemporains (1526-1615), présentés par Édouard Gueydan, Collection Christus, n°61, Desclée de Brouwer / Bellarmin, 1986, à conseiller pour des gens ayant un intérêt très poussé pour les Exercices spirituels).

### *Esotérisme - Occultisme*



Candace Savage, *SORCIÈRES*, éditions du Seuil, 2000, 128p.

Plus de Cinq cents ans après que la première sorcière a sorti sa main squelettique de l'ombre, elle demeure avec ses descendantes l'incarnation de la fureur et de la rébellion féminines. Ce livre est un récit de leur Histoire à travers les siècles, illustré par des peintures et des dessins qui dépeignent la sorcière sous toutes ses formes : puissante, horrible, séduisante...