AURÉLIE GODEFROY

TODAS SOMOS BRUJAS

60 rituales para conectarse a la fuerza de la feminidad



LAROUSSE

Edición original
Dirección de la publicación: Isabelle Jeuge-Maynart
y Ghislaine Stora
Dirección editorial: Élodie Bourdon
Edición: Mélissa Lagrange
Diseño de cubierta: François Lamidon

Edición en español
Edición: Emili López Tossas
Traducción: Francisco Figueroba Rubio
Corrección: Àngels Olivera Cabezón
Revisión, maquetación y adaptación de la cubierta:
José María Díaz de Mendívil Pérez

© Éditions Larousse, 2019
© LAROUSSE EDITORIAL, S. L., 2025
Bac de Roda, 64, 1.ª planta, local B 08019 Barcelona
www.larousse.es – clientes@grupoanaya.com

Reservados todos los derechos. El contenido de esta obra está protegido por la Ley, que establece penas de prisión y/o multas, además de las correspondientes indemnizaciones por daños y perjuicios, para quienes plagiaren, reprodujeren, distribuyeren o comunicaren públicamente, en todo o en parte y en cualquier tipo de soporte o a través de cualquier medio, una obra literaria, artística o científica sin la preceptiva autorización.

Primera edición digital: febrero de 2025
Edición electrónica sobre la 1.ª edición impresa
ISBN: 978-84-10124-94-3
1E1I

AURÉLIE GODEFROY

TODAS SOMOS BRUJAS

60 rituales para conectarse a la fuerza de la feminidad

LAROUSSE

A Géraldyne, esa bruja que acerca las almas;
sin ella, esta obra no existiría.

A mi equipo de brujas queridas:
Simi, Amandine, Marion, Fleur
Audrey, Louise y Virginie.

Y a mi aprendiz de bruja adorada,
mi hija Philomène.



SUMARIO

INTRODUCCIÓN 11

Preliminares cósmicos a la práctica de los rituales 17

- El libro de las sombras: elaborar un grimorio propio y purificarlo 20
- Cristales y accesorios: el material de la bruja 25
- El altar y el círculo íntimo: prepara un lugar místico para ejercer la magia 32
- Un lugar seguro: purificar y proteger la casa 36
- La paleta encantada: los colores de la magia 41
- El calendario de las brujas: cómo ejercer los poderes cuando es preciso 43
- Un baile con la luna: vivir la magia propia con el astro principal 52

Despierta tus poderes de bruja 59

- El poder del presente: aprender a anclarse 60
- Conexión con la Madre Tierra: aprovecha la energía terrestre 63
- Limpieza espiritual y baños cósmicos: preparar el alma para la magia 66
- El bagaje íntimo: aligerarse para abrazar lo extraordinario 71
- El exilio providencial: aprender a estar sola 76

Encuentro con la naturaleza:
fusionarse con el entorno 79

Encuentra la mujer inspirada
e inspiradora que eres..... 89

La meditación celeste: comunicarse
con el universo..... 90

El anhelo encantado: dejarse guiar por los sueños 97

La varita protectora: ayudar a los demás..... 100

La citrina indispensable: atraer la abundancia 102

La vela mágica: llamar a la suerte 105

La brújula beneficiosa: hacer un viaje
revitalizante 106

La chispa pensante: estimular la creatividad 110

Estar bien en casa: mudarse y que se instale
la felicidad..... 113

Consigue ser la guardiana
de tu feminidad sagrada 117

La mirada de aprobación: reforzar la autoestima 119

La limpieza interior: a la caza de los
pensamientos negativos 121

El campo de luz: protegerse a diario..... 123

La curación sagrada: cuidarse y encarnar
la medicina personal..... 125

Explorar la desnudez: relanzar el deseo sexual 132

El palo lunar: elévate durante las menstruaciones 138

La nueva primavera: vivir bien la menopausia 140

Apacigua tu alma y ábrete
a algo más grande 145

El alba despunta: tener un buen día,
el arranque de la felicidad 147

La buena hada de la autoafirmación: saber decir sí o no 150
El trampolín íntimo: motivarse todos los días 153
El milagro de la aceptación: perdonar o perdonarse 154
El agradecimiento sagrado: expresar y mantener la gratitud 159
Aceptar la depresión para avanzar 162
La noche en la que todo es posible: revitalizarse 164

Desarrolla relaciones encantadas 173
El espejo mágico: abrir el corazón al amor 174
La prueba sentimental: curar un mal de amor 177
El olvido milagroso: deshacerse de una obsesión amorosa 179
La canela amorosa: encontrar el amor 182
La poción desconcertante: hechizar al ser querido 184
Una cena mágica: el refuerzo de la pareja 185
El girasol del recuerdo: reencontrarse con un amigo al que echas de menos 188
El destierro: alejar a una persona tóxica 191

CONCLUSIÓN 197

ÍNDICE DE TÉCNICAS Y RITUALES 199

BIBLIOGRAFÍA 203

ÍNDICE ALFABÉTICO 205



INTRODUCCIÓN

Todas somos brujas, ¿no es cierto? Por muy atrevido que pueda parecer, sí, todas somos brujas. Lo que ocurre es que todavía no lo sabemos, o no del todo, o no estamos seguras. La feminidad es magia y nosotras encarnamos la feminidad. Gozamos de poderes que se ubican en lo más profundo del vientre, de nuestro espíritu y de lo vivido. Poderes que solo necesitan que nosotras los desarrollemos para (finalmente) retomar el control de nuestras vidas, alcanzar una forma de autenticidad, flirtear con una felicidad lúcida y obtener lo que deseamos. En armonía con los demás, con nuestra intuición, con la naturaleza y con la luna es como podemos tomar la vía de lo sagrado y transformar nuestro día a día.

Tienes en tus manos este libro, pero no se trata de coger una escoba vieja que tengas olvidada. Que no te dé ningún miedo: una bruja no es como la pintan. Al contrario de la imagen que pervive en el inconsciente colectivo desde el siglo xv, la bruja no es malvada, diabólica ni una hereje. Tampoco luce una nariz ganchuda, como la de los personajes de Disney.

En realidad, la bruja eres tú, somos nosotras, la vecina, la panadera, aquella chica del metro, la que está sentada en un banco del parque, la que pasea por el bosque o conduce un coche. Conocida como maestra, curandera, depositaria de sabiduría y de rituales ancestrales que cuidan cuerpo y alma, la bruja nos inspira y nos recuerda que todas estamos dispuestas a reconectarnos con nuestra fuerza femenina para gozar de una vida más feliz, más verdadera, más libre. Todas nos tomamos en serio la búsqueda de esa mujer plena que reposa en nosotras, se libera de sus cadenas, ama sin engañarse, se escucha sin mentir, actúa sin presiones.

Porque la bruja es una mujer libre. Es dueña de su destino, escucha su sexto sentido, se apoya en los elementos, se comunica con el universo, asume su sexualidad, se afirma y avanza según sus propias reglas, sus propios principios. Si durante tanto tiempo ha sido fuente de desconfianza, rechazo o eliminación es porque revocaba el orden establecido y no era de aquellas que se conformaban.

Las brujas vienen de lejos. Según la ensayista suiza Mona Chollet, representan a las mujeres que se definen sin los hombres, ya sea aceptándolo o de forma fortuita. Una visión tranquilizante que explica, en parte, tantos siglos de «caza de brujas».

En la Edad Media, y luego sobre todo en el Renacimiento, miles de mujeres acusadas de brujería fueron asesina-

das, un verdadero feminicidio. Hoy en día, los discursos feministas se adueñan de esta realidad, denuncian un fenómeno misógino y se basan en la historia de este «crimen femenino» para recordar que el lugar de las mujeres en la sociedad sigue carente de consideración.

Me llamo Aurélie Godefroy, soy escritora y periodista, y desde hace varios años me apasiona la magia blanca. Ya de niña, me mecían con imágenes atemorizadoras de las brujas que pueblan los cuentos, de la *femme fatale* que comercia con el diablo, hasta los arquetipos cautivadores de la cultura pop. Personalmente, en mis tiempos de estudiante, me dejé impresionar bastante por las pinturas prerrafaelitas, que me permitieron observar de una manera diferente a estas mujeres con poderes fuera de lo común. No cabe duda de que también —y seguramente— me vi influida por mis orígenes; por un lado, de Normandía, con mi bisabuela Philomène, a quien siempre consideré una «sabia-curandera», siempre dispuesta a cuidarme con fórmulas misteriosas y palabras que han tenido en mí un efecto balsámico. Y por el otro lado, la parte de mi familia paterna, procedente de Mongolia, no muy alejada del chamanismo. Mi inclinación, desde mi tierna juventud, por la espiritualidad me ha permitido conocer a numerosas mujeres fuera de lo común, algunas de las cuales siguen siendo amigas mías. Nos vemos con regularidad desde hace ya veinte años, y entre nosotras nos llamamos «las brujas».

Intuitivamente sentía que compartíamos algo especial sin identificar del todo, sobre todo que nuestros rituales se traducían en la búsqueda de «algo más».

Los años pasan, y considero que hoy este viaje al país de la magia es una verdadera vía de desarrollo personal, que ofrece herramientas increíbles para conocernos mejor y avanzar hacia lo más satisfactorio en esta vida... Y es que tengo la convicción de que hay dos cosas que nos deben guiar en nuestro paso por la Tierra: encontrar nuestra verdadera alma para descubrir cuál es la fuente de nuestra luz y, así, comprender cómo transmitirla al mundo, a los demás, por medio de nuestras palabras y nuestros actos (ya sea a nuestros hijos, en el trabajo o en las relaciones).

Por esta razón, no existe nada mejor que los rituales que nos permiten elevarnos por encima del día a día y regalarnos un tiempo de recogimiento. Podemos seguir tradiciones ancestrales o inventar nuestras propias ceremonias uniéndonos a los elementos y a nuestro corazón. Y no se necesita la religión para estos ritos, que no son más que una acción llevada a cabo con una intención consciente en un momento escogido deliberadamente. Los rituales son puntos de referencia en unas vidas trepidantes que nos ayudan a prestar atención a lo esencial. Y existen tantos rituales como personas: puedes realizar uno solo cada vez o combinar varios, ¡tan a menudo como desees!

Esta obra práctica, trufada de ejercicios, fórmulas, secretos y semblanzas de brujas sorprendentes, propone una serie de rituales que te van a ayudar a despertar la bruja que duerme en ti, para, a continuación, abrirte a rituales beneficiosos para tu bienestar, el corazón, la vida profesional, tu equilibrio. ¿Cómo atraer el amor? ¿Cómo estimular la intuición? ¿Cómo alejar la fatiga, tomar buenas decisiones, combatir el estrés? Vas a encontrar todas las respuestas a tus preguntas y, como por arte de magia, te convertirás en la bruja y la mujer maravillosa que ya eres.

PRELIMINARES CÓSMICOS A LA PRÁCTICA DE LOS RITUALES



Para sanar cuerpo y alma, para atraer la suerte, el amor o incluso el dinero, para moldear el destino, pero también el mundo que las rodea, las brujas utilizan sus poderes y su fuerza. Pero ¿cómo lo hacen? Practicando rituales. Como construcción en abismo, los rituales se ponen al servicio de la magia. Son un lugar y un medio de expresión, pero también un «momento» de expresión. Sagrados y al ritmo de una serie de acciones, se practican con regularidad y en las condiciones adecuadas. Por mucho que a veces se improvisen, toda bruja aguerrida sabe que conviene iniciar la práctica en un marco preciso y personal. Y sí, un ritual no se hace de cualquier manera ni en cualquier lugar.

Para empezar, prepararás el terreno elaborando un grimorio y el altar, pero también descubriendo el calendario de la magia y los momentos propicios para que se cumplan tus deseos. Al confeccionar este universo de bruja, te irás conectando a tu futura práctica. A partir de entonces, tu energía interior empezará a desplegarse y tendrá todo el espacio necesario para poder hacerlo... Empieza poco a poco, pasito a pasito y escuchando tus necesidades. Se trata, ante todo, de alejarte de tus costumbres, incluso de tu zona de confort, pero es algo que te va a facilitar y alegrar el día a día. Cada gesto y cada palabra debe realizarse y pronunciarse conscientemente con una intención bondadosa. Entrarás en un plano diferente, particular, así pues, evita las distracciones o todo lo que pueda apartarte de tu objetivo. Volveremos

a tratar el tema, pero también es indispensable llevar a cabo una gran limpieza energética antes de iniciar cada ritual: de una misma, del lugar y de los instrumentos. Abre las ventanas de par en par para deshacerte de toda la energía indeseable o desagradable. Con independencia del objetivo del ritual, dedícalo siempre al bien supremo. Es esencial que la intención y la magia del ritual se utilicen y se pongan en práctica para alcanzar la armonía de todos. Por último, ya sea al principio o al final del ritual, dedica un espacio a la gratitud: ¡nos abre a tantas maravillosas sorpresas en esta vida!

Intención y atención deben ser las dos palabras mágicas que guíen la práctica de tus rituales. Realizar cada gesto con conciencia plena, apagando el piloto automático, permite transportarse a un espacio de magia diferente. Me gustan mucho estas palabras del escritor estadounidense Wayne Dyer, que reflejan la importancia que debemos otorgar a nuestra actitud: «Nuestra intención crea nuestra realidad».

No siempre es fácil abandonar las viejas creencias que nos inculcaron desde la infancia, los condicionantes en los que nos envuelven cuerpo y alma y que nos impiden «elevarnos» si no vamos con cuidado. Cultivar sentimientos positivos para que el corazón, el cuerpo y el alma al completo se dediquen enteramente a la intención que nos hemos fijado nos puede cambiar por completo los esque-

mas de pensamiento, las costumbres y, por lo tanto, la forma de ver la vida.

La práctica de los rituales me hace pensar en el *mindfulness* al que me entrego todos los días (desde no hace demasiado tiempo, pero que me ha cambiado la vida): si bien no siempre es fácil mantener la concentración, puesto que los pensamientos divagan, lo más importante es saber dirigir una y otra vez nuestra atención al instante presente, a las sensaciones, a las emociones y, por supuesto, a la respiración. Y ocurre lo mismo con los rituales: lo más importante es recordar a lo largo del día la intención primera. Y hablando de primeras veces, ¡pongámonos en marcha!

El libro de las sombras: elaborar un grimorio propio y purificarlo

Como bruja, es imprescindible plasmar la práctica y los experimentos en papel. En otras palabras, te invito a que consignes tu «saber mágico» y tus rituales en un cuaderno. Este objeto precioso, llamado «diario de adivinación», «libro de las sombras» o incluso «grimorio» (según te parezca) te va a acompañar en tu día a día.

Cada vez que lo uses y tomes notas, no olvides apuntar la fecha de la práctica, pero añádele también un símbolo. Por ejemplo, si el ritual tiene que ver con el amor, puedes dibujar un corazoncito. Define tus propios símbo-