

Marjorie Bourgoïn



CONNECTEZ-VOUS AU POUVOIR DES MOTS
EN CRÉANT DES LETTRAGES MAGIQUES

LEDUC 
Créatif

Calligraphie sacrée

LIBÉREZ VOTRE CRÉATIVITÉ AVEC LA CALLIGRAPHIE



Grâce à ce guide, partez à la découverte de l'univers sacré de l'écriture – de l'origine des lettres et symboles à l'élaboration de votre propre alphabet, mantras, ou encore de mots intentions –, libérez votre créativité et reconnectez-vous à votre être intérieur.



Initiez-vous au vocabulaire typographique, aux différentes techniques, et laissez-vous guider dans la constitution de véritables rituels méditatifs grâce à des exercices tout en douceur, des pas-à-pas, des sources d'inspiration illustrées, le tout accompagné de touches de magie.



MARJORIE BOURGOIN, directrice artistique et illustratrice, est spécialisée dans le *Do It Yourself*. Elle se fait connaître sous le pseudo *@cococerise* sur les réseaux sociaux. Elle est également l'autrice de plusieurs ouvrages dont *Rituels de sorcières* et *Doodling sacré*, tous deux parus aux Éditions Leduc.



ISBN : 979-10-285-2335-0



16 euros
Prix TTC France

LE DUC
Créatif



Rayon : Loisirs créatifs, ésotérisme

*Calligraphie
Sacrée*

DE LA MÊME AUTRICE AUX ÉDITIONS LEDUC :
Rituels de sorcières, avec Olivia Tampon-Lajarriette, octobre 2020.
Doodling sacré, novembre 2020.

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours... et des cadeaux !
Rendez-vous ici : bit.ly/newsletterleduc

Retrouvez-nous sur notre site www.editionsleduc.com
et sur les réseaux sociaux.



Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable !

« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison.
Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure ! C'est pourquoi nous avons fait le choix de l'écoresponsabilité. Un livre écoresponsable, c'est une impression respectueuse de l'environnement, un papier issu de forêts gérées durablement (papier FSC® ou PEFC), un nombre de kilomètres limité avant d'arriver dans vos mains (90 % de nos livres sont imprimés en Europe, et 40 % en France), un format optimisé pour éviter la gâche papier et un tirage ajusté pour minimiser le pilon ! Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.



Correction : Lea Mariani

Conception graphique, design de couverture et mise en page : Marjorie Bourgoïn

Illustrations : Marjorie Bourgoïn

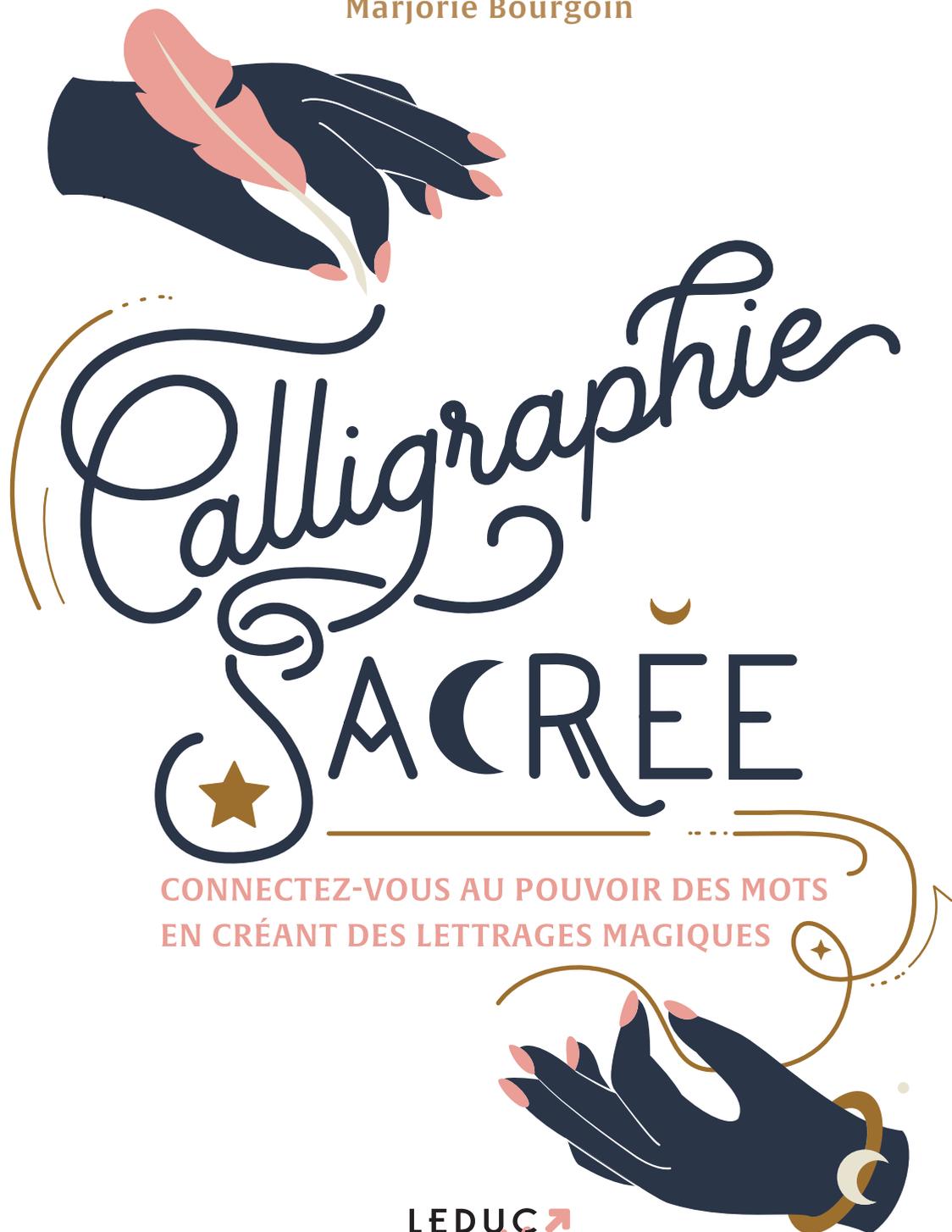
© 2022, Leduc Créatif, une marque des éditions Leduc

10 place des Cinq-Martyrs-du-Lycée-Bufferon

75015 Paris — France

ISBN : 979-10-285-2335-0

Marjorie Bourgoïn



CONNECTEZ-VOUS AU POUVOIR DES MOTS
EN CRÉANT DES LETTRAGES MAGIQUES

LEDUC 
Créatif



Sommaire

Préambule	7
Qu'est-ce que la calligraphie sacrée?	8
<i>Introduction</i>	<i>13</i>
UN PEU D'HISTOIRE...	14
Du dessin à la lettre	15
La lettre comme symbole	17
QUELQUES ALPHABETS	22
INTRODUCTION À LA TYPOGRAPHIE	30
Notions de base	31
Les grandes familles de lettres	33
<i>Premiers pas</i>	<i>37</i>
OUTILS ET MATÉRIELS	38
Crayons et feutres	39
Papier	41
Comment travailler vos lettrages	42
SE FAMILIARISER AVEC LES TRACÉS	44
Exercices d'échauffement	45
DÉCLINAISON DE LA LETTRE	60
Jouez avec la lettre pour créer un symbole	68



Monogrammes et mots intentions 73

LE MONOGRAMME OU LA LETTRE ILLUSTRÉE 74

Choisissez une lettre 75

Créez votre monogramme 76

CRÉEZ VOTRE ABÉCÉDAIRE 84

MOTS SYMBOLES & MOTS INTENTIONS 90

Choisissez votre mot 91

Choix du style et de la composition 94

Créez vos mantras 107

CHOISISSEZ VOTRE PHRASE 108

Le pouvoir des mots et des affirmations positives 109

Créez vos affirmations positives 110

Autres idées de phrases 113

Les calligrammes 114

Créez votre composition 116

Choisissez votre style de lettres 122

HABILLAGE, ORNEMENTS & SYMBOLES 124

PROJETS PAS À PAS 130

MODÈLES DE LETTRES 152

Conclusion 158

À propos de l'autrice 159



Préambule

Calligraphie et magie ! Après une plongée dans l'univers des symboles en écrivant *Doodling sacré*, ce livre arrivait pour moi comme un prolongement logique. Je n'avais pourtant pas prévu d'écrire une suite, tant il me semblait qu'il se suffisait à lui-même. Mais, alors que j'étais en train de réaliser un lettrage, dans cet état de flow — cet état presque méditatif que l'on atteint lorsque l'on est complètement engagé.e dans une activité — une petite lumière s'est allumée ! Et si j'alliais l'écriture aux symboles ? C'est ainsi, tout à fait naturellement, qu'est née l'idée de *Calligraphie sacrée*.

Dans cet ouvrage, je partage avec vous mes découvertes, expérimentations et inspirations créatives, ainsi que quelques méthodes qui m'ont été utiles. Je ne suis pourtant ni calligraphe, ni *lettering artist* reconnue, mais passionnée à la fois par l'apprentissage et par la transmission. J'ai donc beaucoup pratiqué et expérimenté pour trouver des savoirs, idées et astuces à vous transmettre, ainsi que des projets simples à réaliser. Et c'est ce qui me plaît tant lorsque je travaille sur un ouvrage, j'en ressors toujours enrichie !

Je vous souhaite de trouver vous aussi votre plaisir dans la découverte des lettres, des alphabets, et de votre propre processus créatif. N'hésitez pas à partager vos créations sur les réseaux sociaux — où vous me retrouverez sous le pseudo @cococerise — avec le hashtag #calligraphiesacrée.

Je serais ravie de découvrir vos lettrages magiques !



Qu'est-ce que la calligraphie sacrée ?

MOTS, SYMBOLES ET CRÉATION

La calligraphie sacrée, telle que je l'ai imaginée pour ce livre, représente l'union de l'écriture et du pouvoir des symboles.

Les mots servent de messagers entre les personnes, mais aussi entre soi-même et ses émotions. Poser ses mots sur le papier, c'est créer un espace protégé au sein duquel on peut être soi-même, et libérer ce que l'on retient. Écrire nous offre ce pouvoir d'extériorisation qui libère nos pensées de notre juge intérieur.

L'écriture est un outil puissant de connexion et d'introspection. Elle permet de prendre du recul par rapport à son ressenti, en déposant ce qui occupe notre esprit ou nous préoccupe. On écrit ses prières. On écrit ses peines et ses joies. Ses doutes et ses envies. On écrit ce que l'on a sur le cœur tout comme sa part d'ombre, pour enfin évoluer.

Les accords toltèques nous l'enseignent : notre parole doit être impeccable, car les mots peuvent devenir poison. Mais ils sont aussi remèdes, faisant de l'écriture une merveilleuse thérapie.

Écrire permet de matérialiser une pensée, une envie, en l'ancrant dans la matière et en la libérant. La création d'une calligraphie ou d'un lettrage sacré, par l'acte de création intentionnel et l'ajout de la puissance des signes et images magiques, telle que je vous invite à le faire dans ces pages, renforcera d'autant plus sa puissance.

Dans *Doodling sacré*, je vous montrais comment créer un puissant symbole à partir d'une affirmation positive à l'aide des sigils, des sceaux ou figures graphiques en combinant et en stylisant les lettres d'une phrase qui incarne votre souhait ou intention.

Avec *Calligraphie sacrée* je souhaite rendre à l'écriture, aux mots et aux lettres leurs pouvoirs symboliques originels.



COMMENT UTILISER CE LIVRE ?

Les premières pages de cet ouvrage sont consacrées à la découverte : des origines de l'écriture à l'exploration d'alphabets magiques ou surprenants, en passant par la symbolique de la lettre.

Dès la deuxième partie, les pages font la part-belle à la pratique !

J'ai construit les chapitres en allant vers une difficulté croissante : de l'écriture simple, à l'embellissement de lettre, puis le tracé de mot, pour finir par la création de vos mantras illustrés. Mais vous pouvez tout à fait piocher parmi les projets qui vous inspirent, les notions qui pourraient vous manquer seront toujours liées dans le texte.

Ce livre vous invite à aller plus loin que la définition classique des lettres et à les envisager selon leur différentes expressions : forme, symbolique ou signification originelle.

Vous trouverez de nombreuses pages d'entraînement pour tracer des lettres, des exercices simples pour libérer votre créativité et vous amuser, des astuces pour apporter de la magie à vos créations, mais aussi des projets pas à pas pour réaliser une composition de A à Z. La plupart des modèles proposés dans cet ouvrage sont disponibles au téléchargement sur le site des éditions Leduc, pour vous permettre de continuer à pratiquer certains exercices en imprimant vous-même les modèles.

Vous pourrez créer ces calligraphies sacrées pour de nombreuses occasions :

- ▷ pour poser vos intentions à la nouvelle lune ;
- ▷ pour accompagner certains de vos rituels ou méditations ;
- ▷ pour décorer votre bullet journal ;
- ▷ pour offrir à vos proches ;
- ▷ pour le plaisir de faire vous-même et de créer ;
- ▷ ...



BIEN SE PRÉPARER

La calligraphie et le lettrage, comme toute pratique créative, permettent de se recentrer et de se connecter à soi. En créant un cadre propice, vous pourrez davantage profiter de la magie de ce moment créatif. Voici quelques conseils simples vous y aider.

- ▷ Choisissez un espace agréable chez vous et faites-en votre espace créatif et sacré. Apportez des objets que vous aimez, allumez une bougie ou de l'encens, mettez une musique qui vous apaise et installez-vous confortablement.
- ▷ Prenez le temps de revenir à vous. Fermez les yeux, souriez, et effectuez quelques respirations profondes et conscientes. Vous pouvez aussi méditer quelques minutes si vous en avez l'habitude.
- ▷ Si vous créez avec une envie particulière (une affirmation ou un mantra), commencez à y penser dès maintenant, pour d'ores et déjà canaliser votre énergie et vous mettre en harmonie avec cette intention.

Au fil des sessions, vous créerez vos propres rituels de créations.

INTRODUCTION

Lettres & alphabets



Dans cette première partie, nous partons à la découverte des origines de nos lettres, de leur signification en tant que symbole, et de quelques alphabets singuliers. Nous en profiterons pour aborder la terminologie propre à la typographie qui vous sera utile pour vos créations calligraphiques.

UN PEU D'HISTOIRE...



Du dessin à la lettre

Nous savons aujourd'hui que le dessin fut l'un de nos premiers moyens d'expression, avant même l'apparition du langage. Lui seul nous permettait alors de matérialiser des événements ou des émotions. Pensez par exemple aux saynètes illustrant le quotidien qui s'affichaient dès l'âge de pierre sur les murs des grottes de nos ancêtres.

Avec le temps, ces dessins sont entrés en relation directe avec des phrases, des mots puis des syllabes : c'est ainsi que les premiers éléments de langage sont nés.

Le concept d'écriture est apparu lorsque ces signes commencèrent à être agencés entre eux, horizontalement ou verticalement.

Les premiers signes graphiques représentant le sens d'un mot furent les idéogrammes. C'est le cas de langues anciennes, comme les hiéroglyphes et le maya, ou actuelles comme les idéogrammes chinois et les kanjis japonais.

On parle dans ce cas d'écriture figurative.



**Exemples d'idéogrammes mayas (col. 1), aborigènes d'Australie (col.2)
et chinois (col. 3)**