

LE NETTOYAGE ÉNERGÉTIQUE

Par Esteban Frederic

Tout le monde a connu des intuitions. La voyance se traduit par «une vision claire», ce qui signifie que des événements au-delà de nos perceptions normales sont reçus comme si une antenne invisible captait un signal lointain. Il existe de nombreux types de voyance, tels que la clairaudience, la clairsentience et la claircognition. Imaginez être conscient que votre sens psychique est une antenne qui vous connecte aux subtilités du monde qui vous entoure. Il puise dans les émotions, les pensées et les motivations cachées des autres, ainsi que les énergies de l'environnement et du cosmos.

Cela semble un peu... déroutant peut-être? Que vous pratiquiez intuitivement ou que vous commenciez tout juste à exploiter votre côté psychique, les pratiques suivantes peuvent vous aider à nettoyer votre corps, votre esprit et même votre environnement d'énergie stagnante, ce qui vous permettra d'avoir des jours meilleurs et des vibrations plus élevées.

Le pouvoir de l'intention

L'aspect le plus important du nettoyage énergétique est l'intention; tout acte avec suffisamment d'intention derrière lui devient magique. La vie aura toujours sa juste part de jours et d'interactions difficiles, il est donc important d'apprendre à libérer la colère, la tristesse ou la peur qui accompagnent la vie.

Ayez confiance que votre intention d'effacer la négativité aura un réel impact. Nous oublions souvent la quantité de pouvoir que nous avons dans nos vies, mais la pratique du nettoyage énergétique peut renouveler l'autonomie personnelle en nous aidant à apprendre à faire confiance à nos propres capacités magiques.

La sauge

C'est sans doute la forme la plus populaire de nettoyage énergétique : la combustion rituelle de la sauge, du Palo Santo ou d'un autre encens de votre choix. Allumez l'encens que vous avez choisi et laissez la fumée s'enrouler autour de votre corps, visualisant toute émotion ou pensée négative s'évaporant dans l'air. Les espaces sont nettoyés de la même manière et avec la même intention. Déplacez-vous dans votre maison, en laissant la fumée toucher chaque coin et chaque porte. Ouvrez les portes et les fenêtres et visualisez toute la négativité quitter l'espace.

Les bains au sel

Le sel est un minéral puissant. Ses propriétés antibactériennes en font un aliment de base dans l'alimentation humaine depuis des milliers d'années, aidant à préserver les aliments et à traiter diverses conditions de santé.

Si vous vous sentez énergiquement drainé et lourd, pensez à un bain à base de sel. Ajoutez une quantité de sel d'Epsom ou de sel marin à l'eau de votre bain et éliminez la négativité.

Votre âme et votre corps vous remercieront. De plus, un bain de sel chaud apaise les douleurs musculaires et les articulations. Vous n'avez pas de baignoire? Remplissez un seau de sel et d'eau chaude et versez-le sur vous, en visualisant les mauvaises vibrations qui s'écoulent. Vous pouvez également vous baigner dans l'océan ou tout autre plan d'eau naturel pour nettoyer et purifier votre énergie.

Son et vibration

La musique est un guérisseur incroyable, et l'utilisation rituelle du son se retrouve dans les cultures du monde entier. Du chant à la sonnerie des cloches, le son est utilisé pour effrayer les mauvais esprits, éliminer l'énergie stagnante et augmenter la vibration d'un espace. Que vous assistiez à un concert de bols en cristal ou que vous écoutiez simplement de la musique relaxante, la musique élève et apaise le système nerveux. Chanter des mantras ou chanter votre chanson préférée peut aussi vous remonter le moral et oxygéner votre corps.

=>Voyance et musique, de surprenants points communs

Vous vous sentez mal? Mettez quelque chose de joyeux qui vous donne envie de danser. Imaginez les soucis qui quittent votre espace. Utilisez ces tonalités pour vous débarrasser des énergies indésirables et pour appeler ce que vous désirez.

Ancrage

L'ancrage à la terre est essentielle. Afin de créer l'expérience que nous voulons, nous devons être dans le moment présent, vivre pleinement la vie. Il n'est pas rare de perdre un sentiment de stabilité lorsque nous sommes enlisés énergiquement.

Voici un rituel d'ancrage simple que vous pouvez faire à tout moment. En position assise ou debout, calmez votre esprit et visualisez la partie inférieure de votre corps comme un arbre. Vos pieds sont vos racines, plongeant profondément dans le sol. Imaginez-les poussant à travers les rochers jusqu'à ce qu'ils atteignent le centre même de la Terre. Imaginez que vos racines sont ancrées au cœur de la planète, soutenues et protégées. Visualisez maintenant toute peur, anxiété ou douleur passant par vos pieds dans le sol.

La guérison énergétique

La pratique de nettoyage énergétique est incroyablement bénéfique, et les méthodes ci-dessus peuvent grandement améliorer votre bien-être et votre champ énergétique. Mais même ainsi, la vie peut devenir écrasante, et parfois nous avons tous besoin d'un coup de main. Si vous avez encore du mal à lever le brouillard mental ou émotionnel d'une période particulièrement difficile, planifier une guérison énergétique comme le reiki peut être incroyablement utile.

Il existe d'innombrables méthodes de guérison énergétique parmi lesquelles choisir, et certaines pratiques résonneront en vous. En posant simplement ses mains ou en faisant une prière rituelle, un guérisseur peut vous aider à déplacer les énergies subtiles de votre corps, permettant ainsi un meilleur flux et un meilleur équilibre.