

2. Attention spéciale pour le milieu de la tête et la racine. Enraciner quelqu'un

L'enracinement

La troisième étape d'un soin est l'enracinement de la personne avec laquelle tu travailles. Enraciner est d'être connecté avec la terre via la gravitation. Dans la gravitation, nous voyons l'amour de notre mère la terre pour tous les êtres vivants. N'est-ce pas que la terre nous attire constamment, comme une mère tire son enfant à elle? Enraciner est nous donner à la gravitation, à l'amour qui nous attache à la terre.

La corde de la racine nous aide à être concrets, réalistes, sûrs et stables, en bref d'avoir les deux jambes sur le sol.

En outre, une bonne connexion avec la terre est essentielle pour la manifestation de toi-même. Pas pour montrer ton importance, mais effectuer les concrétisations de tes buts. Chacun vient sur terre avec des buts spécifiques, comme la réalisation des idéaux ou des projets. On peut seulement le faire quand on se connecte avec la terre, comme chaque bâtiment a besoin d'une fondation avant qu'on ne puisse commencer à bâtir.

S'enraciner est salutaire pour tous, mais spécialement pour des gens qui s'occupent avec des choses irréalistes, qui ont des angoisses, qui sont sans limites et qui ont une existence très incertaine. L'absence d'un enracinement peut aller ensemble avec des problèmes psychiques comme des hallucinations. Enraciner est bien aussi pour la santé physique et aide de prévenir des problèmes, spécifiquement dans les pieds, les jambes et le ventre. Être bien enraciné est numéro un en route vers la santé corporelle et psychique.

Préparation

1. Ferme les yeux, respire lentement et profondément. Observe comment avec chaque respiration, tu te détends de plus en plus, comment tu approfondis ta transe. Prends du temps pour revenir chez toi avec chaque respiration, dis ton nom à l'intérieur de toi-même et sens la vibration de ton nom parcourir tout ton corps.

Imagine que l'énergie de toi qui n'est pas encore ici, mais ailleurs, revient à toi. Essaie de siffler tes énergies de revenir vers toi, ta propre énergie reconnaît très bien ton sifflement, inaudible peut-être pour des autres, mais ta propre énergie y écoute infailliblement.

Vois et sens ton énergie revenir dans ton corps comme des couleurs, comme une atmosphère ou comme des mouvements.

Détache tous les gens et tous les événements du jour.

Éprouve ta propre atmosphère à l'intérieur de toi.

Quand tu ramènes ainsi ta propre vérité, tu observeras qu'il deviendra de plus en plus facile de te détendre.

Si nécessaire, tu pourrais aussi diminuer ton analyseur encore un peu, jusqu'à ce que tu aies un ton confortable dans la tête.

Depuis le milieu de la tête, tu crées une tranquillité profonde.

Éprouve la paix d'être là.

2. Depuis le milieu de la tête, tu laisses maintenant descendre ton attention, avec la gravitation, vers tes fesses. Fais une connexion avec la terre et descends avec l'aide de la gravitation dans la terre. Passe par les couches foncées.

Finalement, tu arrives au centre de la terre où il se trouve une grande lumière blanche, là-bas il est clair comme un cristal. Dans la lumière blanche règne la confiance absolue.

Cette lumière claire est de la qualité de la lumière d'Être Suprême, comme tu as éprouvé déjà, quand cette lumière est venue des cieux, passée par ton soleil et entrée en toi.

Tu peux trouver cette même qualité au centre de la terre. Sens que tout soit bien à ce centre de lumière blanche. Éprouve l'acceptation complète et l'amour inconditionnel pour tout ce que tu es.

Laisse monter cette lumière dans ta racine. Et laisse monter ton attention au milieu de ta tête. Sois un avec la lumière blanche du centre de la terre.

3. Tire ton aura serrée autour de toi, et nettoie-la. Fais l'aura complètement de toi: toutes les idées, expectations, ou jugements des autres, qui te limitent d'être toi-même, sont pris par un vent nettoyant.

4. Laisse l'énergie de ton soleil entrer dans l'aura et le corps.

5. Nettoie la pièce par l'évacuation des énergies difficiles, par la racine de la pièce. Pose cette pièce dans une énergie en or.

6. Teste ta neutralité, par une grande vague qui passe sans aucune résistance.

7. Laisse couler les énergies du ciel et de la terre et trouve l'équilibre entre les deux.

8. Ouvre les centres des pieds et des mains et laisse couler de l'énergie par les jambes et les bras.

9. Ouvre les centres du corps, nettoie-les et pose chacun dans sa propre couleur, ou dans une couleur préférée, en ce cas la même couleur pour tous les centres.

Maintenant, on ferme les trois centres les plus bas: le centre de base, le centre sacré et le plexus solaire. On ferme leurs pétales et quand on n'est pas sûr qu'ils restent fermés, on les couvre avec une matière fortement isolante. Parfois, il est nécessaire de fixer l'isolant avec des cordes autour le corps.

10. Visualise ton sanctuaire et entre, sois vraiment là et observes les qualités de cet espace.

Va à la rencontre de ton guide, demande-lui de t'aider dans toutes les circonstances.

11. Formule la prière de soumission et de dévotion aux puissances les plus élevées.

Finis la méditation.

Observer et décrire la racine. Aider quelqu'un à s'enraciner

Avant de commencer avec l'enracinement n'oublie pas de faire le rituel du Hello et la demande de la permission. On le fait assis en vis-à-vis.

Maintenant, prends position derrière la personne et pose les mains sur les épaules. Sois conscient de toutes les pointes de préparation. Demande le nom de la personne.

Obtiens une impression de la racine. Fais attention aux points suivants:

- la racine, est-elle bien connectée avec le premier centre et le centre de la terre?
- la racine, est-elle claire et propre ou a-t-elle besoin d'un nettoyage?
- quelle couleur ou quelles couleurs se trouvent dans la racine?
- existe-t-il un besoin à une couleur spécifique?
- quelle est l'épaisseur de la racine, est cette épaisseur optimale?
- se trouve-t-il de l'humour dans cette racine?

Chacun est différent et chacun a sa propre manière de se manifester et de se connecter avec la terre. L'intention est d'aider l'autre personne avec sa propre manière d'enraciner. Il n'a aucune utilité d'offrir à l'autre ta propre manière de s'enraciner.

Quand tu as une queue de lion avec pompon, ce n'est pas la solution pour tout le monde. Il est important d'être intuitif, d'essayer de faire une connexion avec l'essentiel de cette personne. Depuis son essentiel, il est possible de donner des suggestions pour une amélioration de l'enracinement, les suggestions que tu donnes sans mots, mais avec ton pouvoir de visualisation. Elles ne doivent jamais être impératives. Le respect pour la liberté de l'autre est central et ta neutralité doit t'aider pour laisser libre l'autre personne, quand il ou elle ne veut pas changer. Tu offres des suggestions, mais c'est à l'autre de les accepter.

Par exemple, quand tu essayes de soigner quelqu'un avec une racine grise et tu détestes la couleur grise, tu ne commences pas à colorer cette racine avec des couleurs gaies, mais tu dois premièrement accepter la couleur grise avec un grand hello. Ensuite, tu vas voir si la racine est bien connectée avec le corps et avec le centre de la terre. Sinon, tu donnes à la racine la suggestion de faire des connexions. Le plus d'espace tu donnes, le plus facile le changement aura lieu. Tu observes dans ton imagination que la racine devient argent, ou quelque chose différente. Avec cette intention neutre et libre, tu t'occupes avec tous les points d'attention concernant la racine. Depuis la réalité de l'autre, tu donnes les suggestions pour l'amélioration de l'enracinement. Avec tes mains sur les épaules, tu envoies les suggestions de la personne elle-même vers sa racine.

Tu pourrais aussi appeler le centre de la terre et demander un complément pour la corde d'enracinement. La terre est l'experte dans le sujet d'enracinement et toujours prête à aider. Dis dans toi-même le nom de la personne et observe quelle information ou quelle énergie la terre laisse monter.

Une fois il ou elle a obtenu une bonne racine, tu t'imagines que toute la tension ou stress s'écoule par la racine. Aussi des énergies gênant d'autres personnes sont évacuées.

Évidemment, tu pourrais aussi trouver quelqu'un très bien enraciné, soit par nature soit par entraînement. En ce cas, on ne doit rien faire!

Maintenant, nous faisons des combinaisons pour travailler ensemble. Une fois fait le premier enracinement, on change de rôle.

Finition, séparation et protection

1. Pour finir notre travail ensemble nous allons découvrir trois pointes physiques différentes entre toi et l'autre. Par exemple concernant les vêtements, les couleurs des cheveux, le corps, etc.

Sois conscient depuis le centre de ta tête de ton propre corps et éprouve les trois différences corporellement (je suis moi et tu es toi).

2. Va contrôler si tu as pris des énergies d'une autre personne, qui sont arrivées dans ton aura. Laisse-les colorer en une couleur foncée et laisse les retourner vers le soleil de cette personne. Les énergies savent bien d'où elles sont venues et retournent automatiquement.

3. Allume l'aimant de ton soleil et attire toutes les énergies que tu as involontairement perdu. Laisse ces énergies revenir dans ton système énergétique. Quand tu as travaillé avec quelqu'un et a donné des énergies guérissant, tu les laisses évidemment sur place.

4. Observe si tu as créé des cordes avec quelqu'un. Détache ces cordes doucement, sans blesser le centre avec lequel elles sont connectées.

5. Découvre comment ton énergie est activée par le travail avec l'autre. Dis hello aux images qui se sont éveillées. Il est maintenant possible de neutraliser les images correspondantes. Quand tu ne peux pas voir ou sentir des images identiques, tu les laisses exploser néanmoins, dans une manière abstraite. Imagine que toutes tes images identiques se présentent dans tes énergies comme des petites grenouilles. Dis aux grenouilles que la fleur qui se trouve devant toi est bien humide, idéale pour des grenouilles. Laisse-les sauter et laisse exploser la fleur.

6. Sois conscient de cette pièce, observe les énergies dedans. Quand il existe des énergies d'une couleur foncée, laisse les disparaître par la racine de la pièce. Remplis la pièce avec une énergie dorée.

7. Ferme les 4 centres en haut un peu, jusqu'à ce qu'ils aient l'ouverture de la vie normale. Fais-le avec attention et centre par centre. Ouvre les trois centres en bas jusqu'à ce qu'ils aient leur ouverture normale. Pour une bonne protection, place un cercle ou une croix de lumière dans tous les centres.

8. Dis merci à ton guide personnel ou au maître intérieur pour l'aide qu'il a donné. Crée une séparation psychique entre toi et le guide, et place-lui un peu à distance, si tu le voudrais. Sens de la gratitude, au lieu de l'orgueil, et te rends compte qu'avec chaque méditation ou soin, tu t'as approché la Lumière.

9. Sois conscient de ton enracinement et communique avec la terre. Sens couler ton énergie d'une manière facile et détendue.

10. Laisse ton soleil illuminer tout ton aura. Laisse la lumière de ton soleil remplir tous les centres et aussi ton corps. Sois heureux et quand il n'est pas possible d'être heureux, cherche l'endroit où le bonheur bloque, élimine le blocus et remplis l'endroit avec la lumière de ton soleil. Sois encore complètement heureux en harmonie avec ton Soi Supérieur.

11. Contrôle ta respiration, soit au milieu de ta tête avec une racine bien solide.

Finis la méditation par te pencher et retourne avec ton attention dans la vie normale.

Exercices

Applique aussi les points de finitions après un contact normal, quand tu te sens encore plein d'influences des autres, par exemple, tu entends la voix de l'autre, tu as des émotions qui tu ne connais pas de toi-même, tu agis d'une manière qui n'est pas la tienne ou tu es devenu sans sentiments ou émotions.

Enracine tous les gens dans ton environnement, après un grand hello et la demande de la permission.

Enraciner est une excellente première aide en cas d'accidents ou d'une soudaine angoisse. Seulement toucher quelqu'un a déjà un effet enracinant. On le fait intuitivement quand quelqu'un est dérangé.