

RITUELS
D'ANCRAGE

*Les secrets oubliés
d'Alicia*



« Toute représentation ou reproduction, intégrale ou partielle, faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause, est illicite (article L. 122-4 du Code de la propriété intellectuelle). Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle. Le Code de la propriété intellectuelle n'autorise, aux termes des alinéas 2 et 3 de son article L.122-5, d'une part, que les copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective, et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration ».

Alicia Renou

RITUELS
D'ANCRAGE

*Les secrets oubliés
d'Alicia*



TABLE DES MATIÈRES

- L'Ancrage **12**
- Comment purifier
votre pierre ? **14**
- Comment recharger
votre pierre ? **16**
- Rituel d'Ancrage
simple **18**
- Rituel d'Ancrage
profond **20**
- Rituel d'Ancrage
quotidien **22**
- Rituel d'Ancrage
sur l'abondance
dans votre vie **24**
- Rituel d'Ancrage
axé sur la confiance
en soi **27**
- Rituel d'Ancrage axé
sur l'amour de soi **30**
- Rituel d'Ancrage axé
sur votre lâcher-prise **33**
- Rituel d'Ancrage
sur la guérison
émotionnelle **36**
- Rituel d'Ancrage sur la
guérison physique **39**
- Rituel d'Ancrage
pour stimuler votre
élévation spirituelle **42**
- Rituel d'Ancrage
pour retrouver votre
paix intérieure **45**
- Rituel d'Ancrage sur
l'acceptation de soi **48**

Rituel d'Ancrage
pour surmonter
le deuil d'une
personne proche 51

Rituel d'Ancrage pour
vous accompagner lors
de votre maternité 55

Rituel d'Ancrage pour
apaiser vos émotions 58

Rituel d'Ancrage
pour vous protéger
énergétiquement de
votre environnement 62

Rituel d'Ancrage
pour retrouver votre
harmonie familiale 66

Rituel d'Ancrage
pour aider à votre
harmonie intérieure 71

Rituel d'Ancrage
pour surmonter un
traumatisme vécu 75

Rituel d'Ancrage pour
vous aider à faire face
à la peur de la mort 79

Rituel d'Ancrage pour
ouvrir son cœur et se
connecter à lui 83

Rituel d'Ancrage
pour surmonter
vos addictions 86

Rituel d'Ancrage
pour stimuler votre
motivation 90

Rituel d'Ancrage
pour apaiser vos
peurs constantes 94

Rituel d'Ancrage pour
dissiper vos phobies 98

Rituel d'Ancrage
pour optimiser votre
concentration **101**

Rituel d'Ancrage pour
vous aider à faire face
à votre colère **129**

Rituel d'Ancrage
pour rompre avec des
relations toxiques **105**

Rituel d'Ancrage lié à
la blessure de rejet **109**

Rituel d'Ancrage en
lien avec la blessure
d'abandon **113**

Rituel d'Ancrage en
lien avec la blessure
de la trahison **117**

Rituel d'Ancrage en
lien avec la blessure
d'injustice **121**

Rituel d'Ancrage en
lien avec la blessure
de l'humiliation **125**





Je me prénomme Alicia, Bio-Énergéticienne et Maître Enseignante REIKI, et avec mes années d'expérience dans le domaine de la pratique de rituels, du développement personnel et de la spiritualité, j'ai pu mettre en pratique de nombreux protocoles, j'ai pu développer, enrichir mes connaissances sur mon propre terrain de découverte et, également, celui de mes clients.

Mon parcours m'a permis d'explorer et de partager les bienfaits des énergies naturelles, de la guérison énergétique et des rituels pour aider chacun à trouver l'harmonie intérieure, la croissance personnelle et la connexion spirituelle.

Mon engagement est d'accompagner chaque personne dans son voyage vers le bien-être et l'épanouissement, en utilisant des outils et des connaissances que j'ai développés au fil des années.

Je suis ravie de pouvoir vous aider à explorer votre propre chemin vers la guérison, l'énergie positive et la transformation intérieure.

J'espère que ces rituels seront vos alliés pour un avenir serein & épanouissant,

Très belle lecture à vous,

Très belle pratique,

Avec toute ma bienveillance,


Alicia.


Petits et grands chercheurs de l'énergie ! Imaginez que l'ancrage soit comme la vedette d'un spectacle énergétique. Il s'élève majestueusement pour nous rappeler la magie qui émane de la Terre. C'est le moment où la nature nous fait signe en disant : « Venez, plongez dans mes racines énergétiques et découvrez les mystères de la vie ! »

L'ancrage est comme le gardien des énergies terrestres, le protecteur de la vitalité, et l'inspirateur des âmes. Il nous invite à nous connecter avec notre essence fondamentale, à libérer notre puissance intérieure, et à nous laisser envelopper par les forces terrestres.

Alors, que vous soyez un praticien chevronné, un aspirant spirituel ou simplement un admirateur de la vie et ses secrets, joignez-vous à nous pour une odyssée dans l'ancrage. Que vos rituels soient empreints de découvertes, d'inspiration et de gratitude envers la puissance qui réside en chaque ancrage, en chacun de vous.


Savez-vous que certaines influences énergétiques positives associées à l'ancrage peuvent vous aider quotidiennement à votre alignement, à votre équilibre. En maîtrisant votre ancrage, vous aller retrouver votre :


 **stabilité émotionnelle** : l'ancrage peut favoriser un état émotionnel équilibré en aidant à réguler les fluctuations émotionnelles et en procurant un sentiment de calme intérieur.

 **clarté mentale** : en favorisant la connexion avec la terre, l'ancrage peut aider à clarifier les pensées et à améliorer la concentration, permettant ainsi une meilleure prise de décision.

 **confiance et sécurité** : l'ancrage renforce souvent le sentiment de sécurité intérieure et favorise la confiance en

soi, ce qui peut aider à affronter les défis de la vie avec plus de fermeté.

 **amélioration de la connexion spirituelle** : en cultivant un lien plus profond avec la terre, l'ancrage peut renforcer la connexion spirituelle globale et favoriser un sentiment d'unité avec l'univers.

 **réduction du stress** : en favorisant la présence dans le moment présent, l'ancrage peut aider à réduire le stress, l'anxiété et les pensées négatives, favorisant ainsi une sensation de détente et de bien-être.

Retrouvez ici des rituels à pratiquer pour vous connecter à vos racines, retrouver votre équilibre, votre ancrage, la clé de votre stabilité.

C'est avant tout, un lien extrêmement puissant entre vous & vous !











Qu'est-ce que l'Ancrage ?

Lors de mes pratiques, en soins énergétiques ou pendant mes enseignements REIKI, je parle d'ancrage, d'être ancré, de l'enraciner... mais c'est quoi exactement ?

Imaginez-vous comme un arbre zen en pleine croissance, bien enraciné dans la terre et dans l'instant présent. Être ancré, c'est un peu comme avoir une connexion directe avec la nature ! Cela signifie être pleinement conscient de son corps et du monde qui nous entoure. C'est une invitation à se poser, à s'ancrer dans le réel, et à ressentir cette douce sensation de stabilité et de sécurité.

Travailler quotidiennement votre ancrage vous aidera à avoir :

-  moins de pensées négatives,
-  un sentiment de sécurité renforcé,
-  un mode « détente » activé,
-  une énergie boostée,
-  un remède anti-stress et anti-migraine,
-  une super dose de sérénité, peu importe le chaos autour de nous,
-  une meilleure acceptation de soi et de la vie,
-  et bien plus encore !

Ce livre a été conçu pour vous accompagner dans votre quotidien. Chaque rituel est lié à une thématique, thématique que l'on peut rencontrer tous les jours. Travailler son ancrage en ciblant votre besoin du moment vous aidera en profondeur à

traverser ses vagues énergétiques tumultueuses et vous apporter un appui jour après jour.

Chaque rituel est proposé avec une méditation. Méditation que je vous invite à pratiquer en lien avec votre recherche d'ancrage ciblé. Vous pouvez vous enregistrer et pratiquer quand cela vous semble approprié, si cela est compliqué pour vous de vous entendre, demander à un(e) ami(e) de vous accompagner dans votre cheminement et peut-être sera-t-il/elle heureux(se) d'y participer et vous prêter sa voix pour trouver votre voie.

Alors, prêt(e) à devenir un véritable maître de l'ancrage et à vous connecter à notre terre mère ?

Belle rencontre entre vous & vous, car au final, c'est une histoire personnelle, liée à chaque individu. Une reconnexion à vous, et votre nature profonde, vos racines, votre histoire.

Belle découverte, bel ancrage !


Certains de ces rituels font appel aux bienfaits des pierres naturelles. Ils vous sont signalés par les symboles « ♦ ».


Avant chaque utilisation, pensez à bien les purifier et recharger pour bénéficier de tous leurs bienfaits. À chaque fin de rituel, gardez près de vous la pierre utilisée et profitez de sa diffusion énergétique et de son soutien pour renforcer vos souhaits, et visualisations.


Comment purifier votre pierre ?





Purifier une pierre naturelle est une étape importante pour enlever les énergies indésirables et rétablir sa vibration naturelle. Voici quelques méthodes couramment utilisées pour purifier les pierres naturelles :


 Eau saline : plongez la pierre dans de l'eau salée pendant quelques heures à une nuit. Assurez-vous d'utiliser de l'eau salée non iodée. Après le trempage, rincez-la à l'eau claire pour éliminer le sel, car il peut endommager certaines pierres.

 Eau claire : rincez la pierre sous l'eau courante pendant quelques minutes tout en visualisant l'énergie négative s'écoulant hors d'elle ou laissez-la tremper quelques heures à une nuit. Rincez-la bien, et séchez-la après.

 Saugé Blanche ou Palo Santo : passez la fumée de saugé blanche ou de Palo Santo autour de la pierre pour la nettoyer énergétiquement. Assurez-vous de bien aérer la pièce pendant ou après ce processus.

 Son : utilisez un bol chantant, une cloche, ou un instrument de musique, comme un carillon éolien pour émettre des vibrations sonores autour de la pierre. Elles aident à éliminer les énergies stagnantes.

 Terre : enterrez la pierre dans la terre pendant quelques jours. La terre agit comme un agent de nettoyage naturel.

 Sel gemme : placez la pierre sur un lit de sel gemme (comme du gros sel marin ou du sel de l'Himalaya) pendant quelques heures à une nuit. Assurez-vous que la pierre n'est pas en contact direct avec le sel, car cela peut endommager certaines pierres. Utilisez un récipient ou un tissu pour les séparer.

Lorsque vous purifiez une pierre, visualisez l'énergie négative se dissolvant et la pierre se chargeant d'énergie positive et de lumière. Une fois purifiée, votre pierre sera prête à être programmée pour un usage spécifique ou à être portée comme talisman.