Rituel pour dissiper les pensées négatives

 © Activité-Paranormale 2009-2025

Matériel nécessaire :

- Une bougie blanche
- Un petit miroir
- Un morceau de quartz clair
- Une feuille de papier et un stylo

Étapes du rituel :

- Trouvez un endroit calme et installez-vous confortablement.
- Allumez la bougie blanche, symbole de purification et de lumière positive.
- Placez le miroir devant vous, face réfléchissante vers le haut.
- Tenez le quartz clair dans votre main dominante.
- Fermez les yeux et respirez profondément trois fois.
- Ouvrez les yeux et regardez votre reflet dans le miroir.
- Récitez l'incantation suivante en latin trois fois :

"*Mentem meam libero a tenebris, Lux positiva me circumdat,*
Cogitationes negativas expello,
Pacem et serenitatem invoco."

- Tout en tenant le quartz, visualisez une lumière blanche et apaisante qui enveloppe votre corps et votre esprit, chassant toute pensée négative.
- Sur la feuille de papier, écrivez une affirmation positive que vous souhaitez intégrer dans votre vie.
- Placez le papier sous le miroir et le quartz sur le dessus.
- Laissez la bougie se consumer complètement (ou éteignez-la si nécessaire, en la rallumant les jours suivants pour renforcer le rituel).
- Gardez le miroir, le quartz et l'affirmation près de votre lit ou dans un endroit où vous les verrez quotidiennement.

Répétez ce rituel aussi souvent que nécessaire pour renforcer son effet et maintenir un état d'esprit positif.

 © Activité-Paranormale 2009-2025