Pour entrer en communion avec la nature



© Activité-Paranormale 2009-2026

Préparation :

- Choisissez un endroit calme dans la nature (forêt, jardin, parc)
- Apportez des offrandes naturelles (graines, fruits, fleurs)
- Munissez-vous d'une bougie verte et d'encens aux herbes

Rituel :

- Formez un cercle avec des pierres ou des branches
- Allumez la bougie et l'encens au centre
- Asseyez-vous et respirez profondément, en vous concentrant sur les sons et odeurs de la nature
- Récitez cette invocation : "*Esprit de la Terre, je viens avec respect Pour m'unir à ta sagesse et ta force Que nos énergies s'entremêlent en harmonie Et que je ressente ta présence en moi*"
- Méditez en silence pendant quelques minutes, en visualisant des racines qui vous relient à la terre
- Déposez vos offrandes en remerciant la nature
- Terminez en éteignant la bougie et en dispersant le cercle

Prenez le temps de ressentir la connexion établie avant de partir.

© Activité-Paranormale 2009-2026