



Sette passi per pulire energeticamente la tua casa

Perché non fare una bella pulizia energetica della tua casa? Col Reiki è facile! Eccoti sette passi per riempire di luce e amore gli ambienti in cui vivi.

Passo 1. Mettiti in piedi, seduto a gambe incrociate o in una posizione in cui sei a tuo agio, al centro della stanza. Inspira, espira, e rilassati.

Passo 2. Intendi o dì a te stesso *Adesso pulirò questa stanza, portandovi tranquillità, gioia e amore.*



Passo 3. Fai partire il flusso del Reiki e immagina di passare il pavimento, le pareti e il soffitto rimuovendo ogni negatività e lasciando le aree coperte di luce bianco-dorata. Se hai l'impressione che alcune aree richiedano più energia, lasciala fluire più a lungo lì. Continua per alcuni minuti o finché l'intuito non ti dirà di passare alla prossima fase.



Passo 4. Se possibile, vai fisicamente in ogni angolo della stanza e metti una palla di energia Reiki. In una stanza standard, avremo otto spigoli e quindi otto palle di energia. Manda l'intento che queste palle di energia fluiscano nella stanza ogni volta che ce ne sarà bisogno.

Passo 5. Disegna il primo simbolo sulla porta e sopra ogni finestra, con l'intento di lasciar entrare solo energie positive.

Passo 6. Ritorna al centro della stanza e ascolta la tua intuizione – potrebbe darti indicazioni su dove mandare ancora energia o applicare il primo simbolo. Se non ti sembra di ricevere alcun segnale, semplicemente manda ancora energia tutto intorno a te per un po'.

Passo 7. Manda l'intento o di a te stesso *Questa stanza è ora piena di amore e luce, e lo spirito della pace dimora qui.* Quindi radicati, scaricando a terra ogni eccesso di energia dalle tue mani o attraverso le piante dei piedi, e chiudi la sessione.

Ricorda che puoi dare ascolto al tuo intuito e diventare creativo nell'aggiustare le fasi per adattarle a quello che senti.

Inoltre, bruciare un po' di incenso o delle essenze aumenterà o completerà l'effetto del Reiki.

Un ambiente energeticamente pulito e amichevole ti aiuterà molto nel sentirti bene anche dentro.