



SE PROTÉGER DES ÉNERGIES NÉGATIVES

Apprenez à reconnaître et neutraliser les énergies négatives

Rituels ancestraux, méditation, lithothérapie ou talismans : un guide accessible pour protéger votre énergie et celle de vos proches

100 RITUELS POUR CHASSER LES MAUVAISES ONDES

Vous vous sentez parfois submergé par une ambiance pesante, vidé après une rencontre, ou inexplicablement accablé ? Les énergies négatives, qu'elles proviennent de l'environnement, des lieux, des autres ou même de vos propres pensées, peuvent avoir un impact profond sur votre bien-être.

Dans cet ouvrage, découvrez des rituels ancestraux et des outils puissants pour vous préserver et protéger vos proches. Huiles essentielles, lithothérapie, méditation, talismans et bien d'autres techniques vous aideront à retrouver équilibre et sérénité.

Que vous soyez novice ou déjà familier avec ces pratiques, ce guide vous offre des solutions adaptées à votre sensibilité pour reprendre le contrôle de votre énergie et créer un bouclier protecteur dans toutes les situations.

**Christophe
Limayrac**

Christophe Limayrac est guérisseur. Ni doux rêveur, ni magicien, il a cultivé son magnétisme pour soigner les autres dès son plus jeune âge puis à travers un long tour du monde à la découverte des thérapies traditionnelles.

**Anne
Ghiringhelli**

Anne Ghiringhelli est journaliste, notamment sur les questions de santé et les thérapies alternatives.

DÉJÀ PARUS



Attachée de presse

Magali Jacques-Murer
mjacques@larousse.fr

01 44 39 43 74
07 88 85 81 03

En librairie le 05 mars 2025

19,99 €
240 pages

EXTRAITS

LES VERTUS DES SOINS AU SEL

Le sel, aussi appelé « chlorure de sodium » par les scientifiques, est le système élémentaire le plus répandu sur notre planète. Il provient de l'eau de mer, par évaporation, mais aussi de la terre, où il est extrait de vastes mines, on parle alors de « sel gemme ». Les propriétés naturelles de ces deux types de sel et leur composition chimique en font un outil puissant de purification et de conservation, utilisé depuis la nuit des temps, pour conserver les denrées périssables et purifier l'environnement. À l'image d'un capteur chimique, il a en effet la capacité naturelle de se charger et d'absorber toutes les énergies négatives environnantes, tout comme le charbon. C'est d'ailleurs pour cette raison que certains occultistes s'enflamment dans un cercle de gros sel lors de leurs rituels. Ses pouvoirs sont démultipliés par la consécration (voir page 222).

MATÉRIEL :

- Un saladier rempli d'eau
- Un bol de gros sel consacré (voir page 222)
- 3 boules de grêle

Prenez une pincée de gros sel dans votre main gauche et déposez les boules de grêle dessus.

Flongez votre main droite dans l'eau puis frottez-voilà les mains avec ce mélange, comme si vous vous lavez les mains, du bout des doigts jusqu'aux poignets.

11 12

RITUEL DE L'AUTOCOMPASSION

Nous avons tous nos failles, nos défauts, et c'est bien d'en être conscients. Mais lorsque notre passé vous irrite encore, se focalise plus que sur nos imperfections et nos échecs, qu'il ne cesse de nous dire que nous sommes moins bien que les autres et qu'elle nous empêche même de sauvegarder les compliments que l'on peut nous faire, il est temps d'agir. À travers 3 rituels d'autocompassion permanents, nous nous aidons en effet de notre confiance en nous et d'une de plus en plus de nous à nous tenir dans de nouveaux projets.

Chaque soir, identifiez 3 choses positives que vous avez accomplies ou vécues dans la journée, même si elles vous paraissent minimes.

Répérez un moment où vous avez été particulièrement critique envers vous-même. Décrivez le précisément en relevant toutes les pensées négatives que vous avez eues.

Rédigez ce que vous diriez à un ami qui vivrait la même situation et voyez combien votre langage se fait bienveillant et compréhensif.

Terminez en écrivant une affirmation positive et encouragez-la à votre égard :

« Je suis digne d'amour et de compassion »,
« Je fais de mon mieux ».

13

LES 12 RITUELS DE TRANSFORMATION DU ZODIAC

Les signes du zodiaque correspondent aux 12 constellations et sont symbolisés par des animaux et autres créatures mystiques qui représentent 12 types d'énergies existant pour chaque moment du temps. Le zodiaque est divisé en 12 cases correspondant dans les traditions à la Vierge, à la Balance, à la Scorpion, à la Sagittaire, au Capricorne, au Verseau et au Poissons.

Les rituels suivants permettent une canalisation de l'énergie et une assimilation de certains traits de personnalité liés à notre signe astrologique.

Signe du zodiaque	Point positif à retenir...	Rituel de transformation
Bélier Du 21 mars au 20 avril	Impulsif et impatient, autoritaire, idéaliste, moralisateur et de mauvaise foi	Rituel de la Flamme ardente Allumez une bougie rouge et visualisez votre volonté de transformation se concrétisant avec la même passion que le feu. Une fois la bougie éteinte, votre souffle sera chargé de l'énergie créatrice du Bélier.

15 16

RITUEL CONTRE LE TRAC

Même parfaitement préparé, nous sommes parfois complètement paralysés par le stress lorsque nous passons un examen ou que nous devons prendre la parole en public. Effectuez ce rituel, ce petit rituel aide à garder confiance.

MATÉRIEL :

- Une bougie verte
- Un bol de 100 g de gros sel de mer consacré (voir page 222)
- Une feuille de papier non recyclé
- Un crayon à papier
- Un pot en terre cuite
- Une nappe blanche (ou à défaut un drap blanc)
- Des allumettes ou un briquet

Installez-vous devant la table recouverte de la nappe, face à l'est, et placez l'ensemble du matériel selon les instructions suivantes :

- la feuille et le crayon à papier au centre ;
- la bougie au sud ;
- le bol de sel au nord ;
- le pot en terre à l'est ou face de vous, derrière la feuille.

Écrivez sur la feuille le nom du lieu, de la compétition ou autre événement que vous allez passer et votre prénom en dessous.

Imprimez vos mains au-dessus du bol de sel et dites :

« Que ce sel élimine mon intelligence
Qu'il soit comme cette bougie pour la nuit. »

RITUEL CONTRE LES CAUCHEMARS ET LES TERREURS NOCTURNES

Si vous souvenez-vous d'être sujet aux cauchemars et autres terreurs nocturnes, cette pratique traditionnelle vous sera d'un grand secours pour retrouver des nuits paisibles.

MATÉRIEL :

- Une pierre de pyrite
- Un sachet en tissu blanc
- Un ruban blanc

Placez la bougie au-dessus de votre tête, en la tenant bien droite entre vos deux mains, bras tendus.

Faites fondre un grain de sel sur votre langue et dites :

« Il est amer le goût de la connaissance
Mais il ne se laisse pas oublier
Que (votre prénom) participe de ta science
Que les voies du destin s'éclaircissent devant lui. »

Placez la feuille en quatre de telle sorte que la plume forme une croix.

Brûlez-la en l'enflammant avec la bougie et déposez-la dans le pot en terre.

Jetez 4 phrases de sel par-dessus et dites :

« Rêve soit-il. »

17 18

RITUEL DE PROTECTION DU MARDI

Mars a une forte influence sur notre vitalité, notre persévérance, notre manière d'agir et notre capacité à décider, à entreprendre et à gérer d'éventuels conflits. Ce rituel puissant fait appel au courage de la force et à la détermination pour créer une solide barrière et barrer toute influence négative.

MATÉRIEL :

- Une bougie rouge
- Une pierre de jaspé rouge
- Du foin sec surmoisi ou du genévrier
- 200 g de sel de mer gris consacré (voir page 222)

POUR BRÛLER L'ENCENS :

- Un brûleur d'encens à charbon ou une coquille Saint-Jacques remplie de sable
- Un morceau de charbon (type charbon à drèche)
- Des allumettes ou un briquet
- Une pièce (type pièce à sucre)

Tracez au sol un pentagramme, symbole de protection (voir page 76), avec le sel gris.

Placez la bougie rouge au centre du pentagramme et prononcez l'invocation de Mars à haute voix :

« Je Flongue, ô Mars, Planète du Feu et de la Guerre !
Toi qui inéteufles la ferme, le courage et la détermination,
Prête-moi ton énergie martiale pour me protéger
et bannir les influences négatives. »

3 Lorsque le charbon est ardent, déposez-le dans le brûleur ou sur la table placée dans la bougie puis ajoutez une pincée d'encens dessus et laissez la fumée vous envelopper en visualisant votre aura protectrice se former.

4 Allumez la bougie rouge en vous focalisant sur votre intention :

« Flamme ardente de Mars, brule les énergies négatives qui m'entourent ! »

5 Prenez dans vos mains la pierre de jaspé et projetez votre volonté sur elle :

« Pierre de Mars, sois ta puissance protectrice en ce lieu ! »

6 Tracez dans les airs un pentagramme avec la pierre devant vous pour sceller la protection (voir page 76).

7 Marchez dans la salle des sigilles d'une manière autour du pentagramme au sol en répétant 3 fois :

« Par le Feu de Mars, je brise et je banais toute force hostile ! »

8 Visualisez les énergies négatives se consumer dans les flammes de la bougie.

9 Entrez dans votre jardin ou dans un pot de fleurs situé à l'arrière de votre maison la pierre et les cristaux situés afin d'ancrer durablement la protection.

10 Exprimez votre gratitude envers Mars pour sa force indomptable.

19 20

PROTÉGER SON LIEU DE VIE

Une fois les énergies assainies, il est conseillé de placer votre lieu de vie (ou de travail) sous protection : cela permet d'anticiper un certain nombre de problèmes. Cela ne signifie pas que vous ne rencontrerez jamais de difficultés, mais leurs conséquences seront minimes, un peu comme un système d'alarme qui n'empêche pas de trouver les intrus, mais en limite le nombre et la portée.

LA PRIÈRE DE L'ABBÉ JULIO

Chère France née à la fin du 18^{ème} siècle en Mayenne, Abbé Julio, de son vrai nom Julien-Ernest Houssier, est dit remarquer, en son temps, pour ses talents de guérisseur et de magnétiseur. Aujourd'hui encore, son ouvrage *Petits Secrets merveilleux pour aider à la guérison de toutes les maladies physiques et mentales* reste une ressource précieuse, consultée par tous les guérisseurs traditionnels. Un bel exemple de syncrétisme puisque l'ouvrage est imprégné de la foi pour le dire en un mot mélange chrétien, rituel, spiritisme et autres courants ésotériques. Le rituel qui suit fait partie des rituels de protection et de purification d'un lieu et de le protéger contre les mauvais esprits et les influences négatives.

MATÉRIEL :

- Une bougie blanche
- Une pincée d'encens d'illipe en grain
- Un bol d'eau consacrée (voir page 222)

21 22