

# LES 28 RITUELS DU GRAND AMOUR

# RETRANSCRIPTION

## Purification du Passé - Deuxième

## Action Énergétique

### Pourquoi se purifier du passé ?

**Analogie des fondations :** Une maison construite sur un marécage ou des fondations pourries risque de s'écrouler. De même, **les relations sentimentales s'écroulent** quand elles sont bâties sur des traumatismes non résolus.

**Les traumatismes du passé** qui nous envahissent encore :

- **Trahisons et tromperies**
- **Abandons et ghosting**
- **Violences et abus**
- **Mensonges répétés**
- Tous les éléments qui créent **doutes et peurs** dans les nouvelles rencontres

## Évaluation de vos traumatismes

**Traumatismes lourds**

Si vous avez vécu :

- **Viols ou abus**
- **Violence physique grave**
- **Maltraitance sévère**
- **Trahissons majeures**

Et que ces éléments vous affectent encore gravement (cauchemars, peur intense, lourdeur), **faites appel à un professionnel** spécialisé dans le traitement des traumatismes.

**Techniques recommandées :**

- **EMDR** (Eye Movement Desensitization and Reprocessing)
- **TBT** (Thérapie Brève du Trauma)
- **Techniques d'hypnose** validées scientifiquement

**Traumatismes plus légers**

Pour les blessures moins lourdes mais qui vous affectent encore, utilisez la **technique spirituelle de purification** décrite ci-dessous.

## **Le rituel de purification spirituelle**

**Étape 1 : L'écriture libératrice**

Sur une ou plusieurs feuilles de papier, **notez tous les éléments** de votre passé qui :

- Vous ont **blessé(e)**
- Vous **affectent encore** aujourd'hui

- Créent des **doutes** pour l'avenir
- Vous empêchent d'aller vers une nouvelle rencontre de **manière légère et joyeuse**

**Ne vous censurez pas** - écrivez tout ce qui vous passe par l'esprit.

## **Étape 2 : La destruction symbolique**

Pliez la/les feuille(s) et choisissez l'une de ces trois options :

### **Option 1 : Brûler**

- Dans un **bol en métal ou céramique**
- En sécurité, sans risque d'incendie

### **Option 2 : Enterrer**

- Dans la nature
- **Pas chez vous** - dans un endroit neutre

### **Option 3 : Jeter dans l'eau**

- Dans un **ruisseau, rivière ou mer**
- Le papier est biodégradable

## **Étape 3 : La formule de libération**

Au moment de détruire les papiers, **prononcez cette phrase précise** :

*"Je laisse partir mes traumatismes du passé. Je demande aux forces d'en haut de m'aider à dépasser toutes ces expériences pénibles. Je me détache complètement de tout le mal qu'on m'a fait. Je choisis un nouveau départ et je ne me laisse plus influencer par le passé. Je remercie l'univers de me*

*donner la force d'être toujours ouverte aux cadeaux du présent et à ceux à venir."*

## **Étape 4 : La douche purificatrice**

### **Immédiatement après le rituel :**

- Prenez une **douche purificatrice**
- Imaginez l'eau qui **nettoie votre corps** de toutes ces souillures
- Visualisez la **purification énergétique** complète

**Pendant la douche, répétez :** *"Je me sens purifiée de ces traumatismes, de cette maltraitance. Je me sens purifiée de tous ces événements négatifs du passé et je prépare mon corps à donner et recevoir l'amour."*

## **Après le rituel : La nouvelle attitude**

### **Changement de perspective**

- **Les traumatismes sont partis** - brûlés, enterrés, emportés par l'eau
- Quand une **pensée négative** du passé revient, dites : *"Stop, c'est parti, c'est brûlé, je vis une nouvelle expérience"*
- **Visualisez** les cendres du papier, sa décomposition dans la terre ou dans l'eau

### **Ouverture au présent**

- **Ouvrez votre cœur** et votre corps à ce qui advient
- Préparez-vous à de **nouvelles expériences**

- Libérez-vous des **valises du passé**

## **L'importance cruciale de ce rituel**

*Il n'est pas possible de rêver à une belle vie future quand on est encore obnubilé par les cauchemars du passé.*

**Ce rituel est fondamental** - ne passez pas à côté. Si vous ne pouvez pas le faire aujourd'hui, **fixez un moment précis** dans votre agenda.

**Peu importe la gravité** de vos traumatismes (graves ou légers), ce rituel vous donnera **la force de repartir** sur de nouvelles bases saines.