



La preparazione e il centrare del praticante sono fasi essenziali prima di qualsiasi sessione di Angelic Healing. Queste permettono di essere in uno stato interiore ottimale per canalizzare le energie di guarigione con chiarezza e potenza.

La purificazione è il primo passo chiave. Consiste nel liberarsi di tutte le energie pesanti o stagnanti accumulate. Concretamente, si può fare una doccia visualizzando l'acqua che porta via tutte le impurità, o bruciare la salvia formulando l'intenzione di purificarsi su tutti i piani. Il digiuno per alcune ore prima di una sessione importante è anche una pratica purificatrice diffusa.

L'ancoraggio è il secondo pilastro della preparazione. Si tratta di riconnettersi profondamente alla terra, radicarsi nel momento presente. Gli esercizi di respirazione cosciente, focalizzando l'attenzione sulle sensazioni dei piedi a terra e dell'area pelvica seduti, permettono di sviluppare questa qualità di presenza ancorata. Alcuni praticanti amano anche immaginare di essere collegati al centro della Terra da un cavo luminoso.

Il centrare consiste nel riportare l'attenzione all'interno di se stessi, nello spazio del cuore. È da questo luogo interiore pacifico e amoroso che il lavoro di guarigione può essere fatto nelle migliori condizioni. La coerenza cardiaca è una tecnica di centratura molto efficace: consiste nel inspirare per 5 secondi, poi espirare per 5 secondi, focalizzando l'attenzione sul cuore. Questo induce rapidamente uno stato di calma e chiarezza.

L'allineamento è il passo successivo. Come abbiamo visto nel modulo sull'anatomia sottile, è importante che i nostri diversi corpi e chakra siano allineati e collegati armoniosamente. Una volta centrato nel cuore, il praticante può visualizzare un asse di luce bianca che lo attraversa verticalmente, come un pilastro luminoso che unifica tutti i suoi corpi dal più

denso all'altro più sottile. Alcuni amano recitare preghiere o decreti per sigillare questo allineamento.

La protezione fa anche parte della preparazione del praticante. Consiste nell'avvolgersi in una bolla o in un uovo di luce bianca, e nell'invocare l'arcangelo Michele chiedendogli la sua protezione. È possibile anche circondarsi con la fiamma blu della fede e della protezione. Questo passo consente di praticare in tutta sicurezza, senza assorbire energie negative.

Infine, il praticante formula l'intenzione di mettersi al servizio, di essere un umile e puro canale delle energie divine di guarigione. Prima di ogni sessione, prendere qualche momento per collegarsi con la propria vocazione rafforza l'impatto del trattamento. Come diceva Marthe Robin: "Non è perché le cose sono difficili che non osiamo, è perché non osiamo che le cose sono difficili". Avere il coraggio di praticare con tutto il cuore è la chiave di una preparazione di successo!

Punti da ricordare :

- La preparazione e il centrare del praticante prima di una sessione di Angelic Healing sono essenziali per canalizzare le energie di guarigione con chiarezza e potenza.

- I passi chiavi sono :

1. La purificazione : liberarsi delle energie pesanti con la doccia, la salvia o il digiuno.
2. L'ancoraggio : riconnettersi alla terra attraverso la respirazione consapevole e la visualizzazione.
3. Il centrare : riportare l'attenzione nello spazio del cuore, per esempio con la coerenza cardiaca.
4. L'allineamento : unificare i vari corpi e chakra visualizzando un asse di luce.
5. La protezione : invocare l'arcangelo Michele e avvolgersi in una bolla di luce.

- Formulare l'intenzione di mettersi al servizio e di essere un puro canale rafforza l'impatto del trattamento.

- Avere il coraggio di praticare con tutto il cuore è la chiave di una preparazione di successo, come dice il detto di Marthe Robin.