



LA COUPURE ENERGETIQUE



Christine
Batelier

Comment sortir des nœuds relationnels
avec la Coupure énergétique

Cette fiche vous présente comment faire la coupure énergétique avec une autre personne ou une situation pour revenir à votre intégrité énergétique.

La Coupure Énergétique

AVANT DE COMMENCER

Chaque outil et conseil ci-dessous doit-être utilisé avec **conscience** et **présence** (je veux dire par là, ne le faites pas en automatique !) et exclusivement **POUR VOUS-MÊME !**

Il n'est pas permis, ni éthiquement correcte de vouloir gérer les énergies des autres, à la place des autres... (en dehors d'envoyer de l'amour !). **Chacun est responsable de soi-même !** Ou à moins que cette personne ne vienne vous le demander. Auquel cas, vous pouvez aussi lui enseigner ces pratiques.

Il est en revanche permis à une mère ou un père de le faire pour son bébé ou son enfant.

**VOUS ÊTES RESPONSABLE DE VOUS MÊME
ET DE CE QUE VOUS ENVOYEZ AUX AUTRES !**

COUPURE ÉNERGÉTIQUE D'UNE RELATION

Pourquoi faire la coupure énergétique ?

Dans les relations, nos énergies se mélangent, que ce soit avec notre partenaire, avec un collègue, un chef, une amie, les parents ou les enfants et font que l'on peut se confondre dans ce que l'on sent ou se sentir perturbé dans nos émotions, par l'influence de ces énergies extérieures à nous.

La Coupure Energétique va vous permettre de vous séparer de l'énergie de l'autre et de retrouver votre intégrité énergétique qui vous permettra d'être plus en santé et en équilibre et vous permettra surtout de mieux harmoniser vos relations.

La coupure énergétique ne va pas vous faire couper la relation avec la personne, vous séparer si ce n'est pas cela que vous voulez, mais va vous permettre une relation plus saine, dès lors que vous vous sentirez plus centré en vous-même.

C'est un exercice de libération pour retrouver vos énergies qui peuvent être dispersées chez divers individus de votre entourage.

Cela permettra que la relation soit plus profonde, plus vraie, en se soulageant des attaches émotionnelles.

Avec qui faire la coupure énergétique ?

Faites la coupure énergétique avec toutes les personnes avec lesquelles vous pouvez sentir quelques conflits / difficultés, ou simplement pour maintenir la relation harmonieuse et votre intégrité

énergétique et émotionnelle. Pour rester centré avec vous-même, en relation avec l'autre, en évitant les mélanges et les symbioses.

Il est conseillé de le faire même (et surtout avec) les personnes que vous aimez, même si la relation est bonne, cela n'en sera que plus gratifiant !

Il est recommandé de faire la coupure énergétique avec les membres de sa famille, son partenaire, les anciens partenaires et toute personnes avec lesquelles vous en sentez la nécessité.

Comment faire la coupure énergétique ?

Cet exercice se pratique SEUL sans la présence de l'autre. Choisissez un moment où vous pouvez être au calme et seul :

1. Appelez (intention) la personne avec qui vous voulez faire la coupure énergétique. Quand vous sentez la présence de la personne devant vous, dites-lui :
« **Je te rends toute l'énergie qui t'appartient et qui est restée bloquée en moi** ». Soufflez par la bouche et laissez partir l'énergie vers la personne, jusqu'à ce que vous sentiez que tout a été rendu.
2. Maintenant demandez à la personne :
« **Je te demande de me rendre l'énergie qui m'appartient et qui est restée bloquée en toi, nettoyée par la lumière** ». Inspirez et sentez l'énergie revenir en vous.
3. Ensuite faites la coupure en utilisant la main comme un **couperet/épée**, en faisant un mouvement ferme de haut en bas entre vous et la personne et en disant à haute voix :
« **Je coupe, je coupe, je coupe** », d'une voix ferme et décidée.
4. Prenez votre temps pour sentir les effets de la coupure énergétique, et sentir la paix s'installer en vous, et dites à la personne avant de terminer :
« **Je t'envoie tout l'amour et la paix pour que tu puisses suivre ton chemin libre et que je puisse suivre mon chemin également libre dans l'amour et dans la paix** ».

ENVOYER DE L'AMOUR (BRINDE !)

La meilleure énergie de guérison est celle de l'Amour. Vous n'avez pas besoin d'« aimer » quelqu'un pour lui envoyer de l'amour. Mais vous pouvez toujours vous **connecter à l'énergie de l'amour en vous** en envoyant cette énergie à quelqu'un qui en a besoin.

En vous connectant à l'énergie d'Amour, de l'essence, de « tout ce qui est », l'Amour Inconditionnel, vous le recevez d'abord pour vous !.

Cependant ne vous forcez pas si vous sentez que ça n'est pas encore possible pour vous à ce moment pour certaines personnes. Respectez vos limites, et occupez-vous de vous-même d'abord, de vous aimer vous-même.

Application : Vous pouvez « envoyez de l'amour »

- ✓ Dès que vous le pouvez en méditation quotidienne, pour vos proches, pour vos amis, les personnes en guerre, la planète...
- ✓ Vers quelqu'un avec qui vous avez des frictions sur le moment ou envers quelqu'un avec qui vous ne vous êtes pas bien conduit (parce que vous étiez stressé, en colère etc...). Même si vous ne revoyez pas cette personne, envoyez-lui de l'amour pour réparer les mauvaises énergies envoyées auparavant.
- ✓ A quelqu'un de malade, en difficulté, accidenté, dans son dernier souffle.
- ✓ A un mendiant dans la rue.

ATTENTION, il ne s'agit en aucun cas d'avoir pitié !!!

La pitié est une énergie qui diminue l'autre, qui sous-entend qu'il est inférieur, qu'il ne va pas y arriver !!! (*elle peut cacher en vous un certain « orgueil » et nécessité de recevoir en échange, de la reconnaissance par exemple, attention !*)

(*) Cette personne vit ce qu'elle vit car c'est dans son plan d'expérience (Karma), et doit apprendre avec ça... Vous ne l'aidez pas avec la pitié, au contraire !

Il s'agit d'envoyer une énergie d'amour pur, de compassion avec humilité ! (*) Humilité, vient d'humus, de la terre, d'où nous venons !!

Aimez-vous comme vous aimeriez être aimé.e!

Et prenez soin de vous et de vos énergies !

Nous sommes ensemble !

Christine Isabelle Batelier



Cultiver le Soi

www.christinebatelier.com