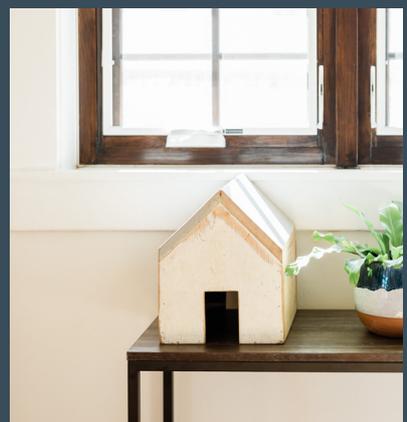
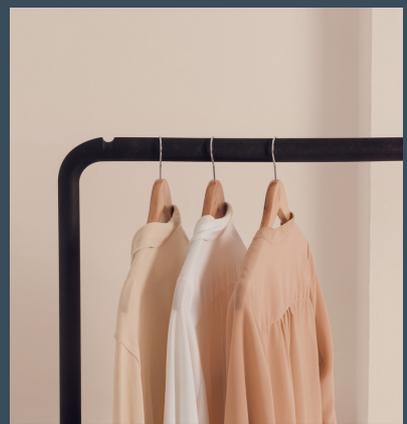
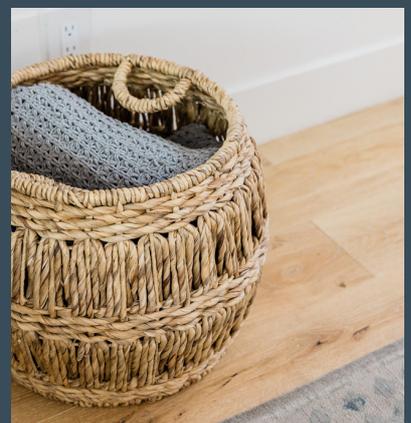


A HOW-TO GUIDE

# Trova la tua pace interiore attraverso l'ambiente

Valeria Franchini  
[www.valeriafranchini.it](http://www.valeriafranchini.it)



## CHI SONO E A COSA SERVE QUESTA MINI GUIDA

# Valeria Franchini Operatrice Energetica

Mi chiamo Valeria Franchini e sono un'operatrice energetica. Da molti anni mi occupo di energie, in particolare delle pulizie energetiche di ambienti e persone.

Attraverso diverse pratiche, come la radiestesia, il reiki, i tarocchi, i massaggi e le letture dei registri Akashici, aiuto le persone a liberarsi da blocchi energetici e a ristabilire un equilibrio armonioso. In questo breve saggio, parlerò dell'importanza delle pulizie energetiche ambientali e di come si possono effettuare.

Le pulizie energetiche ambientali sono fondamentali per mantenere un ambiente sano ed equilibrato. Le energie negative si accumulano nel tempo, influenzando il benessere fisico, mentale ed emotivo delle persone che vi abitano. Attraverso l'uso di diverse tecniche, è possibile eliminare queste energie indesiderate e creare uno spazio armonioso e positivo.

Le energie negative possono essere causate da vari fattori, come il passaggio di persone con carichi emotivi pesanti, litigi, stress, o addirittura la presenza di entità negative. Queste energie possono influenzare il nostro stato d'animo, la qualità del sonno e persino la nostra salute. Le pulizie energetiche ambientali aiutano a rimuovere queste energie indesiderate e a ripristinare un ambiente salutare.

Buona lettura!

— Valeria  
Franchini



# Cosa intendiamo per Energia

## Il concetto di Energia

L'energia è un concetto fondamentale che permea tutte le tradizioni e discipline olistiche. In modo esoterico, l'energia è considerata una forza vitale sottile che anima l'universo e tutto ciò che esiste al suo interno. È una forza invisibile ma potente, che può essere sperimentata e utilizzata in diverse forme. Nelle diverse discipline assume diverse forme e significati diversi:

Nella medicina tradizionale cinese, viene chiamata "Qi" o "Chi" e rappresenta una forza vitale che scorre attraverso il corpo e l'ambiente circostante.

Nel mondo occidentale, la concezione dell'energia in senso esoterico è spesso associata al concetto di "aura". Secondo questa visione, ogni essere vivente emana un campo energetico che riflette il suo stato di salute e benessere.

Nella psicologia, l'energia è considerata una forza emotiva e mentale che influenza il nostro stato d'animo e il nostro comportamento.

Nella fisica quantistica, l'energia è una grandezza fondamentale che rappresenta la capacità di un sistema di compiere lavoro. Secondo la famosa equazione di Einstein  $E=mc^2$ , l'energia può essere convertita in massa e viceversa.

## In conclusione

In generale, l'energia che percepiamo dall'ambiente può avere un impatto sul nostro stato di salute e benessere, influenzando il nostro livello di energia fisica e mentale.

Energia è un concetto universale che attraversa le culture e le tradizioni, unendo le persone nella loro ricerca di armonia e equilibrio. La consapevolezza dell'energia e la capacità di gestirla possono contribuire al nostro benessere e alla nostra comprensione del mondo che ci circonda.



## CAPIRE LE ENERGIE DI UN AMBIENTE

### Il Feng Shui

Il feng shui, è un'antica pratica cinese che si occupa di armonizzare gli spazi. Secondo questa filosofia, l'energia, conosciuta come "Qi", fluisce attraverso gli ambienti e può influenzare il nostro benessere. Un ambiente e il suo posizionamento, così come la sua storia, possono influenzare il nostro umore, la nostra salute e le nostre emozioni.

Secondo il feng shui, un ambiente può essere considerato armonioso o disarmonico in base all'energia che contiene. Un ambiente armonioso è caratterizzato da un flusso di energia positiva, che può favorire la salute, la prosperità e il benessere emotivo. Al contrario, un ambiente disarmonico può causare stress, malattie e sfortuna. Il posizionamento degli oggetti all'interno di un ambiente è cruciale per favorire il flusso di energia positiva e minimizzare il suo impatto negativo.

### In pratica su cosa poniamo l'attenzione?

Posizionamento degli oggetti: il posizionamento degli oggetti all'interno di un ambiente può influenzare il flusso di energia, favorirla o bloccarla. Una stanza carica di oggetti sarà necessariamente molto pesante energeticamente.

Storia dell'ambiente: Anche la storia di un ambiente può influenzare l'energia che contiene. Ad esempio, se un ambiente è stato testimone di eventi traumatici o negativi, potrebbe trattenere questa energia negativa. Ciò può influenzare il nostro umore e le nostre emozioni quando siamo in quel luogo. Il nostro inconscio registra tutto, anche ciò di cui non siamo consapevoli.

Materiali e colori: I materiali e i colori utilizzati in un ambiente possono influenzare l'energia che contiene. Ad esempio, l'uso di materiali naturali come il legno e la pietra può favorire una sensazione di calma e connessione con la natura. Allo stesso modo, i colori caldi come il giallo e l'arancione possono stimolare l'energia e la creatività, e così via. È importante scegliere colori che siano in sintonia con la tipologia di ambiente e col nostro carattere.



## CASA E ENERGIE

# Come è direzionata la tua casa?

Come visto l'energia degli ambienti è importante e mette in luce l'importanza di creare spazi armoniosi per favorire il nostro benessere.

Il posizionamento degli oggetti, la storia degli ambienti e l'uso di materiali e colori appropriati possono influenzare il nostro umore, la nostra salute e le nostre emozioni.

Prendere in considerazione questi aspetti può aiutarci a creare ambienti che ci supportino e ci nutrano, migliorando così la nostra qualità di vita complessiva.

Ma possiamo fare di più: sfruttare il posizionamento, e l'orientamento spaziale.



I punti cardinali sono difatti associati a diverse energie e influenze. Ecco alcune caratteristiche generali:

- Nord: Associato alla carriera e alla crescita personale. Colore spesso consigliato: nero o blu scuro.
- Nord-Est: Collegato alla saggezza, alla conoscenza e alla crescita spirituale. Colore spesso consigliato: terra o tonalità di giallo.
- Est: Associato alla famiglia e alla salute. Colore spesso consigliato: verde.
- Sud-Est: Collegato alla prosperità e all'abbondanza. Colore spesso consigliato: viola o rosso.
- Sud: Associato alla fama e al riconoscimento sociale. Colore spesso consigliato: rosso o arancione.
- Sud-Ovest: Collegato all'amore, alle relazioni e alla fertilità. Colore spesso consigliato: rosa o pesca.
- Ovest: Associato alla creatività e alla creatività. Colore spesso consigliato: bianco o argento.
- Nord-Ovest: Collegato agli amici, ai viaggi e alle opportunità. Colore spesso consigliato: grigio o metallico.

# Come valutare la tua casa

Abbiamo visto come l'armonizzazione degli elementi, colori e oggetti in base ai punti cardinali può contribuire a equilibrare l'energia all'interno di uno spazio abitativo. Tuttavia, è importante considerare anche ciò che personalmente a primo impatto ci trasmette una casa.

Per condurre una valutazione di un ambiente, in linea di massima puoi seguire questi passaggi di base:

Fai una passeggiata attraverso le stanze per ottenere un senso generale dell'ambiente. Prendi nota di eventuali disordine, blocchi energetici o aree che richiedono attenzione.

Identifica poi i punti cardinali. Comprendere l'orientamento aiuta a determinare le influenze energetiche provenienti da diverse direzioni.

A questo punto valuta flusso di energia. Assicurati che le porte non siano bloccate, che gli spazi siano accessibili e che l'energia possa circolare liberamente.



Assicurati che ci sia un equilibrio degli elementi (terra, acqua, legno, metallo, fuoco) all'interno degli spazi. Gli elementi sono associati a colori specifici e possono essere incorporati attraverso l'arredamento e gli oggetti.

Posiziona gli arredi in modo da favorire un flusso armonioso di energia. Evita posizioni che possono causare blocchi energetici, come angoli taglienti rivolti verso le aree di riposo.

Scegli colori che corrispondano agli aspetti della tua vita che desideri migliorare. Integra simboli e decorazioni che rispecchino le tue intenzioni.

Effettua eventuali riparazioni necessarie per garantire che la casa sia in buone condizioni. Le perdite d'acqua, le porte che cigolano o le finestre rotte possono influire sull'energia.

Pratica la pulizia energetica, come l'uso di incensi, campanelli tibetani o cristalli, per liberare eventuali energie negative.

# Come pulire energeticamente un ambiente

Abbiamo fatto l'analisi.. e ora come risaniamo?

- ✔ Incensi e smudge
- ✔ Campanelli tibetani o campane eoliane
- ✔ Cristalli e pietre energetiche
- ✔ Piante purificatrici
- ✔ Illuminazione e candele
- ✔ Musica rilassante o mantra
- ✔ Acqua e sale
- ✔ Pulizia Fisica
- ✔ Pulizia Energetica attraverso la Radiestesia



## IDEE PER IL DECLUTTERING

# Migliorare l'energia dei vari spazi

Tipologia	Da dove iniziare
Ufficio	Digital Decluttering: annulla l'iscrizione a dieci liste di e-mail non necessarie ed elimina dieci vecchi file dal tuo computer.
Camera	Decluttering dell'abbigliamento: identifica i vestiti che hai già deciso di donare e donali effettivamente!
Bagno	Decluttering del prodotto di bellezza: scarta qualsiasi prodotto per il trucco e la cura della pelle scaduti.Ci
Cucina	Appliance Decluttering: Sbarazzati di almeno un apparecchio che è bello da avere ma non usato spesso
Salotto	Media Decluttering: ordina libri, riviste, giochi e media e dona cinque di ogni tipo.
Garage	Tool Decluttering: organizza gli strumenti per funzione e sbarazzati di eventuali duplicati o oggetti rotti.
Ricordi e cassette	Fai due pile. Il primo con elementi che hanno un valore sentimentale significativo e il secondo con gli elementi rimanenti. Dopo un mese, rivisita la seconda pila e considera se potrebbe essere scartata

Trova la tua pace interiore attraverso l'ambiente

# PROCEDI PER GRADI UN POCO PER GIORNO

Valeria Franchini

# Gli strumenti della pulizia

## Incensi

Puoi considerare incensi come il sandalo, la salvia bianca o il mirto per purificare gli ambienti. Ognuno di essi ha tradizionalmente associati significati di pulizia energetica.

Cammina intorno all'ambiente che desideri purificare, facendo passare il fumo dell'incenso in ogni angolo. Puoi anche concentrarti su aree specifiche o oggetti che vuoi purificare.

Mentre svolgi questa pratica, concentra la tua mente sull'intenzione di purificare l'energia negativa e creare un ambiente positivo e sereno.



## Nel dettaglio

- Il Sandalo purifica l'ambiente da energie negative e favorisce la meditazione. È anche utilizzato in alcune cerimonie religiose per onorare divinità o connettersi spiritualmente
- L'incenso di Salvia bianca è spesso utilizzato per la pulizia energetica e ha radici nelle tradizioni spirituali di diverse culture per purificare luoghi e persone
- Il Mirto è tradizionalmente associato a proprietà purificanti e protettive. L'uso di questo incenso può aiutare a liberare gli ambienti da energie negative e creare uno spazio protetto.

In pratica mentre l'incenso di sandalo è noto per la sua tranquillità, il mirto è spesso scelto per la sua associazione con la purificazione, e la salvia bianca è preferita per la sua efficacia nella pulizia energetica.



## Cristalli

In cristalloterapia, diversi cristalli sono spesso utilizzati per armonizzare le energie di un ambiente. Alcuni cristalli che sono comunemente scelti per questo scopo sono quarzo, ametista, ametista cluster, corniola, citrino, tormalina nera, selenite.

### Nel dettaglio

- *Quarzo Trasparente* - Purificazione, chiarezza e amplificazione di energie positive - Posizionato per diffondere energia positiva e favorire la chiarezza mentale
- *Ametista* - Calma, protezione psichica e trasmutazione delle energie negative - Può essere collocato per creare un'atmosfera rilassante e proteggere dagli influssi negativi.
- *Ametista Cluster* - Simile all'Amatista, ma i cluster diffondono energie in modo più ampio - Posizionato al centro di una stanza, può diffondere energia positiva in tutte le direzioni.
- *Corniola* - Energia, vitalità e stimolazione delle emozioni positive - Posizionato per promuovere l'energia e la vitalità in un ambiente
- *Citrino* - Abbondanza, gioia e trasmutazione delle energie negative - Posizionato in un angolo dell'ambiente, può attirare energie positive e abbondanza.
- *Tormalina nera* - Protezione contro energie negative e radiazioni - Posizionato vicino a dispositivi elettronici o porte per assorbire energie indesiderate.
- *Selenite* - Chiarezza mentale, purificazione e connessione spirituale- Posizionato per purificare e favorire una vibrazione più elevata.

Ricorda che la scelta dei cristalli può essere influenzata dalle tue intenzioni specifiche e dalle sensazioni personali. Puoi posizionarli in punti strategici dell'ambiente o portarli con te per sfruttarne le proprietà benefiche.

## Piante

Alcune piante sono conosciute per le loro proprietà purificatrici dell'aria, aiutando a eliminare sostanze nocive e a migliorare la qualità dell'ambiente. Ecco alcune piante purificatrici comuni:

- *Sanseveria* - Assorbe benzene, formaldeide e altri inquinanti
- *Aloe Vera* - Filtra sostanze chimiche nocive e migliora la qualità dell'aria
- *Ruta* - Tradizionalmente associata alla protezione e all'allontanamento delle energie negative.
- *Menta* - Fresca e rinfrescante, può contribuire a rinnovare l'energia stagnante
- *Basilico Sacro* - Utilizzato in molte tradizioni spirituali per purificare e proteggere l'ambiente



## La radiestesia

La radiestesia è una pratica che coinvolge l'uso di strumenti come pendoli o aste di radiestesia per rilevare e interpretare le energie sottili o le radiazioni presenti in un ambiente. Questa disciplina ha radici antiche ed è stata utilizzata in varie culture per scopi diversi, tra cui la ricerca di acqua, la divinazione e la pulizia energetica degli ambienti.

I più comuni strumenti della Radiestesia sono il pendolo e le aste di radiestesia. Il pendolo è solitamente una piccola massa sospesa da un filo, mentre le aste sono aste metalliche o di legno che possono ruotare o inclinarsi in risposta alle energie.

Il radiestesista si sintonizza con le energie circostanti, stabilendo un "linguaggio" di risposte del pendolo o delle aste. Le oscillazioni o le inclinazioni sono interpretate come risposte a domande specifiche o come indicazioni di energie presenti nell'ambiente.

Utilizzando la radiestesia per la pulizia energetica, il praticante può individuare e rimuovere energie indesiderate o blocchi energetici nell'ambiente. Questo può essere fatto attraverso procedure specifiche, come quelle di Raymon Grace.

*Raymon Grace è un guaritore energetico, radiestesista e istruttore spirituale americano. È noto per il suo lavoro nell'ambito della guarigione energetica, della radiestesia e delle pratiche di pulizia energetica degli ambienti. Il suo approccio è spesso orientato a combinare la spiritualità con la scienza e la consapevolezza personale.*

È noto per sviluppare protocolli e metodi specifici per la pulizia energetica degli ambienti e delle persone. Oltre alla radiestesia e alla pulizia energetica, Raymon Grace sottolinea l'importanza del lavoro spirituale e della consapevolezza personale come elementi chiave per il benessere e l'armonia.



Trova la tua pace interiore attraverso l'ambiente

**Live in the  
moment.**

Valeria Franchini

# Grazie



In conclusione, le pulizie energetiche sono un aspetto importante per mantenere l'equilibrio e la salute sia fisica che mentale. Attraverso la consapevolezza dell'energia e l'utilizzo di pratiche olistiche, possiamo liberarci da blocchi e promuovere il benessere generale.

Desidero ringraziare tutti coloro che hanno contribuito alla realizzazione di questo testo. Un ringraziamento speciale va ai miei insegnanti e mentori che mi hanno guidato in questo percorso di comprensione dell'energia.

**Ti invito a visitare il mio sito web, dove potrete trovare ulteriori informazioni e risorse sulle pulizie energetiche e sulle mie attività nel campo dell'energia olistica. Sarà un piacere condividere con te i miei servizi e le mie esperienze per aiutarvi a raggiungere un livello superiore di benessere.**

Ti ringrazio per l'interesse e il supporto. Auguro salute e felicità nel tuo cammino verso l'armonia energetica.

[www.valeriafranchini.it](http://www.valeriafranchini.it)

*Valeria  
Franchini*

Valeria Franchini





# *Valeria Franchoni*

valeria.franchini@hotmail.it

[www.valeriafranchini.it](http://www.valeriafranchini.it)

@valeria\_benessere