



Fiche Utilisation – Sauge Blanche

Purification énergétique

Allumez le bâton de sauge et laissez la flamme s'éteindre doucement pour qu'il dégage une fumée parfumée.

Passez vos pierres, bracelets ou objets dans la fumée pour dissoudre les énergies négatives et rétablir leur vibration naturelle.

La sauge est aussi utilisée pour purifier un lieu : faites circuler la fumée dans chaque pièce, en insistant sur les coins et les entrées, afin de chasser les énergies lourdes et rétablir une atmosphère sereine.

Pour les pierres et bijoux

Après purification à la sauge, rechargez vos minéraux au soleil doux, à la lune ou sur une géode de cristal de roche/améthyste.

Pour la maison

La sauge nettoie l'espace de vie des énergies stagnantes.

Elle apporte légèreté, clarté et protection.

Idéal après une dispute, un déménagement, ou lorsque vous ressentez une atmosphère pesante.

Petit rituel

Tenez vos pierres ou restez au centre de la pièce.

Faites circuler la fumée en visualisant la lumière chasser le négatif.

Posez une intention :

« Je libère ce qui ne me sert plus et j'accueille l'harmonie ».

