

## 5. Découvrir les caractéristiques de l'aura. Préparation avec de l'attention spéciale pour la pièce

### Découvrir des caractéristiques de l'aura.

L'aura est l'énergie de notre âme, qui entoure le corps physique. Par l'aura, nous pouvons obtenir des impressions de la condition psychique et physique de quelqu'un.

Ces impressions intuitives peuvent se présenter en manières différentes et ne sont pas obligatoirement les mêmes chez des observateurs différentes. Normalement, nous pensons que seulement une des diagnoses peut être correcte, mais quand on travaille avec des auras, on doit devenir plus souple. Une aura est tellement riche en informations, que deux observateurs peuvent très bien obtenir des impressions différentes, à côté des informations similaires. Chaque observateur a sa propre sensibilité et donnera par conséquent sa propre contribution à la compréhension d'un autre. Ces données doivent être comprises comme complémentaires et pas comme contradictoires.

Nous devons présenter prudemment les impressions qui nous recevons d'une aura.

Nous invitons aussi l'autre personne de réagir, par exemple si elle reconnaît ce que tu as dit. Quand ton observation est reconnue, tu es évidemment dans une bonne trace.

Mais, attention, ce n'est pas vrai tout le temps. Il existe des gens qui se laissent convaincre facilement, certainement quand on admire la personne qui travaille avec de l'énergie.

Et quand la personne avec qui tu travailles ne reconnaît pas que tu dis, il existe des possibilités: elle n'est pas consciente de ce que tu as vu ou senti, ou ne veut pas le savoir, ou tu ne vois pas les images de cette personne, mais tes propres, que tu projettes sur elle.

Apprendre à faire de la distinction entre tes propres images et les images d'un autre est un processus long et traité en détail dans les leçons qui viennent. Provisoirement, nous utilisons une règle empirique: quand tu as des doutes sur une image ou une impression intuitive, tu dois laisser exploser l'image. Quand l'image disparaît, elle a été la tienne, quand l'image revient, elle est probablement de l'autre.

La règle d'or est que tu élabores tes expériences en concertation avec la personne. Tu restes toujours modeste et n'imposes jamais de la pression. L'autre est complètement libre et a le droit de répudier tes idées.

Une réserve ultime est indiquée en relation avec des éventuels choix. Aucune personne ne peut faire des choix pour un autre. Ne dis jamais: quand j'étais toi, je faisais.... Ou quand quelqu'un demande: 'que dois-je faire?', ne donne jamais des réponses concrètes.

Aussi en relation avec des possibilités à venir, ne fais jamais des prédictions. Chacun est libre de créer son propre avenir.

Il est sage de ne pas chercher des descriptions et des interprétations complètes. Les impressions spontanées suffisent.

Pour pouvoir donner un peu de structure aux impressions intuitives que tu peux obtenir pendant une observation, je donne quelques possibilités pour stimuler ton discernement. Les énergies forment des traits complètement normaux, qui se laissent voir partout. Les configurations ne sont pas spécifiquement bonnes ou mauvaises, mais simplement là. Elles donnent néanmoins la possibilité d'augmenter le bien-être de la personne que tu observes. Quand on observe des énergies stagnées ou foncées, on sait de suite qu'une transformation donnera du soulagement. Autrement dit: un problème est une possibilité pas encore transformée. Les belles choses et les choses difficiles forment un ensemble et se situent dans leur prolongement. Quand on discute avec l'autre, il est souvent une bonne idée de décrire les possibilités, au lieu des problèmes.

La liste suivante des impressions de l'aura donne de l'inspiration à ton discernement.

Une image fixe ou de la souplesse

Apercevoir une image dans une aura est capter une expérience qui est émotionnellement chargée. Elle cause des limitations, par exemple: 'je dois agir comme des autres, sinon, on m'élimine. La transformation de l'image crée des possibilités, par la notion qu'il existe du choix. Une fois l'image est déchargée, on peut agir adéquatement.

Des convictions rigides ou de la certitude basée sur de l'expérience

Les premières laissent se sentir comme un système avec peu de vitalité, peu de mouvements, difficile à parcourir. La seconde sera fluide.

Des convictions rigides sont des croyances qu'on utilise pour sa sécurité, pour appartenir à un groupe. C'est un inébranlable système de valeurs et de normes, auquel on doit se tenir, sinon on est perdu.

Les convictions rigides forment un complexe qui détermine qui on est. Quand on touche une concentration de cette énergie, on a une grande chance de sentir une résistance énorme, puisque tu touches au fondement faux de cette personne. Ne pense pas que cette résistance est la tienne! C'est une observation difficile, parce que l'attitude n'est pas facile à transformer, incorporée comme elle est dans la personnalité.

Un endroit noir et un endroit clair

Les taches noires et claires indiquent la mesure dans laquelle on se permet de jeter de la lumière sur la réalité. Un endroit noir dans l'aura veut dire qu'une certaine expérience n'a pas eu suffisamment de l'attention (attention est lumière). Souvent, une tache noire a à faire avec de l'angoisse. Quand on néglige de l'angoisse et la cache, l'angoisse va grandir.

De moins d'attention l'angoisse obtient, plus grande elle devient. De l'angoisse a une vraie inclination de devenir de plus en plus grand. Il existe seulement un remède: regarder l'angoisse en face. Quand on l'accepte, elle peut se transformer en confiance, en lumière.

Une autre signification des taches noires est qu'il est de l'énergie d'une autre personne, une sorte de co-voyageur. Dommage, tu ne peux plus utiliser ta propre énergie dans cet endroit, et le co-voyageur ne peut non plus faire quelque chose avec ses énergies.

#### Des endroits froids et des endroits chauds

La froide et la chaleur dans l'aura donnent une indication de la mesure dans laquelle des influences des autres perturbent la propre énergie.

Des parties froides indiquent que l'aura a pris de l'énergie des autres, où cette énergie a s'imposé. Ils ne sont pas forcément des énergies venues des gens qui nous ne connaissons pas, mais souvent des énergies de nos proches. Des énergies qui n'appartiennent pas à nous contiennent des idées, des émotions, des attentes, des jugements, des considérations, ou de la domination. On pense qu'on est comme ça, mais quand on a éliminé cette énergie on retrouve soi-même.

#### Du resserrement et des bosses

Un resserrement dans l'aura peut dire que la personne a imposé à soi-même une limitation, ou une autre personne a imposés cette limitation. Cette limitation peut être tellement forte que la personne n'est pas permise de briller.

Une bosse sur l'aura peut indiquer une nouvelle possibilité qui n'est pas encore intégrée.

#### De l'isolement ou de la communication

Parfois, on peut sentir des endroits dans l'aura qui sont séparés du reste. Il n'y a pas ou presque pas de la cohérence avec des autres parties. On peut sentir ces endroits comme des expressions qui n'ont pas de permission d'être là.

Par exemple, on trouve dans une aura un vide entre haut et bas. Quand il existe une séparation comme ça, il n'est pas possible de s'éprouver comme un.

Autre exemple: les souvenirs de la jeunesse sont isolés, parce qu'ils ont été trop durs. C'est un isolement qu'on pourrait trouver derrière le dos.

#### Un blocus et des courants

Un blocus dans l'aura se laisse sentir comme de la stagnation ou de la lourdeur. Il signifie souvent des émotions pas digérées. Une partie est verrouillée parce qu'il n'était pas possible d'être dans un rapport avec les problèmes.

Quand l'énergie d'un blocus va couler sous influence d'un soin, la chance existe que ça va ensemble avec des explosions émotionnelles. C'est excellent! Enraciner et dire Hello fait des miracles pour pouvoir supporter les débordements.

#### Une barrière ou une ouverture

Un écran dans l'aura, ou parfois même un mur, se produit pour éviter des nouvelles blessures ou des déceptions. Évidemment, on a eu des mauvaises expériences dans le passé. On ne laisse pas passer de l'énergie des autres par cet écran. Ça donne une certaine solitude.

Un écran ou mur est souvent accompagné avec des fortes résistances.

Le côté transformé d'un écran est la neutralité: une ouverture sans préjugés pour l'opinion et l'expérience des autres, ça donne une meilleure protection.

Une ouverture dans le pourtour de l'aura est juste le contraire. On est vulnérable pour des influences. Aussi ici, la neutralité est la solution.

Un masque et un vrai visage

Un masque dans une aura est comme un écran, mais en ce cas avec une imperméabilité de l'autre côté, de l'intérieur vers l'extérieur.

La réalité personnelle, destinée d'être aperçu par les autres gens, est mise en scène par ce masque. Un masque est une habitude qui est mise sous une surveillance sévère.

Elle est souvent le résultat d'une incertitude concernant l'opinion de l'entourage. On est souvent complètement inconscient de porter un masque.

Ne pense pas que c'est un phénomène rare. En fait, le mot 'persona' signifie 'masque'.

Nous avons tous notre personnalité. L'essentiel de tout processus de développement psychique est d'enlever les masques et de devenir vrai. De laisser voir son véritable visage.

La fausseté se laisse voir dans l'aura comme des couleurs très faibles.

La meilleure solution pour enlever le masque est l'amour pour soi-même, de dire Hello à tout ce que se trouve à l'intérieur de toi. Ainsi on peut montrer son propre visage.

Cette honnêteté est un bienfait pour toi-même et pour ton entourage, même quand la vérité n'est pas agréable.

Une blessure et de la sagesse

Une blessure dans une aura peut-on sentir comme un endroit rouge et rugueux, qui fait mal aux mains. Des plaies sont normalement la couche la plus profonde. Elles sont une indication de douleur et de chagrin causé par un manque d'amour, vraie ou imaginé.

Quand on touche un endroit comme ça dans l'aura, on pourrait l'entendre pleurer.

Des blessures deviennent de la sagesse quand l'énergie spirituelle fait son travail.

On dit qu'il est nécessaire d'avoir eu des plaies pour devenir un bon thérapeute.

Un trou et de la guidance

Un trou dans l'aura, un vide, un endroit où se ne trouve pas de l'énergie, peut être causé par un grand effroi.

Un trou transformé est une chance d'admettre des énergies plus élevées dans l'aura, sous la forme des guides personnelles et universelles.

## Préparation

1. Ferme les yeux, respire lentement et profondément, sois au milieu de la tête.
2. Installe une grande racine et évacue les énergies indésirables de ton corps.

3. Tire ton aura serrée autour de toi et nettoie-la. Fais l'aura complètement de toi: toutes les idées, expectations ou jugements des autres, qui te limitent d'être toi-même, sont pris par un vent nettoyant.

4. Laisse l'énergie de ton soleil entrer dans l'aura et le corps.

5. Deviens conscient de la pièce dans laquelle nous nous trouvons. Crée au milieu de la pièce une grande racine remplie avec de la lumière en or. Quand cet endroit résiste, cherche un point plus souple. Laisse cette racine remplie de la lumière en or exercer une force aspiratrice sur toutes les énergies foncées et négatives. Sens comment ces énergies sont transformées au centre de la terre en lumière et amour. Laisse ces nouvelles qualités monter dans la pièce.

Demande la terre de donner de la stabilité et de la sécurité dans cette pièce. Observe ce qu'il arrive: peut-être la terre donne des fleurs pour couvrir le sol, peut-être il nous donne une énergie d'une certaine couleur ou autre. Ouvre maintenant le plafond avec une scie imaginaire et laisse de l'amour et de la lumière cosmique affluer dans la pièce. Éprouve comment tes guides aident à faire un temple de liberté et de sagesse de cette pièce. Pose la pièce entièrement en énergie dorée, trouve ton sens d'humour et laisse cet humour danser dans la pièce à son propre rythme. Observe comment ton sens d'humour t'aide à approcher à ta guidance supérieure. Laisse la pièce étinceler de joie.

6. Teste ta neutralité, par une grande vague qui passe sans aucune résistance.

7. Laisse couler les énergies du ciel et de la terre et trouve l'équilibre entre les deux.

8. Ouvre les centres des pieds et des mains et laisse couler de l'énergie par les jambes et les bras.

9. Ouvre les centres du corps, nettoie-les et pose chacun dans sa propre couleur, ou dans une couleur préférée, en ce cas la même couleur pour tous les centres. Maintenant on ferme le centre de base, le centre sacré et le plexus solaire. On ferme leurs pétales et quand on n'est pas sûr qu'ils restent fermés, on les couvre avec une matière fortement isolante. Parfois, il est nécessaire de fixer l'isolant avec des cordes autour le corps.

10. Visualise ton sanctuaire et entre, sois vraiment là et observes les qualités de cet espace.

Va à la rencontre de ton Maître, demande-lui de te guider dans toutes les circonstances.

11. Formule la prière de soumission et de dévotion aux puissances les plus élevées.

## Sentir des auras

Choisis un partenaire.

Il y a deux semaines, nous avons senti les bordures de l'aura, maintenant nous allons explorer l'intérieur et essayer d'obtenir des impressions intuitives. Avant de commencer, on fait toujours le rituel de dire Hello et de demander de la permission.

Quand il est nécessaire de rétablir l'harmonie de tes propres énergies, prends du temps pour ça.

On se place debout à la bordure de l'aura, à une distance de 1,5 à 2 mètres. Ensuite, on tâte avec les mains dans toute l'espace de l'aura, à tous les côtés. On le fait doucement et lentement, bien attentif. Accepte tout ce que tu trouves. Dis hello à tous les problèmes. N'essaie pas de changer quelque chose. Sois attentif pour toutes les caractéristiques qui sont donnés. On peut communiquer ces observations d'une manière agréable.

Une fois prêt, on change de rôle.

On pourrait travailler avec chacun qui est présent.

## Finition, protection et séparation

1. Pour finir notre travail ensemble nous allons découvrir trois pointes physiques différentes entre toi et l'autre. Par exemple concernant les vêtements, les couleurs des cheveux, le corps, etc.  
Sois conscient depuis le centre de ta tête de ton propre corps et éprouve les trois différences corporellement (je suis moi et tu es toi).
2. Va contrôler si tu as pris des énergies d'une autre personne, qui sont arrivés dans ton aura. Laisse-les colorer en une couleur foncée et laisse les retourner vers le soleil de cette personne. Les énergies savent bien d'où elles sont venues et retournent automatiquement.
3. Allume l'aimant de ton soleil et attire toutes les énergies que tu as involontairement perdu. Laisse ces énergies revenir dans ton système énergétique. Quand tu as travaillé avec quelqu'un et a donné des énergies guérissant, tu les laisses évidemment sur place.
4. Observe si tu as créé des cordes avec quelqu'un. Détache ces cordes doucement, sans blesser le centre avec lequel elles sont connectées.
5. Découvre comment ton énergie est activée par le travail avec des autres gens. Dis hello aux images qui se sont éveillées. Il est maintenant possible de neutraliser les images identiques.  
Quand tu ne peux pas voir ou sentir des images identiques, tu les laisses exploser néanmoins, dans une manière abstraite. Imagine que toutes tes images identiques se présentent dans tes énergies comme des petites grenouilles. Dis aux grenouilles que la fleur qui se trouve devant toi est bien humide, idéale pour des grenouilles. Laisse-les sauter dessus et laisse exploser la fleur.
6. Sois conscient de cette pièce, observe les énergies dedans. Quand il existe des énergies d'une couleur foncée, laisse les disparaître par la racine de la pièce. Remplis la pièce avec une énergie dorée.
7. Donne tous les centres l'ouverture de la vie normale. Fais-le avec attention et centre par centre. Pour une protection en plus, tu pourrais placer dans tout le centre un cercle ou une croix de lumière.
8. Dis merci à ton guide personnel ou au maître intérieur pour l'aide qu'il a donné. Crée une séparation psychique entre toi et le guide, et place-lui un peu à distance, si tu le voudrais.

Sens de la gratitude, au lieu de l'orgueil, et te rends compte qu'avec chaque méditation ou guérison, tu t'as approché la Lumière.

9. Sois conscient de ton enracinement et communique avec la terre. Sens couler ton énergie d'une manière facile et détendue.

10. Laisse ton soleil illuminer tout ton aura. Laisse la lumière de ton soleil remplir tous les centres et aussi ton corps. Sois heureux et quand il n'est pas possible d'être heureux, cherche l'endroit où le bonheur bloque, élimine le blocus et remplis l'endroit avec la lumière de ton soleil. Sois encore complètement heureux en harmonie avec ton Soi Supérieur.

11. Contrôle ta respiration, soit au milieu de ta tête et avec une racine bien solide.

Finis la méditation par te pencher et retourne avec ton attention dans la vie normale.

## **Exercices**

T'entraîne d'obtenir des impressions intuitives des caractéristiques des auras. On le fait par le travail avec des autres personnes, mais on pourrait aussi simplement observer des gens dans la rue, dans un restaurant ou autre. C'est souvent très informatif! Pense à demander de la permission. Et une fois finit: n'oublie pas les points de séparation.