

L'AURATHERAPIE

Votre aura est l'empreinte de votre énergie intérieure. Faites-en une lumière qui brille et inspire les autres.

"L'aura est le langage silencieux de l'âme. Écoutez attentivement ce qu'elle dit et laissez-la vous guider vers votre véritable essence."

"Nourrissez votre aura avec des pensées positives, des intentions bienveillantes et des actions inspirantes. Vous créez ainsi une énergie qui illumine votre chemin."

Qu'est-ce que l'aura ?

L'aura peut être comparée à un champ d'énergie dynamique qui enveloppe notre corps physique et qui est constitué de différentes couches vibratoires.

Chaque individu possède une aura unique, qui reflète son état énergétique, émotionnel et spirituel. L'aura est souvent décrite comme un halo lumineux et coloré qui entoure le corps, et elle peut être perçue par des personnes douées de clairvoyance ou avec une sensibilité particulière.

L'aura est composée de plusieurs couches ou niveaux vibratoires, qui interagissent et se superposent. Chaque couche de l'aura est associée à un corps subtil, à un aspect spécifique de notre être, reflétant nos pensées, nos émotions, notre santé physique, notre spiritualité et bien plus encore.

L'aura éthérique

La première couche de l'aura est appelée l'aura éthérique, elle est la plus proche du corps physique et est souvent associée à notre vitalité et à notre santé physique. Elle est liée à l'énergie vitale qui circule à travers nos méridiens et nos chakras.

L'aura émotionnelle

Au-delà de l'aura éthérique se trouve l'aura émotionnelle, qui est en relation avec nos émotions, nos humeurs et nos expériences émotionnelles. Elle peut varier en couleur et en intensité en fonction de notre état émotionnel du moment.

L'aura mentale

L'aura mentale est une autre couche de l'aura, elle est associée à nos pensées, notre mental et notre capacité de concentration. Elle peut révéler notre clarté mentale, notre créativité et notre capacité de raisonnement.

L'aura spirituelle

Ensuite, vient l'aura spirituelle, qui est liée à notre connexion avec notre essence spirituelle, notre intuition et notre conscience supérieure. Elle est souvent associée à des couleurs vives et brillantes, et elle peut évoluer et s'étendre au fur et à mesure que nous progressons sur notre chemin spirituel.

Toutes ces couches de l'aura ne sont pas distinctes les unes des autres, mais plutôt imbriquées les unes dans les autres. Elles se confondent pour former une aura globale qui est une combinaison de tous les aspects de l'être.

Une aura en mouvement

L'aura est généralement de forme ovoïde et entoure le corps physique, mais elle peut présenter des aspérités. Sa taille fluctue en fonction de l'état de nos chakras et ses couleurs changent en fonction des périodes de vie, de l'activité de nos chakras et de nos missions de vie. **Une personne avec un taux vibratoire élevé, ayant un vrai rayonnement, peut voir l'influence de son aura sur des kilomètres.**

Il est important de noter que certaines situations, telles que la prière (en étant bien centré dans le cœur), peuvent amplifier notre aura.

Lorsque nos chakras sont ouverts et régulés, ils émettent suffisamment d'énergie pour que notre aura soit positivement impactée.

Si un chakra se ferme ou se bloque, il émettra moins d'énergie, ce qui diminuera la taille et la densité de notre aura. En conséquence, nous deviendrons plus vulnérables aux pollutions énergétiques car notre rayonnement diminuera et ne permettra plus de nous protéger efficacement.

Il est également important de noter que l'aura peut se rétracter en présence de personnes ou de situations toxiques afin de se protéger, mais elle reprendra sa forme normale une fois que la situation sera terminée (par exemple, dans le métro).

Aussi, notre aura change constamment en fonction de nos comportements et de nos émotions. Par exemple, si nous sommes repoussés par quelqu'un, notre aura se rétractera ; si nous entrons en contact avec l'autre, elle s'avancera vers l'avant de notre corps ; si nous parlons trop sans écouter, elle «gonflera» au niveau de notre tête ; si nous cherchons à manipuler quelqu'un de manière abusive, elle s'agrippera à l'aura de l'autre personne ; si nous perdons notre ancrage et nous mettons à rêvasser, elle peut laisser s'échapper de l'énergie vers le ciel ; si nous sommes en colère, elle se brouille et présente des zigzags.

Utilités de l'aura

L'aura joue un rôle crucial dans notre bien-être en agissant comme un filtre énergétique.

En absorbant les énergies environnantes, elle nous permet de nous connecter avec notre environnement et de ressentir les vibrations qui nous entourent. Elle agit également en reflétant notre propre énergie, offrant ainsi une expression visible de notre état intérieur.

Une autre utilité importante de l'aura est sa capacité à nous protéger contre les parasites énergétiques qui peuvent l'entourer. **Lorsque notre aura est forte et vibrante, elle agit comme une barrière naturelle**, repoussant les influences négatives. Ces parasites énergétiques peuvent perturber notre équilibre énergétique, affectant ainsi notre santé mentale, émotionnelle et physique.

J'ajouterai aussi que l'aura permet la lecture d'informations énergétiques sur une personne, agissant comme une sorte de fiche d'identité énergétique. De cette manière, il est possible de capter des informations sur la sensibilité, la personnalité, les mémoires et même les missions de vie de cette personne, bien que cela nécessite de l'entraînement. De plus, je dirai que l'aura agit aussi comme un soin énergétique grâce à son émanation, à sa vibration.

Les couleurs de l'aura

Toutes les couleurs se retrouvent dans l'aura, car elles sont émises par nos chakras, ces centres d'énergie subtils situés le long de notre colonne vertébrale. Chaque chakra correspond à une couleur spécifique, et cette palette de couleurs se reflète dans notre aura, formant une symphonie vibrante et changeante.

L'aura est un mélange harmonieux des énergies émises par nos chakras, qui fonctionnent comme des instruments de musique, émettant des fréquences spécifiques. Chaque chakra est associé à une couleur correspondant à sa fréquence énergétique. Par exemple, le chakra racine, situé à la base de la colonne vertébrale, est associé à la couleur rouge, symbolisant la vitalité et l'ancrage. Le chakra du cœur, au centre de la poitrine, est associé à la couleur verte, représentant l'amour et l'harmonie.

Les couleurs présentes dans notre aura sont un reflet des différents aspects de notre être intérieur, de notre état émotionnel, de notre santé physique et de notre spiritualité. L'aura est en constante évolution, et les couleurs qui la composent peuvent varier en fonction des expériences que nous traversons et des énergies que nous émettons.

Il est intéressant de noter que la couleur dominante de notre aura est souvent associée à notre personnalité et à nos traits de caractère. Par exemple, une personne solaire, joyeuse et pleine de vitalité peut avoir une aura à dominante jaune ou dorée, reflétant son énergie lumineuse. De même, une personne calme et intuitive peut avoir une aura à dominante violette ou indigo, exprimant sa profondeur spirituelle.

Cependant, il est important de souligner que l'aura n'est pas figée et peut évoluer tout au long de notre vie. Les expériences, les rencontres, les guérisons émotionnelles et spirituelles peuvent influencer les couleurs de notre aura, apportant de nouvelles teintes et nuances à notre champ énergétique.

Le rouge, associé au chakra racine, est synonyme de vitalité, de passion et d'énergie physique. Une aura rouge vif témoigne d'une forte énergie et d'une personnalité dynamique. Elle peut également révéler une détermination et un ancrage profonds dans son corps physique. D'autre part, une aura rouge foncé peut refléter des émotions fortes ou de la colère, soulignant l'importance de canaliser ces énergies pour maintenir l'équilibre.

Le chakra sacré est lié à la couleur orange, qui évoque la créativité, la sexualité et les émotions. Une aura orange indique une personnalité expressive et chaleureuse. Elle peut refléter une grande créativité ainsi qu'une connexion profonde avec ses émotions et sa sensualité.

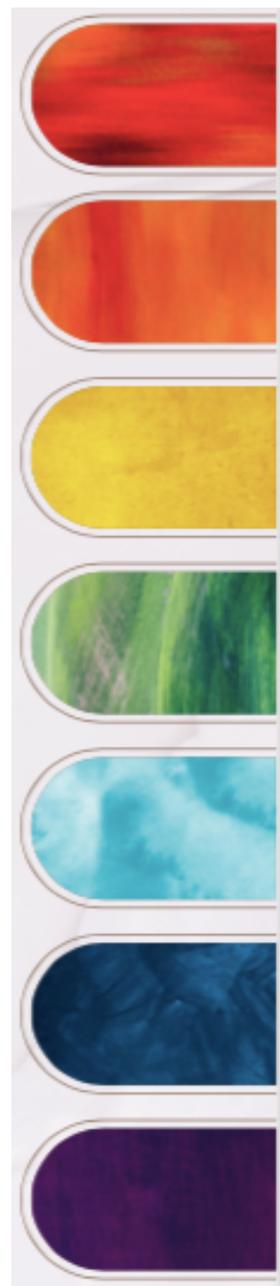
Le jaune, associé au chakra du plexus solaire, représente l'intellect, la logique et la clarté mentale. Une aura jaune brillante indique une forte intelligence et une pensée claire. Elle témoigne également d'une confiance en soi et d'une attitude optimiste. En revanche, une aura jaune terne peut refléter la confusion mentale ou le stress, mettant en évidence la nécessité de prendre soin de son équilibre mental et émotionnel.

Le vert est associé au chakra du cœur, symbolisant l'amour, la guérison et l'harmonie. Une aura verte révèle une personne aimante, compatissante et bienveillante. Elle indique également une forte connexion avec la nature et un désir de servir les autres. L'énergie verte de l'aura témoigne d'une guérison intérieure et d'un amour inconditionnel.

Le bleu, lié au chakra de la gorge, représente la communication, l'expression de soi et la spiritualité. Une aura bleue témoigne d'une personnalité expressive, communicative et authentique. Elle met en évidence une forte connexion avec le pouvoir de la parole et une capacité à s'exprimer avec clarté. Elle indique également une ouverture spirituelle et une forte connexion avec le monde invisible.

L'indigo, associé au chakra du troisième œil, est la couleur de la sagesse, de la sensibilité et de la spiritualité. Une aura indigo révèle une personne intuitive, visionnaire et profondément spirituelle. Elle peut également indiquer une sensibilité accrue aux énergies et une capacité à percevoir au-delà des apparences.

Enfin, la couleur violette est associée au chakra coronal, représentant un haut niveau de conscience avec le divin. Une aura violette témoigne d'une personne dotée d'une grande sagesse intérieure et d'une connexion profonde avec le monde spirituel. Elle est souvent présente chez les individus engagés dans des pratiques méditatives ou spirituelles avancées.



Affirmations positives

“Mon aura est forte, lumineuse et puissante. Je rayonne d'énergie positive.”

“Je suis connecté(e) à la source infinie d'énergie universelle, ce qui renforce et nourrit mon aura.”

“Mon aura est en expansion, vibrant d'une énergie vivifiante qui attire les bonnes choses dans ma vie.”

“Je libère toutes les énergies stagnantes ou négatives de mon aura, laissant place à une pure luminosité.”

Bénéfices

L'aurathérapie offre de nombreux bénéfices pour celles et ceux qui souhaitent réguler leurs chakras et densifier leur aura. Voici quelques-uns des avantages de cette pratique énergétique

1/ **Harmonisation des énergies** : l'aurathérapie permet d'harmoniser les différents aspects de notre être, en travaillant sur les chakras et en rééquilibrant les flux d'énergie. Cela favorise l'harmonie et l'équilibre tant sur le plan physique, émotionnel que spirituel.

2/ **Renforcement de l'aura** : en travaillant sur les chakras, l'aurathérapie permet de renforcer l'aura.

3/ **Amélioration du bien-être émotionnel** : l'aurathérapie peut aider à libérer les blocages émotionnels et à favoriser l'épanouissement personnel. En travaillant sur les chakras, elle favorise la libération des émotions refoulées, permettant ainsi de retrouver un équilibre émotionnel et une plus grande sérénité intérieure

4/ **Développement de l'intuition et de la spiritualité** : en réalignant les chakras et en densifiant l'aura, l'aurathérapie favorise l'ouverture des facultés intuitives et spirituelles. Elle permet d'approfondir notre connexion avec notre moi supérieur et avec le divin, favorisant ainsi notre développement spirituel.

5/ **Renforcement de l'énergie vitale** : l'aurathérapie permet de revitaliser notre énergie vitale en stimulant les chakras et en rétablissant un flux énergétique optimal. Cela se traduit par une augmentation de la vitalité, une plus grande résistance au stress et une meilleure capacité à faire face aux défis de la vie quotidienne.

6/ **Amélioration de la santé globale** : l'équilibre énergétique obtenu grâce à l'aurathérapie favorise la santé et le bien-être global. En régulant les chakras, elle peut contribuer à soulager les douleurs physiques, à renforcer le système immunitaire et à favoriser la guérison naturelle du corps.

7/ **Expansion de la conscience** : en travaillant sur les chakras et en densifiant l'aura, l'aurathérapie peut ouvrir de nouveaux horizons de conscience. Elle favorise l'expansion de notre perception, nous permettant d'explorer des dimensions supérieures de la réalité et d'accéder à une compréhension plus profonde de nous-mêmes et du monde qui nous entoure

CONSEILS POUR PRENDRE SOIN DE SON AURA

Comment nettoyer l'aura ?

Pour libérer l'aura et permettre son expansion, il est essentiel de réguler les perturbations qui peuvent s'y installer et de nettoyer les parasites qui peuvent s'y attacher. En effet, comme nous l'avons vu, plusieurs éléments peuvent parasiter notre aura et perturber notre équilibre énergétique.

1/ Méditation

La méditation est un outil puissant pour calmer l'esprit, se connecter à son moi intérieur et équilibrer son énergie. En vous concentrant sur votre respiration et en visualisant une lumière blanche ou dorée vous enveloppant, vous pouvez libérer les énergies négatives et revitaliser votre aura.

2/ Bain de sel

Prendre un bain de sel est une méthode courante pour purifier l'énergie. Ajoutez à l'eau chaude de votre bain du sel de mer ou du sel d'Epsom et détendez-vous pendant 15 à 20 minutes. Le sel aide à éliminer les énergies indésirables de votre aura et à restaurer son équilibre.

3/ Sauge ou encens

L'utilisation de sauge ou d'encens est une pratique ancienne de purification. Allumez un bâton de sauge ou un bâton d'encens et passez-le doucement autour de votre corps, en particulier autour de votre tête, de votre poitrine et de vos pieds. Visualisez la fumée emportant les énergies négatives de votre aura.

4/ Cristaux

Certains cristaux sont connus pour leur capacité à purifier et à équilibrer l'énergie. Par exemple, l'améthyste, la tourmaline noire et le quartz clair sont souvent utilisés à cette fin. Placez un cristal approprié sur votre corps ou à proximité pendant la méditation, ou portez-le en bijou pour bénéficier de ses propriétés de nettoyage énergétique.

5/ Techniques de guérison énergétique

Certaines méthodes de guérison énergétique peuvent vous aider à éliminer les blocages et les énergies stagnantes de votre aura. Ces techniques impliquent généralement des impositions des mains, où le praticien canalise l'énergie pour rétablir l'harmonie dans votre champ énergétique.

6/ Intentions et affirmations

Utilisez des intentions positives et des affirmations pour nettoyer votre aura.

Renforcer, densifier son aura

Pour renforcer et densifier son aura, il est essentiel de cultiver une assise mentale ferme et forte. Cela implique de développer une confiance en soi, une estime de soi positive et une vision claire de ses valeurs et de ses limites. En établissant des limites saines dans nos interactions avec les autres, nous protégeons notre énergie et préservons l'intégrité de notre aura.

Une autre pratique importante est de s'ancrer profondément dans notre être et dans le moment présent. Cela peut être réalisé par des exercices de respiration, la méditation, la connexion avec la nature ou toute autre activité qui nous relie à notre essence intérieure et à la Terre.

L'ancrage aide à stabiliser notre énergie, à nous sentir enracinés et à maintenir une aura solide. Il est également essentiel d'oser rayonner notre lumière intérieure. Cela signifie exprimer notre authenticité, nos talents et nos dons uniques. Lorsque nous assumons pleinement qui nous sommes, sans peur du jugement des autres, notre aura se fortifie et rayonne d'une énergie positive et inspirante.

Enfin, il est recommandé de cultiver une attitude positive et d'entretenir des pensées bienveillantes envers soi-même et envers les autres. L'amour, la gratitude, le pardon et la compassion sont des émotions et des états d'esprit qui renforcent l'aura et favorisent une énergie harmonieuse.

Réguler ses chakras

Comme expliqué dans l'introduction, lorsque les chakras sont équilibrés et que l'énergie circule librement, cela peut contribuer à un état de bien-être et à une aura saine et lumineuse. En revanche, lorsque les chakras sont bloqués ou déséquilibrés, cela peut entraîner des perturbations dans l'aura et dans notre état de santé globale. C'est pour cela qu'il est conseillé de réguler l'énergie des chakras.

EXERCICE DE RÉGÉNÉRATION DE L'AURA

Cet exercice permet de recharger votre aura en combinant les énergies de la terre et du ciel, renforçant ainsi votre présence énergétique. **Pratiquez-le régulièrement pour maintenir votre aura dense et vibrante.**

Asseyez-vous dans une position confortable et détendez-vous. Fermez les yeux et prenez quelques respirations profondes pour vous centrer.

Visualisez-vous debout au sommet d'une montagne, relié-e à la terre par vos pieds. Sentez l'énergie puissante et stable de la terre sous vos pieds.

Imaginez que du sol montent des racines énergétiques à travers la plante de vos pieds. Voyez ces racines pénétrer profondément dans la terre, absorbant l'énergie nourrissante de la terre.

Laissez cette énergie de la terre remonter à travers vos pieds, vos jambes et jusqu'à la base de votre colonne vertébrale, votre chakra racine. Visualisez ce chakra comme un puits profond rempli d'eau. Laissez l'énergie de la terre remplir ce puits, le rendant dense et vibrant.

Maintenant, dirigez votre attention vers le haut de votre tête, vers le chakra couronne. Imaginez-vous ouvrir ce chakra comme un autre puits, prêt à recevoir l'énergie céleste.

Visualisez une lumière pure et brillante descendant du ciel, traversant le sommet de votre tête et remplissant votre chakra couronne. Laissez cette énergie céleste se mélanger à l'eau de la terre dans votre chakra racine.

À mesure que l'énergie du ciel et de la terre se mélange dans votre chakra racine, ressentez-la se propager dans tous vos autres chakras. Voyez ces puits intérieurs se remplir d'eau énergétique, rendant votre aura de plus en plus dense et lumineuse.

Restez dans cet état d'absorption et de circulation d'énergie aussi longtemps que vous le souhaitez, en vous concentrant sur le processus de remplissage et de densification de votre aura.

Lorsque vous êtes prêt-e à terminer l'exercice, remerciez l'énergie de la terre et du ciel pour leur soutien.

Visualisez vos chakras se refermer doucement, scellant l'énergie à l'intérieur de vous.

Prenez quelques respirations profondes et ouvrez les yeux, en vous sentant ancré-e, revitalisé-e et avec une aura plus dense et lumineuse.