

RICHARD WEBSTER

ODCZYTYWANIE AURY

(PRZEŁOŻYŁA: IRENA STĄPOR)

SCAN-DAL

Dla Eden, naszej pierwszej wnuczki

Wprowadzenie

W dzieciństwie chodziłem do szkoły prowadzonej przez księżę. W każdy czwartek rano przed lekcjami szliśmy do kaplicy na mszę. Lubiłem muzykę, zawsze więc stawałem tak, by móc obserwować pana Cardera, organistę, który uczył również muzyki i był najlepszym nauczycielem, jakiego kiedykolwiek miałem.

Pewnego ranka przyglądałem się, jak pan Carder gra Bacha, i ze zdumieniem zauważyłem piękne barwy, które z niego emanowały, unosząc się ku wysoko sklepionemu sufitowi. Widok ten mnie zachwycił, szturchnąłem więc siedzącego obok chłopca.

- Popatrz, jakie piękne kolory - powiedziałem.

Chłopiec spojrzał, jednak niczego nie zobaczył. Nie pamiętam, co powiedział, ale powstrzymało mnie to przed opowiadaniem o kolorach komukolwiek innemu.

Od tamtej chwili widywałem kolory wokół pana Cardera niemal zawsze, gdy grał. Po prostu nabrałem pewności, że się pojawiają, i nie dziwił mnie ich brak wokół innych ludzi, nawet wokół szkolnego księdza.

Wiele lat później po którymś z moich wykładów jeden ze słuchaczy podszedł do mnie i zasugerował, że kolory mogły pochodzić z witraży w kaplicy. Wydawało mi się to nieprawdopodobne, ponieważ dobrze znałem piękne wzory, które światło padające przez okna w słoneczne poranki rzucało na zgromadzonych uczniów. Niemniej jednak wróciłem do kaplicy i sprawdziłem -organy ustawione były w taki sposób, że promienie przenikające przez witraże nie mogły padać na organistę.

To właśnie wtedy zobaczyłem aurę po raz pierwszy. Miałem szczęście, że od razu dostrzegłem kolory. Większość ludzi najpierw zauważa niemal bezbarwną „otoczkę”, a barwy pojawiają się stopniowo. Ponieważ byłem dzieckiem, przyjąłem aurę jako coś naturalnego. Nie analizowałem tego zjawiska, nawet nie myślałem o nim zbyt często. Czasami widywałem aurę wokół nauczyciela muzyki, gdy grał na pianinie, natomiast nigdy, gdy prowadził lekcje.

Rok czy dwa lata później pan Carder został moim wychowawcą. Jego metoda utrzymywania dyscypliny w klasie polegała na nagradzaniu dobrego zachowania czytaniem książki w każde piątkowe popołudnie. Była to jego ulubiona lektura z dzieciństwa. Trzymał te stare zniszczone kartki w rękach z czcią i miłością. Opowieść nas fascynowała i nasze zachowanie w klasie poprawiało się z tygodnia na tydzień, ponieważ dużo więcej frajdy nam sprawiało śledzenie najnowszych przygód bohaterów książki niż nauka matematyki. Gdy pan Carder czytał, jego aura poszerzała się i otaczała go jaskrawymi kolorami.

Jako nastolatek czasami dostrzegałem aurę wokół innych ludzi, na ogół wtedy, gdy entuzjastycznie opowiadali o czymś, co ich interesuje. Zdarzało się to jednak przypadkiem, nigdy nie starałem się jej zobaczyć, ale też nie dziwiło mnie, że ją widzę.

Mając siedemnaście lat, wysłuchałem kilku wykładów w Towarzystwie Teozoficznym i dowiedziałem się, że temat jest dużo głębszy, niż mi się wydawało. Zdziwiło mnie, że większość słuchaczy bardzo ciężko pracuje, by zobaczyć coś, co ja widziałem przez połowę swojego życia, uważając ten fakt za rzecz całkowicie naturalną. Chciałem im powiedzieć, że za bardzo się starają, że lepiej by zrobili, rozluźniając się i pozwalając, aby się zdarzyło to, co się ma zdarzyć, ale byłem zbyt nieśmiały i zamknięty w sobie.

Nadal uważam, że widzenia aury najlepiej się uczyć w nastroju pogodnym. Jeśli się zabierzesz do roboty z ponurą determinacją, zniknie element zabawy, a osiągnięcie sukcesu stanie się prawie niemożliwe.

Miałem tego niezbity dowód wiele lat temu, gdy zaczynałem prowadzić zajęcia z rozwoju zdolności parapsychicznych. Jedna z pań uczestniczących w spotkaniach rozpaczliwie chciała zobaczyć aurę. Chociaż upominałem ją, by czerpała radość z naszych ćwiczeń, traktowała każde z nich jak sprawę życia i śmierci. Jej frustracja rosła, w miarę jak kolejni uczestnicy warsztatów stwierdzali, że im się udało, a ona ciągle nic nie widziała. Zabrała robione w klasie notatki do domu i zostawiła w salonie. Pewnego wieczoru przeczytał je jej mąż. Był po dwóch kieliszkach i stwierdził, że mogłoby być zabawnie zrobić kilka ćwiczeń. Z początku jego żona nie chciała, ponieważ zawsze podkreślał swoją niewiarę w widzenie aury. Zgodziła się jednak, nie chcąc mu się sprzeciwiać. Ku swemu zdumieniu odkryła, że widzenie aury nie sprawia jej żadnej trudności. Zdziwiła się jeszcze bardziej, gdy się okazało, że jej mąż także nie ma z tym problemu. Męża to przeżycie tak przeraziło, że musiało minąć kilka miesięcy, zanim dał się namówić na ponowne próby. Interesujący w tej historii jest fakt, że pani ta nie widziała aury podczas zajęć, gdy bardzo się o to starała, natomiast w domu, chcąc sprawić mężowi przyjemność, z łatwością osiągnęła cel.

W książce tej zawarłem wszystkie ćwiczenia z moich zajęć rozwoju zdolności parapsychicznych. Jeśli będziesz je wykonywać jako element zabawy, na pewno uda ci się zobaczyć i zinterpretować aurę.

* * *

Ludzie dostrzegali aurę od zarania dziejów. Wiele pradawnych rycin i rysunków na skałach przedstawia postacie z dziwnym nakryciem głowy. Szczególnie wyraźnie widać to na malowidłach z Val Camonica w północnych Włoszech. Niektórzy badacze twierdzą, że w

dawnych czasach ziemię odwiedzili goście z kosmosu. To możliwe, oczywiście, ale wydaje się bardziej prawdopodobne, że są to prymitywne przedstawienia aury, szczególnie iż głowy niektórych postaci otoczone są rysunkami płomieni. Pióropusze noszone przez wodzów Indian mogłyby przedstawiać aurę. Również kapłani Majów nosili nakrycia głowy zrobione z piór.

Długo przed nadejściem Chrystusa głowy świętych na portretach otaczały świetliste lub złote aureole (rys. A). Można je zobaczyć na malowidłach pochodzących z Egiptu, Indii, Grecji i Włoch. Bez wątplenia przedstawiają one aurę.

Również w świętych księgach wszystkich cywilizacji pojawiają się informacje o aurze. Być może głowę Mojżesza schodzącego z góry Synaj otaczała aureola - „Gdy Mojżesz zstępował z góry Synaj z dwiema tablicami Świadcstwa w ręku, nie wiedział, że skóra na jego twarzy promieniała na skutek rozmowy z Panem. Gdy Aaron i Izraelici zobaczyli Mojżesza z dala i ujrzeli, że skóra na jego twarzy promienieje, bali się zbliżyć do niego”.

(Wyj 34, 29). Homer opisuje aurę jako „świetlistą chmurę mającą swe źródło w boskiej istocie, a więc symbolizującą moc”. Opis tego zjawiska po raz pierwszy pojawił się w zachodnich pismach około 2600 lat temu, gdy pitagorejczycy zaczęli je włączać do swoich nauk.

Ludzie zawsze uważali, że aura jest rzeczywistą siedzibą siły życia. Hindusi nazwali tę energię *prana*, w Polinezji kahuni określali ją mianem *mana*, natomiast Paracelsus - *munis*. Mesmer używał nazwy magnetyzm zwierzęcy, Baron von Reichenbach - od, a dzisiaj ludzie obdarzeni zdolnościami parapsychoicznymi nazywają ją siłą eteryczną.

Średniowieczni święci i mistycy potrafili dostrzec cztery różne typy aury: nimb, halo, aureolę oraz glorię. Nimb i halo otaczają głowę, aureola - całe ciało, a gloria łączy trzy pozostałe rodzaje w całość.

Święci mają tak bardzo rozwinięty nimb i halo, że artyści bez trudu dostrzegali je i malowali.

Paracelsus (1493-1541), sławny szwajcarski filozof i lekarz, jako jeden z pierwszych



Rys. A

Halo na dawnych obrazach.

pisal o aurze. Po ukończeniu studiów podróżował po Europie, spędzając dużo czasu z Cyganami i alchemikami. Studiował również ziołolecznictwo, dentystykę i teozofię. Zdobytą wiedzę przekazał w swoich pismach. Paracelsus wierzył w istnienie siły życiowej, „która jaśnieje wewnątrz i wokół żywych istot jak świetlista kula”. Uważał, że ma ona magiczny wpływ, który można wykorzystać w leczeniu pacjentów. W 1541 roku został zmuszony do rezygnacji z funkcji profesora medycyny i chirurgii, ponieważ jego nauki uznano za zbyt daleko odbiegające od ogólnie przyjętych zasad. Paracelsus zmarł w tym samym roku w wyniku obrażeń, jakie odniósł, gdy służący pewnego lekarza nie zgadzającego się z jego poglądami wypchnął go z dużej wysokości.

Sir Isaac Newton (1642-1727), fizyk i matematyk, jest najbardziej znany z obserwacji jabłka spadającego na ziemię. Rozmyślanie nad tym zjawiskiem pozwoliło mu stworzyć trzy podstawowe prawa mechaniki, które z kolei doprowadziły do odkrycia i zdefiniowania prawa ciążenia. Newton był bardzo utalentowanym człowiekiem zajmującym się wieloma dziedzinami nauki. Jako matematyk wynalazł rachunek infinitezymalny. W fizyce odkrył skład białego światła. Pracował jako urzędnik państwowy - był dyrektorem mennicy. W 1666 roku opracował pojęcie pola siły lub „fal siły” otaczających wszystko, co żyje. Był pierwszym człowiekiem, który przepuścił białe światło przez dwa pryzmaty, w wyniku czego sformułował prawa o załamaniu się promieni i o odbiciu. Jego „fale siły” oraz zainteresowanie kolorami i światłem czynią zeń pioniera badań nad aurą.

Franz Mesmer (1734-1815) był wiedeńskim lekarzem, którego zafascynował magnetyzm i który używał magnesu w leczeniu pacjentów. Wierzył, że moc podobna do magnetyzmu istnieje w ludzkim organizmie. W 1775 roku opublikował swoją książkę *Dissertation on the Discovery of Animal Magnetism*, a następnie zaczął podróżować, by móc wszędzie demonstrować swoje odkrycia. Niestety, teatralne skłonności i ekscentryczność Mesmera zraziły do niego cały świat lekarski i w 1784 roku komisja, na której czele stanął Benjamin Franklin, okrzyknęła go znachorem i szarlatanem.

Kolejna znacząca postać w historii badań nad aurą to baron Karl von Reichenbach (1788-1869), odkrywca kreozotu. Był to niemiecki metalurg i przemysłowiec, który rozczarowany tym, że jego idee nie znajdują zainteresowania u innych, postanowił bezpośrednio przedstawić swoje poglądy szerokiej publiczności za pomocą serii listów na temat od i magnetyzmu. Od to nazwa, jakiej Reichenbach używał do określenia uniwersalnej energii, z którą pozostają w kontakcie wrażliwi ludzie, zwłaszcza obdarzeni zdolnościami parapsychofizycznymi. Wierzył, że tę „odyczną siłę” (nazwa pochodzi od Odyna, jednego z głównych bogów norweskiej mitologii) wytwarzają magnesy, kryształy oraz istoty ludzkie.

Wrażliwe osoby nie tylko mogą ją odczuwać, ale w pewnych sytuacjach również widzieć. Stwierdził na przykład, że on sam odczuwa miły chłód emanujący z czubka kryształu, podczas gdy jego podstawa wywołuje nieprzyjemne wrażenie ciepła.

W maju 1844 roku Reichenbach przeprowadził badania na Angelice Sturman, młodej, uzdolnionej dziewczynie. Umieścił ją w ciemnym pokoju wraz z kryształem, z którego czubka - według jej oświadczenia - wydobywało się jasne, niebieskie światło. Poświata była w ciągłym ruchu, a od czasu do czasu pojawiały się iskry. Gdy Reichenbach odwrócił kryształ, Angelika dostrzegła gęsty czerwonożółty dym wydobywający się z jego podstawy. Badacz był zachwycony wynikami testów, szczególnie gdy się okazało, że oprócz Angeliki tysiące osób widzi kolory wydobywające się z jego kryształów. Odkrył również, że ludzkie ciało wytwarza podobną biegunowość jak kryształy: lewą stronę ciała uważał za biegun negatywny, prawą zaś - za pozytywny.

Baron von Reichenbach w swoich licznych artykułach opisywał doświadczenia, które mogli przeprowadzić jego czytelnicy. Wywołał sensację w całej Europie, setki tysięcy ludzi starało się zobaczyć jego odczynną siłę. „Módl się i sam spróbuj” - powtarzał w swoich artykułach.

Dr Walter J. Kilner (1847-1920) uczynił krok naprzód, gdy w 1908 roku odkrył sposób, który każdemu umożliwiał widzenie aury. W książce *The Human Aura* wyprzedził swoją epokę, twierdząc, że w przyszłości będzie można aurę sfotografować. Sposób Kilnera polegał na użyciu ekranu składającego się z dwóch szyb umieszczonych o 3 mm jedna od drugiej. Przestrzeń między nimi wypełniał błękitnofioletowy barwnik. Ekran ten umożliwiał widzenie pasma ultrafioletowego, w wyniku czego każdy, kto przez niego patrzył, mógł zobaczyć aurę. Pierwszą osobą, na którą Kilner spojrział, stosując swój wynalazek, była dwudziestotrzyletnia kobieta cała otoczona szaroniebieską aurą z wyraźnymi promieniami. Dr Kilner martwił się reakcją kolegów lekarzy wyśmiewających jego odkrycia. W istocie, w 1912 roku „British Medical Journal” porównał je do „wizjonerskich zabójczych spojrzeń” Makbeta. Tymczasem Kilner uważał, że każdy lekarz powinien postrzegać jego ekran jako narzędzie diagnostyczne, ponieważ aura otaczająca chore części ciała człowieka ma ciemniejszą barwę. Mimo nieprzychylnych opinii, Kilner nadal prowadził doświadczenia, a w 1921 roku wydał książkę podsumowującą jego prace *The Human Atmosphere*.

Następne poważne opracowanie na temat aury pojawiło się dopiero w 1937 roku, gdy opublikowano książkę *Oscara Bagnalla Origin and Properties of the Human Aura*. Autor nawiązał do prac dr Kilnera i wyprodukował ekran zawierający pinacynol. Można go było nosić jak okulary, co stanowiło jego wielką zaletę. Takie „gogle do odczytywania aury”

czasami można nabyć jeszcze dzisiaj.

Pod koniec lat trzydziestych rosyjski naukowiec, Siemion Kirlian, odkrył przypadkiem, jak fotografować aurę. Podczas leczenia metodą elektrowstrząsów w szpitalu psychiatrycznym zauważył małe błyski światła między skórą pacjenta i elektrodą. Naukowiec oparzył się podczas pierwszej próby sfotografowania tego światła, ale na płycie fotograficznej widoczna była aura, szybko więc zapomniał o bólu.

Kirlian wraz z żoną Walentyną przez ponad dwadzieścia lat pracowali w swoim małym dwupokojowym mieszkanku nad udoskonaleniem sposobu fotografowania aury. Poświęcili temu cały swój wolny czas. Wiadomość o ich odkryciu rozeszła się po kraju i w końcu, w 1940 roku, Ministerstwo Zdrowia Publicznego przyznało im stypendium. Małżonkowie przeprowadzili wiele eksperymentów, sfotografowali między innymi dwa na pozór identycznie wyglądające liście. Jeden z nich miał jasną, migotliwą aurę, natomiast aura drugiego była ledwo widoczna. Pierwszy liść był zdrowy, drugi - chory.

Zdjęcia Kirliana były zdumiewająco piękne, a gdy wieść o nich dotarła na Zachód, wzbudziła niezwykle zainteresowanie w środowisku ludzi zajmujących się parapsychologią. Jednak podniecenie stopniowo opadło, gdy naukowcy wykazali, że zdjęcia po prostu pokazują ognie św. Elma. Dotąd nie wiadomo, czy jest tak rzeczywiście. Kirlian nie używał aparatu fotograficznego do swoich eksperymentów. Fotografowany obiekt umieszczał między dwiema metalowymi płytami, drgającymi aż 200000 cykli na sekundę. Zdjęcia palców i dłoni robiono, kładąc je na filmie leżącym na naładowanej metalowej płycie.

W 1953 roku dr Michaił Kuźmicz Gajkin, leningradzki chirurg, przeczytał artykuł o Kirlianach. Zafascynowało go, że fotografie małżonków przypominały praktyki chińskich lekarzy stosujących akupunkturę, których miał okazję obserwować w czasie drugiej wojny światowej. Ludzie ci powiedzieli mu o 700 punktach na skórze, w których można wyczuć życiową energię. Gajkin widział, jak chińscy lekarze zmieniają przepływ energii pacjenta w tych punktach i jakie to miało skutki. Przyglądając się zdjęciom w małej pracowni Kirlianów, zdał sobie sprawę, że miejsca, w których aura ma największe natężenie, odpowiadają punktom akupunktury, znanym chińskim lekarzom od tysięcy lat. Odkrycie to pomogło znaleźć drobne punkty akupunktury. Dr Gajkin wraz z Władysławem Michalewskim, leningradzkim inżynierem, wykonali elektroniczne urządzenie, za pomocą którego można określić punkt akupunktury z dokładnością do jednej dziesiątej milimetra.

Kirlianowie nie byli pierwszymi, którzy sfotografowali aurę. Dziewiętnastowieczne urządzenie służące do wykrywania skaz w szkle również pokazuje coś, co może być aurą, chociaż naukowcy twierdzą, że aparat ten fotografuje jedynie prądy konwekcyjne. Cokolwiek

powiemy na ten temat, dzisiaj zarówno naukowcy, jak i wszyscy zajmujący się parapsychologią twierdzą, że otacza nas energia niewidzialna dla większości ludzi. Współcześni naukowcy potrafią zobaczyć aurę na kasetach wideo, a wtedy piszą o „cienkim, pulsującym polu wokół ludzkiego ciała”.

Dzisiaj na targach ezoterycznych można spotkać osoby oferujące sfotografowanie aury. Niestety, ich aparaty nie fotografują autentycznego zjawiska, lecz wytwarzają je elektronicznie. Ludzie ci na ogół podłączają czujniki do skóry osoby fotografowanej. Wynik pomiaru oporu elektrycznego zostaje przekazany do elektronicznego procesora, który wytwarza poświatę wokół ciała człowieka. Takie zdjęcie może być zabawne, ale nie przedstawia prawdziwej aury.

Dużo czasu upłynęło od chwili, gdy prymitywne ludy malowały aurę na ścianach grot. Dzisiaj możemy zastosować różne urządzenia, by ją zobaczyć i dowieść jej istnienia. Mimo to bardzo niewielu ludzi chce poświęcić czas i energię, by rozwinąć w sobie świadomość aury i nauczyć się ją widzieć.

Gratuluję ci, że wyruszyłeś w ekscytującą podróż, która da ci dużo zadowolenia.

Rozdział 1

Co to jest aura?

Według słownika, aura to niewidzialna emanacja lub pole energetyczne, które otacza wszystko, co żyje. A ponieważ istnieje ono wokół wszystkiego, również skała czy stół kuchenny mają aurę. W rzeczywistości aura, otaczając całe ciało, stanowi również część każdej komórki i odzwierciedla całą życiową energię w jej nawet najmniej uchwytne przejawach. Można więc ją uznać raczej za przedłużenie ciała niż za coś, co je otacza. Nazwa pochodzi od greckiego słowa aura oznaczającego bryzę. Energia przepływająca przez nią odzwierciedla naszą osobowość, tryb życia, myśli i emocje. Aura wskazuje na stan, w jakim jest nasz umysł, ciało i dusza.

Niektórzy twierdzą, że aura to po prostu zjawisko elektromagnetyczne, które nie ma większego znaczenia. Inni wierzą, że składa się na nią iskra życia i w niej właśnie przebywa nasza wyższa świadomość, dostarczająca energii niezbędnej do życia i działania. Jeszcze inni uważają, że aura jest odbiciem nas samych, zachowującym dokładny zapis naszej przeszłości i teraźniejszości, a nawet przyszłości.

Naukowcy są zgodni, że każdy z nas ma fizyczną aurę złożoną z materii i pól energetycznych, które ją otaczają. W stosunku do otoczenia człowiek jest istotą ciepłą, wszyscy mamy termiczny gradient i wynikające z jego istnienia prądy powietrza w pobliżu ciała. Nasz organizm emituje energię podczerwoną. Otaczają nas również elektrostatyczne i elektryczne pola jonów. Ponadto emitujemy niskie poziomy radiacji elektromagnetycznej (fale radiowe) oraz promieniowanie o niskiej częstotliwości wynoszące aż sto kilocykli (kiloherców).

Jednak aura zawiera również kolor, a ten powstaje ze światła. Isaac Newton wykazał to pierwszy, gdy w 1666 roku obserwował promień słońca, który, przechodząc przez pryzmat, tworzył tęczę. Było to rewolucyjne odkrycie, ponieważ do tamtej chwili wszyscy myśleli, że barwa stanowi przyrodzoną cechę każdego przedmiotu. Jak wszyscy ludzie wyprzedzający swój czas, Newton został wyśmiany. Nie zrażając się tym, wykonywał kolejne eksperymenty i zaobserwował, co się dzieje, gdy światło przechodzi przez dwa pryzmaty. Promień z pierwszego pryzmatu został rozbity na tęczę, która ponownie stała się jednorodnym światłem po przejściu przez drugi pryzmat. To była odpowiedź na uwagi krytyków Newtona, że kolor znajduje się już w szkle pryzmatu, a promień słoneczny tylko go stamtąd wydobywa.

Isaac Newton odkrył refrakcję. Światło załamuje się w czasie przechodzenia przez pryzmat. Czerwień ulega mniejszemu załamaniu niż inne barwy, ponieważ ma najdłuższą falę. Fiolet natomiast ma falę najkrótszą, podlega więc najsilniejszemu załamaniu. Chociaż czerń i biel nazywamy kolorami, w istocie są to przeciwstawne bieguny odpowiednio ciemności i światła. Sir Isaac Newton udowodnił, że białe światło zawiera w sobie wszystkie kolory.

Goethe opisał to bardzo wymownie: „Barwy są cierpieniem światła”. Chciał przez to powiedzieć, że w miarę słabnięcia wibracji białego światła stają się widoczne różne kolory.

Gdy światło dociera do powierzchni jakiegoś przedmiotu, pochłania część barw. My widzimy tylko te kolory, które zostały odbite. Tak więc zielony liść wydaje się nam zielony, ponieważ pochłonął wszystkie inne kolory.

Ciemne kolory są bardziej chłonne niż jasne. Dlatego latem mamy skłonność do noszenia jasnych ubrań. Mam przyjaciela, który przez cały rok ubiera się wyłącznie na czarno. Latem bardzo się poci, chociaż jego ubrania wykonane są z lekkich materiałów. Dzieje się tak dlatego, że czerń pochłania wszystkie kolory widma świetlnego.

Światło przemieszcza się w przestrzeni w postaci fal z prędkością około 300 000 km/sek. Niektóre z tych fal mają ponad 160 000 km długości, inne natomiast są mikroskopijne. W środku znajduje się widmo optyczne, wąskie pasmo energii, które możemy zobaczyć.

Szybkość światła określił duński astronom, Olaf Roemer, dopiero w 1679 roku. W tamtych czasach było to pojęcie rewolucyjne. Przedtem wierzono bowiem, że światło po prostu jest i nie potrzebuje czasu, by się przemieszczać.

Co ciekawe, nasza aura nie stanowi żadnej formy światła, jak się na ogół błędnie sądzi. Świadczy o tym fakt, że chociaż dzisiejsze urządzenia badawcze potrafią wykryć każdą część widma świetlnego, to jednak nie wykrywają aury. Ludzka zdolność widzenia tego zjawiska to swego rodzaju jasnovidzenie. Nie należy się jednak tym martwić, gdyż umiejętność ta jest właściwa każdemu człowiekowi.

W latach sześćdziesiątych John Ott, wybitny badacz zjawisk świetlnych, odkrył, że oczy spełniają dwie różne funkcje. Światło dostające się do oka jest przekazywane do mózgu przez nerw optyczny, co pozwala nam widzieć. Ott zauważył również, że jądra komórek w siatkówce oka przyjmują światło i przekazują informację do podwzgórza. Podwzgórze - wypukłość wielkości niewielkiej śliwki u podstawy mózgu - zawiaduje wieloma ważnymi funkcjami, np. poczuciem równowagi, pociąganiem seksualnym, wagą ciała i odpornością na stres. Kontroluje ono również gruczoł przysadkowy, który z kolei wpływa na wszystkie

gruczoły dokrewne. John Ott wysunął teorię, że światło musi mieć wpływ na wzrost i zdrowie człowieka na nieświadomym poziomie. Odkrycie to jest wykorzystywane w leczeniu barwą i określaniu stanu zdrowia odzwierciedlającego się w aurze.

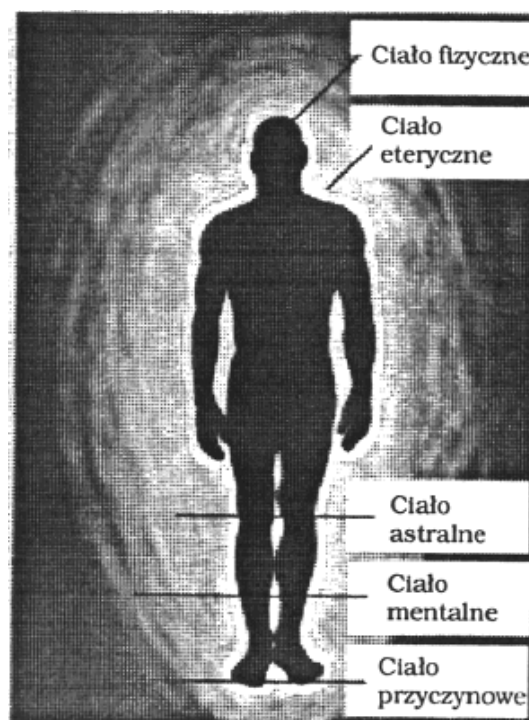
Chociaż światło nie tworzy aury, jest niezbędne, by można było ją zobaczyć. Aura rozrasta się i rozprzestrzenia w promieniach słońca, a kurczy w pomieszczeniach. W całkowitych ciemnościach zmniejsza się jeszcze bardziej, jednak nie znika zupełnie. Można ją dostrzec w postaci małych, cienkich, błękitnawych linii energii. Będąc dzieckiem, lubiłem chować się pod kołdrą i przysuwać do oczu palce, by widzieć delikatne linie energii tańczące między nimi.

Od dawna pewni ludzie potrafili dostrzegać aurę. Jednak naukowcy dopiero niedawno potwierdzili istnienie niewidocznej „otoczki”, którą osoby uzdolnione parapsychicznie zawsze umiały zobaczyć.

Wielu ludzi widzi aurę w dzieciństwie, a potem traci tę zdolność. To, że nagle ujrzałem aurę wokół nauczyciela muzyki, nie było więc niczym nadzwyczajnym. Dopiero gdy dorastamy i dowiadujemy się, że jest to rzekomo niemożliwe, tracimy tę zdolność. Na szczęście dzisiaj wielu nauczycieli i rodziców ma większą wiedzę niż kilka dziesięcioleci wstecz. Starają się oni rozwinąć parapsychiczny potencjał swoich dzieci. Mamy jednak jeszcze długą drogę przed sobą.

W miarę jak twoja świadomość aury będzie się rozwijać, zauważysz, że od czasu do czasu będziesz spontanicznie dostrzegać to zjawisko u niektórych osób. Najczęściej będzie się tak działo nie bez powodu. Niespodziewanie spotkasz kogoś, na kim ci zależy, i ciesząc się, że go spotkałeś, nagle zobaczysz jego aurę. Może to nawet być swego rodzaju ostrzeżeniem, jeśli jego aura jest ciemna. Wokół osoby, która wpadła w złość, prawdopodobnie zobaczysz brudnoczerwoną poświatę. Kiedy ktoś postępuje szlachetnie lub jest szczodry, jego aura rozszerza się i na krótko staje się bardzo wyraźna. Kiedyś na przyjęciu przeżyłem smutną chwilę - dostrzegłem aurę człowieka stojącego w głębi pokoju. Była słaba i nikła. Zrozumiałem, że człowiek ten źle się czuje. Dwa dni później zmarł. Długo się zastanawiałem, dlaczego nagle zobaczyłem jego aurę, podczas gdy nie dostrzegłem jej u nikogo innego z obecnych na przyjęciu. Dzisiaj sędzę, że sygnalizowała ona, iż człowiek ten gotuje się do zmiany wcielenia.

Aura występuje w różnych postaciach. Na ogół bywa postrzegana jako pole energetyczne, które ze wszystkich stron otacza ciało niczym ogromne jajo (rys. 1.1). W istocie wiele osób opisało ją jako „złotawe jajo”. Najczęściej aura rozciąga się na blisko metr we wszystkich kierunkach. Uważa się powszechnie, że im pełniejszy rozwój duchowy człowieka, tym większa jest jego aura. Podobno Budda emanował poświatą na kilka kilometrów. Wewnątrz tego dużego jajka znajdują się linie siły i energii, promieniujące we wszystkich kierunkach i odzwierciedlające myśli, uczucia, zdrowie i potencjał człowieka (rys. 1.2).

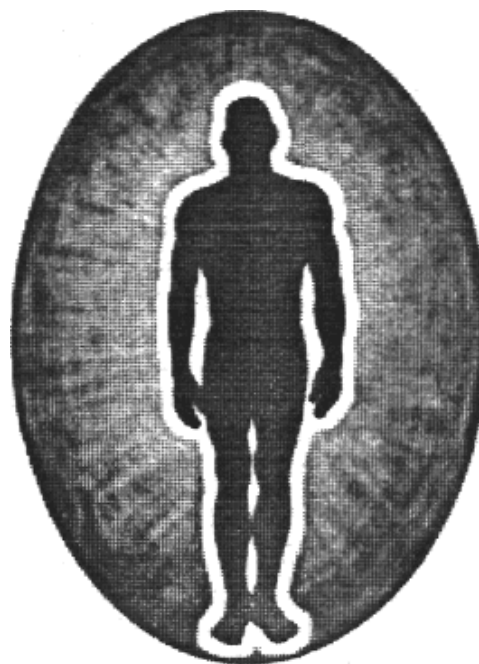


Rys. 1.1.

Pola energetyczne aury.

Aura składa się z pól energii, które stykają się ze sobą pod kątem prostym. Pierwsze z nich porusza się pionowo w górę i w dół ciała. Prostopadle do niego energia przepływa wokół ciała poziomo. Na koniec inne fale energii emanują z kręgosłupa i głowy ku zewnętrznym częściom aury. Wszystkie one krzyżują się i tworzą gęstą sieć energii magnetycznej.

Aura ma kilka warstw. Niektórzy ludzie o zdolnościach parapsychoicznych potrafią je dostrzec (nazywa się je ciałem subtelnym), a większość ludzi po odpowiednim treningu dostrzega przynajmniej trzy z nich. Według tradycyjnej interpretacji, każda warstwa odpowiada innej sferze życia. Na przykład psychiczna aura zarządza procesem myślowym, a aura astralna - emocjami. Jednak w codziennym życiu posługujemy się na ogół mieszaniną ich obu. Używamy emocji, myśląc, i nawet jeśli naszym postępowaniem rządzą emocje, proces myślowy nie zanika. Mamy świadomość, że wszystko przenika się nawzajem i łączy ze sobą, patrzymy więc na aurę raczej jako na całość.



Rys. 1.2.

Wyjątek stanowi sobowtór eteryczny. Jest to niezwykle delikatna, niemal niewidoczna otoczka wokół ciała mierząca od 0,5 do 1,5 cm (rys. 1.3). Warstwa ta poszerza się w czasie snu i kurczy na jawie. Przypomina akumulator, który ładuje się przez noc.

Ludzie, którzy uczą się dostrzegać aurę, widzą sobowtóra eterycznego jako przestrzeń między ciałem fizycznym a właściwą aurą. Jednak w miarę doskonalenia umiejętności postrzegania aury zdają sobie sprawę, że ma on szarawy odcień, a także nieustannie migocze, porusza się i zmienia kolor. Ten ciągły ruch wewnątrz sobowtóra eterycznego tworzy bardzo zróżnicowane, delikatne i świetliste zabarwienie. Sobowtóra eterycznego zwiemy czasem aurą zdrowia, ponieważ choroba odznacza się na niej ciemną smugą lub zaburzeniem ruchu. W najgorszym wypadku świetlista otoczka może przypominać ciemny, nieruchomy staw. O złym stanie zdrowia można również



Rys. 1.3

Sobowtór eteryczny

wywnioskować z utraty zabarwienia sobowtóra eterycznego. Prawdopodobnie dlatego często mu się przypisuje kolor szary. Co ciekawe, chorobę można dostrzec, zanim zainteresowana osoba zda sobie sprawę, że coś jej dolega. Jeśli ludzie uświadamiają to sobie, mogą poczynić kroki mające na celu odzyskanie zdrowia i witalności, zanim zdarzy się nieszczęście. Nic więc dziwnego, że wielu duchowych uzdrowicieli zajmuje się eterycznym sobowtorem.

Jeden z moich przyjaciół, który bardzo dużo palił, uwolnił się od nałogu, gdy mu powiedziano, że jego aura jest szara. W ciągu kilku tygodni aura odzyskała swoją poprzednią jasną barwę. Gdyby mój znajomy nie rzucił palenia, zapadłby poważnie na zdrowiu. Jego aura wyraźnie ostrzegła przed grożącą mu chorobą.

Nawet nasze myśli mogą zmienić wygląd sobowtóra eterycznego. Jeśli nieustannie mamy negatywne lub wrogie myśli, dadzą się one w końcu dostrzec w tej warstwie aury. Natomiast pozytywne myśli i czyny mają zbawienny wpływ na stan naszego zdrowia i samopoczucia i także odzwierciedlają się w naszym sobowtórze eterycznym.

Ciało eteryczne otacza właściwa aura. Niektórzy ludzie potrafią dostrzec kilka odrębnych warstw, na Wschodzie określanych mianem *kosha* („warstwa”). Aura rozciąga się na kilkadziesiąt centymetrów. Czasami dostrzegają ją i odczuwają ludzie zupełnie nie

zainteresowani parapsychologią, niewiele wiedzący na ten temat. Ćwicząc, każdy może nauczyć się ją widzieć i czuć. W słonecznym świetle aura zdaje się powiększać, a jej wibracja się nasila i prawdopodobnie dlatego czujemy się bardziej pełni życia i energii latem niż zimą.

Aura widziana po raz pierwszy wydaje się niemal biała i przypomina obłok. Stopniowo, w miarę rozwoju umiejętności jej widzenia, zaczynamy dostrzegać kolory. Każda aura ma swój podstawowy kolor, który zawiera ważne informacje o człowieku, ukazując jego emocjonalną, psychiczną i duchową naturę.

Oprócz tego z ciała poprzez aurę emanują różnobarwne promienie. Niektórzy uważają je za fale myśli - z pewnością to, co myślimy, ma bardzo duży wpływ na otaczającą nas poświatę. Stąd niewątpliwie pochodzą takie wyrażenia jak „czerwony ze złości” czy „zielony z zazdrości”. Myśli przepływają i nie należy ich traktować jako stały element aury. Nikt nie bywa „czerwony ze złości” całymi tygodniami czy miesiącami. Jednak negatywne myśli i emocje mogą wywołać stałe zmiany w aurze: wspaniałe, wibrujące barwy stają się matowe, odpychające, a nawet złe.

U niektórych ludzi wewnątrz aury występują różne figury geometryczne. Uważa się na ogół, że mają one symboliczne znaczenie. Na przykład koło symbolizuje spełnienie i głębokie zadowolenie. Trójkąt może oznaczać, że dana osoba chroni innych lub ktoś chroni ją samą. Gwiazda oznacza duże zdolności parapsychiczne.

Ponadto czasami można dostrzec strzały, spirale, stożki, krzyże, półksiężycy itp. Strzały pojawiają się często wtedy, gdy człowiek pozostaje pod wpływem stresu, szczególnie długotrwałego. Krzyże oznaczają trudności w podejmowaniu decyzji i spotyka się je głównie w aurze ludzi niezdecydowanych czy nieśmiałych. Spirale, stożki i półksiężycy wskazują na ogół na poważne myśli. Co ciekawe, rzadko się je widuje w aurze ludzi wykonujących stymulujące umysłowo zawody, natomiast są widoczne u osób, które z jakiegoś powodu częściej wykorzystują swój umysł niż zwykle. Wielokrotnie widziałem je u kogoś, kto zyskiwał duchową świadomość, ale starał się ją oprzeć na logice.

Niektóre z tych kształtów odzwierciedlają pojedyncze myśli, a wtedy trwają zaledwie kilka sekund i znikają. Dzieje się tak dlatego, że większość z nas nie potrafi zatrzymać jednej myśli przez dłuższy czas. Jeśli kształty te symbolizują cały nasz umysł, mogą istnieć miesiącami, latami czy nawet przez całe życie. Dostrzega się je na ogół u intelektualistów i ludzi rozwiniętych duchowo.

Nasza aura przez cały czas współdziała z aurą innych. Gdy spotykamy kogoś, kto jest nam miły, obie aury otwierają się i łączą ze sobą (rys. 1.4). Aura dwóch głęboko w sobie zakochanych osób tworzy jeden

wspaniały, wibrujący obłok (rys. 1.5).

Gdy widzimy kogoś, kogo nie lubimy, obserwujemy, jak jedna aura odpycha drugą (rys. 1.6). Czy zdarzyło ci się

spotkać kogoś, kto wydał ci się antypatyczny, pozornie bez żadnego powodu? Twoja aura została

odrzucona przez aurę tego drugiego człowieka, ostrzegając cię, byś się do niego nie zbliżał. Osoba przepełniona

wyłącznie negatywnymi myślami, stopniowo wszystkich od siebie odepchnie.

Pewne osoby są psychicznymi wampirami, które wysysają energię z twojej aury, by

wzbogacić swoją. Czy czułeś się kiedyś „wypompowany”, spędziwszy z kimś trochę czasu? Jest bardzo prawdopodobne, że był to

właśnie psychiczny wampir. Tych nieszczęśników na ogół charakteryzuje sztywność w postawie, brak

psychicznej świadomości i poczucia własnej wartości. Świadomie lub nie

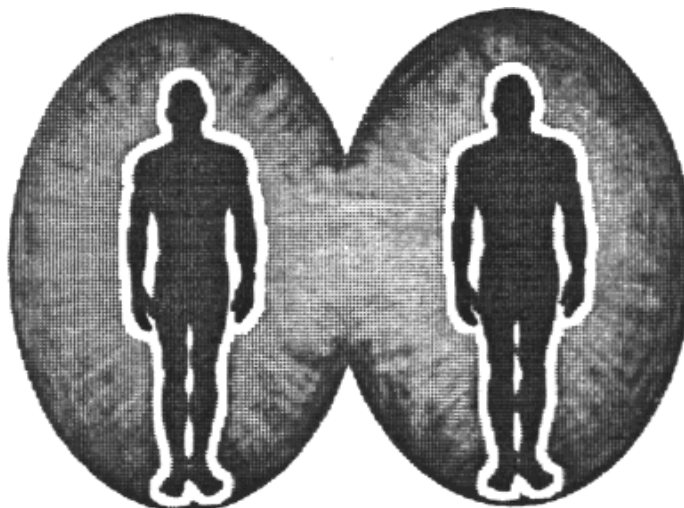
korzystają z energii innych ludzi, pozostawiając ich z poczuciem pustki i frustracji. Jeśli żyjesz z psychicznym

wampirem, musisz się nauczyć chronić swoją aurę.

Negatywne myślenie także ma fatalne skutki. Znam pewnego

człowieka, który osiągnął sukces zawodowy i sławę. Uważa on jednak, że nie obdarza się go takim szacunkiem

i poważaniem, na jakie zasługuje, staje się więc coraz bardziej zgorzkniały. Odzwierciedla się



Rys. 1. 4.

Aury dwóch osób mieszają się.



Rys. 1. 5.

Aury dwóch osób łączą się.

to w jego pociemniałej aurze. Nic dziwnego, że ludzie starają się go unikać, co z kolei wywołuje w nim jeszcze bardziej negatywne nastawienie. Wpadł w spiralę, która wiedzie go do smutnej, samotnej starości. A przecież może to zmienić. Gdyby zapomniał o rzeczywistych i urojonych krzywdach z przeszłości i zaczął żyć szczęśliwie z dnia na dzień, jego aura by się zmieniła, odzwierciedlając nową rzeczywistość. A wtedy znowu zaczęłyby przyciągać do siebie innych.

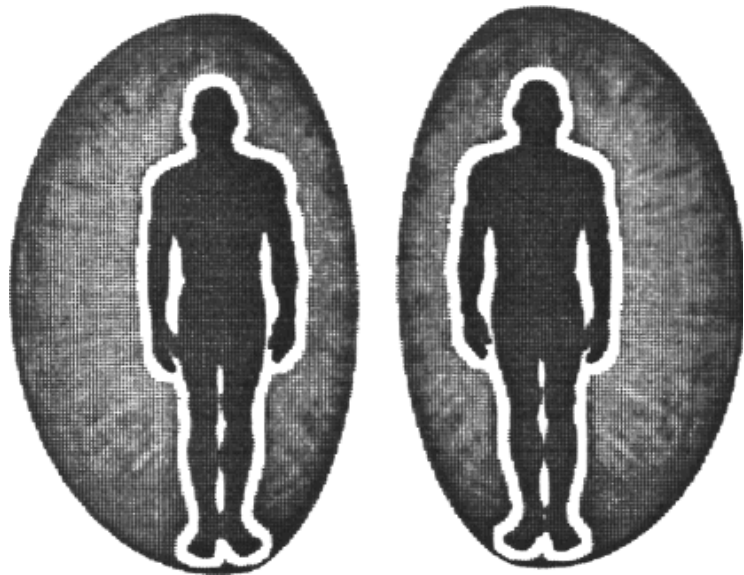
Aury nie ma w momencie narodzin, ale pojawia się przy pierwszym haucie powietrza. Oznacza, to, że składa się ona z energii pobieranej poprzez oddech. Innym na to dowodem jest zauważalna poprawa rozmiaru i koloru aury u ludzi, którzy wykonują ćwiczenia gimnastyczne i oddychają poprawnie.

Aura niemowlęcia jest w zasadzie bezbarwna; w chwili gdy dziecko osiąga wiek trzech miesięcy, staje się srebrna, a następnie stopniowo przechodzi w błękit, odzwierciedlając rozwój inteligencji. Daje się to zauważyć szczególnie między pierwszym i drugim rokiem życia. Aura rośnie wraz z dzieckiem. Rozwija się stopniowo zarówno pod względem rozmiaru, jak i jasności, ukazując potencjał małego człowieka oraz właściwe mu kolory. Niebieski pozostaje obecny wewnątrz aury jako tło przez całe życie. Na ogół dostrzega się tę barwę dopiero wtedy, gdy człowiek zapada na zdrowiu, ponieważ błękit nabiera wyraźnie szarego odcienia.

W miarę wzrostu dziecka wokół jego głowy pojawia się żółta poświata, wskazująca na początek procesu myślowego. Przez pierwszych pięć czy sześć lat życia człowiek chłonie informacje jak gąbka. W czasie nauki żółty poblask staje się coraz bardziej intensywny.

Gdy dziecko osiąga wiek szkolny, aura odzwierciedla prawdziwe kolory, które będą ją charakteryzowały przez całe życie.

Aura powinna być promieniejąca, o intensywnych, niemal świetlistych barwach. Tymczasem nasz charakter modyfikuje ją w subtelny sposób. Na przykład aura człowieka szczodrego bywa pokaźnych rozmiarów, a jej kolory są pastelowe, natomiast barwy małej,



Rys. 1. 6.

Aury dwóch osób odpychają się.

ciemnej aury skąpca sprawiają wrażenie mętnych.

Przeciętni ludzie mają przeciętną aurę, a jej intensywność oraz rozmiar zależą od stanu ich ducha w konkretnej chwili. Jeśli czują się szczodrzy, ich aura będzie uderzająco piękna. Ale jeśli mają zamiar postąpić nieuczciwie, ich aura skurczy się i straci blask.

Aura prezentuje się najlepiej u zakochanych. Rozszerza się wtedy, a kolory wibrują. Gdy kochankowie są razem, aura każdego z nich łączy się z drugą w jedność i wystrzela w niebo.

Jak widzisz, umiejętność widzenia aury może być bardzo pożyteczna, bo dzięki niej możesz rozpoznać szczodłą, kochającą i miłą osobę, ale także ustrzec się przed człowiekiem nieuczciwym, lubieżnym lub takim, który chce cię wykorzystać. W dalszym ciągu tej książki dowiesz się, jak czuć, widzieć i interpretować aurę.

Rozdział 2

Jak odczuć aurę?

Wielu ludzi potrafi widzieć aurę bez wysiłku, jednak większość musi się uczyć, jak rozwijać tę umiejętność. Prowadząc zajęcia parapsychiczne, stwierdziłem, że lepiej, by ich uczestnicy najpierw nauczyli się odczuwać aurę, zanim spróbują ją zobaczyć.

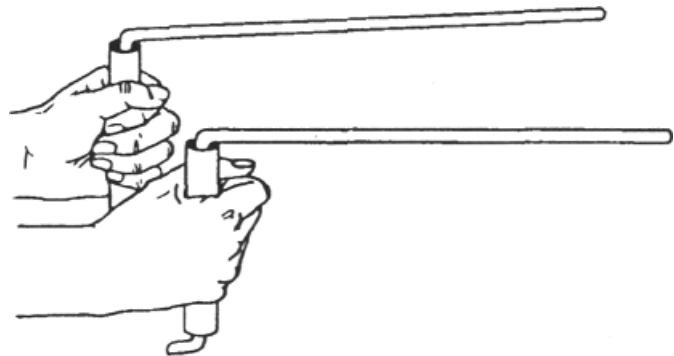
Do tego eksperymentu potrzebna będzie druga osoba. Najlepiej, żeby to był ktoś również zainteresowany rozwijaniem swoich umiejętności parapsychicznych. Wykonywanie tych ćwiczeń z kimś, kto nie wierzy w istnienie aury, jest stratą czasu, gdyż tacy ludzie szybko się nudzą, a ich negatywne nastawienie będzie oddziaływać także na ciebie. Wybierz człowieka o otwartym umyśle i pozytywnym nastawieniu. Uważam, że przyjaciele są na ogół lepsi niż członkowie rodziny, którzy często pragną pomóc raczej z poczucia obowiązku niż z realnej potrzeby. Niektórzy twierdzą, że łatwiej zobaczyć aurę kobiet niż mężczyzn. Ja tego nie zauważyłem. Uważam, że najważniejsze jest wybrać kogoś, kogo się lubi i kto jest zarówno wrażliwy, jak i rozsądny.

Wyczuwanie aury różdżką

Zanim spróbujesz poczuć aurę, dobrze będzie określić jej rozmiar. Później będziemy wyczuwać aurę rękoma, ale najpierw zastosujemy dwa metalowe pręty zgięte pod kątem prostym. Różdżki używa się na ogół do poszukiwania czegoś, co znajduje się pod powierzchnią ziemi - na przykład wody. Można jednak jej użyć do wielu innych celów. Niektórym wydaje się, że różdżkarstwo jest dziwną, tajemniczą praktyką czy wręcz zabobonem. W rzeczywistości stanowi ono bardzo praktyczny sposób kontaktowania się z własną podświadomością.

Najpierw musisz zagiąć dwa metalowe pręty pod kątem prostym (rys. 2.1), będą to zwykle dwa kawałki metalu w kształcie litery „L”. Dłuższe ramię powinno mieć około 20-30 cm, a krótsze - około 15 cm. Ja swoje pierwsze pręty zrobiłem z drucianych wieszaków na ubrania.

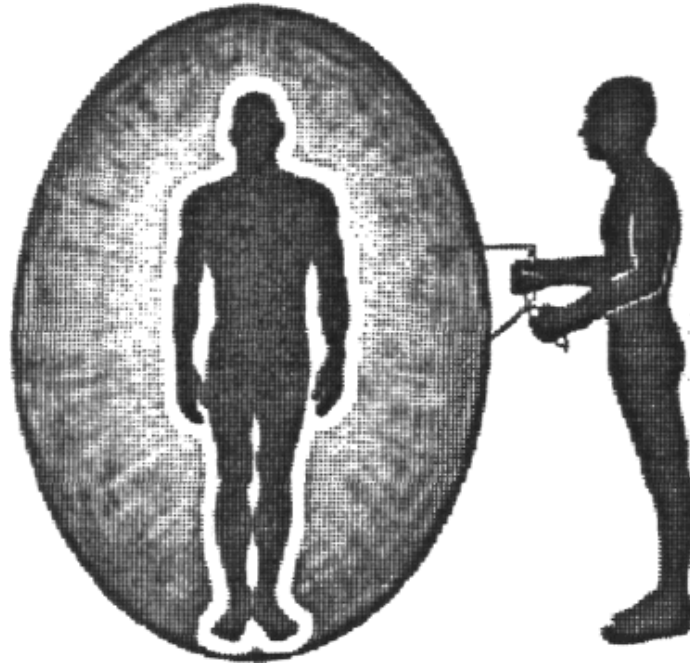
Metalowe pręty trzyma się



Rys. 2.1.

Różdżki zgięte pod kątem prostym.

luźno w rękę, kierując dłuższymi ramionami na wprost. Możesz umieścić krótsze ramiona w plastikowych rurkach, by mogły się swobodnie poruszać w twoich dłoniach. Mnie jest równie wygodnie bez tych rurek, ale wielu ludzi zbyt mocno trzyma pręty, a wtedy, oczywiście, nie mogą się one swobodnie poruszać.



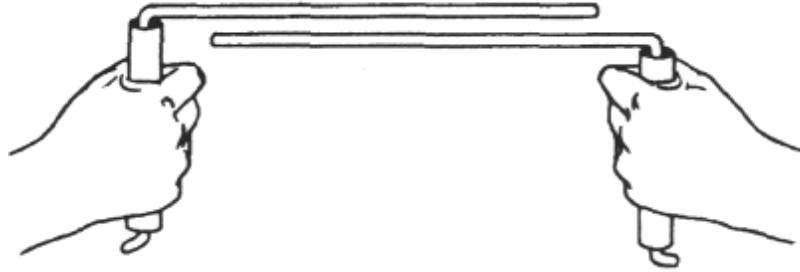
Rys. 2.2

Badanie różdżką zewnętrznych krawędzi aury.

Zanim zaczniesz poszukiwania aury twojego przyjaciela, wyjdź na zewnątrz i spróbuj określić, gdzie znajdują się główne ciekły wodne na twojej posesji. Zrelaksuj umysł na tyle, na ile potrafisz. Pomyśl, że szukasz wody, a następnie wolno obejdź posiadłość. W pewnej chwili pręty zaczną się krzyżować, a na koniec prawdopodobnie ustawią się równoległe (rys. 2.3). Zjawisko to znamy jako reakcję różdżki. W pierwszej chwili może się to wydać niesamowite. Tajemnica sukcesu polega na przezwyciężeniu niewiary i zrelaksowaniu się. U niektórych różdżka reaguje inaczej - pręty nie krzyżują się, lecz odwracają od siebie w przeciwnych kierunkach. To nie ma znaczenia, nadal mamy do czynienia z reakcją różdżki.

Gdy doświadczysz tego uczucia, zdołasz je odtworzyć, kiedy tylko zechcesz. Teraz możesz już poszukać aury przyjaciela za pomocą różdżki. Poproś go, by stanął w lekkim rozkroku, trzymając ramiona nieco odsunięte od tułowia. Stań w odległości około 10 m, trzymając przed sobą metalowe pręty skierowane ku przodowi. Myśl o aurze przyjaciela. Posuwaj się wolno naprzód, dopóki pręty nie zaczną się poruszać. Zatrzymaj się, a następnie zbliżaj jeszcze wolniej, aż pręty się skrzyżują. Oznacza to, że dotknąłeś zewnętrznego brzegu aury.

Zapamiętaj to miejsce, a potem powtórz ćwiczenie od drugiej strony. Stwierdzisz, że aura twojego przyjaciela rozciąga się na taką samą odległość z obu stron. Teraz przesuwaj się powoli wokół niego i obserwuj końce metalowych prętów. Przekonasz się, że aura twojego przyjaciela jest doskonałym kołem.



Rys. 2.3.

Reakcja różdżki

Prawdopodobnie będziesz zaskoczony jej rozmiarami, pamiętaj, że badasz zewnętrzny skraj aury. Gdy zaczniesz ją czuć, będą to raczej jej wewnętrzne warstwy, a nie zewnętrzne.

Nadszedł czas, by poczuć aurę przyjaciela.

Wybierz taką porę dnia, by nikt ci nie przeszkadzał. Warto również wyłączyć telefon. W pokoju powinno być ciepło, możesz włączyć jakąś łagodną muzykę medytacyjną. Usiądź z zamkniętymi oczami w wygodnym fotelu.

Przywołaj na myśl najbardziej spokojną scenę, jaką potrafisz sobie przypomnieć. Może to być cicho szumiący strumień lub piękny zachód słońca. Nie ma znaczenia, co to będzie, byle tylko dawało ci spokój i odprężenie.

Uświadom sobie swój oddech, weź trzy głębokie wdechy i wolno wydychaj powietrze, a potem świadomie rozluźnij mięśnie w palcach u stóp i w samych stopach. Gdy poczujesz, że są całkowicie rozluźnione, pomyśl o mięśniach w łydkach i biodrach. Stopniowo rozluźnij je wszystkie, aż poczujesz się całkowicie zrelaksowany.

Nie potrzeba na to określonego czasu. Na początku może ci być trudno całkowicie się rozluźnić, ale szybko nabierzesz wprawy. Ludzie, którzy opanowali autohipnozę, potrafią tego dokonać w kilka sekund.

Powyższe ćwiczenie ma na celu uaktywnienie prawej półkuli mózgu, tej, która zarządza niewerbalną, uczuciową, intuicyjną stroną twojej osobowości, a którą wykorzystujesz zawsze, gdy coś tworzysz. Wiele osób zaczyna widzieć aurę spontanicznie wtedy, gdy się poświęca malarstwu, ogrodnictwu, grze na instrumencie lub innej działalności

wykorzystującej prawą półkulę mózgu.

Całkowicie rozluźniony, skoncentruj się na oddychaniu. Wyobraź sobie, jak tlen wnika do płuc i rozchodzi się po całym ciele. Spójrz na siebie jak na doskonałą istotę ludzką. To, że masz nadwagę albo jesteś chory, nie ma żadnego znaczenia. Po prostu oczami wyobraźni zobacz siebie jako osobnika doskonałego nie tylko pod względem fizycznym, ale także w każdej innej dziedzinie - prawdziwe dziecko wszechświata. Bądź z siebie dumny. Pomyśl o swoich sukcesach, inteligencji i kreatywności. A potem wyobraź sobie, jak się zmieni twoje życie, gdy będziesz widział aurę i umiał ją odczytać.

Teraz przeciągnij się powoli i otwórz oczy. To relaksacyjne ćwiczenie ma na celu uwolnienie cię od codziennych problemów i zmartwień, a jednocześnie świetnie wpływa na twoje samopoczucie, ponieważ rozluźniają się wszystkie mięśnie i organy twojego ciała. Powinniśmy tego doświadczać co noc podczas snu, jednak nieczęsto mamy to szczęście. Czy zdarzyło ci się zbudzić rano, czując zmęczenie i brak energii? Chociaż spałeś, twoje ciało nadal było spięte. Po ćwiczeniu relaksacyjnym powinieneś czuć się pełen życia i energii, co znajdzie odzwierciedlenie w twojej aurze.

Jesteś już gotowy, by czuć aurę. Przez kilka sekund zacieraj z werwą ręce, a następnie rozstaw je na odległość ok. 30 cm. Prawdopodobnie poczujesz energię w środku dłoni i w czubkach palców (rys. 2.4).



Rys. 2.4.

Energia między dłońmi

Powoli przybliżaj dłonie do siebie. Poczujesz lekki opór, gdy ich aura się zetknie. Może ci być łatwiej, jeśli sobie wyobrazisz, że zgniatasz gumową piłeczkę. Ludzie różnie to odczuwają - lekki opór, mrowienie, a nawet ciepło lub chłód.

Nadal przybliżaj dłonie. Nagle poczujesz, że opór znika, gdy aura obu dłoni się zmiesza.

Przez kilka chwil trzymaj ręce złożone, a potem powoli je rozłóż. Poczujesz lekki chłód, ponieważ aura znowu się rozdziela.

Poćwicz przez jakiś czas, przybliżając i oddalając dłonie. Poczujesz opór w miarę przybliżania, a chłód w miarę oddalania. Czujesz własną aurę! Gdy opanujesz to ćwiczenie, możesz pójść dalej.

Wszyscy mamy w swoim ciele siedem punktów energetycznych znanych jako czakry (zob. rozdział 5., Rys. 5.1). Są to ośrodki nerwowe, które wchłaniają i rozdzielają energię fizyczną, psychiczną, emocjonalną i duchową. Czakry to punkty, w których koncentruje się bardzo duża energia, dzięki czemu łatwo je wyczuć dłońmi.

Czakry są położone wzdłuż kręgosłupa w ciele eterycznym. Są to:

- czakra podstawowa - u podstawy kręgosłupa;
- czakra krzyżowa - między wzgórkiem łonowym i pępkiem;
- czakra splotu słonecznego - na poziomie tego splotu;
- czakra serca - między łopatkami na wysokości serca;
- czakra gardła - na wysokości gardła;
- czakra brwiowa - na czole, między brwiami;
- czakra korony - na czubku głowy.

Ciekawym doświadczeniem jest odszukanie wszystkich swoich czakr za pomocą dłoni. Gdy je odnajdziesz, będziesz zdziwiony, że nigdy dotąd nie czułeś energii, która z nich emanuje.

W następnym eksperymencie użyj jednej ręki do odnalezienia czakry serca. Ponownie powoli zbliżaj dłoń do piersi, a gdy poczujesz lekki opór, odsuwaj ją, aż ten opór zniknie, po czym znowu przysuń, dopóki nie poczujesz ostatecznej granicy swojej aury.

A teraz przybliż rękę do swego ciała kilka centymetrów obok czakry serca. Zwróć uwagę, że tym razem poczujesz opór wówczas, gdy dłoń będzie bliżej ciała. Jest tak dlatego, że czakry emanują tak dużą ilość energii, iż łatwiej je odnaleźć.

Gdy uda ci się poczuć aurę wokół czakry serca, spróbuj zrobić to samo z innymi czakrami. W miarę nabywania wprawy stwierdzisz, że aura sprawia wrażenie niemal ciała stałego i będziesz zdumiony, jak mogłeś nie czuć jej przedtem. To dobry znak, który świadczy o rozwijaniu się twojej świadomości aury.

Byłoby świetnie, gdyby twój partner był na podobnym etapie i także potrafił czuć swoją aurę.

Wykonamy teraz wielki skok naprzód i poczujemy aurę drugiego człowieka. Poproś swego przyjaciela, by wygodnie usiadł na krześle. Stań za nim i umieść dłonie w odległości 30 cm po obu stronach jego głowy. Przybliżaj je powoli, aż poczujesz lekki opór (rys. 2.5). Sprawdź to, na zmianę przybliżając i oddalając ręce. Twój partner także może poczuć, że dotykasz jego aury.



Rys. 2. 5.

Dotykanie aury

Kiedy już odczułeś aurę przyjaciela, przesuwaj rękę w różnych kierunkach, by sprawdzić, czy potrafisz wyczuć aurę wokół jego ciała.

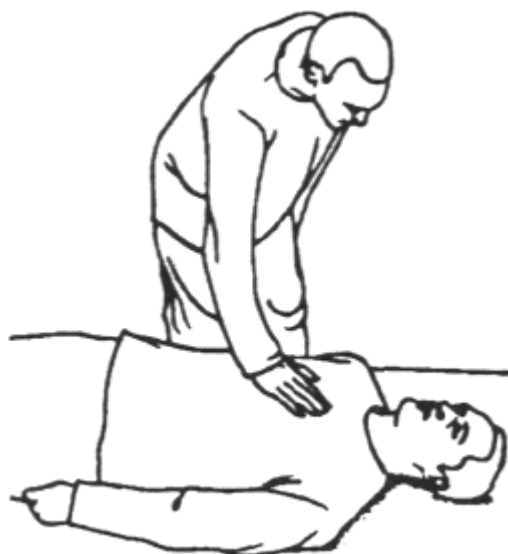
Po kilku ćwiczeniach poproś go, by się wygodnie położył na łóżku i zamknął oczy. Twoim zadaniem będzie lokalizacja czakr, a partner będzie cię informował, kiedy czuje twoją dłoń ponad czakrą. On także rozwija swoją świadomość aury, rozpoznając z zamkniętymi oczami czakrę, nad którą właśnie znajduje się twoja ręka.

Ten eksperyment dowodzi, że obaj jesteście na dobrej drodze. W miarę nabywania wprawy twój przyjaciel będzie umiał powiedzieć, nad jaką czakrą trzymasz dłoń, niemal dokładnie w chwili, gdy tę czakrę odnajdziesz.

Po kilku ćwiczeniach zamieńcie się rolami i połóż się z zamkniętymi oczami, gdy on będzie szukał twoich czakr.

Zanim przejdziemy do widzenia aury, musimy wykonać jeszcze jedno ćwiczenie jej odczuwania.

Jak wiesz, wszyscy mamy swoją prywatną przestrzeń i nie lubimy, by ludzie w nią ingerowali. Ogólnie mówiąc, im bliższy związek z drugim człowiekiem, tym głębiej może on wejść w naszą prywatną przestrzeń. Gdy ktoś mało nam znany lub nie lubiany w nią wchodzi, odsuwamy się. To właśnie dlatego ludzie podróżujący do różnych krajów często napotykają kłopoty. Prywatna przestrzeń osoby pochodzącej z Dalekiego Wschodu jest na ogół dużo mniejsza niż przestrzeń przeciętnego Europejczyka, w związku z tym taki człowiek nieustannie zmuszałby go do cofania się. Dr Charles Tart nazywa tę prywatną przestrzeń naszą aurą psychologiczną.



Rys. 2. 6.

Dotykanie czakry.

Dokładnie to samo dzieje się z aurą. Gdy jesteśmy zmuszeni do bliskiego kontaktu z obcym człowiekiem, nasza aura odepchnie jego aurę. Dobrym przykładem jest zatłoczone metro, w którym ludzie stoją bardzo blisko siebie, mimo że się nie znają. W tej sytuacji aura każdego z nich stara się skurczyć i odepchnąć aurę stojących w pobliżu osób. Następnym razem, gdy się znajdziesz w zatłoczonym wagonie lub windzie, sprawdź, czy czujesz aurę otaczających cię ludzi. Wystarczy być tego świadomym, nie potrzebujesz do tego rąk. Byłoby to nawet niewskazane w takiej sytuacji!

Jeśli kogoś lubisz, jego aura i twoja będą się otwierać i mieszać ze sobą.

Następujący eksperyment pozwoli ci to sprawdzić. Poproś przyjaciela, by stanął po jednej stronie pokoju, podczas gdy ty, rozłożywszy ręce, staniesz w rozkroku po drugiej, twarzą do ściany. Partner zbliży się do ciebie tak spokojnie, jak tylko potrafi, a ty będziesz musiał określić, kiedy wszedł do twojej aury.

Pierwsza próba będzie najtrudniejsza, ponieważ całe twoje ciało będzie świadome, że przyjaciel się zbliża, a podświadomie możesz sobie wyobrazić, że znajduje się bliżej, niż jest to w istocie. Nie przejmuj się porażkami. Rozluźnij się i pomyśl o miłych rzeczach. Nie zwracaj uwagi na dźwięki, które mogą do ciebie dochodzić. Ja zawsze się koncentruję na oddychaniu i staram się nie dopuścić do siebie innych myśli. Dzięki temu, gdy kolega się do mnie zbliża na odległość, która pozwala mojej aurze zetknąć się z drugą aurą, natychmiast zdaję sobie z tego sprawę.

To ćwiczenie nie jest takie łatwe, jak się wydaje. Ponieważ wykonujesz je z przyjacielem, wasze aury będą się ze sobą mieszać, a ty tego nie poczujesz, jak wtedy, gdy masz do czynienia z całkowicie obcym człowiekiem. Często zdarza mi się to obserwować w czasie moich lekcji rozwoju zdolności parapsychicznych. Nie znający się ludzie osiągają większy sukces niż bliscy przyjaciele. Jednak gdy rozdzielałem znające się osoby i kazałem powtórzyć ćwiczenie z obcymi ludźmi, odnosili takie same sukcesy jak pozostali.

Nie uda ci się wykonać tych wszystkich testów w ciągu jednego wieczoru czy nawet w tydzień. Lepiej odbyć kilka krótkich sesji niż jedną długą. Szybciej osiągniesz rezultat, jeśli podejdziesz do ćwiczeń jak do zabawy. Jeśli zaczniesz je wykonywać z ponurą determinacją, najprawdopodobniej ci się nie uda i zrezygnujesz niezadowolony.

Gdy dobrze opanujesz wykonywanie wszystkich tych ćwiczeń, będziesz gotów do nauki widzenia aury.

Rozdział 3

Jak zobaczyć aurę?

Wykonując ćwiczenia z rozdziału drugiego, rozwiniesz swoją świadomość aury, co ułatwi ci jej zobaczenie. Może się nawet zdarzyć, że starając się ją wyczuć, zaczniesz ją dostrzegać. Mimo to zalecane w tym rozdziale doświadczenia będą dla ciebie bardzo korzystne.

Kilku uczestników moich zajęć potrafiło zestroić się psychicznie i określić kolor aury, tylko ją wyczuwając. To fascynujące zjawisko przywodzi na myśl jasnowidzów, którzy intuicyjnie wyczuwają kolory, nie widząc ich. Jednak choćbyś stwierdził, że masz tę zdolność, wykonuj zawarte w tym rozdziale ćwiczenia, ponieważ warto widzieć aurę w całej okazałości. Wielu znawców uważa, że kolory aury postrzegamy trzecim okiem. Trudno to potwierdzić, chociaż czasami czuję, że dostrzegam kolory intuicyjnie, nie za pomocą oczu. Jednak ciągle je widzę, a nie czuję.

Usiądź wygodnie i wykonaj ćwiczenia relaksacyjne. Gdy poczujesz, że jesteś wystarczająco odprężony, zarówno psychicznie, jak i fizycznie, otwórz oczy i wykonaj pierwsze doświadczenie.

Światło w pokoju powinno być łagodne, ale nie przyćmione. Usiądź tak, by wszelkie źródła ostrego światła znajdowały się za twoimi plecami. Niepotrzebne ci są promienie świecące prosto w oczy.



Rys. 3.1.

Złącz palce wskazujące i przyglądaj się im przez około 10 sekund, a następnie powoli odsuń je. Zauważysz cienką, niemal niewidoczną nić energii, która się rozciąga i łączy palce, chociaż powoli się od siebie oddalają (rys. 3.1). Gdy będziesz wykonywać to ćwiczenie po raz pierwszy, wyda ci się, że nić łącząca oba palce znika po osiągnięciu zaledwie centymetra długości. W miarę nabywania wprawy zobaczysz, że się nie zmienia, choćby przestrzeń między palcami wynosiła 10, a nawet 12 centymetrów.

Jeśli jest ci trudno dostrzec tę linię energii, spróbuj przyciemnić światło, a palce umieść nad powierzchnią o jasnej barwie. Większości ludzi odpowiada kartka białego papieru, chociaż niektórzy wolą ciemniejsze tło, ponieważ postrzegają ten strumień energii

jako niemal białą nić.

Gdy już raz dostrzeżesz tę nić energii, będziesz mógł ją zobaczyć w każdej chwili i okolicznościach.

Teraz możesz przeprowadzić ten eksperyment z czterema palcami, dotykając nimi palców drugiej ręki. Odsuwając dłonie od siebie, zaobserwujesz strumienie energii łączące wszystkie palce.

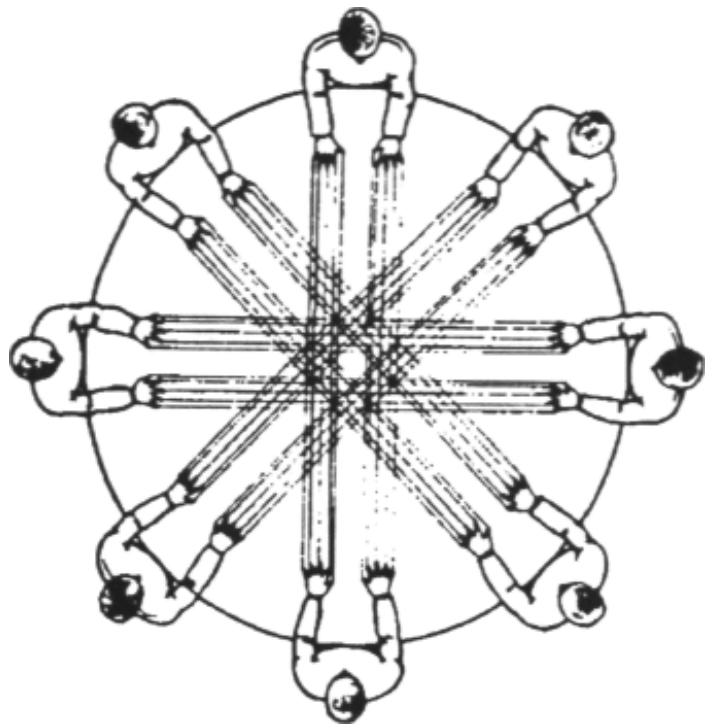
Jeśli twój partner wykonuje to ćwiczenie równocześnie z tobą, spróbuj dostrzec strumienie energii łączące jego palce. To ekscytujące zauważyć czyjąś aurę po raz pierwszy!

Teraz możesz spróbować czegoś niezwykle ciekawego. Palcami jednej ręki dotknij palców swego przyjaciela, a potem powoli je odsuń. Zobacysz strumień czystej energii łączący wasze palce. A jak sądzisz, co by się zdarzyło, gdybyś ćwiczenie to wykonał z nielubianą osobą? Jeżeli możesz, przeprowadź ten eksperyment z jak największą liczbą osób.

Dobrym sposobem jest wykonanie tego ćwiczenia na spotkaniu towarzyskim. Najlepszy do tego celu będzie okrągły stół z ciemnego drewna, ale może być również inny. Poproś gości, by usiedli wokół niego i położyli ręce na blacie z palcami skierowanymi ku środkowi. Przyciemnij światło. Gdy wszyscy się rozluźnią, spróbuj dostrzec cienką siatkę linii przecinających się na stole i łączących palce siedzących przy nim osób.

Może upłynąć nawet pięć minut, zanim goście w ogóle coś zobaczą, ale wystarczy, że jedna osoba dojrzy to zjawisko, by nagle wszyscy inni także je dostrzegli. To wspaniały widok, przeplatające się na blacie stołu pasma energii (rys. 3.2). Po zakończeniu doświadczenia wszyscy będą zadawali pytania i chcieli przeprowadzić z tobą próbę dotykania palców.

Zobaczysz, że strumienie energii rozciągają się dużo dalej, gdy wykonujesz ćwiczenie z pewnymi osobami. Jest tak dlatego, że twoja aura obejmuje aurę lubianych przez ciebie ludzi, natomiast może zachowywać się całkiem inaczej w stosunku do osób, których

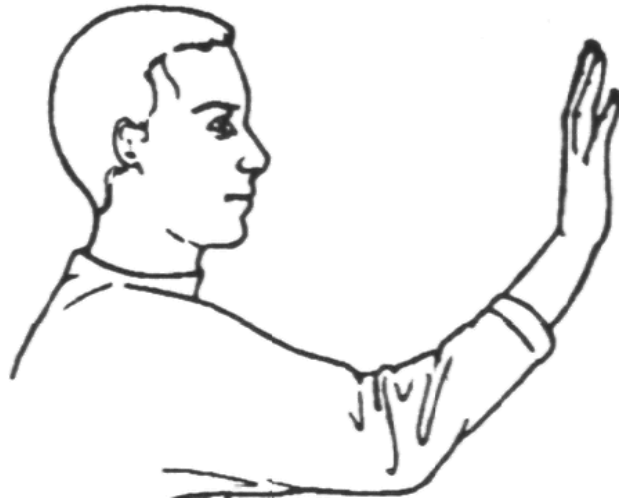


Rys. 3.2.

Strumienie energii krzyżujące się na stole.

towarzystwo nie sprawia ci przyjemności.

Teraz jesteś gotów wyraźniej zobaczyć własną aurę. Potrzebny będzie pokój o ścianach pomalowanych na jednolity kolor - najlepiej biały lub kremowy. Przygaś światło i stań kilka kroków od ściany, zwrócony do niej twarzą. Wyciągnij prawą rękę przed siebie i unieś dłoń, by palce wskazywały sufit (rys. 3.3). Patrz na ścianę przez palce tej ręki. Skoncentruj się na ścianie, nie na dłoni. Po kilku chwilach zauważysz, że twoją dłoń otacza wyraźne, szarawe, niemal pozbawione koloru halo.



Rys. 3.3

Gdy już je dostrzeżesz, skoncentruj uwagę właśnie na nim, nie na ścianie. Gdy będziesz to robił, aura może zniknąć. W takim razie po prostu spójrz znowu na ścianę, aż halo ponownie się pojawi. Kiedy zobaczysz aurę wyraźnie, spójrz na palce. Być może zobaczysz, jak promieniują z nich cienkie strumyczki energii. Przyjrzyj się uważnie aurze, która otacza twoje palce, a zobaczysz, że jest ona w ciągłym ruchu.

Niektórzy odczuwają rozczarowanie, widząc po raz pierwszy swoją aurę, ponieważ jest ona niemal bezbarwna. Nie martw się, jeśli tak jest z tobą. Kolory zaczną się pojawiać później, gdy przyzwyczaisz się do widzenia aury.

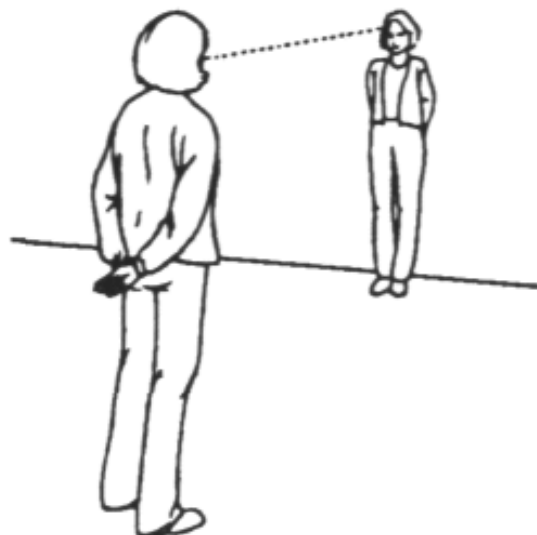
Zrób to samo ćwiczenie z drugą ręką, a potem spróbuj przeprowadzić test w innych warunkach. Podczas nauki przyciemniona lampa jest najlepsza, ale z czasem powinieneś móc zobaczyć aurę w każdym świetle.

Spróbuj także obserwować inne części swojego ciała. Gdy już zobaczysz aurę wokół dłoni, będzie ci łatwo zobaczyć ją także wokół każdej innej części ciała. Ubranie ogranicza i zawęża widzenie aury, możesz więc się zdecydować na wykonywanie ćwiczeń nago lub niekompletnie odziany. Niestety, większość ludzi nie potrafi zobaczyć aury w lustrze, które z jakiegoś powodu nie odbija jej dość dobrze. Niektórym się to jednak udaje, może więc wypróbuj swoje lustro w łazience.

Jeśli nosisz szkła optyczne, spróbuj zobaczyć aurę zarówno w okularach, jak i bez nich. Stwierdziłem, że wielu ludzi, którzy na co dzień noszą okulary, łatwiej dostrzegają aurę bez nich.

Teraz ponownie przeprowadź doświadczenie wraz ze swoim partnerem. Poproś go, by

stanął na tle jednokolorowej ściany. Cofnij się kilka kroków i patrz w jego kierunku, koncentrując się na ścianie za jego plecami (rys. 3.4). Stan idealny zbliżony jest do marzenia sennego, gdy masz oczy otwarte, ale naprawdę nic nie widzisz. W tym wypadku jednak rozluźniasz się i koncentrujesz w tym samym czasie. Być może pomocne będzie przypomnienie sobie chwili, gdy byłeś naprawdę zmęczony, a twoje oczy same się zamykały. Oczywiście nie chcesz, by zamknęły się właśnie teraz, ale przywołanie tego obrazu będzie pomocne, ponieważ twój wzrok powinien być ciężki i niemal błędny.



Rys. 3.4

Na początku może się to wydawać dziwne, ale nagle dostrzeżesz niewyraźną aurę otaczającą twojego przyjaciela. Zobaczysz ją za pomocą widzenia obwodowego.

Prawdopodobnie zauważysz, że otacza ona tylko jego głowę i szyję. Jest tak dlatego, że ubranie przysłania aurę i czyni ją dużo trudniej widoczną. Ponadto silna psychiczna energia emanująca od głowy powoduje, że łatwiej zauważyć aurę otaczającą właśnie tę część ciała.

Postaraj się skoncentrować na zauważonym zjawisku. Najprawdopodobniej na początku aura będzie znikać, ale nie rezygnuj, a kiedy będziesz ją mieć w polu widzenia, przyjrzyj się jej dokładnie. Zobaczysz, że nieustannie się porusza. Zauważysz również, że gdy mrugasz, znika na chwilę.

Podejdz i spróbuj jej dotknąć. Będziesz musiał dokonać kilku prób, zanim uda ci się jednocześnie dotknąć ją i zobaczyć. Większość ludzi stwierdza, że aura znika w chwili, gdy się do niej zbliżają. Przyczyną jest zmiana ogniskowej oczu w miarę posuwania się do przodu. W tej sytuacji wystarczy cofnąć się do miejsca, w którym uprzednio stałeś, i zacząć od nowa. Aura powinna się pojawić ponownie w ciągu kilku sekund.

Dotknięcie aury dostarczy ci takich samych wrażeń jak wtedy, gdy wykonywałeś ćwiczenia z poprzedniego rozdziału, ale teraz będziesz ją jeszcze widzieć. Zwróć uwagę, że na początku będzie ci się wymykać spod palców, a następnie pozwoli ci je w sobie zanurzyć. Przypomina to trochę naciskanie balonu, z tą różnicą, że możesz przebić się przez powierzchnię i sięgnąć do wnętrza.

Poczuj aurę otaczającą różne części ciała twego partnera. Zwróć szczególną uwagę na

czakry, nad którymi aura wiruje.

Teraz cofnij się tam, gdzie stałeś najpierw, nadal patrząc na aurę partnera, a następnie poproś go, by pomyślał o czymś, co go gniewa. Obserwuj, jak aura się zmienia. Może się nieco skurczyć i zmienić kolor. Gniew objawia się jako barwa brudnoczerwona.

Powiedz przyjacielowi, by wziął kilka głębokich oddechów, a potem pomyślał o czymś, co go uszczęśliwia. Przyjrzyj się, jak jego aura się rozszerza i rozwija.

Poproś go, by myślał o rzeczach obojętnych, ani smutnych, ani wesołych; aura wróci do normalnych rozmiarów.

Niech na koniec twój partner pomyśli o czymś smutnym, czymś, co go złości, uszczęśliwia lub nie wywołuje żadnych emocji. Z samej obserwacji aury powinieneś określić, o jakim przeżyciu myśli.

Powtórz te ćwiczenia poza domem, pamiętając, by słońce mieć za plecami. Najlepiej przeprowadzać je wczesnym rankiem lub późnym popołudniem. Zaobserwujesz, że aura drugiej osoby rozszerza się na świeżym powietrzu.

Jest wiele innych metod widzenia aury. Można patrzeć na czoło partnera (a nie na ścianę, jak to czyniliśmy przedtem). Skoncentruj się na tej części ciała, a potem stopniowo poszerzaj swe widzenie obwodowe, najpierw w lewo i prawo, potem w górę i w dół. Okaże się, że gdy obejmie ono wszystkie kierunki, ogniskowa twoich oczu lekko się przesunie, a nad głową partnera pojawi się delikatna poświata, która zmieni się w aurę. W czasie pierwszej próby zniknie, gdy tylko spróbujesz się na niej skoncentrować. Powtarzaj to ćwiczenie, aż zobaczysz aurę wyraźnie.

Trzecia metoda jest połączeniem dwóch poprzednich. Partner musi stanąć lub usiąść na tle jednobarwnej ściany. Stań kilka kroków dalej i patrz na jego nos. Zobacz, jak daleko nad jego głową i w lewo od niego sięga twoje widzenie obwodowe. Zaznacz te miejsca na ścianie. Wróć na dawne miejsce i powtórz to samo ćwiczenie, tym razem biorąc pod uwagę miejsce poniżej i w prawo. Znowu zaznacz je na ścianie. Powtórz próbę jeszcze dwa razy, by oznaczyć miejsca poniżej oraz na lewo i prawo od nosa twego partnera. Zaczynij, patrząc na znak, który zrobiłeś nad jego głową i na prawo od niego. Po kilku sekundach szybko spójrz na znak znajdujący się na lewo i poniżej. Patrz na niego przez kilka sekund, a potem przenieś wzrok na znak poniżej i na prawo. Na koniec przyjrzyj się znakowi powyżej i na prawo. Po kilku sekundach przyglądania się pozwól, by twoje widzenie obwodowe stopniowo się rozszerzyło, tak byś mógł objąć wzrokiem pozostałe trzy pozycje, a wtedy pojawi się aura twego partnera. Tak jak przy innych metodach, będziesz musiał wykonać to ćwiczenie wiele razy, zanim zdołasz się skoncentrować bezpośrednio na aurze.

Nadszedł czas na uczczenie twoich dotychczasowych sukcesów. Pójdź z przyjacielem do supermarketu lub innego równie ruchliwego miejsca. Idź kilka kroków za nim i sprawdź, czy zobaczysz jego aurę w tym utrudniającym skupienie otoczeniu.

Nie bądź rozczarowany, jeśli ci się nie uda. Ruchliwy supermarket różni się zasadniczo od zatopionego w półmroku, spokojnego pokoju. Zamieńcie się rolami i niech twój partner sprawdzi, czy może zobaczyć twoją aurę.

Poszukaj również aury innych obecnych tam ludzi. Nie musisz się na nikogo gapić, by tego dokonać. Po prostu skoncentruj wzrok kilka centymetrów w bok od nich i spróbuj dostrzec ich aurę za pomocą widzenia obwodowego. Łatwiej ci będzie z ludźmi stojącymi na jasnym tle. Na ogół najwyraźniejsza będzie aura wokół ich głów. Jednak latem, gdy wszyscy są skąpo odziani, zobaczysz aurę wokół większej części ciała. To niesłychane wrażenie nagle dostrzec aurę wokół wszystkich ludzi. Na to jednak potrzeba trochę czasu. Na szczęście ćwiczyć możesz wszędzie.

Rozdział 4

Barwy aury

Wszyscy reagujemy emocjonalnie na kolory. Nawet ludzie, którzy nic o nich nie wiedzą, instynktownie wyczuwają, że barwy ciepłe wywołują podniecenie i uczucia pozytywne, a chłodne rozluźniają, tworząc atmosferę spokoju i wyciszenia.

Nawet małe dzieci potrafią przypisać różnym uczuciom odpowiednie kolory. Na ogół wiążą czerwień z gniewem, agresją i podnieceniem, a zieleń ze spokojem i samotnością. W 1978 roku przeprowadzono interesujący eksperyment: poproszono dzieci o kolorowanie rysunku w trakcie oglądania wesołych i smutnych zdjęć. Patrząc na sceny radosne, dzieci wybierały pomarańczowy, żółty, zielony oraz niebieski, oglądając sceny smutne sięgały po brązowy, czarny i czerwony. Kiedy zaczniesz wyraźnie widzieć kolory w aurze innych ludzi, będziesz mógł bez kłopotu określić ich stan emocjonalny.

Nawiasem mówiąc, dzieci bardzo dobrze widzą aurę. Elaine Murray w książce *A Layman's Guide to New Age and Spiritual Terms* opowiada o swoich przeżyciach z czasów, gdy w Ontario uczyła jedenasto- i dwunastoletnie dzieci. Chociaż sama wtedy jeszcze nie widziała aury, odkryła, że 75 procent jej uczniów dostrzegało ją, i to w pełnej gamie barw.

Cały czas stosujemy kolory, by wyrazić swoje uczucia. „Zrobiło mi się czerwono przed oczyma”, mówimy, gdy jesteśmy wściekli. „Pozieleniał z zazdrości”. „Postrzega świat w czarnych barwach”. Te powszechnie używane sformułowania musiały powstać w czasach, gdy ludzie widzieli, że tak właśnie emocje odzwierciedlają się w aurze.

W 1932 roku Robert Gerard, amerykański naukowiec, przeprowadził serię eksperymentów z więźniami. Odkrył, że dłuższe oddziaływanie czerwonego światła ekscytuje ich i czyni bardziej agresywnymi, natomiast niebieskie - uspokaja. Niedawno Alexander Schauss stwierdził, że agresywność więźniów maleje pod wpływem naświetlania światłem różowym, że pomalowane na ten kolor cele wpływają kojąco na ich mieszkańców i eliminują napady gniewu. Marynarka Stanów Zjednoczonych natychmiast zaczęła malować swoje areszty na różowo. Dzisiaj setki instytucji w całym kraju umieszczają swoich agresywnych współtowarzyszy w różowych pomieszczeniach, by się uspokoiili. Jack Widerey, doradca w sprawach kolorów, przeprowadził inny eksperyment, gdy go poproszono o urządzenie wnętrza dwóch policyjnych sal przesłuchań. Jedną z nich pomalował delikatną zielenią i beżem, drugą zaś - ostrym czerwonym i intensywnie zielonym. Policja używała pierwszego pomieszczenia

do przesłuchiwania ofiar przestępstw oraz ich rodzin, a drugiego -do przesłuchiwania podejrzanych. Okazało się, że ci drudzy dużo więcej mówili, przebywając w drugiej sali, co ułatwiało spisywanie zeznań.

Kolor cały czas na nas działa, bez względu na to, czy zdajemy sobie z tego sprawę, czy nie. W sieci restauracji szybkiej obsługi świetnie wiedzą, że pomarańczowy pobudza apetyt, a czerwony powoduje, że czas zdaje się szybciej płynąć. Tak więc dzięki połączeniu tych barw klienci będą kupowali więcej i jedli szybciej, zwalniając miejsce dla następnych chętnych.

Gdy nauczysz się dostrzegać mglistą otoczkę, którą tworzy aura, będzie tylko kwestią czasu, kiedy zaczniesz widzieć kolory. Dla niektórych będą to minuty, ale większość ludzi potrzebuje dni czy tygodni, zanim pojawią się barwy. Nie trzeba tracić cierpliwości. Z moich doświadczeń wynika, że ci, którzy nie dostrzegają ich szybko, popadają we frustrację, co przeszkadza im w czynieniu postępów. Niech to trwa tyle czasu, ile jest konieczne. Bądź pewny, że w odpowiedniej chwili zobaczysz kolory.

Na początku kolory występują w postaci słabego zabarwienia. Większość ludzi najpierw zauważa, że w miarę rozwoju ich świadomości barw, szarość przechodzi w błękit, przedstawiający prawdopodobnie aurę zdrowia, która zaczyna się formować tuż po narodzinach.

Stopniowo pojawią się inne kolory. Na początku będą bardzo blade, jakby sprane. Niektórzy zastanawiają się nawet, czy naprawdę je widzą, czy też wyobraźnia ich zwodzi.

Z czasem jeden kolor w aurze będzie dominować, przybierając na sile zarówno pod względem intensywności, jak i rozmiaru. Nazywamy go kolorem podstawowym. Jest on bardzo ważny, ponieważ informuje, co dana osoba powinna robić ze swoim życiem, przy czym niekoniecznie wskazuje, czy postępuje ona słusznie, chociaż jest oczywiste, że aura człowieka spełnionego będzie wspaniała, w przeciwieństwie do aury tego, kto nie wie, co ze sobą począć.

W miarę jak będziesz nabywał wprawy, jakość tej barwy wiele ci powie o człowieku, na którego właśnie patrzysz. W sytuacji optymalnej kolor podstawowy powinien zajmować dużo miejsca, odznaczać się intensywnością i świetlistością. Aura ludzi nieuczciwych kurczy się, a barwy są przygaszone.

Kilka lat temu wygłosiłem serię wykładów dla więźniów. Zafascynował mnie fakt, że chociaż wielu z nich miało ciemną aurę, aura kilku z nich była uderzająco piękna. Ludzie ci usiedli koło siebie, a później dowiedziałem się, że mają zamiar się rehabilitować. Strażnicy byli zaskoczeni, że potrafiłem wskazać na tę wyróżniającą się spośród innych grupę.

Aura większości ludzi nie jest oczywiście ani bogata, ani przygaszona. Starają się oni przejść przez życie najlepiej, jak potrafią, nie wysilając się z nadmiarem. Im częściej będziesz obserwować aurę, tym lepiej zdasz sobie sprawę, jaki potencjał marnujemy. Na szczęście niektórzy w pewnym momencie orientują się, że stać ich na więcej, i zmieniają swój sposób życia, a wtedy aura wyraźnie to odzwierciedla.

Każdy kolor ma swoje znaczenie.

Znaczenie kolorów podstawowych

Kolory podstawowe odpowiadają tęczy. Wkrótce się przekonasz, że każdy z nas ma taką tęczę w swojej aurze. Jednak może się tam również znaleźć barwa, której w tęczy nie ma.

Czerwony

Potencjał: przywództwo

To bardzo mocny kolor. Daje on człowiekowi silne ego i chęć osiągnięcia sukcesów. W dzieciństwie często bywa tłumiony, szczególnie jeśli od dziecka wymaga się, by spełniało wymagania rodziny. W konsekwencji aura może czasami wydawać się zduszona i matowa. Po osiągnięciu wieku dorosłego, gdy człowiek potrafi stanąć na własnych nogach, jego aura się rozwija, wskazując, że jej właściciel może teraz robić to, co powinien.

Ludzie, których kolorem podstawowym jest czerwień, często zajmują odpowiedzialne, przywódcze stanowiska, ponieważ mają konieczną siłę, energię i charyzmę, by kierować innymi. Emanuje z nich również ciepło i tkliwość. Czerwień może również wskazywać na odwagę.

Wadami ludzi obdarzonych czerwienią są nerwowość i egocentryzm.

Pomarańczowy

Potencjał: harmonia i współpraca

Pomarańczowy to ciepła barwa, która występuje jako kolor podstawowy w aurze ludzi obdarzonych naturalnym wyczuciem, taktem, ludzi, z którymi łatwo nawiązać kontakt. Każdy dobrze się czuje w ich towarzystwie, a oni sami często bywają zmuszani do uspokajania „wzburzonych fal”. Są to osoby myślące, praktyczne, kompetentne, stojące obiema nogami na ziemi.

Wadami takich osób są lenistwo i postawa obojętności.

Żółty

Potencjał: kreatywność, błyskotliwość Ludzi, których kolorem podstawowym jest żółty, charakteryzuje entuzjastyczne podejście do życia, pobudliwość i zmienność. Szybko myślą i lubią bawić innych, ale także podoba im się, że inni ich bawią. Są towarzyscy i

uwielbiają długie rozmowy na każdy temat. Chętnie się uczą, ale często powierzchownie interesują się wieloma tematami, zamiast poważnie zająć się jednym.

Negatywne cechy „żółtych” to nieśmiałość i skłonność do kłamstwa.

Zielony

Potencjał: uzdrawianie

Zieleń to spokojna barwa, a ludzie, których jest kolorem podstawowym, lubią spokój i bywają urodzonymi uzdrowicielami. Są chętni do współpracy, godni zaufania i szczodrzy. Mogą się wydawać pogodni i mało wymagający, ale potrafią być uparci, jeśli uważają to za konieczne. Chcąc zmusić taką osobę do zmiany zdania, musisz sprawić, by pomysł wyszedł od niej.

Brak elastyczności i sztywność poglądów to wady osób, u których zieleń dominuje w aurze.

Niebieski

Potencjał: różnorodność

Niebieski to wspaniała barwa. Ludzie nim obdarzeni są urodzonymi, pozytywnie myślącymi entuzjastami, dzięki czemu ich obszerna aura pulsuje życiem. Tak jak wszyscy, miewają lepsze i gorsze chwile, ale zawsze z pozorną łatwością udaje się im wykaraskać z opresji. Ludzie, w których aurze dominuje błękit, do końca mają młode serce. Są szczerzy, uczciwi i na ogół mówią dokładnie to, co mają na myśli.

Ich wadą jest niemożność dokończenia zaczętych prac. Na ogół lepiej im idzie zaczynanie różnych spraw - często z wielkim entuzjazmem - niż ich finalizowanie.

Indygo

Potencjał: odpowiedzialność za innych

Czasami trudno określić ten kolor jako podstawowy, ponieważ może wydawać się niemal fioletowy. A ponieważ indygo jest ciepły, uzdrawiający i wspomagający, ludzie mający go w swojej aurze prędzej czy później zajmują się pomocą bliźnim. Lubią wspierać innych, a najszcześliwsi są w otoczeniu tych, których kochają. Osoby obdarzone barwą indygo jako kolorem podstawowym nie potrafią odmówić, i to jest ich wadą, ponieważ łatwo je wykorzystać.

Fioletowy

Potencjał: postęp duchowy i intelektualny

To nie przypadek, że biskupi noszą fioletowe szaty. Ludzie, w których aurze dominuje ta barwa, przez całe życie rozwijają się duchowo. Intensywność koloru podstawowego może wskazywać na etap osiągnięty w tym rozwoju. Wiele osób obdarzonych fioletem próbuje

wyprzeć się tego oblicza swojej natury. Takie postępowanie nie daje im jednak szczęścia, zawsze będą świadomi, że nie czynią w życiu tego, co powinni. Kiedy zaczynają się uczyć, pogłębiając swoją wiedzę i mądrość, również ich aura zaczyna się powiększać i silniej pulsować.

Wadą „fioletowych” jest pewna wyniosłość, która zraża innych.

Srebrny

Potencjał: idealizm

Srebrny jako kolor podstawowy zdarza się niezwykle rzadko, chociaż stanowi częsty składnik aury wśród innych barw. Ludzi nim obdarzonych przepełniają wzniosłe idee, niestety, większość z nich jest całkowicie niepraktyczna. Brakuje im motywacji, stają się raczej marzycielami, niż ludźmi czynu. Kiedy jednak odnajdą motywację i uznają jakiś pomysł za wart realizacji, przyjemnie na nich patrzeć.

Złoty

Potencjał: bezgraniczny

To najpotężniejszy kolor, jaki można mieć w aurze jako barwę podstawową. Daje on ludziom zdolność radzenia sobie ze sprawami na wielką skalę i osiągnięcia niemal każdego celu, na jakim skupią myśl. Osoby obdarzone złotym cechuje charyzma, zamiłowanie do ciężkiej pracy, cierpliwość i umiejętność wytyczania sobie celów. Największe sukcesy osiągają na ogół w późnym wieku. Nic dziwnego, że aureole na obrazach przedstawiających świętych i innych uduchowionych ludzi są na ogół złote, wskazując na ich nieograniczone możliwości.

Różowy

Potencjał: sukces finansowy i materialny

Ta delikatnie wyglądająca barwa często pojawia się jako kolor podstawowy u zdecydowanych, upartych ludzi, którzy wysoko mierzą i dążą do celu z niezachwianą determinacją. Nikogo więc nie zaskakuje, że można ich spotkać na odpowiedzialnych stanowiskach. Jednak w głębi duszy pozostają skromnymi i bezpretensjonalnymi ludźmi lubiącymi spokojne życie. Są to osoby kochające, łagodne i miłe, a najlepiej czują się wśród bliskich.

Brazowy

Potencjał: humanitaryzm

Brazowy często ma jesienny odcień, a jego niemal rdzawe zabarwienie może być niezwykle atrakcyjne. Ludzie, którzy mają brąz jako kolor podstawowy, są opiekuńczymi, wrażliwymi na innych filantropami. Mają miękkie serce i szczodre dłonie, w wyniku czego na

ogół muszą się uczyć odmawiać, ponieważ bliźni często się im narzucają.

Biały

Potencjał: oświecenie i inspiracja

Biały symbolizuje czystość i rzadko występuje jako kolor podstawowy. Ponieważ wszystkie barwy wywodzą się od bieli, właściwie jest to inna nazwa dla światła. Ludzie, w których aurze kolor ten dominuje, usuwają się w cień, są skromni i świątobliwi. Często zdają się zupełnie nie mieć ego, bardziej przejmując się pomyślnością innych niż swoją. Charakteryzuje ich głęboka intuicja i mądrość.

* * *

Gdy przyzwyczaisz się do kolorów podstawowych, stopniowo zdasz sobie sprawę z istnienia innych barw, które zdają się przenikać na zewnątrz poprzez kolor podstawowy, jak barwne serpentyny. Wskazują one, co dany człowiek lubi robić. Na ogół jeden lub dwa odcienie będą przeważać, ale są ludzie obdarzeni całą tęczą.

Najszczęśliwsi są ci, u których barwy współgrają. Niektóre zestawienia kolorów mogą się wydawać niezwykle, ale w praktyce bardzo dobrze się sprawdzają. Na przykład ktoś obdarzony czerwienią jako kolorem podstawowym (niezależność i przywództwo) może mieć w swojej aurze pomarańczowe błyski (takt, dyplomacja, łagodność). Nadal będzie to osoba o zdolnościach przywódczych, ale będą się one wyrażać w łagodny sposób. Taki człowiek będzie osiągał wyniki, nie rozkazując innym, lecz zachęcając ich do współpracy.

Podobnie ktoś o czerwonym kolorze podstawowym przetykanym białymi promieniami może odegrać rolę przywódczą w jakiejś akcji humanitarnej. Jednak osoba taka będzie mieć trudności, jeśli zechce wykorzystywać swoje zdolności wyłącznie w biznesie. Do szczęścia i poczucia spełnienia potrzebna jej będzie równowaga tych dwóch energii, chociaż na pozór są one ze sobą sprzeczne. Najprawdopodobniej omawiany typ człowieka zacznie życie, stosując czerwień, a ignorując biel. W pewnej jednak chwili zda sobie sprawę, że walczy sam ze sobą, zmieni swój tryb życia i podąży swoją prawdziwą drogą.

Tutaj właśnie umiejętność odczytywania aury może się okazać niezwykle praktyczna. Ktoś, kto zobaczy czerwień i biel u danej osoby, będzie mógł jej doradzić, którędy iść. Prawdopodobnie w głębi duszy człowiek taki jest świadom tego, co powinien robić, ale będzie przeciwko temu zaciekle walczył. Tymczasem jego rozwój, spełnienie i osobiste szczęście bardzo się wzmocnią, gdy zacznie działać zgodnie z barwami swojej aury.

Kolory promieniujące

Czerwony

Ludzie, u których poprzez aurę promieniuje czerwień, lubią być na kierowniczym stanowisku. Uwielbiają związaną z tym odpowiedzialność i bawi ich podejmowanie decyzji. Dążą do władzy i finansowych korzyści, które taka sytuacja ze sobą niesie.

Pomarańczowy

Ci, przez których aurę przebłyskuje pomarańczowy, lubią spędzać czas z przyjaciółmi i rodziną. Od urodzenia cechuje ich intuicja, są opiekuńczy i troskliwi.

Żółty

Ludzi, przez których aurę przebiegają żółte promienie, fascynują nowe idee. Lubią wyrażać swoją osobowość na różne sposoby, na przykład śpiewając, tańcząc, pisząc, malując, a szczególnie mówiąc.

Zielony

Zielone promienie przeszywają aurę ludzi, którzy lubią wyzwania i okazje, by wziąć się za bary ze sobą. Są gotowi pracować bez wytchnienia, dopóki nie osiągną swoich celów. Spośród nich wywodzą się urodzeni uzdrowiciele.

Niebieski

Ludzie z niebieskimi przebłyskami w aurze potrzebują swobody i różnorodności. Nienawidzą, gdy się ich ogranicza w jakikolwiek sposób. Najmniej wskazanym dla nich zajęciem byłaby praca na etacie. Lubią podróżować, zwiedzać nowe miejsca, spotykać nowych ludzi.

Indygo

Osoby, u których aura zawiera promienie tego koloru, lubią pomagać innym, szczególnie zaś swoim bliskim. Cieszy ich rozwiązywanie kłopotów rodzinnych, i to właśnie do nich każdy członek rodziny zwraca się w razie problemów.

Fiolet

Ludzie obdarzeni fioletowymi promieniami przeszywającymi aurę spędzają czas na nauce i pogłębianiu wiedzy oraz mądrości. Często angażują się w sprawy duchowe lub metafizyczne, ponieważ lubią odnajdywać prawdę ukrytą w otaczającym ich świecie.

Srebrny

Osoby, których aura zawiera srebrne błyski, mają świetne pomysły. To, czy są one praktyczne, nie ma dla nich znaczenia, ważne są same idee. Ludzie ci mogą całkowicie się zatracić w swoich wyobrażeniach, a najlepiej się czują we własnym świecie, gdzie wszystko jest doskonałe.

Złoty

Złote promienie przenikające aurę oznaczają człowieka, który nie boi się wielkich przedsięwzięć. Wychodzi naprzeciw wyzwaniom zmuszającym do zmierzenia się z samym sobą i prowadzącym na drogi z dala od utartych szlaków.

Różowy

Ludzie o różowych promieniach wystrzelających z aury lubią marzyć o finansowym sukcesie. Jeśli nauczą się równoważyć róż z kolorem podstawowym, mogą osiągnąć zadziwiające sukcesy.

Biały

Białe promienie w aurze mają ludzie odznaczający się idealistycznym, pacyfistycznym podejściem do życia. Często wspierają sprawy, w które wierzą, i zabiegają o lepszy świat dla przyszłych pokoleń.

Aura składa się z kilku warstw, znanych jako ciała eteryczne różniące się czasem barwą. W praktyce większość jasnowidzów widzi aurę jako eteryczną płaszczyznę, otoczoną jedną warstwą, wewnątrz której znajdują się różne kolory. Jednak w miarę nabierania wprawy możesz zacząć dostrzegać poszczególne warstwy, których jest siedem:

1. fizyczna płaszczyzna eteryczna,
2. płaszczyzna astralna,
3. niższa płaszczyzna psychiczna,
4. wyższa płaszczyzna psychiczna,
5. płaszczyzna duchowa,
6. płaszczyzna intuicyjna,
7. płaszczyzna absolutna.

Wszystkie one są powiązane z czakrami, o których będzie mowa w następnym rozdziale.

Jak sobie radzić z trudnościami?

Niektórzy potrafią widzieć kolory wewnątrz aury bez żadnych problemów, innym jednak przychodzi to z wielką trudnością. Wiele lat temu pewna kobieta na moich zajęciach dostrzegła mglistą otoczkę niemal natychmiast, ale mimo długiej praktyki, nie potrafiła zobaczyć kolorów. Bardzo ją to denerwowało, że członkom grupy, którzy z początku mieli kłopoty z dostrzeżeniem aury, widzenie kolorów nie sprawiało żadnego kłopotu.

Na szczęście udało mi się nauczyć tę panią, jak się posługiwać różdżką w poszukiwaniu kolorów. Gdy już wiedziała, jakiej barwy szuka, okazało się, że jej świadomość kolorów wzrosła niemal z dnia na dzień. Patrząc na to z perspektywy, wiem, że u podstaw jej

trudności legł niepokój. Ponieważ jako pierwsza w grupie zobaczyła aurę, spodziewała się, że również pierwsza dostrzeże kolory. Rozczarowała się, że inni je widzą, i za bardzo się starała.

Jak już wspomniałem, należy po prostu się rozluźnić i pozwolić, by kolory się stopniowo pokazywały. Różnimy się między sobą - jedni widzą barwy od samego początku, inni spędzają tygodnie czy nawet miesiące, pracując nad tą umiejętnością.

Pomóc może bardziej uważne traktowanie różnych kolorów. Przyjrzyj się ubraniom, które nosisz, i zastanów, dlaczego są akurat tej barwy. Spróbuj nosić inne kolory i zobacz, jak się będziesz czuł. Twoja świadomość koloru bardzo wzrośnie i łatwiej ci będzie go dostrzec w aurze.

Kilka lat temu jedna z moich znajomych miała wygłosić wykład i obawiała się, czy podała zadaniu. Ciągle o tym mówiła, w końcu więc jej poradziłem, by włożyła na siebie coś czerwonego, co doda jej wiary w siebie. Miałem na myśli na przykład bluzkę, ale ona kupiła sobie czerwony kostium i buty, po czym wygłosiła wspaniały wykład. To doświadczenie wzmocniło jej świadomość koloru, dzisiaj z przyjemnością wkłada ubrania o żywych barwach. Dawniej ubierała się przeważnie na szaro lub beżowo.

Zwróć uwagę, jakie kolory noszą inni ludzie. Zastanów się, czy i jaką korzyść czerpią z wybranych przez siebie barw.

Leżąc w łóżku, tuż przed zaśnięciem wyobrażaj sobie przyjemne sceny, starając się zobaczyć je jak najwyraźniej. Może to być na przykład twoja ulubiona plaża. Zobacz piasek i poczuj jego dotyk pod stopami, powąchaj słone powietrze, przyjrzyj się kolorom wydm, morza i nieba.

Kilka lat temu spędziłem miło czas w drewnianym domku wśród lasów. Jeśli pragnę w wyobraźni wywołać przyjemny obraz, przypominam sobie widok rozciągający się z wejściowych drzwi domku - całe kilometry sosnowego lasu, a za nim pokryte śniegiem szczyty gór. Nietrudno pamiętać, jakie to było spokojne i rozluźniające. Czuję także zapach sosen i chłodną bryzę, jednak najwyraźniej widzę wspaniałe kolory, które mnie wtedy otaczały.

Wielu moim uczniom machinalne rysowanie kolorowymi flamastrami pomogło w rozwijaniu świadomości barwy. Proszę ich, by coś narysowali, nie zwracając zbytnio uwagi, jakie kolory dobierają. Gdy skończą, patrzą na rysunek i odtwarzają swoje uczucia w chwili, gdy powstawał. Jeśli odczuwali smutek, samotność lub przygnębienie, niezmiennie wybierali czerń lub brąz, natomiast w chwilach szczęścia stosowali wszystkie radosne barwy tęczy.

Takie rysowanie to doskonały sposób na uwolnienie się od niechcianych, negatywnych uczuć. Bardzo się również przydaje w rozwoju postrzegania aury, ponieważ

angażuje prawą półkulę mózgu, niezbędną w procesie widzenia tego zjawiska.

Na koniec może okazać się pomocne wdychanie kolorów. W tym celu należy zamknąć oczy i wyobrazić sobie, że się wdycha czerwone powietrze, które rozchodzi się po całym ciele. Ćwiczenie należy powtórzyć trzy, cztery razy, a potem przejść do barwy pomarańczowej i stopniowo przez całą tęczę. Zwróć uwagę, jak się czujesz, wdychając powietrze o różnych kolorach. To ćwiczenie może być bardzo przydatne w nauce znaczenia każdej z barw, ponieważ fizycznie odczuwasz oddziaływanie każdej z nich.

Stosowanie różdżki w poszukiwaniu kolorów

Potrzebne ci będą do tego dwa zgięte pręty, których używałeś do odszukiwania zewnętrznych granic aury. Obecność osoby, której aurę chcesz zobaczyć, nie jest konieczna, chociaż może być pomocna.

Zacznij, trzymając pręty tak, by ich dłuższe końce skierowane do przodu. Poproś je o pozytywną odpowiedź. Mnie pomaga głośne wyrażenie tej prośby.

- Jaki ruch oznacza „tak”? - pytam. Gdy o mnie chodzi, pręty kierują się do środka, aż znajdą się jeden nad drugim, u ciebie mogą odwracać się na zewnątrz. Jeden z moich znajomych wie, że odpowiedź jest pozytywna, gdy pręty zbliżają się do siebie, ale zatrzymują pod kątem dziewięćdziesięciu stopni. Ruchy wykonywane przez pręty nie mają znaczenia, jeśli tylko wiesz, że oznaczają pozytywną odpowiedź.

Załóżmy, że sprawdzasz kolory człowieka o imieniu Bill. Zaczynasz, trzymając pręty przed sobą, i zadajesz pytanie: - Czy kolorem podstawowym w aurze Billa jest czerwony?

Jeśli nie ma odpowiedzi, pytasz: - Czy kolorem podstawowym w aurze Billa jest pomarańczowy?

I tak dalej, aż otrzymasz potwierdzenie. Ja sprawdzam wszystkie kolory, nawet gdy już otrzymam pozytywną reakcję na pierwsze pytanie. Chodzi mi po prostu o potwierdzenie poprawnej odpowiedzi.

Kiedy znasz już kolor podstawowy, możesz zapytać pręty o kolory promieniujące. Pamiętaj jednak, że tutaj możesz otrzymać więcej odpowiedzi pozytywnych.

Wyobraźmy sobie, że kolorem podstawowym Billa jest niebieski z czerwonymi i fioletowymi promieniami. Teraz już wiemy, jakich barw szukamy, więc będzie nam łatwiej je znaleźć.

W praktyce większość ludzi musi wykonać to ćwiczenie tylko kilka razy. Potem ich świadomość koloru rozwija się w wystarczającym stopniu, by mogli widzieć całą aurę bez pomocy różdżki.

Określanie kolorów za pomocą numerologii

Inną metodą odnajdywania kolorów aury jest zastosowanie numerologii. Każda liczba odpowiada jednej barwie.

1	- czerwony
2	- pomarańczowy
3	- żółty
4	- zielony
5	- niebieski
6	- indygo
7	- fiolet
8	- różowy
9	- brązowy
11	- srebrny
22	- złoty

Kolor podstawowy określa liczba drogi życia danego człowieka. Jest to najważniejsza liczba w pitagorejskiej numerologii, ponieważ przedstawia cel życia. Pamiętaj, że kolor podstawowy wskazuje, co człowiek powinien robić w życiu. Dlatego jego kolor podstawowy i kolor związany z drogą życia są na ogół - choć nie zawsze - takie same.

Liczbę drogi życia obliczamy, dodając poszczególne elementy pełnej daty urodzenia danej osoby. Załóżmy, że chcemy określić barwę kogoś, kto się urodził 28 kwietnia 1980 roku. Dodajemy te liczby:

4	(miesiąc)
28	(dzień)
<u>1980</u>	(rok)
2012	

Sumę (2012) traktujemy jako serię cyfr, które dodajemy: $2+0+1+2 = 5$.

Liczba drogi życia tej osoby to 5, a ponieważ 5 odpowiada niebieskiemu, prawdopodobnie więc jej kolorem podstawowym będzie ta właśnie barwa.

Oto inny przykład. Tym razem chodzi o młodą kobietę urodzoną 12 marca 1975 roku:

3	(miesiąc)
12	(dzień)
<u>1975</u>	(rok)
1990	

Dodajemy poszczególne cyfry: $1+9+9+0=19$, $1+9=10$ i w końcu: $1+0=1$. Liczbą drogi życia tej młodej osoby jest 1, a jej kolorem podstawowym - czerwień.

Są dwa wyjątki, gdy chodzi o redukcję sumy do cyfry. Są to liczby 11 i 22, znane w numerologii jako liczby mistrzowskie. Nie redukuje się ich do 2 i 4, ponieważ ludzie, którzy je mają, zostali obdarzeni większym potencjałem niż reszta śmiertelników.

Należy pamiętać, by cyfry sumować według opisanego przeze mnie sposobu, tak aby nie zgubić żadnych liczb mistrzowskich. Moja dobra znajoma urodziła się 29 lutego 1944 roku. Jeśli wyliczymy jej liczbę drogi życia według podanej metody, otrzymujemy 22:

$$\begin{array}{r} 2 \quad (\text{miesiąc}) \\ 29 \quad (\text{dzień}) \\ \underline{1944} \quad (\text{rok}) \\ 1975, \text{ czyli } 1+9+7+5 = 22 \end{array}$$

Gdybyśmy po prostu dodali kolejne cyfry, stracilibyśmy liczbę mistrzowską: 2 (miesiąc) $+2+9$ (dzień) $+1+9+4+4$ (rok) $= 31$, a następnie $3+1=4$

Dlatego właśnie należy dodawać miesiąc, dzień i rok, tworząc z nich sumę, a nie wszystkie cyfry w ciągu, by osiągnąć jeden numer.

Zapewne zauważyłeś, że w numerologii mamy zaledwie jedenaście różnych barw do wyboru. Z tego powodu metoda nie jest doskonała. Na ogół kolor podstawowy aury i przypisany liczbie ścieżki życia są takie same, chociaż mogą się różnić.

Ktoś może mieć liczbę ścieżki życia 7, którą odzwierciedla fiolet, a jego aura może być biała. W istocie może mieć jakąkolwiek inną barwę jako kolor podstawowy. Dzieje się tak dlatego, że liczba ścieżki życia przedstawia cel życia danego człowieka.

Kolor określony przez ścieżkę życia z pewnością pojawi się w aurze, ale niekoniecznie jako podstawowy, ponieważ mówi, jak człowiek powinien żyć. W praktyce obie te barwy będą współgrały, chociaż będą różne.

Liczba ścieżki życia określa podstawowy kolor aury człowieka z dokładnością do 95 procent. Na szczęście pozostałe liczby w numerologii z ogromną precyzją pozwalają określić kolory promieniujące.

Liczby te pochodzą od imienia i nazwiska, których dany człowiek używa. Może to być skomplikowane, gdyż często jedna osoba nazywa się różnie. Bill Smith dla swoich rodziców może być Williamem. Przyjaciele wołają na niego Bill, w pracy występuje jako W. J. (bo na drugie ma James), w banku znają go jako Williama Jamesa Smitha, a on sam czeka podpisuje jako W. J. Smith. W dzieciństwie zwano go Billy-boy. Natomiast żona mówi do niego „Misiaczkę”. Żeby było trudniej: został adoptowany, gdy miał trzy miesiące. Przy

narodzinach nazywał się William James Callaghan, a nazwisko Smith przybrał dopiero po adopcji. Której wersji używać?

W praktyce używa się tej, która najbardziej odpowiada samemu zainteresowanemu. Na ogół jest to imię, pod jakim znają go przyjaciele. Tak więc w tym wypadku wybierzemy Bill Smith.

Postąpimy inaczej niż w tradycyjnej numerologii, w której używa się oficjalnego imienia i nazwiska.

Litery składające się na imię Billa zamienimy na cyfry, stosując poniższy wzór;

1	2	3	4	5	6	7	8	9
A	B	C	D	E	F	G	H	I
J	K	L	M	N	O	P	Q	R
S	T	U	V	W	X	Y	Z	

Imię i nazwisko Billa Smitha da nam następującą sumę:

BILL SMITH

2 9 3 3 1 4 9 2 8, a więc $2+9+3+3$ (Bill) $+1+4+9+2+8$ (Smith) = 41, czyli $4+1 = 5$

5 to liczba wyrazu zewnętrznego Billa i przedstawiająca jego naturalne zdolności.

Widać, że jest to człowiek wszechstronny.

Wiemy, że 5 odpowiada barwie niebieskiej, a więc takie będą promienie przebijające się przez podstawowy kolor w aurze Billa.

Kolejną bardzo ważną liczbą w numerologii jest liczba potrzeb duszy. Otrzymuje się ją przez dodanie samogłosek w imieniu i nazwisku. Bill ma je tylko dwie (po jednym „I” w każdym z nich).

Dodajemy cyfrę odpowiadającą literze „I”: $9+9 = 18$ i $1+8 = 9$. Liczba potrzeb duszy Billa to 9, który odpowiada barwie brązowej. Bill w swojej aurze będzie miał również brązowe przebliski.

Niestety istnieje wyjątek w zasadach określania liczby potrzeb duszy. Literę „Y” na ogół klasyfikuje się jako samogłoskę, ponieważ funkcjonuje jako taka (np. w imieniu „Lynda”), lub w ogóle się jej nie wymawia (np. w imieniu Kay). Jednak jeśli się ją wymawia (jak w „Yolande”), należy ją sklasyfikować jako spółgłoskę.

Zdobywamy świadomość koloru

Istnieją dwa pożyteczne ćwiczenia, które mogą pomóc w osiągnięciu świadomości koloru. Pierwsze z nich stanowi część ćwiczeń relaksacyjnych i wielu znanych mi ludzi stosuje je przed snem, jako pomoc przy zaśnięciu.

Tęczowa medytacja

Usiądź wygodnie lub połóż się, a następnie zamknij oczy. Weź kilka głębokich oddechów, koncentrując się na procesie oddychania. Wydechając powietrze, powtarzaj: „Jestem spokojny i rozluźniony”. Gdy poczujesz się całkowicie rozluźniony, wyobraź sobie doskonałą tęczę.

W swojej wyobraźni przejdź nią, aż wejdiesz w czerwień. Zobacz, jak ta barwa otacza cię całego, jak się w niej zanurzasz. Poczuj, jak przenika w twoje ciało i ożywia każdą jego komórkę, każdy organ. Może to być tak, jakby czerwień była rzeką energii, która do ciebie pod pływa, opływa cię i przepływa przez ciebie, wspierając twój rozwój.

Gdy poczujesz się całkowicie zabarwiony na czerwono, przesuń się w głąb tęczy i zanurz w kolorze pomarańczowym. Smakuj spokój i poczucie spełnienia, które cię przepełniają, gdy sobie wyobrażasz, że pomarańczowa energia całkowicie cię otacza.

Idź dalej, ku pięknej, stymulującej żółci. Chociaż pobudzi cię umysłowo, poczujesz także, że na twoje nerwy oddziałuje kojąco.

Gdy skąpałeś się w żółtej energii, przejdź w zieleni. Zwróć uwagę, jaka jest uspokajająca i kojąca. Wszelkie stresy i napięcia po prostu znikną, a ty poczujesz się świeżo i swobodnie pod wpływem tej uzdrawiającej energii.

Z zieleni przejdź do barwy niebieskiej. Przez chwilę, gdy będziesz się zagłębiał w błękit, otoczy cię turkus. Odczujesz nieprzewartą chęć, by posuwać się naprzód, by zrobić coś ze swoim życiem. Dawno już nie czułeś się tak zdrowy i pełen entuzjazmu!

Został ci tylko jeden krok, by wstąpić w barwę indygo - głęboką, intensywną, rozświetlającą. Poczuj jej uzdrawiającą, łagodzącą, krzepiącą energię. Czas, który spędzisz zanurzony w błękitcie oraz indygo, da ci bardzo wiele.

Na koniec przejdź w pasmo fioletowe, które gwałtownie zwiększy twoją świadomość i zrozumienie życia. Poczuj, jak twój umysł otwiera się na intuicję i inspirację.

Gdy skończysz, przez kilka minut nie otwieraj oczu. Poczujesz się odświeżony i pełen sił życiowych. Ćwiczenie to z naszego punktu widzenia jest bardzo korzystne głównie dlatego, że zwiększa twoją świadomość koloru. Wyobrażając sobie, że otacza cię każda z kolejnych barw, zyskasz lepsze zrozumienie ich znaczenia. Przypadną ci w udziale wszystkie korzyści płynące z medytacji oraz poszerzona świadomość kolorów tęczy.

Aura poszczególnych barw

Innym doskonałym sposobem na uzyskanie świadomości koloru jest dostrzeganie aury

otaczającej poszczególne barwy, którą dużo łatwiej zobaczyć niż aurę ludzką.

W czasie moich zajęć opakowuję dziecięce klocki w różnobarwny celofan, każdy klocek w inny kolor. Stawiam każdy z nich na stole i pozwalam słuchaczom się mu przyjrzeć. Zaczynam od niebieskiego, a potem stawiam czerwony, ponieważ najłatwiej zobaczyć aurę wokół tych kolorów. Najlepiej usiąść co najmniej metr od klocka. Moim słuchaczom radzę, by wzrok koncentrowali na ścianie, nieco z boku klocka, przy czym proszę, by się zrelaksowali. Na ogół w ciągu zaledwie kilku sekund każdy dostrzega otoczkę innego koloru niż barwa, na którą patrzy: żółtą wokół klocka niebieskiego i zieloną wokół czerwonego. Są to tak zwane kolory uzupełniające.

Kiedy moi uczniowie je zobaczą, szybko zastępuję klocki innymi, i ponownie każdy dostrzega aurę wokół nich.

Można to ćwiczenie przeprowadzić, używając kartek różnokolorowego papieru.

Moim celem było pokazanie uczniom, że aura otacza wszystko, a oni jedynie muszą się rozluźnić i pamiętać o jej istnieniu, by ją zobaczyć. Ćwiczenie to jest również doskonałe dla ludzi, którzy mają trudności w dostrzeganiu kolorów wewnątrz aury.

Zarówno różdżkarstwo, jak i numerologia będą ci pomocą na początku. W miarę rozwoju twojej świadomości koloru będziesz ich potrzebował coraz rzadziej.

Nie ufaj zbyt tym sztuczkom. Mogą być bardzo pożyteczne, wskazując ci, jakich barw szukać, ale jednocześnie spowolnią postępy. Ćwicz widzenie kolorów, bądź cierpliwy i czekaj na rezultaty.

Do dzisiaj przeprowadzono niewiele badań naukowych na temat kolorów aury i ich znaczenia. Te nieliczne, których dokonano, wskazują, że kolory aury „są znaczącymi wskazówkami w kwestii cech osobowości”.

Rozdział 5

Czakry

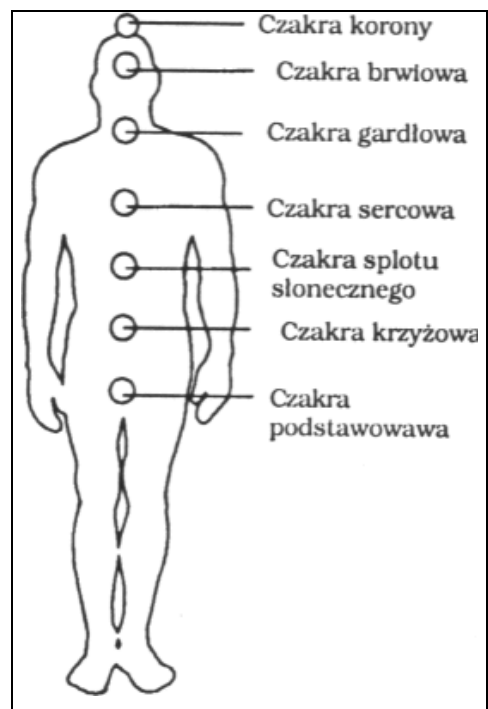
Czakry to siedem ośrodków mocy umiejscowionych wzdłuż kręgosłupa w ciele eterycznym (rys. 5.1). Według hinduskiej jogi, *prana*, czyli siła życia, opływa nasze ciało przez sieć maleńkich kanalików zwanych *nadis*. Uważa się, że w ludzkim ciele znajduje się ich 72 000. Czakry znajdują się na głównym *nadi* (*sushumna*), który biegnie wzdłuż kręgosłupa. Są to obracające się kółka subtelnej energii, która pochłania energię wyższą i zmienia ją w formę dającą się wykorzystać w ciele. Na Wschodzie często przedstawia się je jako kwiaty lotosu - koło ułożone z płatków.

Nasze ciało zawiera strumienie zarówno pozytywnej, jak i negatywnej energii, pochodzącej bezpośrednio z naszego oddechu. Prawa strona ciała magazynuje energię pozytywną, lewa - negatywną. Te dwa rodzaje energii mają wpływ na kierunek, w którym obracają się czakry. Każda z nich obraca się w przeciwnym kierunku niż czakra położona wyżej i niżej.

Poczułeś ogromną energię promieniującą z tych czakr, gdy dotykałeś aury, masz więc wyobrażenie o ich mocy.

Każda z czakr ma swoją nazwę i kolor, który tworzy spiralę wychodzącą ze środka i który odpowiada barwie tęczy. Znaczy to, że nasza aura zawiera w sobie przynajmniej jakiś niewielki procent każdego koloru tęczy.

Czakry są znane na Wschodzie od tysięcy lat, ale zachodni naukowcy do niedawna nic o nich nie wiedzieli. W latach siedemdziesiątych dr Jiroshi Motoyama prowadził badania mające na celu udowodnić istnienie czakr lub temu zaprzeczyć. Wyniki były pozytywne, a ich opis znalazł się w książce *Science and the Evolution of Consciousness: Chakras, Ki and Psi*. Dr Motoyama przeprowadzał testy wewnątrz specjalnie zaprojektowanej, wykładanej ołowiem kabiny. Chciał sprawdzić, czy można zmierzyć



Rys. 5.1

Czakry

przepływ bioprądów z czakr. Umieścił ruchomą miedzianą elektrodę w pobliżu czakry, by zmierzyć jej pole bioelektryczne. Gdy dr Motoyama wykonywał badania na ludziach, którzy twierdzili, że otworzyli konkretne czakry, okazywało się, iż amplituda i częstotliwość pola wokół czakry były znacznie większe niż u innych osób.

Dr Motoyama odkrył również, że niektórzy potrafią świadomie przesyłać energię poprzez swoje czakry, by wytwarzać zaburzenia pola elektrycznego. Inaczej niż wiele innych eksperymentów psychicznych, ten ostatni daje się powtórzyć i bywał wykonywany wielokrotnie w laboratoriach uniwersyteckich.

Dr Valerie Hunt z UCLA przeprowadziła inne interesujące doświadczenie. Chciała określić lecznicze skutki techniki znanej jako rolfing. Używała elektrod EMG, które na ogół stosuje się do pomiaru siły mięśni. Odkryła, że wartości wykazane w pobliżu czakr są dużo wyższe niż w pozostałych częściach ciała.

Następnego zdumiewającego odkrycia dokonano dzięki Rosalyn Bruyere, osobie o dużych zdolnościach parapsychicznych. Dr Hunt badała czakry elektronicznie, natomiast Rosalyn Bruyere obserwowała zmiany w aurze ludzi uczestniczących w eksperymencie. Okazało się, że uwagi na temat zmian zabarwienia wewnątrz aury pokrywały się dokładnie z wynikami badań elektrodami EMG. Za każdym razem, gdy Rosalyn Bruyere widziała na przykład czerwień w aurze, specyficzny obraz fal pojawiał się na urządzeniach rejestrujących. Podobnie działo się w odniesieniu do innych kolorów.

Czwórka

Cztery dolne czakry przedstawia się często jako kwadrat. Wibrują one wolniej niż trzy czakry górne i mają solidną więź z ziemią. Każda z nich odnosi się do jednego z czterech żywiołów: ognia, ziemi, powietrza i wody.

Czakra podstawowa

(Muladhara)

kolor: czerwień

żywioł: ziemia

zmysł: powonienie

dążenia: kontakt fizyczny

wyzwanie: myśl, zanim zaczniesz działać

kluczowe słowo: fizyczność

Czakra podstawowa znajduje się u podstawy kręgosłupa i daje poczucie

bezpieczeństwa i otuchę. W sanskrycie słowo *muladhara* oznacza „wsparcie”. W istocie, czakra podstawowa dodaje nam sił witalnych i wiąże mocno z ziemią. Dzięki niej tryskamy zdrowiem i energią, a na poziomie emocjonalnym daje nam ona odwagę i wytrwałość. Czakra podstawowa zarządza również naszym powonieniem oraz takimi częściami naszego ciała, jak zęby, kości i paznokcie. Odgrywa również podstawową rolę w naszym przetrwaniu, ponieważ kontroluje nasze reakcje ucieczki lub walki. Kiedy nie jest odpowiednio pobudzona, stajemy się nerwowi i niepewni. W rezultacie wewnątrz tej czakry może się gromadzić strach. Jeśli czakra podstawowa jest zbyt pobudzona, stajemy się apodyktyczni, egocentryczni i uzależniamy się od pieniędzy oraz seksu.

Czakra krzyżowa

(*Svadisthana*)

kolor: pomarańczowy

żywiół: woda

zmysł: smak

dążenia: szacunek i akceptacja

wyzwanie: kochaj ludzi i służ im

słowo kluczowe: społeczny

Czakra krzyżowa znajduje się na poziomie kości krzyżowej, w małym zagłębieniu na plecach, około pięciu centymetrów poniżej pępka. Ponieważ odnosi się ona do wody, zarządza gospodarką płynami w naszym organizmie. Svadisthana znaczy „dom życiowej siły”. Czakra ta reprezentuje seksualność, kreatywność i równowagę emocjonalną, pobudza w nas optymizm i nadzieję, a ponadto wpływa na nasz zmysł smaku. Czakra krzyżowa tych, którzy łatwo nawiązują kontakty z innymi, pozostaje w równowadze, co daje im giętkość konieczną do bezkonfliktowego i skutecznego współdziałania z bliźnimi. Jeśli ta czakra nie działa poprawnie, możemy cierpieć na takie dolegliwości, jak artretyzm. Choroby wywoływane są przez negatywne emocje, na przykład gniew, frustrację czy urazę, które pojawiają się, gdy czakra krzyżowa nie jest dość pobudzona. Kiedy jest nadmiernie pobudzona, próbujemy manipulować innymi, stajemy się agresywni i otwarcie sobie pობłażamy.

Czakra splotu słonecznego

(*Manipuraka*)

kolor: żółty

żywiół: ogień

zmysł: wzrok

dążenie: zrozumieć

wyzwanie: skutecznie porozumiewać się z bliskimi

słowo kluczowe: intelekt

Słowo *manipuraka* znaczy „klejnot w pępku”. Czakra splotu słonecznego daje nam ciepło, wiarę w siebie i szczęście. Zarządza ona dwiema dziedzinami: wchłanianiem pożywienia, przyczyniając się do dobrego trawienia i samopoczucia, oraz oczami. Nic w tym dziwnego, gdy sobie przypomnisz, o ile wszystko lepiej wygląda, kiedy jesteśmy szczęśliwi i zadowoleni. Czakra ta ma również związek z wrażliwością. Na poziomie emocjonalnym tworzy ona optymizm, kreatywność, poczucie własnej godności i pewność siebie. Jeśli człowiek ma negatywną postawę, wewnątrz tej czakry może się gromadzić gniew i wrogość.

Nadmiernie pobudzona czakra splotu słonecznego czyni z nas pracoholików, pełnych pretensji perfekcjonistów, natomiast gdy brak jej bodźców - brakuje nam pewności siebie, stajemy się zagubieni i nabieramy przekonania, że na nic w naszym życiu nie mamy wpływu.

Czakra sercowa

(*Anahatha*)

kolor: zieleń

żywiół: powietrze

zmysł: dotyk

dążenie: kochać i być kochanym

wyzwanie: nabierz pewności siebie

słowo kluczowe: emocje

Czakra sercowa znajduje się pośrodku klatki piersiowej, na jednej linii z sercem. Ma związek z miłością, harmonią, współczującym zrozumieniem i zmysłem dotyku. Na Dalekim Wschodzie czakrę serca nazywa się często domem duszy. *Anahatha* znaczy „niepokonany”. Na poziomie emocjonalnym czakra ta ma wpływ na współczucie, akceptację siebie samego i szacunek dla siebie oraz bliźnich. Ludzie ci pozostają w kontakcie ze swymi emocjami, dbając o siebie i o innych.

Na pewno znasz osoby, których czakra serca nie jest dość pobudzona. Mają oni skłonność do nadwrażliwości, są zbyt współczujący i odczuwają nieustanną potrzebę dawania. Użalają się też nad sobą i wszystkiego się boją. Większość ludzi pozostających na czyimś utrzymaniu ma nie dość pobudzoną czakrę serca. Kiedy jest ona nadmiernie

pobudzona, stajemy się zaborczy, wymagający, mamy zmienne nastroje i wszystko musimy mieć pod kontrolą.

Trójca

Trzy górne czakry znane są jako trójca lub triada. Pulsują na wyższym poziomie niż cztery niższe czakry. Mają związek z kwadraturą astrologii: znaki kardynalne (Baran, Rak, Waga i Koziorożec) są otwarte, energiczne i pełne wyrazu, znaki stałe (Byk, Lew, Skorpion i Wodnik) są sztywne, uparte i zawzięte, natomiast znaki zmienne (Bliźnięta, Panna, Strzelec i Ryby) łatwo się przystosowują do zmieniających się okoliczności.

Czakra gardłowa

(*Visshudha*)

kolor: błękit

kwadratura: stały

zmysł: dźwięk

dążenie: wewnętrzny spokój

wyzwanie: ryzykuj

słowo kluczowe: pojęcia

Czakra ta znajduje się na poziomie krtani. *Visshudha* znaczy „czysta”. Czakra gardłowa stanowi najważniejszy element, gdy chodzi o przekazywanie myśli z czakry brwiowej do czterech niższych czakr. Jest to czakra porozumiewania się i wyrażania swojego „ja”. Na poziomie emocjonalnym wzmacnia ona idealizm, miłość i zrozumienie. Będąc w równowadze, czakra gardłowa daje zadowolenie, spokój ducha, dobre wycucie czasu oraz silną wiarę. Kiedy jednak zostaje nadmiernie pobudzona, stajemy się arogancy, dogmatyczni, sarkastyczni i lekceważący, niedostateczne pobudzenie natomiast sprawia, że jesteśmy słabi, nieszczerzy i niegodni zaufania.

Czakra brwiowa

(*Ajna*)

kolor: indygo

kwadratura: zmienny

dążenie: osiągnięcie harmonii z wszechświatem

wyzwanie: realizacja marzeń

słowo kluczowe: intuicja

Czakra brwiowa znajduje się na czole, między brwiami. W sanskrycie jej nazwa znaczy „rozkaz”. Zarządza ona umysłem i jest ośrodkiem kierującym innymi czakrami. Nic nigdy nie powstało, jeśli ktoś tego nie wymyślił. To jest właśnie funkcja czakry brwiowej. Niestety, większość z nas w ogóle nie kontroluje swoich wzorców myślowych albo czyni to w nieznacznym stopniu. Na poziomie emocjonalnym czakra ta zwiększa nasze zrozumienie świata, sprawiając, że stajemy się świadomi naszej duchowej natury.

Wszelkie objawy intuicji pochodzą od czakry brwiowej, nawet tak mało znaczące przykłady, jak wyczuwanie nastrojów i uczuć innych ludzi. Czy zdarzyło ci się spędzić trochę czasu z człowiekiem pełnym negatywnej energii i poczuć ogromne wyczerpanie? Wpłynęła na ciebie negatywna energia tej osoby, nawet jeśli głośno wypowiadała tylko pozytywne lub neutralne zdania. Inni ludzie mają wpływ na podświadomość każdego z nas.

Kiedy czakra brwiowa zostanie nadto pobudzona, stajemy się dumni, autorytarni, dogmatyczni i manipulujemy innymi. Adolf Hitler musiał mieć tę czakrę zbyt pobudzoną. Natomiast gdy jest ona pobudzona niedostatecznie, brak nam asertywności, jesteśmy nieśmiały i nieudacznikami.

Czakra korony

(*Sahasrara*)

kolor: fiolet

kwadratura: kardynalny

dążenie: zrozumienie wszechświata

wyzwanie: powiększać wiedzę i mądrość

słowo kluczowe: duchowość

Czakra korony, która kontroluje najsilniejsze drgania energii w organizmie, usytuowana jest na samym czubku głowy. Artyści, malując portret osoby szczególnie uduchowionej, często przedstawiają tę czakrę w postaci aureoli. Tonsura mnichów to sposób na odsłonięcie tego miejsca. Sanskryckie słowo *sahasrara* znaczy „tysiąc”, a symbolem czakry korony jest kwiat lotosu o tysiącu płatków.

Czakra ta utrzymuje w równowadze i harmonii wewnętrzną i zewnętrzną stronę naszej natury. Zarządza również poziomem mistycznym, duchowym; tym, na którym zdajemy sobie sprawę, że wszystko, co żyje, jest ze sobą powiązane. Porzucenie pojęcia indywidualności i zostanie częścią wszechświata w ten właśnie sposób jest niezwykle trudne. Tymczasem, czyniąc to, stajemy się całością, nasza ciemniejsza strona natury zostaje zapomniana, a my możemy żyć naprawdę.

Kiedy czakra korony jest zbyt pobudzona, stajemy się sfrustrowani, destruktywni i przygnębieni. Powszechne są wtedy silne migreny. Gdy czakra ta nie została dostatecznie pobudzona, zamykamy się w sobie, stajemy się niekomunikatywni i brak nam radości życia.

Kiedy zaczniesz dostrzegać czakry, zdasz sobie sprawę z różnic w ich rozmiarze i intensywności. Czakra gardłowa jednego człowieka może być duża, pulsująca życiem i szybka, podczas gdy czakra drugiego będzie mała, przygaszona i powolna. Znaczy to, że pierwsza osoba używa swojej czakry gardłowej w sposób pozytywny, natomiast druga nie wykorzystuje jej potencjału.

Na szczęście, za zgodą samego zainteresowanego będziesz mógł poprawić stan sennej czakry gardłowej i skutecznie zrównoważyć jego energię. Nazywamy to równoważeniem aury.

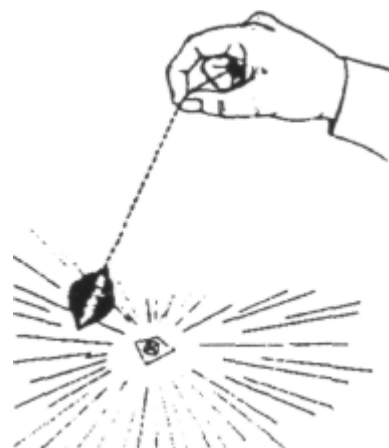
Równoważenie aury

W rozdziale drugim nauczyliśmy się, jak używać różdżki (czy raczej zagiętych prętów), by odnaleźć aurę. Teraz posłużymy się wahadełkiem.

Wahadełko to po prostu ciężarek przywiązany do nitki, sznurka czy łańcuszka. Niemal każdy przedmiot może spełniać tę funkcję, jednak lepiej, gdy waży przynajmniej kilka dekagramów.

W sklepach można dostać gotowe wahadełka, ale jeśli zdecydujesz się na zakup jednego z nich, sprawdź kilka, zanim podejmiesz decyzję. Zobaczysz, że niektóre wahadełka reagują łatwiej niż inne. Możesz również nabyć wahadełko do badania aury (zwane czasami wahadełkiem spektralnym) we wszystkich kolorach tęczy, zaopatrzone w mały wskaźnik, który można przesuwając w górę i w dół, by określić, jakiego koloru szukasz. Wielu ludzi uważa, że są one pomocne, ja sam używam takiego, chociaż zwykłe wahadło pozwala osiągnąć takie same wyniki (rys. 5.2).

Weź sznurek wahadełka w palce (kciuk i palec wskazujący) i zawieś je nad rysunkiem 5.3. Zapytaj, który kierunek odpowiada słowu „tak”. Bądź cierpliwy, po chwili wahadełko zacznie się poruszać. Może się kołysać w górę i w dół lub na boki albo zakreślać koła, zgodnie lub niezgodnie z ruchem wskazówek zegara.



Rys. 5.2.

Posługiwanie się
wahadełkiem

Kiedy zorientujesz się, który ruch oznacza „tak”, zatrzymaj wahadełko na chwilę nad środkiem rysunku, a następnie zapytaj, który kierunek odpowiada słowu „nie”. Urządzenie zacznie się po chwili poruszać i uzyskasz tę informację.

Warto od czasu do czasu sprawdzać funkcjonowanie wahadełka. Wielu ludzi stwierdza, że raz określone ruchy na „tak” i na „nie” nie ulegają zmianie. Ale może się zdarzyć inaczej. Dlatego zadawanie wahadełku tego pytania jest dobrym pomysłem.

Teraz możemy zrównoważyć aurę naszego znajomego za pomocą wahadełka.

Poproś go, by się położył wygodnie na plecach. Ja swoim znajomym daję poduszczykę, na której mogą oprzeć głowę.

Jeśli masz wahadełko do mierzenia aury, nastaw wskaźnik na kolor czerwony. Jeśli używasz klasycznego wahadełka, powiedz sobie: „Szukam czakry podstawowej”.

Zawieś wahadełko ponad podstawą kręgosłupa (mniej więcej na wysokości narządów płciowych). Zapytaj wahadełko: „Czy czakra mojego znajomego jest w dobrym zdrowiu?”.

Jeśli odpowiedź jest pozytywna, nie trzeba robić nic więcej i można przejść do sprawdzania czakry krzyżowej. (Jeśli używasz wahadełka do wykrywania aury, nie zapomnij przestawić wskaźnika na kolor pomarańczowy).

Gdy jednak wahadełko da ci odpowiedź negatywną, wskazując, że czakra podstawowa nie jest w dobrym zdrowiu, musisz szukać dalej. Ja najpierw sprawdzam każdą czakrę, a dopiero potem staram się usunąć zaburzenia (rys. 5.4).

Po sprawdzeniu wszystkich siedmiu czakr pytam mojego wahadełka, która spośród nich jest najbardziej negatywna. Robię to, pytając o każdą po kolei: „Czy czakra podstawowa jest najbardziej negatywna?”, „Czy czakra krzyżowa jest najbardziej negatywna?” itd., dopóki nie otrzymam potwierdzającej odpowiedzi.

Na tym etapie musimy zadać wahadełku jeszcze dwa pytania. Znowu unieś wahadełko nad rysunkiem 5.3. i zapytaj: „Który kierunek wskazuje energię negatywną?” oraz „Który kierunek wskazuje energię pozytywną?”.



Rys. 5.3.



Rys. 5.4.

Przywracanie równowagi czakry za pomocą wahadełka.

Napełnij szklankę wodą i zanurz w niej palce tej ręki, w której nie trzymasz wahadełka.

Umieść wahadełko ponad najbardziej negatywną czakra i poproś je, by wydobyło z niej całą negatywną energię. Wahadełko zacznie się poruszać w kierunku oznaczającym negację. W istocie negatywna energia wędruje w górę, przez twoją rękę, klatkę piersiową, a potem w dół drugą ręką do wody.

Gdy tylko wahadełko przestanie się poruszać w tym kierunku, wyjmij palce ze szklanki. Umyj dłoń pod bieżącą wodą i powtórz to ćwiczenie z pozostałymi czakrami, w których znalazłeś negatywną energię.

Podczas seansu dobrze jest porozmawiać ze znajomym o tym, co się dzieje, i zapytać go o przyczyny zmagazynowania negatywnej energii. Nie każdy będzie chciał ci się zwierzać i musisz to uszanować. Jednak nawet w takiej sytuacji wymieniam czynniki, które mogą leżeć u jej podstaw, i sugeruję sposób postępowania, mając nadzieję, że dana osoba z moich rad skorzysta. Oczywiście, jeśli chcesz zajmować się równoważeniem aury, musisz być troskliwy, wrażliwy, łagodny i pełen wyrozumiałości.

Czasami ludzie nie wiedzą, dlaczego gromadzą w sobie negatywną energię. Prawdopodobnie dlatego, że ukryli swoje problemy bardzo głęboko i nawet nie zdają sobie sprawy z ich istnienia.

Niedawno równoważyłem aurę pewnego zamożnego biznesmana. Uważał siebie za człowieka niezwykle pozytywnego i nie chciał wierzyć, że ma w sobie jakkolwiek negatywną energię. Jednak w czasie równoważenia aury wyznał, że w dzieciństwie nigdy nie płakał, bo ojciec powiedział mu, iż chłopcy nie płaczą. Ta Potrzeba nieokazywania i kontrolowania emocji była ukryta głęboko w jego czakrach. Kiedy skończyłem, płakał niemal przez dwadzieścia minut. Byłem zaniepokojony, ale uspokoił mnie, mówiąc, że to łyż szczęścia. Wychodząc ode mnie, wyglądał przynajmniej o piętnaście lat młodziej.

Kiedy usuniesz negatywną energię, jeszcze raz sprawdź czakry, by mieć pewność, że wahadełko pokazuje twierdzącą odpowiedź nad każdą z nich. Czasami się zdarza, że nie uda się usunąć całej negatywnej energii. Zadanie nie zostanie ukończone, dopóki wszystkie czakry nie dadzą pozytywnej odpowiedzi.

Zanim skończysz, nastaw wskaźnik na zielen i przesun wahadełkiem nad całym ciałem w kierunku wskazującym pozytywną energię. Jeśli używasz zwykłego wahadełka, wyobraź sobie, że wysyła ono zieloną, uzdrawiającą energię, by ożywić i zregenerować siły twojego znajomego.

Na koniec poproś go, by wylał wodę ze szklanki do umywalki, równocześnie

dziękując za uwolnienie go od negatywnej energii.

Po zabiegu równoważenia aury twój przyjaciel powinien czuć się pełen życia i energii. Ludzie twierdzą często, że od lat nie czuli się tak dobrze. Ja również w nagrodę czuję się ożywiony i zregenerowany. Wiele osób, nawet te, które w czasie równoważenia aury niechętnie rozmawiały o przyczynach gromadzenia negatywnej energii, po zabiegu otwiera swoje serce i umysł.

Kryształy

Z każdą czakrą związany jest jeden kryształ. Można go nosić, by wspomóc osiągnięcie równowagi. Wyboru należy jednak dokonywać ostrożnie. Kryształy szybko pochłaniają energię. Jeśli więc myślisz negatywnie, kryształ wchłonie tę energię, by oddać ją tobie później. Kryształy pochłaniają również uczucia innych ludzi. Jeśli więc spędzasz większość czasu z ludźmi agresywnymi, nieszczęśliwymi lub przygnębiłymi, twój kamień pochłonie te uczucia i później ci je przekaże.

Z drugiej strony, jeśli spędzisz dużo czasu z ludźmi pełnymi entuzjazmu, otwartymi i szczęśliwymi, kryształ również wchłonie ich energię i potem ci ją zwróci.

Dobrze jest nosić swój kryształ pod ubraniem, bezpośrednio na skórze, dzięki czemu będzie ukryty przed negatywną energią innych. Z tego samego powodu niektórzy wolą nosić kamień na szyi ukryty w małym woreczku. Ten sposób jest jednak mniej skuteczny niż w bezpośrednim kontakcie ze skórą.

Kryształ należy czyścić regularnie, szczególnie wtedy, gdy naładował się negatywną energią. Płucz go przez minutę w zimnej, bieżącej wodzie, pamiętając, by jego czubek był skierowany ku dołowi.

Nic dziwnego, że kryształy odnoszące się do czakr wybiera się na ogół w zależności od koloru. Tak więc czerwony kryształ nosi się, by wspomóc czakrę podstawową, a pomarańczowy - czakrę krzyżową. Wiele osób nosi czyste kryształy kwarcu w celu wspomnienia wszystkich czakr, jako że przejrzysty kryształ wiąże się ze światłem, które tworzy wszystkie kolory. Przejrzysty kryształ kwarcu może więc pośrednio uzdrowić ciało, dostarczając takiej barwy, jaka będzie konieczna.

Czakra podstawowa

Czerwony granat (najlepiej go nosić poniżej pasa, ponieważ może wywoływać bóle i zawroty głowy).

Czarny obsydian (jako uziemienie).

Przydymiony kwarc (dobry na psychiczne, emocjonalne i fizyczne blokady).

Czakra krzyżowa

Tygrysie oko (daje siłę, wytrwałość i odwagę).

Karneol (wzmaga męskość i zmniejsza napięcie).

Czakra splotu słonecznego

Cytryn (wzmaga koncentrację i zmniejsza skłonność do zamartwiania się).

Malachit (zielony kamień, który zmniejsza urazy emocjonalne i wywołuje radość).

Czakra sercowa

Zielony jaspis (daje miłość, ciepło i mądrość).

Różowy kwarc (pomaga pokochać samego siebie).

Zielony awanturyn (kamień marzycieli - daje niezależność i świetne pomysły).

Czakra gardłowa

Sodalit (pomaga w wyrażaniu samego siebie).

Azuryt (przyspiesza duchowe przebudzenie).

Czakra brwiowa

Lapis lazuli (wspiera duchowość - stosować ostrożnie, u niektórych osób może wywoływać zawroty głowy).

Fluoryt (wzmacnia organizm po emocjonalnych urazach).

Czakra korony

Ametyst (silny obrońca).

Purpurowy fluoryt (regeneruje organizm i daje duchową świadomość).

Sugilit (daje poczucie sensu).

Przezroczysty kwarc (zawiera całą tęczę i wspomaga wszystkie czakry).

Rozdział 6

Interpretacja barw

Teraz prawdopodobnie już dostrzegasz wiele różnych kolorów wewnątrz aury innych ludzi. To fascynujące, ale umiejętność ta jest zupełnie nieprzydatna, jeśli nie potrafisz tych barw zinterpretować.

Najbardziej widoczny jest kolor podstawowy, ponieważ dominuje w aurze. Ludzie często mi się zwierniają, że nie są z niego zadowoleni. Być może wyobrażają sobie, że mają piękną, uduchowioną, fioletową aurę, i są rozczarowani, gdy się okazuje, że jest to pospolita czerwień. Martwią się tym zupełnie niepotrzebnie. Myślą o tradycyjnym znaczeniu barw, zapominając o innych aspektach.

Oto znaczenie kolorów zgodne z tradycją:

CZERWONY: zmysłowość, siły żywotne, agresja.

POMARAŃCZOWY: emocje, zdrowie.

ŻÓŁTY: kreatywność, intelekt.

ZIELONY: uzdrawianie, umiłowanie przyrody.

NIEBIESKI: nauczanie, podróże, poszukiwanie mądrości.

INDYGO: troska, dbałość o innych, humanitaryzm.

FIOLET: duchowość, intuicja, nauczanie, jasnowidztwo.

RÓŻOWY: materializm, stawianie sobie celów, ciężka praca.

BRAŹOWY: humanitaryzm, poświęcenie.

BIAŁY: duchowość, czystość, bezinteresowność.

SREBRNY: intuicja, idealizm, marzycielstwo, wizjonerstwo.

ZŁOTY: nieograniczony potencjał.

Spotkałem osoby obdarzone każdym z wymienionych kolorów podstawowych. Często żyją one zgodnie z uznanym wzorcem danej barwy. Mogą jednak równie dobrze postępować niemal całkiem odwrotnie.

Bywają na przykład ludzie biznesu z każdym z podstawowych kolorów. To samo dotyczy nauczycieli, lekarzy, prawników, hydraulików, urzędników i przedstawicieli każdego innego zawodu. Również wśród bezrobotnych, czy nawet w więzieniu, pojawiają się wszystkie kolory.

Dlaczego? Można by się spodziewać, że każdy człowiek obdarzony złotym kolorem

podstawowym będzie robił coś naprawdę wartościowego w życiu, a każdy, kto ma fiolet lub biel jako barwę podstawową, będzie duchowo wyemancypowany.

W rzeczywistości ludzie są istotami złożonymi i nie można ich klasyfikować w tak prosty sposób.

Jeśli spytasz osoby o pomarańczowym kolorze podstawowym, czy miewają silne emocje, ich odpowiedź będzie niejednoznaczna. Niektórzy zdecydowanie przytakną, inni zaprzeczą, jakoby odgrywały one jakąkolwiek rolę w ich życiu. Bez względu na odpowiedź, ty będziesz wiedział, że na pewnym etapie życia dana osoba będzie mieć w sobie potencjał, który pozwoli jej dobrze wykorzystać drzemiące w niej emocje.

Kiedyś martwiła mnie liczba osób obdarzonych srebrnym i złotym kolorem podstawowym, które zupełnie nie robiły w życiu nic sensownego. Przecież - myślałem - powinny odnosić dużo więcej sukcesów niż reszta ludzi. Jednak powiedzenie, że nie można kogoś poznać, dopóki nie zjadło się z nim beczki soli, jest prawdziwe. Często przed tymi ludźmi otwierają się niezliczone możliwości, oni jednak z różnych powodów nie potrafią z nich skorzystać.

Najbardziej powszechnym tego powodem jest strach. Strach przed porażką. Strach przed sukcesem. Wielu z nich łatwiej jest przepuszczać okazje i wieść przeciętne życie. Będą mieli bolesną świadomość, że nie postępują tak, jak mogliby lub powinni, ale strach będzie ich powstrzymywał.

Kolor podstawowy tylko wskazuje, co dany człowiek powinien uczynić ze swoim życiem, a on może postępować zupełnie inaczej z najróżniejszych powodów.

Przez krótki czas zajmowałem się sprzedażą maszyn drukarskich. Trudno by było znaleźć człowieka o mniejszych uzdolnieniach technicznych niż ja, ale odnosiłem sukcesy w tym zawodzie i lubiłem go. Ilekroć potencjalny kupiec zadawał mi techniczne pytanie, musiałem poszukiwać odpowiedzi, ponieważ mój umysł jest zupełnie niepraktyczny. Moim podstawowym kolorem jest niebieski. Ktokolwiek by spojrzał na moją aurę, kiedy kontaktowałem się z drukarniami, dziwiłby się, dlaczego wykonuję tę pracę. Wiedziałem, że nie to powinienem robić, ale miałem małe dzieci i płaciłem wysoki czynsz, a zajęcie było bardzo dobrze płatne. Pracowałem w tym zawodzie z konkretnego powodu.

Miałem szczęście, że sprzedawałem maszyny drukarskie tylko przez krótki czas. Niektórzy ludzie spędzają całe życie, wykonując nieodpowiednie dla siebie prace, których bardzo nie lubią.

Nie muszę mówić, że odzwierciedla się to w ich niewielkiej aurze, o przygaszonych kolorach. Ludzie ci żyją tylko połowicznie.

Porównaj to z człowiekiem kochającym swój zawód. Co rano zaczyna dzień podekscytowany i pełen radości. Założmy, że ma szczęśliwe życie rodzinne, dające poczucie spełnienia, że kocha i jest kochany. Jego aura będzie duża, kolory jasne, pełne energii i życia.

Możesz znać dwie osoby o tej samej barwie podstawowej, ale tylko jedna z nich żyje pełnią życia, podczas gdy druga wegetuje. Ktoś obcy, patrząc na ich aurę, od razu zgadnie, kto jest człowiekiem spełnionym, a kto nie.

Aury nastroju

W zasadzie kolor podstawowy pozostaje niezmienny przez całe życie, ale mogą go chwilowo zastępować inne barwy, w zależności od nastroju.

Wyobraź sobie, że masz miły dzień w pracy. Po kilku godzinach ktoś nagle wchodzi do biura i niesłusznie cię oskarża o coś, czego nie zrobiłeś, po czym wypada i z pokoju, nie dając ci szansy na odpowiedź. Czy odbiłoby się to na twoich emocjach? Jest bardzo prawdopodobne, że pomarańczowy zdominowałby twój zwykły kolor podstawowy, odzwierciedlając twoje podenerwowanie.

Gdy będziesz rozmyślał o tym niesprawiedliwym oskarżeniu, może cię zacząć ogarniać gniew. Pomarańczowy zblednie i zacznie się mieszać z czerwonym. po chwili złość ci przejdzie i powróci twój naturalny kolor podstawowy. Tymczasem ktoś, kto spojrzalby po raz pierwszy na twoją aurę w tej właśnie chwili, byłby przekonany, że jest nim pomarańczowy lub czerwony.

Aura odzwierciedla nasze nastroje przez cały dzień. Jeśli spokojnie odpoczywasz, aura będzie zawierała dużo zieleni. Jeśli koncentrujesz się na rozwiązywaniu problemu w pracy, będzie ją przepelniać barwa żółta, szczególnie wokół głowy.

Jakość barw wskazuje na nasz rzeczywisty nastrój. Sportowiec w czasie pobijania światowego rekordu będzie miał w aurze dużo czerwieni. Ale ta czerwień będzie żywa, błyszcząca i czysta. Porównaj to z kimś, kto jest bardzo zagniewany i zaraz się będzie kłócił - jego czerwień będzie brudna, ciemna, jakby błotnista, odzwierciedlając uczucie gniewu i wściekłości.

Możesz ćwiczyć odczytywanie takich reakcji z twoim partnerem, prosząc, by sobie wyobrażał różne nastroje. Nie zdoła on oczywiście dokładnie oddać mrocznej aury kogoś opętanego chciwością, żądzą lub zawiścią, ale to doświadczenie pozwoli ci dostrzec, jakie zmiany dokonują się wewnątrz aury, gdy w grę wchodzi emocje.

Szukaj okazji do obserwacji aury innych ludzi w różnych okolicznościach. Przyjrzyj się pianicie całkowicie pochłoniętemu muzyką. Obserwuj lekkoatletę przygotowującego się

do zawodów. Popatrz na młodych ludzi siedzących w klasie przed egzaminem. Ja szczególnie lubię przyglądać się chórowi, który śpiewa swoją ulubioną pieśń. Aura poszczególnych osób zdaje się zlewać nad głowami w jedno i wznosi się ku niebiosom jak jedna piękna, biała kolumna czystej energii.

Jakiś czas temu byłem na dużej wystawie. Na początku dnia każdy zwiedzający był świeży i podekscytowany. W miarę upływu czasu widziałem coraz więcej osób o zmęczonej aurze, a pod koniec dnia wszyscy wyglądali na sfrustrowanych i zagubionych. Stopniowo ludzie odczuwali coraz większe zdenerwowanie, ponieważ mieli za mało czasu, by wszystko obejrzeć, a na wystawie było tłoczno. W rezultacie pod wieczór widziałem coraz częściej aurę nastroju, a nie tę właściwą. Z ciekawością obserwowałem, jak w tłumie narasta frustracja.

Podobne zjawisko możesz spotkać w czasie gier sportowych, szczególnie gdy miejscowa drużyna przegrywa.

Każda myśl wpływa na aurę. Proste marzenia na jawie mają niewielkie znaczenie, ale poważne, konstruktywne myślenie można bardzo łatwo w niej odczytać. Myśli mają większą moc, niż się nam czasem wydaje. Te negatywne gromadzą się niepostrzeżenie i po pewnym czasie wywołują chorobę w fizycznym ciele człowieka. Proces ten można dostrzec w aurze, gdy tylko się rozpocznie. Wszystkim nam przechodzi przez głowę pięćdziesiąt-sześćdziesiąt tysięcy myśli dziennie i większość z nas nie ma pojęcia, ile z nich jest pozytywnych, a ile negatywnych. Niestety, większość z nas częściej ma myśli negatywne.

Dlatego tak ważne są afirmacje, czyli pozytywne myśli, które specjalnie umieszcza się w umyśle. Umysł nie ma pojęcia, czy dana myśl jest przypadkowa, czy świadomie wprowadzona, lecz posługuje się tym, co otrzymuje. Dobrze jest od razu przestawiać negatywne myśli na pozytywne, gdy tylko zdasz sobie sprawę, co się dzieje.

Umysł nie wie, ani nic go to nie obchodzi, czy afirmacja jest prawdziwa, czy nie. Jeśli na przykład masz kłopoty finansowe, na pewno często myślisz negatywnie o swojej sytuacji. Prawdopodobnie częściej myślisz o biedzie niż zamożności. Gdybyś mówił sobie: „Tworzę dobrobyt”, za każdym razem, gdy się przyłapiesz na negatywnej myśli o pieniądzu, twój umysł zacząłby funkcjonować bardziej pozytywnie, a twoja sytuacja finansowa z czasem by się polepszyła. Zmiana w twoich finansach zajęłaby trochę czasu, natomiast w aurze odzwierciedliłaby się od razu.

Znaczenie kolorów

Nastroje przychodzą i odchodzą, a ich barwy nie zawsze łatwo zinterpretować, szczególnie wtedy, gdy wiele kolorów miesza się wewnątrz aury. Doskonałym przykładem

jest aura, w której brudna czerwień łączy się z czernią. Obecność tej ostatniej nigdy nie jest dobrym znakiem, a jej kombinacja z czerwienią oznacza okrucieństwo, nienawiść i zło. Kiedy ludzie wpadają w furję i „robi im się przed oczami czerwono”, w istocie widzą brudną czerwień wymieszaną z dużą ilością czerni. Tę negatywną energię można czasem dostrzec dosłownie jako ogień wokół głowy człowieka. Najczęściej po takim ataku gniewu występuje silna migrena.

Czerwień sama w sobie, gdy jest kolorem nastroju, oznacza po prostu żywotność oraz otwartość i pozytywne, dobre uczucia. Może także określać poziom energii seksualnej.

Pomarańczowy wskazuje na uczucia i emocje. Jeśli barwa jest jasna i przyjemna dla oka, oznacza ambicję, pozytywne podejście do świata i współczującą postawę wobec ludzi. Brudny pomarańczowy charakteryzuje egoizm i dumę.

Żółty występuje jako barwa nastroju zawsze wtedy, gdy człowiek koncentruje się, wykorzystując swój intelekt. Czytanie, pisanie czy jakiegokolwiek inne działanie uruchamiające lewą półkulę mózgu tworzą zależne od nastroju żółte zabarwienie aury. Nauczyciele w szkole byliby szczęśliwi, gdyby widzieli tę barwę w aurze uczniów! Żółty pojawia się i znika, oddając rytm zmian w naszym myśleniu.

Zieleń jako kolor nastroju wskazuje na to, że energia się wyczerpała i człowiek powinien się dobrze wyspać. Jeśli cała aura jest nasączona tą barwą, obojętniejemy i odsuwamy się od innych. Jest to stan przejściowy, któremu zaradzi odpowiedni odpoczynek. Bardzo ciemna zieleń oznacza oszustwo i nieuczciwość.

Kiedy zieleń i błękit pojawiają się w aurze nastroju razem, znaczą współczujące zrozumienie i intuicyjną świadomość.

Błękit jako kolor nastroju wskazuje na wewnętrzną spójność, wrażliwość, pozytywne myślenie i chęć rozwoju. Ciemnoniebieski natomiast oznacza duchowość i natchnienie.

Indygo jako barwa nastroju oznacza duchową świadomość. Osoba, u której się pojawia, kwestionuje istniejący stan rzeczy i pogłębia swoją wiarę lub poglądy filozoficzne.

Fioletowy określa kogoś, kto ufa swojej wierze i rozwija swą duchowość. Nic dziwnego, że biskupi noszą fioletowe suknie, które wskazują na ich duchowe powołanie. Barwa ta na ogół pojawia się na obrzeżach aury nastroju, rzadko zajmuje cały jej obszar.

Szary jako kolor nastroju podkreśla znużenie i przygnębienie. Oznacza chwilowy brak wyobraźni i konwencjonalne, nieciekawe czy wręcz nacechowane znużeniem podejście do świata. Również stres może spowodować pojawienie się tego koloru.

Różowy pokazuje, że człowiek jest czuły, dobry i łagodny.

Srebrny i złoty rzadko występują w charakterze kolorów nastroju. Kiedy już się

pojawiają, znaczą, że dana osoba ma natchnione lub intuicyjne myśli, nad którymi powinna się zastanowić, zanim je wprowadzi w czyn. Barwy te mogą także znaczyć, że człowiek przeżył chwilę olśnienia.

Biały pojawia się jako kolor nastroju w chwilach przeczuć intuicyjnych. Osoba obdarzona zdolnościami parapsychoicznymi w chwili jasnowidzenia będzie miała dużo białego w swojej aurze.

Brązowy w aurze nastroju oznacza kogoś, kto chce panować nad sytuacją, ma jednak trudności, ponieważ jego nastawienie jest zbyt negatywne. Niewielkie obszary zabarwione na brązowo określają osobę mocno stąpającą po ziemi, nieco sztywną w poglądach, o zamkniętych horyzontach myślowych, która nie ma zamiaru uczyć się niczego nowego. Tacy ludzie mogą być bardzo nudni dla innych, ponieważ interesują się tylko sobą i pragną rozmawiać jedynie na ciekawe dla nich tematy.

Czarny zawsze jest bardzo negatywny, szczególnie wtedy, gdy wchodzi w skład aury nastroju. Na ogół występuje zmieszany z inną barwą i naturę negatywnych cech określa właśnie ona. Na przykład czerwień i czerń oznaczają nienawiść, okrucieństwo i wrogość. Czarny z żółtym wskazują na złe myśli, natomiast z zielonym - na zawiść, skąpstwo i zdradę.

Trudno jest podać dokładne znaczenie wszystkich barw, jakie można dostrzec w aurze, ponieważ każdy wyraża siebie w inny sposób. U jednego człowieka zachłanność może się objawiać zupełnie inaczej niż u drugiego. Ponadto istnieje niemal nieskończona różnorodność odcieni każdego koloru. Najlepszym sposobem nauki jest obserwacja aury u jak największej liczby osób w najróżniejszych sytuacjach.

Rozdział 7

Stan zdrowia odzwierciedlony w aurze

Aura zdrowego człowieka promieniuje życiem, zdrowiem i witalnością. Ogłasza światu, że ma on zdrowe umysł, ciało i duszę. Jeśli któraś z tych sfer niedomaga, aura to pokaże.

Zły stan zdrowia, który nie jest wynikiem wypadku, na ogół ma swe źródło w całych latach negatywnego myślenia, co uzewnętrznia się w aurze na długo przed pojawieniem się fizycznych objawów. Psychiczne i emocjonalne czynniki nieustannie wpływają na aurę, tworząc zdrowie lub chorobę, w zależności od tego, jak człowiek żyje.

Potencjalną chorobę można dostrzec, zwracając uwagę na rozmiar aury, jej kształt, wygląd ogólny, strukturę i kolor. Każdy z tych elementów może zostać zaburzony przez chorobę. Zaburzenia te często pokazują się w aurze dużo wcześniej, zanim dana osoba uświadomi sobie istnienie problemu. Na fotografiach liści wykonanych przez Kirliana widać odbarwienia w bardzo wczesnym stadium zakażenia wirusem, zanim można je wytropić w jakikolwiek inny sposób.

Ludzie cierpiący od dłuższego czasu na choroby chroniczne często mają aurę szarobrązową. Kolor podstawowy i promienie praktycznie znikają, pojawiając się znowu, gdy człowiek wraca do zdrowia. Tę samą barwę można zauważyć, szczególnie wokół głowy, podczas ataku migreny. Aura staje się wtedy nieprzejrzysta i przybiera odcień ciemnoszary.

Narkotyki wpływają na aurę na wiele sposobów, modyfikując subtelne wibracje i powodując, że wygląda ona niezdrowo. Długotrwałe nadużywanie pewnych substancji może wywołać nieodwracalne zmiany w aurze, wskazujące na szkody poczynione w organizmie.

Uszkodzenia mięśni objawiają się „dziurami” w aurze, które znikają po powrocie do zdrowia.

Większość zaburzeń stanu zdrowia ukazuje się w postaci plamistego obszaru w ciele eterycznym, który może się zmienić w strefy brzydkiego brązowego lub czarnego koloru, jeśli choroba trwa przez dłuższy czas. Równocześnie promienie energii przenikające aurę stają się mniej widoczne.

Nic dziwnego, że ciało eteryczne zmienia się w ten sposób - jedna z jego funkcji polega na przekazywaniu, pobieraniu i przechowywaniu różnych postaci energii, która nas otacza. Jeśli ta energia się wyczerpie, zaczyna się choroba. Ciało eteryczne czasami bywa

nazywane aurą zdrowia.

Ból ujawnia się w aurze na wiele sposobów. Wzdłuż dotkniętej strefy, na ogół w ciele eterycznym, pojawia się głęboki czarny cień. Zanim człowiek poczuje się źle, cień ten przybiera postać szarej plamy. Jeśli na przykład ktoś ma zapaść na płuca, pojawi się ona w aurze na wysokości klatki piersiowej. Gdy choroba się rozwinie, szarość będzie się pogłębiać, aż w końcu zmieni się w czerń.

Ból objawia się małą aurą, która niemal zapadła się w siebie. Oznacza to brak energii u cierpiącego. Intensywność tej reakcji wskazuje na stopień nasilenia bólu. Aura osoby miewającej migreny będzie się zapadała w siebie na krótko tuż przed atakiem i w czasie jego trwania, wracając do swych normalnych rozmiarów, gdy głowa przestanie boleć, natomiast aura człowieka cierpiącego nieustannie będzie zawsze mała, a barwy będą przygaszone. Miejsce wywołujące ból będzie oznaczone czarną barwą.

Znam pewną panią, która od dwudziestu lat odczuwa nieustanny ból w ustach, głównie pod językiem. Lekarze nie potrafią jej pomóc. Kobieta ta jest uczulona na środki przeciwbólowe, ulgę odczuwa tylko wtedy, gdy stosuje autohipnozę. Jej aura migocze, jakby energia ciągle napływała i odpływała. W istocie to właśnie ból napływa falami, a jej aura odzwierciedla ten stan rzeczy. Czarny cień w jej aurze na wysokości ust wygląda niemal jak kawałek węgla.

Aurę można również wykorzystywać do uzdrawiania. Uważam, że czyni to większość duchowych uzdrowicieli i bioenergoterapeutów.

W naszych dłoniach znajdują się duże ośrodki energii, podobne do czakr, które mogą stanowić źródło siły i uzdrawiającej mocy dla ludzi będących w potrzebie. W pewnym sensie uzdrowiciele przekazują swoim pacjentom energię magnetyczną. Fotografia Kirliana pokazała zmiany w zabarwieniu i wyglądzie ogólnym aury uzdrowiciela, gdy wykonywał swój zawód. Pewien amerykański badacz doniósł, że aura duchowej uzdrowicielki Ethel de Loach zmieniała się, gdy zaczynała ona wykorzystywać swoją uzdrawiającą moc. Błękitne promienie światła otaczające jej dłonie przeistaczały się w jaskrawo-pomarańczowy blask.

Uzdrawianie przez przesyłanie modlitwy także wykorzystuje aurę. Łącząc myśl z uczuciem i emocjami, modlący się człowiek może przesyłać wibracje bezpośrednio ze swojej aury do aury osoby, za którą się modli.

Jack Wellman w swojej książce *Priest and the Paranormal* opisuje, że nie zawsze musi dotknąć ręką człowieka, którego uzdrawia, ponieważ potrafi „musnąć” aurę rękoma podczas modlitwy. Stwierdza, że aura jest „elastyczna lub gąbczasta”. Twierdzi on również, że aura ludzi, których uzdrawia, często się powiększa pod koniec kuracji. Wellmanowi nie

zawsze się udaje zobaczyć aurę, ale zawsze potrafi ją wyczuć podczas uzdrawiania.

Wielu uzdrowicieli pracuje w podobny sposób, wysyłając leczące myśli bezpośrednio do aury swoich pacjentów. Starają się oni również wytworzyć konkretną barwę w swojej aurze, aby przesłać ją potem do chorego. Działanie to należy do sfery psychicznej i duchowej.

W 1915 roku swami Panchadasi wydał książkę *The Human Aura*. Daje w niej przykład takiego właśnie sposobu uzdrawiania. „Pacjenta z rozstrojem nerwowym można leczyć, zanurzając go psychicznie w fiolecie lub w aurycznej barwie lawendy, natomiast człowiekowi zmęczonemu doda wigoru strumień ostrej czerwieni, po nim jaskrawa, głęboka żółć, a następnie stały strumień ciepłego koloru pomarańczy”. Na koniec należy wizualizować Wielkie Białe Światło. „Pacjent znajdzie się w natchnionym, podniosłym i oświeconym stanie umysłu i ducha, z wielką dla siebie korzyścią. Skorzysta na tym również uzdrowiciel, którego ożywi energia kosmiczna”.

Często pacjentom zaleca się również oddychanie kolorem. Wyobrażają sobie oni barwę, której im brak albo której nie mają dość dużo, a następnie głęboko ją wdychają. Najlepiej to robić na świeżym powietrzu w pełnym słońcu. Cierpiącym na anemię na przykład zaleca się wyobrażenie sobie czerwieni podczas ćwiczeń z kolorami.

Oddychanie kolorem najlepiej zacząć od rozluźnienia się i wykonania kilku głębokich wdechów. Zamknij oczy, a następnie wdychaj wybrany kolor. Wyobraź sobie miejsce, które chcesz uzdrowić, i zobacz, jak wraca do zdrowia. Wydychaj wolno, koncentrując się na tej myśli. Powtórz ćwiczenie dwa, trzy razy. Wykonuj je kilka razy dziennie, dopóki nie osiągniesz zamierzonych rezultatów.

Różokrzyżowcy stosują metodę leczenia kolorem, którą znam z własnego doświadczenia i za którą mogę ręczyć. Gdy ktoś ma kłopoty emocjonalne, po prostu wyobraź sobie, że otacza go ochronna warstwa koloru różowego, i wyślij do niego to wyobrażenie z miłością. Postępuj tak samo z człowiekiem wyczerpanym fizycznie, z tą różnicą, że warstwa ochronna powinna być jaskrawo-pomarańczowa. Jedna z moich znajomych Popadła w głęboką depresję, gdy jej partner nagle od niej odszedł. Przez wiele tygodni wyobrażałem ją sobie otoczoną różową aurą i patrzyłem, jak zaczyna wychodzić z depresji i żyć na nowo.

Jak działa leczenie kolorami? Jak wiemy, nad każdą częścią ciała kontrolę sprawuje inny kolor. Każdy z nich ma inne wibracje. Jeśli jakaś część ciała niedomaga, dodanie odpowiedniej barwy, która drga w taki sam sposób, jak chory organ, może wspomóc kurację.

Uzdrawianie kolorem stosuje barwy tęczy w celu odzyskania równowagi i harmonii w aurze. Od niepamiętnych czasów w leczeniu używano światła słonecznego, czyli białego. Terapeuta używa jednocześnie światła i barwy, by dostarczyć koloru, którego w aurze

brakuje, lub koloru uzupełniającego, jeśli ktoś cierpi na nadmiar jednej barwy. Oto zestaw kolorów uzupełniających:

czerwony - błękitny
pomarańczowy - fioletowy
żółty - fioletowy
zielony - magenta
błękitny - czerwony
indygo - pomarańczowy
fioletowy - żółty

Zieleń z natury jest kolorem uzdrawiającym, który daje poczucie spokoju, ukojenia i odpoczynku, ale równocześnie wzmacnia witalność i wzmacnia system nerwowy. Uważa się go za najbardziej kojący dla ludzkiego oka. W rezultacie tej właśnie barwy używa się najczęściej w uzdrawianiu kolorem. Jednak wszystkie inne kolory też mają swoje zastosowanie.

Pożywienie i napoje

Barwy, których brakuje lub jest zbyt mało w aurze, można uzupełnić, spożywając pokarmy o odpowiednim kolorze. Na wschodzie kucharz stara się zestawić kolory czterech pierwszych czakr, komponując w ten sposób posiłek przyjemny dla oka i lekkostrawny.

W skład czerwonego pożywienia wchodzi mięso, buraki, papryka, winogrona i wszystkie owoce o czerwonej skórce.

W skład pomarańczowego pożywienia wchodzi pomarańcze, marchewka, dynia, kukurydza i morele.

Żółte jest masło, żółtka jajek, grejpfruty, melony i owoce oraz warzywa o żółtej skórce.

W skład zielonego pożywienia wchodzi wszystkie zielone warzywa i owoce.

Do niebieskiej żywności należą jagody i śliwki (niebieski w naturalny sposób hamuje apetyt).

Barwy indygo są winogrona, śliwki, jagody i purpurowe brokuły.

Fioletowe natomiast - oberżyna, winogrona, czarne jagody oraz purpurowe brokuły.

Można również „naładować” wodę wybranym kolorem. W tym celu do szklanego naczynia o pożądanym kolorze nalej wody i pozostaw przez cztery godziny na parapecie lub w innym miejscu, gdzie będzie wystawiona na działanie światła. Przechowywana w lodówce, będzie dobra przez dwa tygodnie. Jeśli nie masz szklanki odpowiedniego koloru, umieść kartkę kolorowego papieru między szklanką a źródłem światła. Naładowaną wodę można

stosować wewnętrznie i zewnętrznie.

Muzyka

Muzyka może oddziaływać bardzo kojąco na aurę. Najlepiej w tym celu słuchać wolnych i łagodnych melodii, idealne są utwory barokowe i medytacyjne. Aura reaguje na ten typ muzyki i powiększa się w miarę dopływu energii. Głośne, nieharmonijne utwory mają przeciwny wpływ.

Każda nuta ma związek z odrębnym kolorem i również oddziałuje na aurę. Paracelsus, sławny szesnastowieczny okultysta, praktykował uzdrawianie muzyką i na niektóre dolegliwości przepisywał konkretne kompozycje. Uważał on, że ciało jest zbudowane z dwóch substancji - widzialnej - i niewidzialnej i że można wyleczyć chorych, wprowadzając ponownie równowagę między nimi.

Każdy kolor ma konkretną rolę do odegrania w uzdrawianiu barwami. Można go stosować na wiele sposobów, począwszy od wizualizacji, poprzez promienie światła czy napój, na kamieniach półszlachetnych skończywszy.

Czerwień

Czerwień stymuluje i pobudza. Nie należy jej nigdy używać bez innych barw, na ogół więc łączy się ją z błękitem lub zielenią. Czerwień stymuluje wydzielanie adrenaliny, krążenie krwi i pomaga odzyskać utraconą witalność. Badania laboratoryjne wykazały, że nasycone czerwone światło podnosi o 50 procent siłę ludzkich mięśni w porównaniu z jakimś spokojniejszym kolorem.

Pomarańczowy

Pomarańczowy to kolor stymulujący, dodający wigoru, poprawia on samopoczucie i wywołuje zadowolenie, a jednocześnie wzmacnia trzustkę, śledzionę oraz płuca, dlatego też pomaga przy zapaleniu oskrzeli, astmie oraz zimowych grypach i przeziębieniach.

Żółty

To barwa wesoła, pobudzająca psychikę i zmniejszająca depresję. Przede wszystkim oddziałuje na system nerwowy, ale również tonizuje mięśnie i wzmacnia siły witalne. Można ją stosować w razie zapać, wzdęć, niestrawności i kołatania serca - należy jednak używać jej z umiarem, ponieważ jej nadmiar może wywołać biegunkę. Żółty pomaga również w przekazywaniu energii do wszystkich czakr.

Zieleń

Zielony, kolor harmonii i uzdrawiania, jest naturalnym czynnikiem tonizującym, zmniejszającym oddziaływanie napięcia oraz stymulującym przysadkę. Delikatne, zielone światło może złagodzić bóle głowy. Zielony zawsze uważano za barwę płodności.

Błękit

Błękit ma właściwości aseptyczne i ściągające. Ta spokojna barwa nadaje się do łagodzenia wszelkich stanów zapalnych i gorączkowych ze względu na jej chłodzące właściwości. Ponieważ rządzi czakrą gardłową, jest bardzo skutecznym środkiem przeciw przeziębieniom, bólom gardła oraz wolu. Można go również stosować przy skaleczeniach, otarciach, oparzeniach i reumatyzmie.

Indygo

Indygo ma właściwości chłodzące i oddziałuje na poziomie fizycznym, emocjonalnym oraz duchowym. Zmniejsza również krwawienia. Często stosuje się ten kolor przy kłopotach z uszami, oczami i nosem.

Fiolet

Oddziałuje na najwyższym poziomie, jest bardzo pomocny przy łagodzeniu napięcia. Świetnie leczy bezsenność, problemy z oczami i zaburzenia psychiczne.

Oprócz stosowania kolorów pacjent musi zachować pozytywną postawę. Jak wiadomo, nastrój ujawnia się w aurze, a pozytywne myśli i uczucia mają korzystny wpływ na nasze zdrowie. Myśli i uczucia negatywne są szkodliwe.

Ochrona aury

Jeśli czujesz, że twoja energia auryczna się wyczerpuje, należy zastosować prosty sposób. Powody takiego wyczerpania mogą być różne - stres, przepracowanie, zły stan zdrowia lub wpływ innego człowieka, który tę energię przechwytyje. Zawsze, gdy potrzebna jest ochrona aury, zrób dwa kółka z kciuków i palców wskazujących, tak by palce się przeplatały (rys. 7.1). Wyobraź sobie, że otacza cię i chroni czyste, białe światło. W krótkim czasie poczujesz przyływ sił witalnych. Lepiej leczyć przyczynę niż skutek, ale czasami nie ma wyboru. Jeśli to twój partner lub szef są powodem wyczerpywania się energii, musisz stosować tę formę ochrony codziennie, być może nawet kilka razy dziennie.

Możesz uniknąć szkodliwego stresu, wyobrażając sobie, że oplata cię piękna tęcza, wijąca się wokół twego ciała od stóp do głowy, że odpędzi ona każdy stres, doda ci energii i uczyni cię bardziej towarzyskim i popularnym.

Możesz również wyobrazić sobie, że otacza cię czyste, białe światło, znane jako aura ochronna. Bez względu na to, z jakim stresem czy napięciem masz do czynienia, białe światło odsunie je od ciebie, dając ci spokój. Białe światło jest swego rodzaju duchową "zbroją", której możesz użyć zawsze, gdy potrzebujesz psychicznej ochrony.

Oczywiście lepiej zapobiegać, niż leczyć. Jeśli we własnej aurze dostrzegasz jakiegokolwiek wskazówki dotyczące swojego zdrowia, musisz podjąć kroki konieczne do rozwiązania problemu. Czuwaj, aby w twoim życiu nie brakowało miłości. Istnieją dowody na to, że starsi, samotnie żyjący ludzie, opiekujący się jakimś zwierzęciem i obdarzający je miłością, żyją dłużej niż ci, którzy takiej bliskiej istoty nie mają. Zwracaj uwagę na swoją sprawność fizyczną. Unikaj szkodliwego stresu. Śpij wystarczająco dużo i od czasu do czasu bierz urlop. Baw się. Często ludzie dorośli biorą życie zbyt serio. Zrób czasami coś ekstrawaganckiego czy zwariowanego, tak po prostu, dla rozrywki.

Jeśli będziesz dbać o swoje ciało, ono zadba o ciebie, co wyraźnie odzwierciedli się w twojej aurze.



Rys. 7.1.
Gest chroniący aurę.

Rozdział 8.

Samodoskonalenie się a twoja aura

Trzeba mieć nadzieję, że wszyscy się rozwijamy w czasie naszej drogi przez życie w tym konkretnym wcieleniu. Większość z nas czyni to jednak w sposób dość przypadkowy. U wielu ludzi motywacja do nauki znika w chwili opuszczenia szkoły. Podobnie jest z fi-2yczną tężyzną. Ci, którzy w młodości byli mistrzami w różnych sportach, często stają się leniwymi kibicami, obserwującymi wyczyny innych sportowców, zapominającymi o własnym zdrowiu. Od czasu do czasu zdarza się, że taki kibic zaczyna znowu ćwiczyć i wraca do formy. Absolwenci uczelni czasami doksztalcają się po ukończeniu studiów, niestety, nie zdarza się to często.

Wszystko to jest oczywiste i ludzie na ogół wiedzą, że powinni robić coś, co stymulowałoby ich intelektualnie i fizycznie. W innych dziedzinach naszego życia dotarcie do potrzeby rozwoju nie jest takie łatwe. Możemy mieć mgliste uczucie, że nie dajemy z siebie Wszystkiego lub że nie robimy w życiu tego, co powinniśmy, ale większość z nas stara się nie zwracać uwagi na ten lekki niepokój w głębi naszych umysłów.

Na szczęście, patrząc na własną aurę, można stosunkowo łatwo określić, co powinniśmy robić i dokąd podążać.

Najpierw przyjrzyjmy się kolorowi podstawowemu. Pulsuje życiem czy też jest blade i ledwo widoczny? Czy promieniuje ku światu z optymizmem i entuzjazmem? A może się cofa, bo my sami kryjemy się przed życiem?

Takie doświadczenie może być oczyszczające. Kiedyś, gdy moje dzieci były jeszcze małe, pracowałem na trzech etatach, by związać koniec z końcem. Oznaczało to, że bardzo mało czasu spędzałem w domu z rodziną, lecz za to płaciłem rachunki, a w banku mieliśmy trochę grosza na czarną godzinę.

Pewnego wieczoru zauważyłem, że aura wokół mojego kolegi z pracy jest niezwykle blada. Kiedy mu o tym wspomniałem, powiedział, że czuje się wyczerpany i nie wie, jak długo zdoła jeszcze dodatkowo pracować. Ponieważ sam byłem bardzo zmęczony tego wieczoru, od razu spojrzałem na własną aurę i z przerażeniem zauważyłem jej szarawy odcień i mniejszy o połowę zasięg. Moja aura mówiła mi, że przesadzam i że nadszedł czas na zmiany w moim życiu.

Oglądanie swojej aury nie stanowiło dla mnie trudności, ale nie robiłem tego do

chwili, gdy było niemal za późno. Jestem pewien, że gdybym nadal pracował na trzech etatach, moje zdrowie by na tym ucierpiało. Nie muszę chyba mówić, że od tamtej pory regularnie sprawdzam wygląd swojej aury.

Warto również zwrócić uwagę na zabarwienie swojego koloru podstawowego. Nasze emocje nieustannie wpływają na naszą aurę. Być może to nie ma większego znaczenia, jeśli czasami twój kolor podstawowy nabierze brudnozielonego odcienia, gdy zazdrościsz komuś sukcesu. Musisz jednak się nauczyć panować nad tymi destrukcyjnymi emocjami, jeśli okaże się, że zieleń zawiści zabarwiła twoją aurę na stałe.

Czerwony

Mając czerwień za kolor podstawowy, powinieneś być ambitnym, zdeterminowanym, otwartym optymistą. Jeśli czujesz się bierny, apatyczny i introwertyczny, nie robisz tego, co powinieneś. (Pamiętaj, że kolor podstawowy wskazuje, co należy uczynić ze swoim życiem). Powodów może być wiele. Być może po prostu wypaliłeś się, nie dając sobie dość czasu na wypoczynek i relaks. A może wykonujesz pracę, która jest dla ciebie niewskazana lub nie sprawia ci przyjemności. Również twoje związki z innymi ludźmi mogą szwankować. Jeśli trudno ci rozwiązać ten problem, wykorzystaj wahadełko do odszukania przyczyny. Zadawaj pytania, na które odpowiedź brzmi „tak” lub „nie”. „Czy jestem zadowolony z pracy?”. „Czy moje małżeństwo się rozwija?”. Odpowiedzi mogą cię zaskoczyć. Pytaj, dopóki nie odkryjesz, gdzie leży źródło twoich kłopotów.

Jeśli czerwień twojego podstawowego koloru nie jest taka, jak być powinna, masz kilka możliwości, by jej przywrócić normalny, żywy odcień. Spróbuj się więcej ruszać. Zaczynaj chodzić na spacer. Będziesz miał czas na przemyślenia, a jednocześnie będziesz ćwiczyć ciało. Taka przechadzka powinna trwać przynajmniej dwadzieścia minut, a najlepiej, żeby była dwa razy dłuższa.

Zaczynaj uprawiać jakiś sport oparty na rywalizacji. Czerwień ją uwielbia. Pamiętaj tylko, że nie zawsze najważniejsze jest zwycięstwo. Mając czerwony jako kolor podstawowy, z natury jesteś zwycięzcą. Jeśli zbyt ci zależy, by zawsze być na pierwszym miejscu, może powinieneś wybrać jakiś sport bez rywalizacji. Twoim celem jest poprawa sprawności fizycznej, a nie zdobywanie złotych medali. Jeśli jednak twoim życiowym celem jest występ na olimpiadzie, zapomnij o moich radach i przejdź do następnego paragrafu.

Stawiaj sobie ambitne cele. Czerwień to kolor ludzi ambitnych, którzy odnoszą sukcesy. Wybierz coś naprawdę wartościowego, co wymusi na tobie rozwój, z czego będziesz dumny. W chwili osiągnięcia sukcesu i zdobycia szacunku u innych osób twój kolor

podstawowy poszerzy się i będzie promieniał.

Zadawaj się z ludźmi myślącymi pozytywnie, odnoszącymi sukcesy, takimi, którzy będą cię stymulować i zachęcać do działania. Unikaj negatywnie nastawionych osób o wąskich horyzontach, usiłujących ci przeszkodzić w realizowaniu zamierzeń.

Pomarańczowy

Wyposażony w pomarańczowy jako kolor podstawowy, powinieneś być człowiekiem łatwym w kontaktach, chętnym do współpracy, miłym i troskliwym. Jeśli czujesz się niepewny, sfrustrowany lub niezdolny do wyrażenia siebie w taki sposób, w jaki byś pragnął, wiele możliwości ożywienia i powiększenia swojej aury.

Musisz czuć, że to, co robisz, jest konstruktywne i użyteczne. Rozejrzyj się i zobacz, czym mógłbyś się zająć. Pewna moja znajoma wzięła na siebie odpowiedzialność czuwania nad dobrym zaopatrzeniem biura, w którym pracowała. Przedtem jej koledzy ciągle narzekali, że brakuje długopisów, wkładów do drukarki laserowej, pinezek itp. Nikt nie zauważał jej wysiłku, nikt też jej nie dziękował, ale ona czerpała spokojną satysfakcję z faktu, że robi coś użytecznego.

Musisz zaakceptować siebie takim, jaki jesteś, i czerpać przyjemność oraz zadowolenie z troskliwej opieki nad innymi. Największą satysfakcję da ci poczucie emocjonalnego spełnienia. Powinieneś się otaczać podobnymi do siebie ludźmi - troskliwymi, obdarzonymi silną intuicją filantropami.

Być może jesteś nadwrażliwy i sprawiasz wrażenie nieśmiałego i niepewnego. Jeśli tak, musisz się nauczyć wykorzystywać swoją wrażliwość w działaniach charytatywnych i rozwijać talent w pracy na rzecz innych. W miarę jak będziesz kierował swoją wrażliwością ku tym właśnie dziedzinom, twoja pewność siebie i zadowolenie z życia będą rosły.

Żółty

Mając żółty jako kolor podstawowy, powinieneś mieć łatwość kontaktów z innymi i zdolność wyrażania siebie, najlepiej twórczo. Twoja wesołość i urok osobisty powinny ogrzewać serca ludzi. Jeśli tak nie jest, wiele możesz zrobić, by poprawić ten stan rzeczy.

Pracuj nad wyrażaniem samego siebie wobec innych. Twoja elokwencja może pomóc ludziom, ponieważ masz dar jasności myślenia i syntezy. Powinieneś wykorzystywać swój głos. Praca w pojedynkę nie jest dla ciebie. Dużo lepiej czułbyś się jako nauczyciel, handlowiec, konsultant, doradca czy ktoś, kto w pracy używa głosu.

Z pozoru radosny, w głębi duszy prawdopodobnie kryjesz nadmierną wrażliwość.

Postaraj się wyrobić sobie grubszą skórę i korzystaj ze swego poczucia humoru, by odeprzeć każdy atak.

Wystrzegaj się lekkomyślnego, niedbałego podejścia do życia. Mając żółty jako kolor podstawowy, porywasz się na tak wiele spraw, że ludziom często trudno za tobą nadążyć. Uważają cię na ogół za dyletanta i nie traktują twoich pomysłów poważnie. Jeśli masz trudności w tej właśnie dziedzinie, możesz je przewyciężyć, stawiając sobie intelektualnie stymulujący, pobudzający do kreatywności cel, który do końca zrealizujesz.

Jesteś inteligentny i dobrze z tego korzystasz, mimo to miewasz wrażenie, że nie robisz w życiu tyle, ile mógłbyś. Wybierz sobie jakiś temat i postaraj się zostać prawdziwym znawcą w tej dziedzinie. Wiele lat temu słyszałem pewnego mówcę, który twierdził, że jeśli co wieczór poświęcisz jedną godzinę na zgłębianie danego problemu, w ciągu roku zostaniesz ekspertem. Wybierz temat odpowiedni dla swoich uzdolnień i poznaj go jak najdokładniej.

Zieleń

Jeśli twoim kolorem podstawowym jest zielony, powinieneś być troskliwym, życzliwym filantropem. Najprawdopodobniej należysz do osób, które potrafią współczuć i którym sprawia radość pomaganie innym. Powinieneś również być stanowczy, sumienny i odpowiedzialny. Jeśli jest inaczej, twoja aura to odzwierciedli.

Możesz poprawić jej wygląd, poszukując okazji do pomocy innym. Nie musi to być wielka rzecz, wystarczy, że chorej sąsiadce zrobisz zakupy. Może to być również działanie na znacznie większą skalę, na przykład zarządzanie organizacją filantropijną lub naprawienie czegoś, co uważasz za złe w swojej społeczności.

Może czujesz się jak schwytyany w pułapkę i spętany, co bywa niezwykle frustrujące, ponieważ wszędzie, gdzie się obrócisz, napotykasz wyłącznie ograniczenia. Przyjrzyj się sobie, sprawdź, czy nie jesteś zbyt uparty i mało elastyczny. Prawdopodobnie potrzebujesz trochę rozrywki i odpoczynku. Pogódź się z faktem, że każdy z nas jest w jakiś sposób ograniczany, i spróbuj działać w granicach tych ograniczeń.

Program samo-rozwoju, który proponuje nowe wyzwania i poszerza pole manewru, powinien ci pomóc.

Jeśli czujesz się znudzony, powinieneś przebywać w towarzystwie troskliwych i współczujących ludzi, którzy otworzą twój umysł na nowe możliwości.

Potrafisz pracować ciężko i długo, by osiągnąć swoje cele. Cechuje cię wielka wytrwałość i determinacja. Wykorzystaj te atuty i dokonaj czegoś wartościowego.

Błękit

Mając błękit jako kolor podstawowy, powinieneś być śmiały, pełen entuzjazmu i twórczy. Powinna cię również cechować bogata wyobraźnia i jasność postrzegania świata. Powinieneś się czuć wiecznie młody i dostrzegać możliwości na każdym kroku. Potrzebne ci są bodźce intelektualne i spotkania z ludźmi reprezentującymi najróżniejsze kultury.

Niektórzy ludzie obdarzeni błękitem nie potrafią się zrelaksować, muszą się więc nauczyć poświęcać czas na odprężenie i odzyskiwanie sił. Jeśli tobie trudno odpoczywać, może się to odbić na twoim stanie emocjonalnym. Na ogół ludzie właściwie wykorzystują błękitny kolor podstawowy. Jednak niektórzy mają tendencję do działania w zbyt wielu różnych dziedzinach, rozpraszając swoją energię. Tacy ludzie powinni nauczyć się koncentrować na wybranych sprawach i doprowadzać je do końca, zanim sięgną po nowe zadania. Być może jesteś niecierpliwy i niespokojny, co utrudnia dokończenie zaczętej pracy przed rozpoczęciem nowej.

Jeśli uważasz, że twój rozwój jest chaotyczny lub że sobie zbyt pobłażasz, obejrzyj się wstecz i zobacz, ile osiągnąłeś dzięki tym cudownym zdolnościom, które ci zostały dane. Wykorzystując je mądrze, masz możliwość osiągnąć wiele w każdej dziedzinie, która cię interesuje.

Indygo

Ludzie obdarzeni indygo jako kolorem podstawowym są na ogół odpowiedzialni i niezależni. Przyciągają innych, którzy wyczuwają ich dobre strony.

Jeśli nie okazujesz pozytywnych cech indygo - swojego koloru podstawowego, będziesz się musiał nauczyć ufać ludziom i działać w zgodzie ze swoimi uczuciami, co pomoże ci pozostawać w harmonii zarówno ze sobą samym, jak i z innymi.

Ludzie, którzy mają indygo jako kolor podstawowy, powinni poświęcać nieco czasu na rozrywkę i relaks, ponieważ potrafią się zaangażować w pomoc innym tak bardzo, że nie zauważają, kiedy trzeba skończyć i odpocząć.

Może się okazać, że jesteś zbyt krytyczny wobec siebie i innych i że oczekujesz doskonałości. W takiej sytuacji musisz się nauczyć relaksować i zdać sobie sprawę, że nie za wszystko odpowiadasz. Pozbądź się mniej ważnych spraw, a czas, który w ten sposób zyskasz, przeznacz na jakieś twórcze działanie i spotkania z przyjaciółmi oraz bliskimi.

Fiolet

Ludzie, których kolorem podstawowym jest fiolet, są wrażliwi i uduchowieni,

wyczuleni na potrzeby innych, którym pomagają w spokojny, pełen rezerwy sposób. Cechuje ich duża intuicja. W trudnych chwilach wspiera ich silna wiara. Polegają na sobie i często nie potrafią prosić o pomoc.

Jeśli nie odzwierciedlasz pozytywnych cech fioletu, twoja słaba i blada aura będzie przywierać blisko ciała. Na szczęście przywrócenie jej do pełnej formy nie jest trudne.

Jeśli uważasz, że inni nie zwracają uwagi na twoje uczucia, postaraj się wyrażać jaśniej. Wielu osobom, których kolorem podstawowym jest fiolet, trudno jest wyrazić, co czują.

Niektórzy są zbyt zamknięci w sobie i mają trudności w nawiązywaniu kontaktów. Jeśli tak jest z tobą, pamiętaj, jak wiele masz do zaoferowania. Kiedy nie próbujesz porozumiewać się z innymi, pozbawiasz ich - i siebie - tego, co w tobie drzemie.

Czasami jest ci trudno współpracować z ludźmi, ponieważ wszystko robisz po swojemu i nie chcesz wypróbować innych możliwości. Twój punkt widzenia może być dobry dla ciebie, ale nieodpowiedni dla kogoś innego. Pamiętaj o potrzebach innych ludzi i stań się bardziej elastyczny.

Srebrny

Ludzie obdarzeni srebrnym kolorem podstawowym są szacownymi, uczciwymi, godnymi zaufania natchnionymi idealistami z wielką intuicją. Wierzą w siebie i zawsze wydobywają z innych to, co najlepsze.

Jeśli nie wykazujesz pozytywnych cech swojej barwy podstawowej, twoja aura będzie blada, szara i bez życia. Możesz poprawić jej wygląd na wiele sposobów.

Uświadom sobie swoje zalety i przymioty. Rozwijaj poczucie własnej wartości. Zawierz intuicji. Być może będziesz musiał się trochę bardziej postarać. Przepelniają cię wielkie idee, lecz czasami trudno ci je zrealizować. Nie zrzucaj wielkich marzeń, ale stawiaj sobie konstruktywne cele, przygotowuj plan działania, a na koniec - spełniaj je. Gdy będziesz tak postępować, jakość twojej aury poprawi się w zdumiewający sposób.

Możesz cierpieć na napięcie nerwowe, co spowoduje, że innym będzie trudno do ciebie dotrzeć. Naucz się relaksować, stosując medytację, jogę lub autohipnozę - będzie to dla ciebie korzystne.

Złoty

Jeśli masz złoty jako kolor podstawowy, powinieneś być odpowiedzialnym idealistą, człowiekiem niezwykle uzdolnionym i osiągniętym sukcesy. Cechują cię wielkie ideały,

stawiasz sobie wymagające cele i dążysz do nich. Jesteś urodzonym liderem, który wpływa na innych swoją charyzmą i energią.

Wśród ludzi obdarzonych złotym rzadko się zdarza ktoś negatywny. Jeśli jednak twoje marzenia legły w gruzach, przez jakiś czas będziesz potrzebować ukrycia, aby w spokoju odzyskać energię i przygotować się do ponownego działania. Potrafisz być swoim najgorszym wrogiem, gdy sprawy nie układają się po twojej myśli. Wymagasz od siebie dużo więcej niż od innych i bywasz dla siebie bardzo twardy. Przyznaj, że każdy popełnia błędy, nawet ty, i że nasze pomyłki nie mają znaczenia, jeśli się na nich uczymy. Przeznacz na odpoczynek tyle czasu, ile będzie trzeba, a następnie przygotuj nowy plan, by znowu sięgnąć do gwiazd.

Różowy

Mając różowy jako kolor podstawowy, powinieneś być czuły, kochający i troskliwy. Jednak wbrew tej zewnętrznej łagodności jesteś gotów bronić swoich przekonań i potrafisz jasno przedstawiać swój punkt widzenia. Najszczęśliwszy jesteś wtedy, gdy możesz być sobą i masz czas, by kochać swoich bliskich i dbać o nich.

Jeśli nie ma w tobie pozytywnych cech charakteryzujących twój kolor podstawowy, będzie on wyglądał blado i bez wyrazu.

Mając poczucie zależności od innych, poczyń kroki, które zapewnią ci niezależność. Zajmij się nowym hobby lub zainteresuj nową dziedziną. Wyjdź poza swoją granicę bezpieczeństwa i zrób to, o czym zawsze marzyłeś. Przyjaciele i rodzina będą być może zdziwieni, ale wesprą cię w twoich staraniach, gdy powiesz im dokładnie, o co ci chodzi.

Jeśli czujesz się przygnieciony ciężarem obowiązków, a ludzie próbują złożyć na twoich barkach wszystkie swoje problemy, potraktuj to jako dobrą okazję, by nauczyć się przekazywać zadania innym. Jest to również świetny moment, by opanować sztukę mówienia „nie”. A przecież masz trudności z odmawianiem innym. Przyznaj, że ty także masz potrzeby, które trzeba zaspokoić.

Niektórzy ludzie obdarzeni różowym są nieśmiali, nie potrafią także podejmować ryzyka. Jeśli jesteś właśnie taki, będziesz musiał wzmocnić poczucie własnej wartości i nauczyć się swobodnie wyrażać swoją osobowość.

Brązowy

Jeśli twoim kolorem podstawowym jest brązowy, jesteś miły, troskliwy, pełen entuzjazmu i spokojnej determinacji. Najbardziej ci odpowiada pomaganie innym, ale czynisz

to często w dyskretny, niemal obojętny sposób, ponieważ musisz czuć się emocjonalnie niezależny.

Większość osób obdarzonych brązowym to szczęśliwi ludzie o pozytywnym nastawieniu. Ty jednak, gdy ci się zdaje, że inni są cię zbyt pewni, miewasz negatywne podejście do świata. Kiedy tak się dzieje, postaraj się odrobinę odseparować od ludzi i znaleźć czas na to, by zrobić coś dla siebie.

Być może czasami nie doceniasz swoich zdolności, uważając, że inni są lepsi. Postaraj się wtedy pogłębić zaufanie do siebie i poczucie własnej wartości. Kurs przemawiania lub asertywności mogą ci w tym pomóc.

Łatwo cię zranić, gdyż jesteś wrażliwy i pełen troskliwości, a ludzie często próbują cię wykorzystać. Musisz się nauczyć bezinteresowności, tak by fakt dawania nie budził od razu myśli o rewanżu. To bardzo trudna lekcja, ale płyną z niej niesłychane korzyści.

Biały

Osoba obdarzona białym kolorem podstawowym jest nieskalanym indywidualistą o twórczych uzdolnieniach, który potrzebuje czasu na pogłębianie wiedzy i mądrości.

Jeśli nie charakteryzują cię pozytywne cechy twojego koloru podstawowego, twoją aurę pokryją plamy, tak że będzie wyglądać niemal jak dziurawa. Skurczy się również i przylgnie do twojego ciała.

Kiedy czujesz się samotny, wyjdź z domu i nawiązuj nowe znajomości. Ale po to, by się zaprzyjaźnić, samemu najpierw trzeba być przyjacielem. Nie musisz rezygnować ze swojego indywidualizmu. Możesz podzielić czas tak, by zachować niezbędne chwile samotności i spokoju.

Niektórzy ludzie obdarzeni bielą jako kolorem podstawowym są egocentrykami myślącymi wyłącznie o zaspokajaniu własnych potrzeb. Nic więc dziwnego, że czują się odtrąceni i samotni. Powinni zdać sobie sprawę z potrzeb innych i nauczyć się im pomagać.

Prawdopodobnie musisz się nauczyć, jak konstruktywnie wykorzystywać czas. Lubisz nowe idee i pomysły i pragniesz nad nimi pracować, Uprość swój styl życia, jeśli potrafisz, a będziesz miał dość swobody, by poznać i rozwinąć te idee.

Czakry

Niełatwo jest dostrzec czakry we własnej aurze. Będziesz mógł to zrobić, jeśli masz szczęście i potrafisz wyraźnie zobaczyć aurę w lustrze. Większość z nas musi określać stan swoich czakr w inny sposób, dla wielu najlepszą metodą jest ich wyczuwanie. Można również

poprosić przyjaciela, by przyjrzał się naszej aurze i coś nam doradził.

Posługiwanie się wahadłem

Usiądź spokojnie i pytaj wahadło o każdą czakrę po kolei. Zaczynaj od czakry podstawowej i posuwaj się w górę do czakry koronnej.

„Czy moja czakra podstawowa jest w dobrym zdrowiu?” - brzmi pierwsze pytanie, które należy zadać. Jeśli odpowiedź jest pozytywna, możesz kontynuować zadawanie pytań dotyczące samorozwoju. W przeciwnym razie możesz zapytać, co robić, by czakra odzyskała zdrowie. Załóżmy, że wahadło dało nam negatywną odpowiedź na pierwsze pytanie.

„Czy moja czakra jest zbyt pobudzona?” - zapytasz. Odpowiedź twierdząca wymaga podjęcia działań mających na celu zmniejszenie tej nadpobudliwości.

Negatywna odpowiedź na to pytanie pociąga za sobą następne pytanie: „Czy czakra jest za mało pobudzona?”. I znowu pozytywna odpowiedź zmusi cię do prób naprawienia sytuacji.

Pytaj w ten sposób o wszystkie czakry. Kiedy skończysz, będziesz mógł zrobić to, co trzeba, by przywrócić swoim czakrom równowagę.

Metoda medytacyjna

Inna metoda polega na medytacji. Usiądź wygodnie w spokojnym miejscu, gdzie nikt ci nie będzie przeszkadzał. Ja często medytuję pod moim drzewem wyrocznią. Jest to drzewo, które cię przyciąga i zostajecie przyjaciółmi. Siedzenie pod nim wpływa ożywiająco zarówno na ciało, jak i na duszę. Ty sam nie wybierasz sobie drzewa wyroczni - to ono ciebie znajduje. Do twoich obowiązków należy dbanie o ziemię wokół niego, ono natomiast doda ci otuchy i udzieli wsparcia.

Będąc w mieszkaniu, wybieram wygodny fotel i wyłączam telefon na czas medytacji.

Po relaksacji progresywnej wyobrażam sobie po kolei każdą z moich czakr, czując ją w swoim ciele. Zadaję wtedy te same pytania, które zadaję wahadłu, a mój organizm na nie odpowiada. Metoda ta ma tę przewagę nad wahadłem, że można w myślach wysłać przesłanie do każdej czakry, prosząc, by przyspieszyła i nabrała życia lub - przeciwnie - by zwolniła i wróciła znowu do równowagi.

Metoda muzyczna

Muzyka dzięki swemu harmonijnemu brzmieniu i melodiom może nas ukoić i zregenerować. Odpowiedni typ muzyki jest krzepiący, dodaje nam energii i witalności,

zwiększając radość życia. Oczywiście nieodpowiednie utwory mogą nam zrobić krzywdę, wypełnić nas gniewem i wściekłością. Hal A. Lingerman w swojej książce *The Healing Energies of Music* napisał, że destrukcyjna muzyka może „wpłynąć na całą aurę, spowodować, że będziesz się czuł psychicznie rozbity, przerażony, wojowniczy, osamotniony, spięty i pozbawiony celu”. Muzyki zawsze używano do pobudzania ludzi. Wyobraź sobie tylko, jaką moc musiały mieć bębny - i nadal mają - dla Indian.

Muzyka, która działa kojąco na mnie, wcale nie musi być tak odbierana przez ciebie. Utwory inspirujące mogą wzmocnić duszę i dodać jej wigoru. Nigdy nie zapomnę chwili, gdy wyszedłem na ulicę po usłyszeniu po raz pierwszy Dziewiątej Symfonii Beethovena. Ta muzyka mnie zainspirowała, dodała mi otuchy, poczułem harmonię z nieskończonością. Muzyka może również być bardzo przydatna przy odzyskiwaniu równowagi czakr.

Następnym razem, gdy będziesz słuchać muzyki, zrelaksuj się, zamknij oczy i zastanów się, gdzie w twoim ciele rozbrzmiewają jej dźwięki. Prawdopodobnie będzie to jedna z twoich czakr. Oznacza to, że na tę właśnie czakrę muzyka oddziałuje, przywracając twojemu organizmowi harmonię i równowagę.

Na ogół różne instrumenty w różny sposób wpływają na różne części twojego ciała.

Fizyczne ciało odczuwa oddziaływanie instrumentów blaszanych i perkusji.

Ciało emocjonalne reaguje na dęte instrumenty drewniane oraz smyczkowe.

Ciało psychiczne pobudzają smyczki, natomiast ciało duchowe - harfy, organy oraz dzwonki wietrzne.

Dr John Diamond w książce *Your Body Doesn't Lie* pisze: „Otoczeni odpowiednimi dźwiękami, wszyscy możemy odzyskać wigor, energię i równowagę”. Twierdzi on również, że muzyka może pomóc „w zapobieganiu chorobom wywoływanym brakiem równowagi w organizmie”.

Muzyka zalecana dla czakry podstawowej

Czakra ta często bywa zbyt pobudzona. W połączeniu z czerwienią prowadzi to nierzadko do dominacji, agresji, zaborczości oraz innych ekstremalnych zachowań. Czasami może wywoływać namiętności i wielkie emocje, a także zmienność nastrojów.

Wszystkie te skrajne uczucia można wyciszyć i odzyskać równowagę, stosując medytację, długie spacery na wsi lub nad brzegiem morza oraz słuchając łagodnej muzyki. Odpowiednimi utworami są: *Aria na strunie G* Jana Sebastiana Bacha, *Canon in D* Johanna Pachelbela, *Cztery pory roku* Antonia Vivaldiego, *Koncert podwójny na flet i harfę C-dur* Wolfganga Amadeusza Mozarta oraz *Suita z czasów Holberga* Edwarda Griega.

Jeśli czakra podstawowa jest nie dość pobudzona, objawi się to sennym, apatycznym podejściem do życia. Człowiek będzie bierny, wszystko będzie mu się wydawało zbyt dużym wysiłkiem i zupełnie nie będzie się interesował seksem czy rozrywką.

To oczywiste, że w tym przypadku potrzebna jest dawka energii. Można to osiągnąć, zachęcając daną osobę, by zażywała więcej ruchu lub miło spędzała czas z pogodnymi przyjaciółmi. Istnieje też mnóstwo utworów muzycznych, których można słuchać. Odpowiednia będzie niemal cała muzyka skomponowana dla orkiestr złożonych z instrumentów blaszanych, a szczególnie głośne, radosne utwory. Oprócz tego: *Pomp and Circumstance March No. 1* Sir Edwarda Elgara, *Marsz tryumfalny* z *Aidy* Giuseppe Verdiego, *The Stars and Stripes Forever* Johna Philipa Sousa, *Marsz słowiański* Piotra Czajkowskiego, *Marsz wojskowy* Franza Schuberta, *Marsz turecki z Ruin ateńskich* Ludwika van Beethovena oraz *Marsz Radetzkiego* Jana Straussa, ojca.

Muzyka zalecana dla czakry krzyżowej

Czakra krzyżowa wpływa na równowagę człowieka, ponieważ leży między czerwienią (tym, co fizyczne) i żółcią (tym, co psychiczne). W związku z tym nadmierne pobudzenie odbije się na obu cechach - zarówno na czerwieni, jak i żółci. Może się to objawiać jako gniew, lekkomyślność, niesłuszna lub złośliwa krytyka oraz całkowity brak odpowiedzialności.

Czakra wróci do równowagi, jeśli poświęci się trochę czasu na przemyślenie swoich spraw. Długa kąpiel w ciepłej wodzie może dokonać cudów. Do odpowiednich utworów należą: *Koncert C-dur na dwa fortepiany* Jana Sebastiana Bacha, *uwertura do Rozamundy* Franza Schuberta, *koncert na harfę* Geорга Friedricha Haendla i muzyka Johna Dowlanda.

Jeśli czakra krzyżowa jest nie dość pobudzona, człowiek jest nieśmiały, lękliwy i niezdecydowany. Wyobraźnia podsuwa mu obrazy pełne lęku i trudności.

Można przywrócić równowagę czakrze, wzmacniając zaufanie do siebie i swoją niezależność. Należy podejmować nowe wyzwania, a rozpoczęte zadania doprowadzać do końca. Odpowiednie utwory to: *uwertura Egmont* Ludwika van Beethovena, *uwertura do Lohengrina* Ryszarda Wagnera, *koncert fortepianowy nr 1* Johannes Brahmsa, ostatnia część *symfonii nr 3* (na organy) Kamila Saint-Saensa oraz ostatnia część *Piątej symfonii* Piotra Czajkowskiego.

Muzyka zalecana dla czakry splotu słonecznego

Czakra splotu słonecznego ma związek z umysłem i systemem nerwowym. Kiedy jest

nadmiernie pobudzona, występują trudności z dokończeniem zaczętych prac, marnowanie energii oraz skłonność do powierzchownego podejścia do życia. Po okresach szybkich postępów nastąpią chwile otępienia i skrajnej niekonsekwencji. Życie w wyobraźni zdaje się lepsze od rzeczywistości, powstają skomplikowane marzenia, które nigdy się nie spełnią.

Jeśli chcemy odzyskać równowagę nadmiernie pobudzonej czakry splotu słonecznego, musimy nauczyć się najpierw myśleć, a dopiero potem wyrażać swoje opinie i pamiętać o uczciwości zarówno w myślach, jak i w czynach. Do odpowiednich utworów należą: muzyka do baletu *Appalachian Spring* Aarona Coplanda, koncerty na obój Antonia Vivaldiego, *Wieczorna gwiazda z Tannhausera* Ryszarda Wagnera oraz *Światło księżycy* Claude'a Debussy'ego.

Jeśli czakrze splotu słonecznego brakuje energii, dotknięta tą przypadłością osoba będzie skłonny do marudzenia, krytykowania i plotek egoistycznym oszustem. Ponadto będzie się angażować w lekkomyślne, powierzchowne działania. Te negatywne cechy można wyeliminować. Trzeba się tylko nauczyć dzielić radością i entuzjazmem z innymi. Nie jest to łatwe, ponieważ zakłada całkowitą zmianę spojrzenia na świat. Korzystne będą okresy analizowania własnej duszy, w czasie których można przemyśleć dawne wzorce zachowań i zastanowić się, jakie popełniło się błędy. Odpowiednia muzyka to: *Muzyka na wodzie* Georga Friedricha Haendla, koncert skrzypcowy Johannes Brahmsa, koncert na trójce skrzypiec i orkiestrę Georga Philipa Telemanna oraz koncerty brandenburskie Jana Sebastiana Bacha.

Muzyka zalecana dla czakry sercowej

Czakra serca odnosi się do uzdrawiania, do natury, równowagi i poczucia sensu. Gdy jest nadmiernie pobudzona, powstają trudności w akceptowaniu zmian, pojawia się wielka potrzeba poczucia bezpieczeństwa, co może sprawiać kłopoty w obliczu wszystkiego, co nowe lub inne. Znam człowieka, który nie chce jeść niczego oprócz kurczaka. W dzieciństwie jego matka pozwalała mu zjadać to, na co miał ochotę, a on teraz - po czterdziestce - nie chce spróbować niczego nowego. Ludzie, których czakra sercowa jest bardzo pobudzona, stają się uparci i sztywni w swoich przekonaniach.

By przywrócić równowagę czakry, ludzie ci powinni poszerzyć swoje horyzonty i zdać sobie sprawę, że inny niż ich punkt widzenia może być równie dobry, a czasem nawet lepszy. Jeśli im się to uda, będą lepiej pomagać innym, a sami osiągną szczęście i satysfakcję. Do zalecanych utworów muzycznych należą: *Obrazki z wystawy* Modesta Musorgskiego, uwertura do *Romea i Julii* Piotra Czajkowskiego, *Pinie rzymskie* Ottorino Respighiego, suita *Peer Gynt* Edwarda Griega, *Finlandia* Jana Sibeliusa i szósta symfonia F-dur, zwana

Pastoralną, Ludwika van Beethovena.

Kiedy twoja czakra serca jest zbyt mało pobudzona, będziesz obawiał się działania, a wszystkim będziesz zazdrościł sukcesów, co może w tobie wywołać małostkowość, czy nawet okrucieństwo. W celu odzyskania równowagi powinieneś spotykać się z ludźmi o pozytywnym nastawieniu i spędzać czas w spokojnym otoczeniu. Gdy nauczysz się odpowiedniego podejścia do niedokończonych spraw i zapomnisz o przeszłości, polepszy się każdy aspekt twojego życia. Odpowiednie utwory muzyczne to: *drugi koncert fortepianowy* Sergiusza Rachmaninowa, *Koncert warszawski* Ryszarda Addinsella, *Tokkata i fuga D-dur* oraz *Jesu, Meine Freude* Jana Sebastiana Bacha, uwertura *Lekka kawaleria* Franza von Suppego oraz koncert fortepianowy a-moll Edwarda Griega.

Muzyka zalecana dla czakry gardłowej

Czakra gardłowa ma związek z myśleniem; jest z natury ciekawa, ekspansywna, chce wszystko wiedzieć, rozwijać się i iść naprzód. W wyniku jej nadmiernego pobudzenia człowiek staje się niecierpliwy i nieodpowiedzialny. Ogarnia go potrzeba nieustannego poszukiwania przyjemności i nowych bodźców. Chcąc przywrócić swojej czakrze równowagę, należy mądrze wykorzystywać czas i myśleć, zanim się coś zrobi. Polecane utwory to: oratorium *Les Beatitudes* Cesara Francka, *Polonez Es-dur* Fryderyka Chopina, koncert skrzypcowy Maxa Brucha, koncert fortepianowy Edwarda Griega oraz koncert wiolonczelowy Antonina Dvoraka.

Zbyt mało pobudzona czakra gardłowa wywołuje apatię, lenistwo i pobłażanie sobie. W celu przywrócenia jej równowagi należy podejmować wartościowe zajęcia, które zdają się ekscytujące i różne od pozostałych. Odpowiednia muzyka to: piąty koncert fortepianowy Es-dur Ludwika van Beethovena, *The Joy of Life Symphony* Alfreda Hilla, trzeci koncert fortepianowy Józefa Haydna, koncert organowy Francisca Poulenca, *Panis Angelicus* Cesara Francka, marsze Jana Filipa Sousy oraz *Die Fledermaus Overture* Jana Straussa.

Muzyka zalecana dla czakry brwiowej

Czakra brwiowa odnosi się do duchowego zrozumienia, miłości i działań dobroczynnych. Wspiera poznanie samego siebie i intuicję, łącząc w jedno sferę fizyczną i duchową naszej natury. Ceni sobie piękno, a kiedy jest nadmiernie pobudzona, sprawia, że stajesz się wścibskim intrygantem tworzącym chaos zamiast harmonii, niezdolnym pomóc sobie i innym. Równowagę możesz odzyskać, przebywając w samotności w estetycznym otoczeniu, relaksując się i czyniąc plany na przyszłość. Prawdopodobnie będziesz musiał się

nauczyć kontrolować stres i napięcie. Do odpowiednich utworów należą: uwertura do Rozamundy Franka Schuberta, koncert na dwa fortepiany Jana Sebastiana Bacha, szósta symfonia Ludwika van Beethovena, koncert C-dur na flet i harfę Wolfganga Amadeusza Mozarta, Aria na strunie G Jana Sebastiana Bacha oraz koncert na harfę Georga Friedricha Haendla.

Jeśli czakrze brwiowej brakuje energii, prawdopodobnie będziesz miał tendencję do wycofywania się z życia, nie będziesz też chciał brać na siebie żadnej odpowiedzialności. Będziesz miał problemy z pamięcią, staniesz się niedbały, nietolerancyjny, nadmiernie wymagający, nieprzychylny i butny. Aby odzyskać równowagę, musisz spędzać czas na beztrudnej zabawie z ludźmi, których kochasz. Musisz zapomnieć o przeszłości, dawnych ranach i urazach i zacząć żyć teraźniejszością. Musisz też zyskać poczucie, że jesteś potrzebny. Odpowiednia muzyka to: *Trumpet Voluntary* Jeremiasza Clarke'a, *A Lincoln Portrait* Aarona Coplanda, *Finlandia* Jana Sibeliusa, *Pope Marcellus Mass* Giovanniego Palesstriny, trzecia symfonia Kamila Saint-Saensa oraz *Concierto de Aranjuez* Joaquina Rodriga.

Muzyka zalecana dla czakry korony

Czakra korony reprezentuje naszą wyższą naturę i aspiracje. Związana jest z duchowością, intuicją oraz dążeniem do poznania i zrozumienia ukrytych prawd.

Na ogół czakra korony nie bywa nadmiernie pobudzona. Jeśli jednak tak się zdarzy, człowiek żyje w wymyślnym świecie marzeń, niezdolny do oddzielenia ich od rzeczywistości. Ta ucieczka w krainę fantazji często sprawia, że trudno się kontaktować z innymi, których w istocie potępia się za ich brak doskonałości. W celu przywrócenia czakrze równowagi należy się tej równowagi nauczyć. Trzeba spędzić nieco czasu w samotności na duchowych i metafizycznych rozważaniach, ale także spotykać się z ludźmi na bardziej towarzyskiej stopie. Odpowiednie utwory muzyczne: druga symfonia Gustawa Mahlera, *Pasja wg św. Mateusza* Jana Sebastiana Bacha, *Florida Suite* Fredericka Deliusa, symfonia d-moll Cesara Francka, pierwszy koncert fortepianowy Fryderyka Chopina, *Oda do św. Cecylii* Georga Friedricha Haendla oraz *Rapsodia hiszpańska* Maurycego Ravela.

Jeśli twoja czakra korony jest zbyt mało pobudzona, jesteś człowiekiem zamkniętym w sobie, wyniosłym, dumnym i aroganckim. Odstraszasz ludzi protekcyjną miną i wywyższaniem się. Aby odzyskać równowagę, musisz oddawać się zabawie z czystej przyjemności, kontaktować się z innymi na ich poziomie i nie oczekiwać doskonałości od nikogo. Odpowiednie utwory to: *Keltic Sonata* Edwarda MacDowella, symfonia C-dur

Georges'a Bizeta, koncert gitarowy Hektora Villii-Lobosa oraz piąta symfonia Ludwika van Beethovena.

Rozwój magnetyczny

Zdolności jasnowidzenia są na Wschodzie pobudzane za pomocą namagnesowanej sztabki. Nie może to być namagnesowana podkova. Zawieś magnes i usiądź pod nim na pół godziny (rys. 8. 1). Będziesz musiał sprawdzić, który biegun magnesu tworzy u ciebie efekt poszerzania się świadomości. Jeśli usiądziesz pod złym biegunem, szybko odczujesz niewygodę i pogorszenie samopoczucia.

Kiedy już to ustalisz, dojdiesz do wniosku, że seanse pod magnesem są pożyteczne i korzystne. Mnie łatwiej jest wykonywać progresywne ćwiczenia relaksacyjne, kiedy siedzę pod magnesem. Pomaga mi to odpowiednio się rozluźnić i zestroić z własnym wnętrzem.

Ludzie odbierają wrażenia związane z magnesem w różny sposób: niektórzy czują, jakby czubek ich głowy drgał i rozszerzał się, inni widzą różne barwy i błyski światła. Na początku możesz odczuwać zawroty głowy.

Wytrwaj jednak, a twoja intuicja stopniowo się rozwinie.



Rys. 8.1

Wpisz w swoją aurę to, co zechcesz

W 1975 roku dr Joe Slate przeprowadzał doświadczenie w Athens State College w Atenach, w stanie Georgia. Poproszono jednego z uczniów, by spróbował dokonać aktu jasnowidzenia, wysyłając energię aury kilka tygodni naprzód. Młody człowiek miał przeczucie, że lawina zasypie budynki i ludzi. Wywarło to na nim tak silne wrażenie, że jego koledzy w klasie dostrzegli zmianę w aurze chłopca. Kilka tygodni później przeczucie spełniło się - w Szwajcarii z gór zeszła lawina.

Możesz zrobić to samo ze swoją aurą. Możesz zajrzeć w przyszłość i zobaczyć, co się zdarzy za kilka tygodni lub miesięcy, albo postawić sobie cele i zapisać je w aurze.

Najpierw usiądź w miejscu, w którym najlepiej się relaksujesz. Zamknij oczy i żegluj przez swoje życie od najwcześniejszych wspomnień do dziś. Zobaczysz, że przy niektórych wspomnieniach zatrzymasz się dłużej, inne przemkną bardzo szybko.

Gdy dotrzesz do teraźniejszości, zatrzymaj się na chwilę i zastanów, w jaki sposób przeżycia, które sobie właśnie przypominałeś, ukształtowały cię takim, jaki dziś jesteś.

Prawdopodobnie w przyszłości chciałbyś być innym człowiekiem, niż jesteś teraz. Pomyśl, co chciałbyś zmienić. Chciałbyś mieć więcej pieniędzy? Bardziej zadowalające małżeństwo? Więcej wolnego czasu? Awans w pracy?

Nie ma znaczenia, czego pragniesz. Bądź tylko pewny, że chcesz tego naprawdę. To oczywiste, że wszyscy chcielibyśmy mieć trochę więcej pieniędzy, ale czy jesteśmy gotowi dłużej pracować, by je zdobyć? Jeśli nie jesteś gotów ponieść kosztów swojego marzenia, zapomnij o nim i wybierz coś innego.

Mając dokładnie wytyczony cel (lub cele), wyobrażaj sobie swoje życie w przyszłości. Jaki będziesz za dwanaście miesięcy? A za pięć lat? Wyobraź sobie siebie tak wyraźnie, jak tylko potrafisz - szczęśliwego, zadowolonego po osiągnięciu wytyczonych celów.

Kiedy wyraźnie zobaczysz ten obraz w swoim umyśle, możesz go zapisać w aurze. Załóżmy, że twoim celem jest zakup nowego domu w ciągu roku. Wyobraź sobie, że dokładnie za dwanaście miesięcy otwierasz drzwi wejściowe do swojego nowego domu i wchodzisz do środka. Zobacz to tak wyraźnie, jak tylko potrafisz. W umyśle musisz wytworzyć obraz tego domu, abyś umiał go rozpoznać, gdy na niego trafisz.

Niech twoje wyobrażenie będzie tak żywe, że będziesz mógł je dotknąć, zobaczyć i poczuć. Wyobrażaj sobie ten dom co wieczór, zanim pójdziesz spać. Zapisując swoje pragnienia w aurze, przyciągasz do siebie siły wszechświata, dzięki którym będziesz mógł osiągnąć cel.

Nastaw swoją aurę na sukces

Każdy z nas ma praktycznie nieograniczony potencjał i może osiągnąć wszystko, czego pragnie, wystarczy tylko wytyczyć sobie cel, ciężko pracować i ponieść konieczne koszty.

Spójrz na swoją aurę i zobacz, które dziedziny trzeba polepszyć. Być może chcesz przestać palić albo pragniesz zmienić sposób odżywiania się.

Twoja aura powie ci, nad jakimi sferami musisz popracować. Czasem możesz być zdziwiony jej sugestią. Mnie się wydawało, że świetnie sobie radzę, pracując na trzech etatach, dopóki aura mi nie powiedziała, że tak nie jest.

Zmiana sposobu myślenia spowoduje modyfikację wyglądu twojej aury. Ludzie myślący pozytywnie są z natury optymistyczni i mają dużą, błyszczącą, ekspansywną aurę. Ich myśli dają im zdrowie, motywację i chęć do działania. Jeśli twoja aura jest blada i skurczona, przez pół godziny dziennie czytaj książki motywacyjne i poradniki, a następnie obserwuj, jak aura będzie stopniowo odzwierciedlać zmianę w twoim nastawieniu.

To, co mnie najbardziej zdumiało, gdy zacząłem czytać aurę innych ludzi, to fakt, że postrzegałem ich życie jako dużo bardziej pozytywne i interesujące niż oni sami. Ma to związek z opinią o sobie samym. Ludzie, którzy siebie nie cenią, wykorzystują tylko ułamek swojego potencjału. Znajduje się on w ich aurze, widzi go każdy, kto potrafi ją zobaczyć, ale oni sami tego nie dostrzegają, skutecznie blokując ten potencjał. Jeśli masz kłopoty w tej dziedzinie, zacznij uczęszczać na kurs rozwijania miłości własnej. Nigdy nie jest za późno na zmianę opinii o sobie i urzeczywistnianie swoich marzeń.

Wytycz sobie jakieś wartościowe cele. Czy wiesz, że ogromna większość ludzi dryfuje przez życie bez celu, wkładając więcej wysiłku w zaplanowanie wakacji niż tego, co chcą osiągnąć w życiu?

Stawianie sobie celów po raz pierwszy w życiu nie jest łatwe. Ale wysiłek opłaci się wielokrotnie. Będziesz miał do czego dążyć oraz zdobędziesz poczucie sensu i celu. A twoja aura wszystko to odzwierciedli, rozprzestrzeniając się i piękniejąc.

Rozdział 9

Odczytywanie aury

Gdy zaczniesz dostrzegać aurę, twoja popularność wzrośnie, a ludzie będą prosili, byś czytał ją dla nich. Jeśli zdecydujesz się na to, powinieneś postępować łagodnie, miło i z uwagą. Oczywiście można odczytywać aurę dla zabawy, ale pamiętaj, że nawet wtedy ludzie będą bardzo uważnie słuchać każdego wypowiedzianego przez ciebie słowa.

Bez względu na to, jak gruboskórny lub sceptyczny ktoś może się wydawać, na pewno zapamięta - czasem co do joty - o czym mu mówiłeś, czytając jego aurę. Dlatego powinieneś bardzo starannie dobierać słowa. Zawsze podkreślaj pozytywne sprawy i podsuwaj ludziom tematy do przemyśleń lub zadania do wykonania.

Szczególnie uważaj przy problemach zdrowotnych, które możesz dostrzec. Powinieneś unikać konkretnych porad w tych kwestiach, chyba że jesteś lekarzem. Ja, widząc potencjalne kłopoty zdrowotne, zawsze sugeruję mojemu klientowi, aby się przebrał u specjalisty. Jeśli czyjaś aura sprawia wrażenie zmęczonej lub zestresowanej, doradzę wakacje lub naukę technik relaksacyjnych. Nie przyszłoby mi natomiast do głowy mówić, jak leczyć na przykład zapalenie nerek, ponieważ nie jestem lekarzem.

Mogę pomóc ludziom w doprowadzeniu ich aury do równowagi, w odzyskaniu poczucia własnej godności, sugerując, jak kierować swoim życiem i karierą zawodową. Mogę im udzielić wskazówek, jak sobie radzić z potencjalnie niebezpiecznymi emocjami, negatywnymi myślami, lenistwem czy odkładaniem spraw na później, nie mogę jednak spowodować, by postępowali zgodnie z moimi radami.

Nie udzielam rad nie proszony. Nigdy bym na przykład nie podszedł do zupełnie obcej osoby, by powiedzieć coś na temat jej aury. Jeśli jednak ktoś mnie o to poprosi, zrobię to najlepiej, jak potrafię.

Mówiąc, rysuję aurę, o ile to tylko możliwe. Używam w tym celu bloku rysunkowego i kolorowych ołówków dobrej jakości. Nie oddaje to różnych odcieni i struktury każdego koloru, ale przekazuje osobie zainteresowanej pewne wyobrażenie jej aury. Rysunek stanowi także namacalny efekt moich działań, który można zabrać ze sobą i zachować.

Używałem również flamastrów, ale uważam, że ich barwy są zbyt jaskrawe i nie nadają się do oddania czegoś tak wspaniałego jak aura. Kredkom daleko do doskonałości, ale i tak są najlepsze z istniejących możliwości. Nie jestem artystą, lecz wiele moich portretów

aury zostało oprawionych w ramy i zawieszono na poczesnym miejscu w domach na całym świecie. Jedną z moich uczennic ma talent malarski i portrety aury wykonuje pastelami. Są to prawdziwe dzieła sztuki, a stosowana przez nią technika pozwala na niezwykle dokładne oddanie barw aury. Mnie jednak portrety wykonane pastelami nie udawały się, powróciłem więc do kredek.

Ludzie często są spięci i zdenerwowani, gdy ktoś przygląda im się badawczo przez dłuższy czas. Kiedy mówię i jednocześnie rysuję, nie patrzę na swego klienta bez przerwy, co pozwala mu się zrelaksować, a wtedy jego aura pokazuje się w całej krasie. Rysowanie przynosi również taką korzyść.

Większość z moich seansów odczytywania aury można by określić jako analizę charakteru, po której następują sugestie dotyczące przyszłości. Poniżej znajdują się dwa przykłady czytania aury, które wykonuję. Pierwsze, krótkie, „dla zabawy” i drugie, poważniejsze i pogłębione.

Założmy, że dokonuję krótkiego odczytu dla dwudziestopięcioletniego mężczyzny. Wyobraźmy sobie, że jego średniej wielkości aura ma błękit jako kolor podstawowy oraz fioletowe promienie. Rozmawiając z nim, wokół jego głowy zauważam dużo żółtej barwy, co oznacza, że młody człowiek poważnie się zastanawia nad tym, co mówię.

Mój odczyt aury brzmiałby w przybliżeniu tak:

„Masz w swojej aurze bardzo dużo błękitu, co oznacza, że zawsze będziesz młodym duchem. Wiele rzeczy budzi twój entuzjazm, ale czasami trudno ci zakończyć to, co zacząłeś. Wygląda na to, że czasami masz kłopoty, ponieważ mówisz dokładnie to, co myślisz. Teraz trochę bardziej na to uważasz. Mimo to ludzie na ogół wiedzą, na czym stoją, będąc z tobą w kontakcie, i to jest dobre. Jesteś z gruntu uczciwą osobą.

Najlepiej czułbyś się, pracując w dziedzinie, która oferuje wielkie możliwości i różnorodność. Nie sądzę, że kiedykolwiek polubisz, by ktoś ci mówił, co masz robić. Jeśli pojawi się odpowiednia okazja do podjęcia samodzielnej pracy, powinieneś ją dokładnie rozważyć. W przyszłości albo będziesz zajmował wysokie stanowisko, albo pracował na swoim. Zawsze mierz wysoko. Oczywiście osiągniesz swój cel, mierząc nisko, ale uda ci się to również, jeśli umieścisz poprzeczkę naprawdę wysoko. W przeszłości często nie doceniałeś siebie. Miej wielkie, śmiałe marzenia i wprowadzaj je w czyn.

W szkole prawdopodobnie nazywano cię marzycielem, co wtedy było naganą. A ty nadal jesteś marzycielem i zawsze nim będziesz. Powinieneś uważać to za niezwykle pozytywną cechę. W końcu nigdy do niczego by nie doszło, gdyby ktoś najpierw sobie tego nie wymarzył. Na tym polega twój urok i dzięki temu zawsze będziesz młody. Wcale bym się

nie zdziwił, gdybyś w dniu swojej śmierci przedsięwziął coś nowego!

Przez twoją aurę przebijają silne czerwone promienie. Oznacza to, że masz duże poczucie odpowiedzialności. Dają ci one również ambicję, pragnienie władzy i sukcesów finansowych, do których taka odpowiedzialność może prowadzić.

Co ciekawe, masz również silne fioletowe linie w swojej aurze. Oznacza to, że lubisz szukać ukrytych prawd. Rzadko bierzesz świat takim, jaki się wydaje, ponieważ sam chcesz go zrozumieć. Fiolet to barwa duchowa, widzę, że z upływem czasu stopniowo budujesz silną wiarę lub filozofię.

Twoje największe sukcesy będą miały związek z innymi ludźmi, ale potrzebujesz również samotności, by rozwijać swoją wiedzę i mądrość. Widzę, że będziesz się uczyć przez całe życie. W pewnym sensie twoja edukacja zaczęła się dopiero wtedy, gdy skończyłeś szkołę. Masz doskonały, pojętny umysł i starannie oceniasz wszystko, co cię interesuje".

Wszystkie te informacje są zawarte w kolorze podstawowym aury tego młodego człowieka i w dwóch barwach promieni. Oczywiście, gdyby to był rzeczywisty człowiek, potrafiłbym o nim powiedzieć dużo więcej. Mógłbym omówić strukturę jego aury, jakość kolorów, kształt myśli, jego nastrój w chwili odczytywania aury, jego siły życiowe i poziom energii. Jak zauważyłeś, nie wspomniałem o czakrach. Odgrywają one ważną rolę w dłuższym czytaniu aury, jednak przy szybkim portrecie na ogół je pomijam.

A oto przykład bardziej pogłębionej analizy aury pewnej czterdziestoletniej kobiety. Była to bardzo zadbana pani, elegancko ubrana, ale miała najsmutniejszą twarz, jaką kiedykolwiek zdarzyło mi się widzieć.

Przywitałem się z nią i zachęciłem, aby wygodnie usiadła. Przez minutę lub dwie próbowałem z nią porozmawiać o niczym, by mogła się zrelaksować. Nie miała jednak ochoty na rozmowę i kazała mi „przejsć do rzeczy”.

- Oczywiście - oparłem. Wziąłem swój blok i zacząłem rysować jej aurę.

- Pani aura nie jest tak duża, jak powinna być - zacząłem. - Bez wątpienia wyczerpała pani swoją energię. Potrzebny jest pani wypoczynek. Urlop dobrze by pani zrobił. - Przytaknęła, ale nic nie powiedziała. Kolorem podstawowym pani aury jest piękny, delikatny róż. Nie ma pani na sobie dziś nic różowego, ale gdyby tak było, ludzie zwracaliby pani uwagę, jak bardzo pani do twarzy w tej barwie. To wspaniały kolor, który mówi, że jest pani miłą, kochającą osobą. Patrzyła na mnie bacznie przez kilka chwil, gdy koncentrowałem się na rysowaniu koloru podstawowego. Oblizwała wargi, jakby chciała coś powiedzieć, ale zmieniła zdanie.

- Odnosi pani również sukcesy w biznesie, być może na kierowniczym stanowisku.

Myślę jednak, że praca we własnej firmie byłaby dla pani bardziej odpowiednia, ponieważ jest pani ambitna, zdecydowana i umotywowana.

- Chce pan powiedzieć uparta - zaśmiała się.

- W pewnym sensie - przytaknąłem. - Jest pani jednak gotowa rozważyć różne punkty widzenia, chociaż po podjęciu decyzji nic nie potrafi jej zmienić. Wydaje mi się, że ta cecha jest dobra w biznesie, ale w innych dziedzinach życia może przysporzyć pani kłopotów.

- Jestem tyranem - powiedziała po prostu.

- To może być zaletą w pełnym rywalizacji świecie biznesu. - Westchnęła głęboko, a ja dostrzegłem ślady pomarańczowego w jej aurze. - Stara się pani zapanować nad swoimi emocjami - ciągnąłem. - To się nie udaje na dłuższą metę, bo nasze emocje zawsze zwyciężają logikę.

Przerwałem i spojrzałem na kolory promieni w jej aurze. Były żółte i zielone. - Ma pani wspaniały, logiczny umysł - mówiłem, rysując żółte linie. - Myśli pani szybko, niemal każdego pani prześcignie.

- Próbowano mnie dogonić - przyznała - ale na ogół to ja wygrywam.

- Najlepiej się pani czuje, ucząc się. Nieustająco potrzebuje pani nowych bodźców intelektualnych. Na przykład pani partner musiałby dorównywać pani pod względem umysłowym. W istocie, każdy związek musiałby się zacząć na poziomie intelektualnym, i jeśli ktoś nie zdałby tego egzaminu, straciłaby pani całkowicie zainteresowanie dla tej osoby. Niemniej jednak pani umysł jest tak szybki i bystry, że na pewno zdarzyło się pani powiedzieć coś, czego pani potem żałowała. Jestem tego pewien.

- Czy nie zdarza się to wszystkim?

- Owszem, ale pani potrafi zranić słowami, nie zdając sobie z tego nawet sprawy.

Jej aura przez chwilę zabarwiła się na pomarańczowo. - Niech pani da upust swoim emocjom - powiedziałem. - Dusi je pani w sobie wystarczająco długo.

Łzy napłynęły jej do oczu, zaciskała i otwierała pięści. Oczekiwałem wybuchu płaczu, jednak bardzo nad sobą panowała i pomarańczowy stopniowo zniknął.

- Kiedy się pani nauczyła tak relaksować? - zapytałem.

Uśmiechnęła się blado. - Kiedyś bardzo się stresowałam, dopóki nie poszłam na kurs medytacji transcendentnej. Skąd pan o tym wie?

- Widać to było w pani aurze. - Odłożyłem żółtą kredkę i wziąłem zieloną. - Zanim zmienię kolor, muszę pani powiedzieć, że jakieś twórcze hobby przysporzyłoby pani ogromnie dużo przyjemności. Na przykład pisanie lub śpiew dałyby pani wielką satysfakcję.

Przytaknęła. - Kiedyś to robiłam.

- W pani aurze jest również dużo zieleni. To ciekawe, w głębi duszy jest pani kochającą osobą, byłaby pani dobrą uzdrowicielką. Prawdopodobnie lubią panią rośliny i zwierzęta, podobnie zresztą jak ludzie.

- Zwierzęta dużo bardziej niż ludzie - wydała z siebie chrapliwy, pełen pogardy dla siebie samej śmiech.

- Zielony dobrze harmonizuje z różowym, pani kolorem podstawowym. Lubi pani wyzwania i lubi się pani wyróżniać. Jest pani gotowa pracować długo i ciężko, by osiągnąć to, czego pani pragnie.

- Zawsze sobie stawiałam cele. Nie powiem, żeby mi się to przysłużyło.

Potrząsnąłem głową. - Wręcz przeciwnie. Tylko że pani stawia sobie cele w pracy, zapominając o innych dziedzinach życia, takich jak małżeństwo i rodzina.

Pomarańczowy znowu się pojawił na kilka sekund, po czym znikł w mgnieniu oka. - Ta medytacja transcendentna bardzo pani pomogła!

Poruszyła się zaniepokojona. - Nie chciałabym z panem mieć do czynienia. Za dużo pan wie.

Odwrociłem rysunek, by mogła zobaczyć, co zrobiłem. - Teraz dorysuję do niego czakry. Ma pani siedem ośrodków energii w swoim ciele, które mają ścisły związek z pani emocjami i uczuciami w odniesieniu do różnych dziedzin życia. - Wskazałem jej, gdzie się one znajdują, i poprosiłem, by wstała na chwilę. Wydawała się skrępowana, gdy przyglądałem się jej czakrom, z ulgą znowu usiadła.

Szybko narysowałem każdą z czakr. - Omówię je po kolei, ale jak pani zobaczy, są ze sobą powiązane, a pani ma kilka blokad, które hamują panią w rozwoju.

- Czy to się stało teraz?

- Prawdopodobnie działa się to stopniowo. Wydaje mi się jednak, że doszła pani do punktu zwrotnego, a to, w którą stronę się pani skieruje, zależy całkowicie od pani.

- Nie wiem, w którą stronę się skierować.

- Być może moje uwagi będą dla pani wskazówką. Po pierwsze, pani czakra podstawowa jest zablokowana. Zarządza ona poczuciem bezpieczeństwa i pewnością siebie. W sanskrycie słowo, które ją określa, znaczy „wsparcie”. Czakra podstawowa pomaga twardo stać na ziemi. Gdy jest zablokowana, jak u pani, może pani odczuwać lęki, nerwowość lub zagrożenie.

- Zagrożenie, owszem. Lęki, być może, ale nerwowość? Nie.

- Ta czakra sprawuje władzę nad naszymi odruchami obronnymi, tak więc w jednej chwili może pani mieć chęć uciekać, w drugiej jest pani gotowa walczyć.

Powoli pochyliła głowę, przytakując. - To dokładny opis.

- Pani czakra krzyżowa również jest zablokowana. Kiedy obie te czakry są zablokowane, wskazuje to często na problemy seksualne. Oznacza to również, że daje pani wyraz uczuciom urazy i gniewu.

- Chciałabym je wyrazić, ale się powstrzymuję.

- Nie może pani tego robić dłużej. Proszę spojrzeć, jak to pani szkodzi! Musi pani znaleźć sposób na ujawnienie swoich uczuć.

- Wiele lat temu jeździłam na opustoszałą plażę i krzyczałam, wrzeszczałam do utraty głosu.

- Czy lepiej się pani potem czuła?

Zaśmiała się tym razem miłym, naturalnym śmiechem. - Czułam się wspaniale, dopóki się nie odwróciłam i nie zobaczyłam, że mój mąż siedzi za mną na piasku!

- Może powinna pani wrócić na tę plażę. A może po prostu powinna pani zorganizować spokojną kolację we dwoje, by móc pomówić o tym, co panią dręczy.

- Dlaczego sądzi pan, że przyczyną jest mój mąż?

- To oczywiście, że nie jest nią pani praca. Ale problem ma związek z pani emocjami na bardzo głębokim, niemal pierwotnym poziomie. Domyślam się, że pani mąż nie mówi tego, co myśli, lub nie rozmawia z panią o poważnych sprawach.

- To drań!

- Być może, ale pani wciąż go kocha. Pochyliła się. - Czy tak twierdzi moja aura?

- Trochę wyprzedzam sprawy, ale pani czakra sercowa jest w całkowitej równowadze, co oznacza, że mimo wszystko nadal może pani kochać. Oznacza to także, że i on panią kocha. Musiałbym jednak zobaczyć jego aurę, by dokładnie ocenić sytuację.

- Jim mnie kocha? - W jej głosie dźwięczało zdziwienie. Wyciągnęła rękę i dotknęła mojego kolana. -Naprawdę pan tak myśli?

- Nie myślę, ale czuję i widzę to w pani aurze. Pani może także ofiarować dużo miłości.

Po raz pierwszy odprężyła się i wyglądała o wiele młodziej.

- Wróć teraz do pani czakry splotu słonecznego. Jest nadmiernie pobudzona. Stała się pani perfekcjonistką i pracoholiczką. Prawdopodobnie bardzo dużo pani wymaga od innych.

Oblizwała wargi i przytaknęła. - To mogę zmienić.

- Jak już mówiłem, pani czakra sercowa jest w równowadze. Oznacza to, że może pani pomagać innym. Okazując współczucie i miłość, potrafi pani wspierać ludzi w ich rozwoju i dać im nadzieję oraz siłę.

- Powinam tak postępować ze swoją rodziną.

- Ciągle jeszcze pani może. Nigdy nie jest za późno, a pani bliscy wiedzą, że pani ich kocha. Nie można ukryć blasku, jaki emanuje z pani czakry sercowej.

- Dziękuję.

- Teraz przejdziemy do trzech górnych czakr, znanych jako „trójca”. Pani czakra gardłowa jest nieco zbyt pobudzona. Potrafi pani wspaniale wyrażać samą siebie, ale teraz jest pani prawdopodobnie dogmatyczna, sarkastyczna i zgorzkniała. Kiedy się pani tego pozbędzie, kontakty z ludźmi znowu będą doskonałe. Pani czakra brwiowa jest w równowadze. Trochę to dziwne, ponieważ ma ona związek z myśleniem, a pani w tej chwili jest nieco zagubiona. Ta czakra mówi, że w przypadku jakiegokolwiek problemu znajdzie pani rozwiązanie, korzystając ze swego doskonałego umysłu. W zasadzie pozostaje pani w kontakcie z nieskończonością i w miarę upływu czasu coraz bardziej będzie pani świadoma swojej duchowej natury. Ma pani czarną płamę w swoim ciele eterycznym, obok prawego kolana. Znajduje się tam od dłuższego czasu. Czy uszkodziła sobie pani kiedyś nogę?

- Złamałam ją jako nastolatka, grając w hokeja. Czasami rwie mnie w tym miejscu.

- Poza tym w kwestii zdrowia pani aura wygląda dobrze, oprócz tego napięcia, w jakim pani teraz pozostaje. Przydałby się im urlop, szczególnie gdyby pani pojechała w jakieś nieznane miejsca, gdzie mogłaby pani spojrzeć z dystansem na swoje problemy. Musi pani ocenić swoje sprawy z zewnątrz. To dodałoby pani sił i witalności.

Przytaknęła. - Nie mówiąc o entuzjazmie. Mam zamiar to zrobić. Dziękuję.

- W pani aurze znajduje się spora liczba kształtów myślowych. Najbardziej wyraźne mają formę książek. Ewidentnie pragnie się pani uczyć.

- Chcę znowu studiować.

- Wspaniale. To właśnie znaczą te książki. Widzę również linę zawiązaną na duży węzeł. Oznacza to, że większa część pani życia jest pogrążona w chaosie i musi pani ten węzeł rozwiązać. Myślę, że oboje wiemy, jakiej dziedziny to dotyczy.

Kiwnęła głową w zamyśleniu. - Mniej pracy, więcej rozrywki, czy nie tak?

- To oczywiście zależy od pani, ale wydaje mi się, że potrzebuje pani więcej równowagi w życiu. To oczywiste, że kocha pani swoją pracę i dobrze ją pani wykonuje, proszę więc się jej trzymać. Ale byłoby dobrze, gdyby znalazła pani trochę miejsca dla innych ważnych dziedzin życia. Jeśli będzie pani mogła wziąć urlop, znajdzie pani czas, by o tym wszystkim pomyśleć. Na koniec chciałbym powiedzieć, że pani aura jest zachwycająca. Została pani obdarowana większymi zdolnościami i potencjałem niż większość z nas i potrafi z nich pani korzystać. Niech pani pamięta, by otoczyć się wyjątkowymi ludźmi. Widzę duże

sukcesy i szczęście w pani przyszłości.

* * *

Moje dłuższe czytanie aury może zająć nawet godzinę, w zależności od tego, co widzę. Odczytujący aurę jest w pewnym sensie doradcą. Niewątpliwie ukończenie odpowiednich kursów byłoby ci bardzo pomocne, jeśli pragniesz profesjonalnie zająć się analizą aury.

Opisana kobieta nie była zbyt komunikatywna. Na ogół czytanie aury zamienia się w rozmowę. Lubię, gdy ludzie komentują to, co mówię, i zadają pytania. Gdy to robią, mogę przyglądać się różnym częściom aury, by znaleźć odpowiedź. Myślę, że taki seans jest bardziej pomocny, niż gdy ktoś spokojnie siedzi i tylko słucha. Czasami ludzie chcą cię sprawdzić i nie dają żadnych wskazówek, ale to dlatego, że na ogół nie wiedzą, czy mogą zadawać pytania. Dlatego na początku zawsze mówię moim klientom, że mogą pytać o wszystko, co ich interesuje. A kiedy to czynią, masz możliwość dostarczyć im takich informacji, które będą dla nich pożyteczne.

Odczytywanie aury jest bardzo osobistym doświadczeniem zarówno dla tego, który czyta, jak i jego klienta. Ludzie nie mogą nic ukryć przed tobą. Nawet jeśli kłamią bardzo przekonująco, zdołasz zobaczyć prawdę w ich aurze. Wiele osób odczuwa potrzebę kłamstwa, by dodać sobie znaczenia. Rzadko podważam to, co mówią, chociaż aura wskazuje na coś zupełnie innego. Nie zapominam jednak o ich mijaniu się z prawdą, udzielając im rad.

Czytanie aury może dawać dużo zadowolenia, szczególnie gdy widzisz, jak ludzie rozwijają się w wyniku twoich rad. Zaczynij od bardzo krótkich seansów. Poproś przyjaciół i znajomych, by cię informowali o dokładności twoich uwag. Bez trudu znajdziesz chętnych, z którymi będziesz mógł ćwiczyć. Gdy ludzie usłyszą, że czytasz aurę, sami będą się do ciebie zgłaszać. W miarę nauki, gdy będziesz coraz lepszy w tym, co robisz, przedłużaj swoje seanse. Odczytywanie aury, które wykonuje się „dla rozrywki”, trwa około pięciu minut i jest raczej powierzchowne. Natomiast pełny odczyt często zajmuje nawet godzinę.

Czytanie aury może być bardzo wyczerpujące emocjonalnie. Musisz się uwolnić od wszystkich negatywnych myśli i emocji, przejętych przypadkiem od ludzi, których aurę odczytujesz. Mnie po długim seansie pomaga zamknięcie oczu i kilka głębokich oddechów. Wydechając powietrze, mówię sobie „zrelaksuj się i zapomnij”. Na koniec wyobrażam sobie, że otacza mnie ochronna aura. Postępując w ten sposób, potrafię czytać aurę przez cały dzień i pod wieczór nadal czuć się świeży i pełen energii.

Taka ochrona samego siebie to ważna sprawa, jesteś to winien sobie i innym. Czasami

ludzie będą ci opowiadać niezwykle tragiczne i smutne historie. Ich negatywne nastawienie i gorycz mogą mieć na ciebie wpływ, przygnębiając cię i pozbawiając energii. Powinieneś utrzymać pozytywne spojrzenie na świat i zachowywać dobre zdrowie, by w miarę swoich możliwości pomagać każdemu, kto cię o to poprosi.

Musisz się również nauczyć, jak być zaangażowanym i troskliwym, a jednocześnie zachować pewien dystans. Tę umiejętność muszą opanować również lekarze i pielęgniarki. Nie wolno ci angażować się uczuciowo w problemy twoich klientów. Chcąc odnosić sukcesy w czytaniu aury, musisz być współczującym człowiekiem, nie możesz jednak przyjmować kłopotów innych ludzi za swoje. Twoim obowiązkiem jest pomagać ludziom najlepiej, jak potrafisz, ale również dbać o siebie.

Jeśli będziesz tak postępować, uda ci się wesprzeć wiele osób. To cudowne uczucie wiedzieć, że ludzie przychodzą do ciebie, czasami po latach, by powiedzieć, jak bardzo im pomogłeś. Odczytywanie aury może być bardzo wdzięcznym zajęciem.

Wnioski

W miarę pogłębiania się twojej wiedzy o aurze, twoje życie się zmieni. Pogłębisz zainteresowanie kolorami, zaczniesz dostrzegać więcej piękna wokół siebie i będziesz się zastanawiać, jak mogłeś się dotąd bez tego obejść. Badanie aury jest fascynującym zajęciem, które poszerzy twoje horyzonty i pozwoli ci pomagać zarówno innym, jak i sobie.

Pamiętaj, że istnieje wiele błędnych poglądów na temat aury. Czasami będziesz źle rozumiany. Niektórzy ludzie uważają aurę za halucynacje. Inni sądzą, że to dzieło szatana. Oczywiście są i tacy, którzy widzą w niej rękę Boga. Spotkasz osoby, którym się będzie wydawać, że postrzegasz aurę przez cały czas i wokół każdego. Niektórzy będą twierdzili, że umiejętność ta daje ci niezасłużoną przewagę nad innymi.

Bądź wyrozumiały dla ludzi, którzy będą kpić z twojej zdolności widzenia i interpretowania aury. Z czasem, jeśli nie w tym wcieleniu to w następnym, odkryją prawdę o tym zjawisku.

Oby twoje życie było przepełnione wszystkimi barwami tęczy.

Aneks A

Znaczenie kolorów

W aurze człowieka można odnaleźć ogromną liczbę barw. Ta różnorodność na pierwszy rzut oka może ci się wydawać zniechęcająca, ale w miarę zdobywania doświadczenia interpretacja kolorów okaże się dużo łatwiejsza, niż się spodziewałeś.

Na szczęście przez ostatnich kilka tysięcy lat wielu ludzi badało aurę i zostało ustalone, co każdy z kolorów oznacza. Łatwo jest na przykład stwierdzić, że brudna, ciemna czerwień wskazuje na zły humor i zmysłowość, ale już interpretacja jasnego kasztanu czy spranego rózu nie będzie taka prosta.

Poniższa lista ma służyć wyłącznie jako przewodnik. Powstała w wyniku moich własnych spostrzeżeń i spostrzeżeń moich uczniów. Kiedy zobaczysz jakąś niezwykłą barwę, zaufaj swojej intuicji i własnemu rozumowi, zanim sprawdzisz jej znaczenie w tym spisie. Może się okazać, że będziesz miał inne zdanie na temat podstawowych znaczeń, które w nim zawarłem. Jeśli tak, przyjrzyj się jeszcze raz analizowanej barwie i sprawdź, czy jej opis się zgadza z podanym przeze mnie. W razie wątpliwości ufaj swojej intuicji.

Miałem wątpliwości co do zasadności załączania tego wykazu, ponieważ lepiej by było, abyś sam odkrył znaczenie tych barw przez obserwację i zadawanie pytań. Jednak w czasie zajęć okazało się, że większość ludzi chciałaby mieć jakieś potwierdzenie swoich odkryć. Dlatego traktuj mój wykaz jako przewodnik i przestań go używać, gdy dobrze poznasz znaczenie poszczególnych barw.

Na ogół jasne, piękne kolory są dobrym znakiem, a brudne - niezmiennie negatywnym.

Większość wymienionych tutaj kolorów występuje jako kształty myślowe, które pojawiają się na chwilę i znikają. Jeśli związana jest z nimi jakaś emocja, pozostaną nieco dłużej. Z czasem zorientujesz się, które barwy stanowią część stałej aury, a które tylko odzwierciedlają zmienne nastroje i uczucia otaczających cię ludzi.

CZERWIEN: energia

Krwista czerwień: mściwość i zazdrość.

Jaskrawa czerwień: siła i umiejętność przekonywania.

Jasna czerwień: przyjazny charakter i ćwiczenia fizyczne.

Karmazynowy: seksualność i niskie napiętności.
Ciemna czerwień, prawie czarna: egoizm i zachłanność.
Głęboka czerwień: napiętność.
Brudna czerwień: zmysłowość i rozpusta.
Matowa czerwień: egoizm.
Ostra czerwień: poirytowanie i niepokój.
Lekka czerwień: nerwowość.
Magenta: wesołość.
Czerwień róży: czysta, altruistyczna miłość.
Różowy: radość i szczęście.
Szkarłat: nie kontrolowane emocje.
Prawdziwa czerwień: ambicja i odwaga.

POMARAŃCZOWY: emocje

Jaskrawopomarańczowy: silne emocje.
Jasnopomarańczowy: towarzyskość i otwartość.
Ciemnopomarańczowy: pobłażliwość wobec siebie, brak kontroli nad emocjami.
Matowy pomarańczowy: podatność na irytację.
Czerwonawo-pomarańczowy: pragnienie zrobienia wrażenia na innych.
Prawdziwie pomarańczowy: dobra organizacja i kompetencje.

ŻÓŁTY: intelekt

Jaskrawożółty: duża inteligencja.
Matowy żółty: lenistwo i niepraktyczność.
Cytrynowy: jasność myślenia.
Musztardowy: przebiegłość i nieuczciwość.
Bladożółty: rozwaga.
Świetlisty żółty: logika i duchowe aspiracje.
Żółtozielony: niewielka inteligencja.
Prawdziwy żółty: towarzyskość, komunikatywność i troskliwość.

ZIELONY: uzdrawianie i równowaga

Jaskrawozielony: dobre zdrowie i witalność.
Ciemnozielony: zazdrość.

Brudna zieleń: zawiść, nieuczciwość i oszustwo.

Szmaragdowy: empatia.

Trawiasty: umiejętność przystosowania się.

Szarzielony: depresja i rozczarowanie.

Jasnozielony: sympatia, zrozumienie i umiejętność wybaczenia.

Błotnista zieleń: zawiść.

Prawdziwa zieleń: humanitaryzm i łagodność serca.

BŁĘKIT: różnorodność

Jaskrawoniebieski: niezależność i lojalność.

Ciemnoniebieski: mądrość.

Matowy błękit: poczucie ograniczenia.

Jasnoniebieski: oddanie i wielkie ideały.

Liliowoniebieski: idealizm.

Bładoniebieski: niedojrzałość.

Głęboki błękit: duchowość.

Prawdziwy błękit: wyobraźnia i percepcja.

INDYGO: odpowiedzialność

Jaskrawy indygo: troska o innych.

Ciemny indygo: świadomość duchowa.

Matowy indygo: rozczarowanie.

Świetlisty indygo: pogoda ducha.

Prawdziwy indygo: niezależność i odpowiedzialność.

FIOLET: duchowość

Ametyst: przebudzenie duchowe.

Liliowy: humanitaryzm.

Świetlisty fiolet: wiara, intuicja i świadomość.

Purpura: duma i umiłowanie przepychu.

Prawdziwy fiolet: intuicja i duchowość.

CZERŃ: złośliwość

Szarawa czerń: wrogość i okrucieństwo.

Czysta czerń w ciele eterycznym: kłopoty zdrowotne.

Może również oznaczać ból, nienawiść i przewrotność, gdy występuje w innym miejscu.

Sprana czerń: tajemniczość i pesymizm.

Prawdziwa czerń: silny charakter i upór.

BRAŹ: materializm

Brudny brąz: skąpstwo.

Błotnisty brąz: egoizm.

Czysty brąz: ambicja i materializm.

Czerwony brąz: zachłanność.

Prawdziwy brąz: rozsądek i ciężka praca.

ZŁOTY: mądrość

Czysty złoty: duża inteligencja i umiejętność przekazywania wiedzy.

Świetlisty złoty: pozytywny stosunek do świata i wspieranie innych.

Żółtozłoty: zadowolenie i dobre samopoczucie.

Prawdziwy złoty: idealizm i wierność zasadom.

SZARY: konwencjonalność

Jasnoszary: egoizm i brak wyobraźni.

Matowy szary: znudzenie, lęk i melancholia.

Zielonkawoszary: negatywne myśli.

Szary wokół głowy: ból głowy.

Szarawy brąz: złe zdrowie.

Szare plamy w ciele eterycznym: początek choroby.

Ołowiany: zwątpienie w siebie.

Lekkoszary: kłopoty ze zdrowiem i brak energii.

Prawdziwy szary: stres i zmęczenie.

RÓŻOWY: miłość.

Jasnoróżowy: współczucie.

Koraloworóżowy: niepewność i niedojrzałość.

Czysty różowy: czułość i oddanie.

Różowy jak róża: radość i optymizm.

Łososiowy: humanitaryzm i uniwersalna miłość.

Sprany różowy: zależność.

Prawdziwy różowy: afekt, miłość i sympatia.

SREBRNY: idealizm

Błyszczący srebrny: romantyczny i godny zaufania.

Matowy srebrny: idealistyczny marzyciel.

Prawdziwy srebrny: szacowny i uczciwy.

BIAŁY: czystość

Kremowy: humanitaryzm i idealizm.

Świetlisty biały: perfekcja i duchowa świadomość.

Prawdziwy biały: perfekcjonista.

Aneks B

Słowa kluczowe czakr

Czakra podstawowa

Cechy pozytywne

aktywny

ambitny

pewny siebie

zdecydowany

seksualny

spontaniczny

Cechy negatywne

władczy

egoistyczny

egocentryczny

uparty

zmysłowy

impulsywny

Czakra krzyżowa

Cechy pozytywne

elastyczny

ambitny

chętny do współpracy

dplomata

przyjazny

uczciwy

gościnnie

Cechy negatywne

apatyczny

obojętny

egoistyczny

manipulant

nieśmiały

powierzchny

przewrażliwiony

Czakra splotu słonecznego

Cechy pozytywne

analityczny

uroczy

twórczy

elokwentny

entuzjastyczny

giętki

inspirujący

Cechy negatywne

krytyczny

powierzchny

dyletant

lekkomyślny

o zmiennych nastrojach

kłótniwy

trywialny

Czakra sercowa

Cechy pozytywne

współczujący
wierny
szczodry
wspierający
o otwartym sercu
wytwały
poważny
szczerzy

Cechy negatywne

egoistyczny
niepewny siebie
ograniczony
władczy
nieufny
sfrustrowany
sztywny
uparty

Czakra gardłowa

Cechy pozytywne

elastyczny
entuzjastyczny
idealista
lojalny
spokojny
postępowy

Cechy negatywne

kapryśny
niezdecydowany
niecierpliwy
autorytarny
niesforny
pobłażający

Czakra brwiowa

Cechy pozytywne

esteta
przyjazny
szczodry
natchniony
intuicyjny
kochający
rozumiejący

Cechy negatywne

wymagający
lękliwy
krytyczny
niezorganizowany
zapominalski
marudny
wścibski

Czakra korony

Cechy pozytywne

uroczy
twórczy

Cechy negatywne

introwertyk
negatywny

intuicyjny

logiczny

mistyczny

spokojny

zrównoważony

przekształcający

introspektywny

krytyczny

fantasta

egocentryk

izolujący się

nietolerancyjny

Słowniczek

Aura - niewidzialne pole energetyczne, które otacza każdą żywą istotę. Nie tylko otacza jej ciało, ale także stanowi część każdej komórki i odzwierciedla wszystkie subtelne energie życiowe. Dlatego powinna być traktowana raczej jako przedłużenie ciała, a nie coś, co je otacza. Aura ma różne rozmiary i zabarwienie, w zależności od samopoczucia i rozwoju duchowego człowieka.

Aura fizyczna - składa się z materii oraz pól energetycznych, które otaczają ciało. Ponieważ wszyscy jesteśmy ciepli w porównaniu z otoczeniem, wszyscy mamy termiczne gradienty, które wytwarzają prądy powietrza w pobliżu naszego ciała. Nasze organizmy nieustannie emanują energię podczerwoną. Otacza nas również elektrostatyczne i elektryczne pole jonów. Człowiek jest źródłem promieniowania elektromagnetycznego o niskiej częstotliwości (fale radiowe do 100 kHz).

Aura nastroju - kolor podstawowy przy zmianach nastroju bywa chwilowo zastępowany przez inne barwy. Aura nastroju oddaje nasz stan emocjonalny. Jeśli na przykład miałeś miły dzień, a ktoś nagle cię zwymyślał, twoja aura natychmiast zareaguje na zmianę twojego stanu emocjonalnego. Kolor, który by się wtedy pojawił, byłby dużo lepiej widoczny niż zwykle kolory twojej aury, dopóki nie wyzwoliłbyś się od tych emocji.

Aura zdrowia - patrz **sobowtór eteryczny**.

Ciała subtelne - aura składa się z wielu warstw znanych jako ciała subtelne. Większość ludzi, którzy potrafią widzieć aurę, dostrzega przynajmniej trzy z nich. Istnieją jednak osoby, które mogą widzieć wszystkie siedem warstw. Są to:

1. Fizyczna płaszczyzna eteryczna.
2. Płaszczyzna astralna.
3. Niższa płaszczyzna psychiczna.
4. Wyższa płaszczyzna psychiczna.
5. Płaszczyzna duchowa.
6. Płaszczyzna intuicyjna.
7. Płaszczyzna absolutu.

Ciało astralne - zwane czasami astralnym sobowtorem lub ciałem emocjonalnym, całkowicie otacza ciało fizyczne, a składa się z materii eterycznej. Według joginów dusza mieszka w ciele astralnym.

Ciało emocjonalne - patrz **ciało astralne**.

Ciało eteryczne - powiela ciało fizyczne. Uważa się na ogół, że to właśnie ono dostarcza ciału fizycznemu energii oraz świadomości. Ciało eteryczne może się przemieszczać w przestrzeni, po oddzieleniu na krótki czas od ciała fizycznego. Kościół nazywa to bilokacją, a najśłynniejszy tego przypadek miał miejsce w Limoge we Francji w 1226 roku. Św. Antoni z Padwy odprawiał mszę, gdy nagle przypomniał sobie, że powinien wygłaszać kazanie w zupełnie innym miejscu. Ukłękł i naciągnął kaptur na głowę, a zgromadzenie czekało. W tej samej chwili zakonnicy widzieli go, jak czytał Biblię na drugim końcu miasta.

Czakry - ośrodki energii umieszczone wzdłuż kręgosłupa w ciele eterycznym. Czakry pochłaniają i rozdzielają energię fizyczną, psychiczną, emocjonalną i duchową. W tych właśnie miejscach energia jest dużo większa niż w innych.

Istnieje siedem czakr:

podstawowa, u podstawy kręgosłupa;

krzyżowa, pośrodku odcinka między kością łonową i pępkiem;

splotu słonecznego, na poziomie tego splotu;

sercowa, między łopatkami na poziomie serca;

gardłowa, na wysokości gardła;

brwiowa, na wysokości czoła, tuż nad brwiami;

korony, na czubku głowy.

Fotografie Kirliana - system fotografowania pól energetycznych wokół istot żywych, odkryty przypadkiem przez Siemiona i Walentynę Kirlianów w latach trzydziestych.

Halo - w sztuce sakralnej świętych przedstawia się często ze świetlistym lub złotym kołem wokół głowy. Są to częściowe obrazy aury - halo, znane długo przed narodzinami Chrystusa.

Kolor podstawowy - barwa tła aury. To właśnie ją pierwszą dostrzegają ludzie uczący się widzieć aurę. Kolor podstawowy wyjawia, co człowiek powinien robić w życiu. Osoby spełnione mają szeroki, żywy kolor podstawowy, w przeciwieństwie do małego, bladego koloru podstawowego ludzi, którzy nie mają pojęcia, dokąd zdążają.

Kolory promieniujące - barwy, które promieniują z ciała przez aurę na zewnątrz.

Kształty myślowe - nasze myśli przejściowo widoczne wewnątrz aury, szczególnie jeśli wiążą się z nimi jakieś emocje.

Oddychanie kolorem - ćwiczenie, które wprowadza kolory tęczy do ciała.

Różdżkarstwo - metoda odnajdywania rzeczy, najczęściej ukrytych pod powierzchnią ziemi. Poszukiwanie wody jest dobrym tego przykładem. Jednak można je stosować do

innych celów, na przykład do badania aury człowieka.

Sobowtór eteryczny - niezwykle delikatna, niemal niewidoczna otoczka rozciągająca się na centymetr wokół ciała, która rozszerza się w ciągu snu i kurczy za dnia. Kiedy ludzie rozwijają zdolność widzenia aury, na ogół dostrzegają sobowtóra eterycznego jako przestrzeń między ciałem i właściwą aurą. Jednak w miarę rozwoju swych zdolności stają się świadomi, że sobowtór eteryczny ma szarawy odcień, który tworzy szeroki wachlarz najróżniejszych, niemal świetlistych, nieustannie zmieniających się kolorów. Sobowtór eteryczny jest znany jako aura zdrowia, ponieważ choroby objawiają się w nim w postaci ciemnych plam lub przerwy w ruchu aury. Niedomagania zdrowotne mogą występować również jako utrata zabarwienia w sobowtórze eterycznym.

Trójca - górne trzy czakry. Drgają one na wyższym poziomie niż cztery dolne czakry.

Wahadelko do mierzenia aury - zawiera siedem kolorów tęczy oraz mały oznacznik, który wskazuje na kolor, nad jakim osoba używająca wahadła właśnie pracuje. Powszechnie używane przez terapeutów leczących kolorem i uzdrowicieli czakr.

Wampir psychiczny- człowiek, który wysysa energię auryczną innych ludzi w celu wzmocnienia swojej aury. Może to robić świadomie lub nie.

Warstwy aury - patrz ciała subtelne.

O autorze

Pochodzący z Nowej Zelandii Richard Webster przemierza świat, wygłaszając wykłady i prowadząc warsztaty związane z ludzką psychiką. Napisał także *Feng Shui for Beginners*, *Revealing Hands*, *Omens*, *Oghams and Oracles* oraz *Dowsing for Beginners*.

Kontakt z autorem

Jeśli chciałbyś napisać do autora lub otrzymać więcej informacji na temat tej książki, możesz wysłać list pod adresem wydawnictwa *Llewellyn Worldwide*. Zarówno autor, jak i wydawca chcieliby się dowiedzieć, czy książka ci się podobała i czy ci pomogła. *Llewellyn Worldwide* nie może zagwarantować, że autor odpowie na każdy przysłany list, ale zapewnia, że każdy zostanie mu przekazany. Prosimy pisać pod adres:

Richard Webster
c/o Llewellyn Worldwide Publications
PO Box 64383, Dept. K360-3
St. Paul, MN 55164 USA