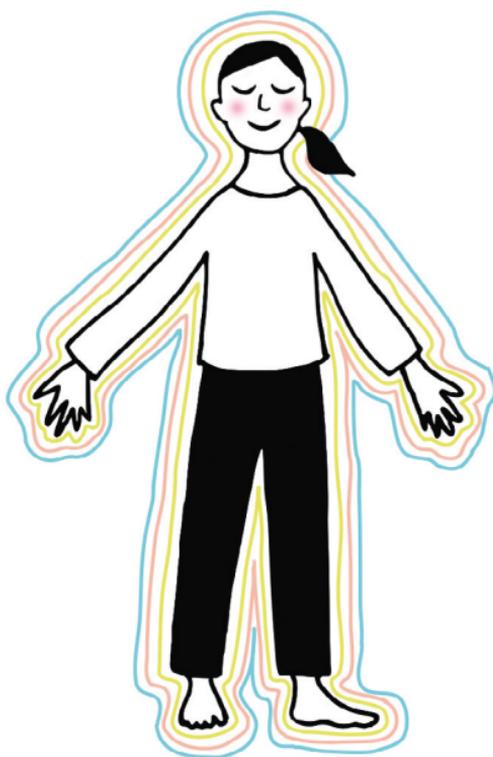


C'EST MALIN

Aurélie Aimé

LE POUVOIR DE L'AURA



**Apprenez à percevoir votre aura
et à l'utiliser**

LEDUC
ÉSO

ÉSOTÉRISME

Délicate enveloppe qui épouse nos contours, l'aura dévoile dans cet ouvrage ses mystères et ses pouvoirs. Avec Aurélie Aimé, découvrez les potentiels cachés de ce corps que nous ne pouvons pas toucher et apprenez, à votre tour, à en faire votre meilleur allié au quotidien.

Grâce à ce guide initiatique, explorez :

- **L'histoire de la représentation de l'aura dans les spiritualités du monde entier** : des premières œuvres païennes à la contre-culture hippie, pour comprendre comment est perçu ce corps subtil depuis la nuit des temps.
- **Votre anatomie subtile** : découvrez les différentes couches de l'aura et leur rôle en lien avec les chakras.
- **Les différentes manières de percevoir l'aura et comment s'entraîner** pour reconnaître ses formes, ses couleurs et les analyser.
- **Comment prendre soin de votre aura et de celle de vos proches** grâce à des exercices simples.

**ET SI VOTRE AURA ÉTAIT LA CLÉ
DE VOTRE BIEN-ÊTRE ?**

Aurélie Aimé est journaliste spécialisée en spiritualité et développement personnel. Passionnée par le monde de l'invisible, elle est aussi l'auteure de *Je m'éveille à mon féminin puissant*, *Je m'initie au pendule* et *Sauge, encens et autres plantes magiques*.

Illustration de couverture : Marie Ollier

Rayon : Ésotérisme

ISBN : 979-10-285-2704-4



6,50 euros
Prix TTC France



editionsleduc.com

LEDUC 
ÉSO

C'EST MALIN

★ DÉCOUVREZ LES AUTRES TITRES ★ DE NOTRE COLLECTION ÉSOTÉRISME !

Le b.a.-ba pour s'éveiller à la spiritualité au quotidien
par nos auteurs experts.

- ★ Nathaëlh Rémy, *Je tire les cartes du tarot de Marseille*, 2022.
- ★ Lila Rhiyourhi, *Je développe ma médiumnité*, 2022.
- ★ Aurélie Aimé, *Sauge, encens et autres plantes magiques*, 2022.
- ★ Virginie Robert, *Je communique avec les anges*, 2022.
- ★ Virginie Robert, *Mes rituels de guérison*, 2022.
- ★ Aurélie Aimé, *Je m'éveille à mon féminin puissant*, 2021.
- ★ Aurélie Aimé, *Je m'initie au pendule*, 2021.
- ★ Melanie Chereau, *Je découvre le chamanisme*, 2021.
- ★ Lila Rhiyourhi, *Je révèle mon magnétisme*, 2021.
- ★ Géraldyne Prévot-Gigant, *Je développe mon intuition*, 2021.
- ★ Mathilde Fouquet, *Devenez une sorcière*, 2020.
- ★ Valérie Robert, *J'harmonise mes chakras*, 2020.
- ★ François Vincensini, *Connaître son destin avec la numérologie*, 2020.

De la même auteure, aux éditions Leduc :
Je m'éveille à mon féminin puissant, 2021
Je m'initie au pendule, 2021
Sauge, encens et autres plantes magiques, 2022

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours... et des cadeaux !

Rendez-vous ici : bit.ly/newsletterleduc
Retrouvez-nous sur notre site www.editionsleduc.com
et sur les réseaux sociaux.



Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable !

« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison.

Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure ! C'est pourquoi nous avons fait le choix de l'écoresponsabilité. Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.



Édition : Hélène Meurice
Maquette : Laurie Baum
Correction : Audrey Peuportier
Design de couverture : Antartik
Illustration de couverture : Marie Ollier
Illustrations intérieures : Adobe Stock ; Ho Thanh Hung

© 2023 Leduc Éditions
10 place des Cinq-Martyrs-du-Lycée-Bufferon
75015 Paris
ISBN : 979-10-285-2704-4
ISSN : 2425-4355

C'EST MALIN

AURÉLIE AIMÉ

**LE POUVOIR
DE L'AURA**

LEDUC 
ES0

SOMMAIRE

INTRODUCTION	9
1. QUELQUES DÉFINITIONS	13
2. HISTOIRE ET APPROCHES	41
3. COMPRENDRE NOTRE ANATOMIE SUBTILE	65
4. PERCEVOIR L'AURA	81
5. PRENDRE SOIN DU CORPS ÉNERGÉTIQUE	119
CONCLUSION	161
BIBLIOGRAPHIE	163
MES NOTES	167
TABLE DES MATIÈRES	187
SCHÉMAS ET ILLUSTRATIONS	193

Je dédie cet ouvrage à tous les chercheurs d'invisible qui ont œuvré dans le champ du subtil depuis l'aube de l'humanité. Grâce à leurs contributions, leur ténacité et leur esprit avant-gardiste, l'humanité peut continuer à incarner toujours plus l'union du terrestre... et du céleste.

Merci à Daniel Kieffer, Simon Dumas, Anne-Sophie Casper et aux témoins anonymes pour leur confiance.

AVERTISSEMENT

L'objectif de cet ouvrage est de permettre à chacun de développer sa capacité naturelle à voir l'aura humaine.

Les exercices proposés ne se substituent en aucun cas à la consultation de professionnels de la santé lorsque cela est nécessaire. Nous invitons par ailleurs à la vigilance lorsqu'il s'agit de choisir un « thérapeute énergétique », et à faire vous-même usage de vos aptitudes avec discernement et éthique.

INTRODUCTION

On dit parfois qu'il émane d'un être « une aura de mystère ». *Mystérieux* est sans nul doute un terme qui correspond bien à ce champ subtil entourant le corps humain, au mieux mal connu, au pire méprisé par la plupart des gens qui le réduisent au mouvement new age dérivé de la période hippie. Pourtant, qu'il s'agisse de l'hindouisme, du christianisme ou de l'anthroposophie, il est question de cette émanation colorée de notre enveloppe charnelle dans un grand nombre de traditions et courants ésotériques. La plupart des anciennes médecines du monde l'ont intégrée à leur champ de connaissances et à leurs protocoles de mieux-être. Même le monde scientifique s'en est emparé au XIX^e siècle, en Europe, puis en Russie !

D'une contrée et d'une époque à l'autre, on l'a nommée et définie différemment. L'une des

racines du terme *aura* est latine et signifie « air en mouvement, brise ». Et pour cause, l'une des caractéristiques de cette exhalation est son aspect éthéré. Il s'agit d'une enveloppe subtile qui suit les courbes de notre corps, aux nuances mobiles et fluctuantes comme le vent. Tout à fait unique et personnelle, elle se décline sous toutes les couleurs imaginables, relatives à notre essence, aux émotions qui nous traversent, ou maladies qui nous touchent. C'est, en quelque sorte, le « petit vent de notre âme ». Certains auteurs font une analogie entre l'aura et l'atmosphère terrestre. À l'image de cette dernière, elle est une couche protectrice et vectrice d'échanges avec le monde extérieur.

En tant que journaliste spécialiste des spiritualités, aborder ce sujet aux contours parfois flous, et dont les définitions et le champ d'expérience sont extrêmement vastes, n'a pas été chose aisée. Toutefois, grâce à des sources de qualité, aux témoignages de thérapeutes aguerris et d'expérimentateurs comme vous et moi, j'espère vous proposer ici un ouvrage authentique, qui vous permettra – sans avoir la prétention d'être exhaustif – de cheminer avec joie autour de ce sujet et de vous donner l'envie d'explorer.

Voir l'aura est une capacité naturelle de l'être humain que chacun d'entre nous peut développer avec un petit peu d'entraînement et de persévérance. A-t-on des preuves de l'existence de cette émanation ? À quoi sert le fait de la voir, ou d'en prendre soin ? Ce livre vous proposera de nombreux protocoles et exercices afin de percevoir ce champ, de pouvoir progresser sur votre cheminement spirituel et d'acquérir des clés pour prendre soin de vous-même et de ceux que vous aimez. Je vous souhaite une belle découverte.

Chapitre 1

Quelques définitions

« Bien que notre paquet de chair et d'os paraisse très convaincant, ce n'est qu'un masque, une illusion déguisant notre moi véritable qui n'a pas de limite. »

Dr Deepak Chopra

QU'EST-CE QUE L'AURA ?

Si l'aura devait être décrite en quelques mots, ceux-ci pourraient être « corps de lumière ». On considère dans la plupart des milieux spirituels que tout ce qui existe, de la table à l'être humain en passant par la montagne, l'arbre, la poule..., émet un champ de particules subtiles composé de lumière colorée. Il s'agit de notre force vitale rendue visible, prenant la forme d'un œuf plus ou moins étendu l'épousant de toutes parts. Si ce halo enveloppant la matière est invisible pour la plupart d'entre nous, certaines

personnes sensibles, de même que les animaux et les enfants, pourraient le percevoir. Il est couramment admis que son étymologie vient du grec et du latin *aura*, signifiant « brise » ou « souffle d'air ». Les ésotéristes privilégient cependant अर (*ara*), terme sanskrit désignant les rayons d'une roue, en allusion aux radiations énergétiques émanant du corps humain.

De très nombreuses nuances se sont déployées pour définir cette réalité, en fonction des sources et des époques, si bien qu'il peut paraître difficile de se repérer et de dresser une liste exhaustive des caractéristiques qui lui sont attribuées. On trouve pour ainsi dire autant de définitions de l'aura que d'« aérateurs » pour en parler... Toutefois, ce corps subtil, loin d'être un concept new age nébuleux, est identifié depuis la nuit des temps. Il en est question dans la plupart des grandes traditions et des grands courants spirituels. Si l'origine exacte des premières descriptions de l'aura n'est pas établie avec certitude, elle a été dépeinte dans les religions abrahamiques, le bouddhisme, l'hindouisme, mais aussi au sein de mouvements, telle l'anthroposophie, chez les pythagoriciens ou encore dans la médecine quantique... Les auteurs de *Future Science*, John

White et Stanley Krippner, ne recensent pas moins de 97 cultures différentes qui font référence à l'aura, utilisant cette appellation, ou une autre. Au final, si le vocabulaire change, chacun décrit le même phénomène, dont nous avons pu affiner les contours et les caractéristiques au fil du temps... Bien qu'ils demeurent pour la majeure partie nimbés de mystère !

Depuis des temps très anciens, les médecines traditionnelles se sont attachées à percevoir et à comprendre les plans subtils que percevaient les sages. Il y a quelques décennies, la science orthodoxe s'y est aussi intéressée. De nombreux scientifiques, tels le psychiatre Wilhelm Reich (1897-1957), le chimiste Karl von Reichenbach (1788-1869), le Dr Walter Kilner (1847-1920), ou, plus récemment, le physicien Konstantin Korotkov (1952), ont étudié l'aura, permettant d'en définir un peu mieux les contours. Ainsi, comme le synthétise l'autrice spécialiste des champs énergétiques Cyndi Dale : « L'aura possède un état fluide ; se compose de différentes couleurs, donc de fréquences ; est perméable et pénétrable ; est

de nature magnétique, bien que possédant des propriétés électromagnétiques* . »

D'autres théories ont révélé le lien entre notre état d'être émotionnel et physique et les caractéristiques de cette émanation. À l'instar des empreintes digitales, une aura individuelle unique aux mille et une nuances émane de chacun d'entre nous. D'une personne à l'autre, et en fonction de notre état du moment, cette « seconde peau » énergétique change d'apparence, pouvant être vaste, lumineuse, colorée et pulsante, ou au contraire rétractée et terne. Avec toutes les tonalités possibles entre ces deux extrêmes. « Les nuances et couleurs de l'aura présentent un kaléidoscope en évolution perpétuelle, d'une merveilleuse beauté et aux caractéristiques des plus intéressantes. L'occultiste entraîné est capable de décrypter la personnalité de n'importe quel individu, de même que la nature de ses pensées et émotions furtives, en étudiant simplement le changement des couleurs de son aura. Pour l'occultiste averti, l'esprit et le caractère deviennent un livre ouvert, à être étudié avec soin et intelligence** »,

* Cyndi Dale, *Le Corps subtil : la grande encyclopédie de l'anatomie énergétique*, Macro, 2021.

** William Walker Atkinson, *The Human Aura : Astral Colors and Thought Forms*, format Kindle.

décrit William Walker Atkinson. L'apparence de notre aura dépend des vertus que nous développons, de nos choix de vie au quotidien, de ce que nous traversons à un moment donné... « Je vois cette aura changer chez mes amis et mes proches, au cours de leur existence. Maladies, malheurs, amours, bonheur, tous ces états se voient dans leur aura. Pour moi, l'aura est comme la météo du corps et de l'âme... », décrit ainsi le médium Edgar Cayce, qui percevait ce halo lumineux.

Pour conclure, l'aura étant relative aux sphères subtiles, c'est une réalité qui s'expérimente plus qu'elle ne se décrit. Sa perception est soumise à une forte part de subjectivité, passant par le filtre des réalités individuelles. Au final, les mots importent moins que l'expérience et que la richesse apportée par l'exploration des facettes les plus mystérieuses de notre être.

Une enveloppe en interaction avec notre environnement

Si l'aura de chacun est unique et individuelle, elle entre en permanence en interaction avec le monde extérieur, qu'il s'agisse d'autres êtres

humains, des règnes animal, minéral, végétal, de la planète, ou du Cosmos... Notre séparation du « dehors » bornée par les limites de notre corps est un leurre ! Les frontières dans le monde subtil sont bien différentes de celles du monde physique. Cette interconnexion des champs d'énergie nous permet d'être en lien avec l'autre, de ressentir de l'empathie, de s'accorder parfois à son état. Certains médiums affirment même être témoins d'une synchronisation des couleurs de l'aura lorsque nous sommes très proches de quelqu'un ou lors d'événements à forte intensité émotionnelle, tels les matchs sportifs ou les concerts. À un certain moment, lors de moments de grâce, nous passons à un état de communion où les frontières individuelles semblent s'effacer... Cette notion de perméabilité entre les êtres vaut aussi pour les émotions et les états négatifs, d'où l'importance de développer nos ressentis subtils et d'apprendre à nous ouvrir, ou au contraire à nous protéger de l'autre lorsque c'est nécessaire. Pour cela, renforcer notre ancrage, notre discernement et travailler sur soi est essentiel.

UN CHAMP DE PLUS EN PLUS CONSIDÉRÉ PAR LA SCIENCE

Aujourd'hui, l'existence de l'aura n'est pas reconnue par la science « conventionnelle », qui attribue plutôt la perception de ces couleurs à la synesthésie, un phénomène neurologique non pathologique par lequel plusieurs sens sont associés. Toutefois, quelques travaux sérieux confirment l'existence d'un champ d'énergie enveloppant l'être humain. Entre autres, on compte les recherches du Dr Zheng Rongliang de l'université de Lanzhou en Chine. Au moyen d'un détecteur, il a constaté que l'aura vibre à un rythme et à une intensité qui varient pour chacun. En Russie, à l'Institut de bioinformatique, des scientifiques ont mesuré les « biochamps » du corps et établi que des vibrations émanent des organismes vivants. Quelques dissidents, auteurs ou chercheurs indépendants, confirment par leurs travaux les perceptions empiriques des médiums et autres personnes sensibles qui perçoivent l'aura, à l'instar de Barbara Ann Brennan, Cyndi Dale, David Tansley ou Thelma Moss. Cette dernière, psychologue diplômée de l'université de Los Angeles, a validé l'authenticité des photos montrant l'aura (méthode Kirlian, voir p. 99) et a mis en évidence ce qu'elle a nommé « bioénergie ». Elle a constaté, notamment,



que la pensée dirigée était capable d'accroître la luminescence des feuilles photographiées suivant la méthode Kirlian*. Par ailleurs, elle a mené des tests avec la guérisseuse Olga Worrall lors de séances d'énergétique. Ils ont révélé que, à mesure que la couronne lumineuse des doigts de la praticienne s'affaiblissait, celle du patient était de plus en plus vive, attestant de l'échange de substance vitale entre les deux individus.

Une portée symbolique

Le symbole est une grille de lecture qui ouvre un champ de compréhension précieux. C'est le langage préférentiel du subconscient, nous reliant aux archétypes, ce langage primitif universel appartenant à l'inconscient collectif de l'humanité. Qu'en est-il concernant l'aura ? Pour l'enseignant spirituel bulgare Omraam Mikhaël Aïvanhov (1900-1986), il existe une analogie entre l'aura et l'équipement des chevaliers de l'Antiquité, que l'on retrouve souvent dans les contes de fées : le bouclier et l'épée. Ainsi, à l'instar de ces gentilshommes qui

* Pierre-Valentin Marchesseau, *Les Mystères de l'aura et du corps vital*, Spirvie Natura, 1980.

vivaient selon les codes et les vertus chevaleresques, celui qui travaille sur son aura en cultivant la beauté, la bonté, l'altruisme, les pensées positives et les bonnes actions élargira le champ de cette émanation, qui le protégera tout comme le fait le bouclier. Par ailleurs, on pourrait voir dans l'aura une représentation du principe féminin (sensibilité, porteur de vie...), tandis que l'épée du chevalier est associée à la pensée, à l'action, à la volonté qui le nourrissent, qui lui donnent sa coloration, incarnant ainsi le principe masculin. C'est dans un équilibre des deux que l'être humain peut vivre son plein épanouissement.

Une autre analogie riche de sens peut être faite avec l'emblème des poupées russes. Selon certaines interprétations, les sept matriochkas (à l'instar des sept couches auriques, voir p. 69), disposées en série l'une à l'intérieur de l'autre, symbolisent traditionnellement la protection, la chaleur et le confort de la maison. Mais pas seulement ! Ces poupées de bois seraient une représentation de nos corps subtils, parfois peintes dans les couleurs associées, et témoigneraient de la volonté de ce peuple de transmettre l'« air de rien » cette connaissance universelle. Ainsi peut-on lire sur le site [Le bien-être russe](#) :

« Cette matriochka magnifique garde des informations sur notre structure énergétique et celle de notre univers dans son ensemble. Le monde dans lequel nous vivons est multidimensionnel. Nos ancêtres, les Slaves, expliquaient à leurs enfants la structure complexe de l'être humain en prenant l'exemple de cet objet de culte* . » La plus petite matriochka symboliserait le corps physique et la plus grande notre « moi » supérieur relié au Grand Tout...

QUELLE EST LA FONCTION DE CETTE ENVELOPPE SUBTILE ?

À la manière des poupées russes, il est dit dans la plupart des courants ésotériques et des grandes traditions que nous sommes faits de plusieurs corps « imbriqués » les uns dans les autres, du plus dense (le corps physique), au plus subtil (le corps divin). Au nombre de sept, comme nous le verrons plus tard, chacun de ces corps émet un champ dont la totalité constitue l'aura. Quelle est la fonction de cette enveloppe ? L'aura, qualifiée de « peau de l'âme » par l'enseignant spirituel Omraam Mikhaël Aïvanhov, revêt dans le subtil le même rôle que cet organe :

* le-bien-etre-russe.com

- Tout comme la peau, qui, de par sa qualité, son élasticité, sa luminosité, sa capacité de cicatrisation, révèle notre état de santé, l'aura reflète les qualités profondes d'un être, son essence, de même que ses états passagers (émotions, faiblesses métaboliques...). Elle est donc associée à l'univers psycho-émotionnel de la personne. Tout changement effectué sur notre corps physique se répercute sur ce champ, l'inverse étant vrai aussi. Connaître l'état de son aura permet ainsi de faire un « bilan » et d'ajuster ce qui doit l'être dans nos vies.
- Elle a une fonction d'interface avec l'extérieur, entre soi et les énergies du monde proches et lointaines, et les capte à la manière d'antennes. Ainsi, elle tient aussi le rôle essentiel d'appareil sensible de perception des réalités subtiles : « À travers notre aura il se produit donc un échange ininterrompu entre soi et les forces de la nature. Toutes les influences cosmiques, planétaires et zodiacales qui se déversent constamment dans l'espace, viennent jusqu'à nous, et d'après la qualité de notre aura, d'après sa sensibilité, sa pureté et les couleurs qu'elle possède, nous recevons telle et telle forces ou nous ne les

recevons pas* », décrit Omraam Mikhaël Aïvanhov.

- Selon l'image empruntée par le médecin et occultiste Papus : « L'aura est à l'humain ce que l'atmosphère est à la planète Terre. » Elle fait office de « bouclier » contre les agressions extérieures et s'avère ainsi plus ou moins providentielle en fonction de sa « santé ». Une aura affaiblie remplira moins bien son rôle de protection.
- Enfin, l'aura humaine est à la fois un champ énergétique et le reflet des énergies vitales du corps.

C'est, en somme, un outil précieux de connaissance de soi, des infinies possibilités et nuances du monde visible et invisible, et d'interaction avec le monde.

**DIVERSES MANIÈRES DE DÉCRIRE L'AURA,
POUR UNE RÉALITÉ UNIQUE**

D'une époque, d'un courant, d'un enseignant à l'autre, l'aura s'est parée de mille nuances qui font qu'il peut parfois sembler difficile d'y voir clair. Plutôt que de vouloir enfermer trop définitivement

* Omraam Mikhaël Aïvanhov, *L'Aura, notre peau spirituelle*, format Kindle.

cette réalité complexe dans des définitions rigides, je propose de nous enrichir des contours que lui donnent ceux qui ont expérimenté la richesse de cette réalité. En voici une sélection.

- **Edgar Cayce, médium (1877-1945)**

Edgar Cayce a partagé sa capacité à voir spontanément l'aura : « Aussi loin que j'essaye de me souvenir, j'ai vu les couleurs autour des gens. Je ne peux pas me rappeler avoir vu des êtres humains qui n'avaient pas frappé ma rétine avec leurs bleus, leurs verts, leurs rouges, fluides coulant autour de leur tête, de leurs épaules et de leur corps. J'ai mis longtemps à réaliser que les gens ne voyaient pas ces couleurs. Et c'est tardivement que j'ai réalisé le phénomène et que j'ai entendu pour la première fois le mot "aura" . »

- **Anne Givaudan (1951), autrice spécialiste des spiritualités**

Selon l'experte, l'aura pourrait se définir comme une « coquille de lumière au centre de laquelle évolue l'individu. Elle l'entoure d'une radiance colorée plus ou moins large, vivante, selon l'état d'âme et de santé de son "propriétaire". C'est le "champ de force" dégagé par tout être** ».

→

* Dans Pierre-Valentin Marchesseau, *Les Mystères de l'aura et du corps vital*, op. cit.

** Anne Givaudan, *Lecture d'auras et soins esséniens : thérapies d'hier et d'aujourd'hui*, Sois, 1999.