



Övning/Aktivitet - Finn färgerna i Auran

Detta är en väldigt snabb och rolig metod i att finna de färger i auran som är aktiva vid just denna tidpunkt. Auran är nämligen föränderlig, så den förändras utifrån dina tankar och känslor samt allmänna hälsa.

Antingen så kan man arbeta i par med någon i gruppen, eller med någon vän.

Man kan också använda sig bilder på sig själv eller en vän- gärna vid olika tidpunkter i livet, för att få en bild av vad man då haft för färger i auran.

Tänk på att alltid jorda dig själv innan, samt balansera dina energier och sätta skydd kring din egen energi.

1. Om ni arbetar i par, så bestäm vem som börjar.

2. Den andra personen bör antingen lämna en bild på sig själv om den inte är med dig, helst en aktuell bild, eller så får den första personen börja med att föreställa sig den andra personen i tanken. Detta gör man även om man sitter bredvid varandra. Blunda gärna om det känns lättare, och föreställ dig personen för din inre syn.

3. Visualisera personen i ett målat rum som t ex rött. Känns det som om personen hör hemma där? I sådana fall har personen rött i sin aura.

Du kanske till och med kan se eller vet var någonstans personen har rött på kroppen? Fantisera!

Kom ihåg: se vad du ser, känn vad du känner, hör vad du hör och vet vad du vet!
Du har många intuitionskanaler att använda dig av!

Fortsätt sedan med andra färger som t ex guld, lila, rosa, grönt osv.

4. När du har gått igenom olika färger så kan ni antingen byta person och göra på varandra, eller byta bild.

Listan med färgförståelse som finns i gruppen kommer att ge dig några idéer om vad dessa färger kan betyda.

Pst! Har du kommit ihåg att separera din energi från din väns, efter att du är färdig?

Copyright Eleonor Magnusson 2016
Eterna School of Light

www.eleonormagnusson.com
www.eteria.se