



IK ZIE IK ZIE... IEDEREEN HEEFT EEN AURA

De meeste mensen denken bij een aura aan een onzichtbare kleurenkrans om je hoofd. Een aura is eigenlijk niets anders dan je persoonlijke energieveld. Wat zegt een aura over je? En kun je dit beïnvloeden?

Voelbare energie

Iedereen kent wel iemand die je energie lijkt op te zuigen. Of juist iemand met een bijzonder prettige energie. En als iemand het heeft over 'een huis met slechte vibes' weet iedereen wel wat er wordt bedoeld. De energie die iemand of iets uitstraalt, is kennelijk voelbaar. Dit energieveld dat iedereen om zich heen heeft, wordt ook wel aura genoemd. De term aura komt uit het Latijn en betekent bries, stralenkrans, aureool. Volgens de Van Dale is een aura licht

dat iemand lijkt uit te stralen, oftewel: uitstraling. Een meer wetenschappelijke benadering gaat nog een stapje verder en stelt: wij stralen altijd allemaal licht uit, bestaande uit een elektromagnetisch veld. Dit veld is een weerspiegeling van wat zich binnen in ons afspeelt of, spiritueel gesteld, 'de spiegel van geest, ziel en lichaam'. Wanneer het woord uitstraling of energieveld wordt gebruikt in plaats van aura klinkt het al veel minder abstract. Maar hoe je het ook noemt, iedereen heeft een aura en elk aura is weer anders.

Via het aura wisselen we energieën met elkaar uit

Geschiedenis

Hoe dichterbij de natuur leefden, hoe groter hun bewustzijn van aura's lijkt. Voor Indianen bijvoorbeeld waren aura's de gewoonste zaak van de wereld. Volgens hen heeft ieder kruid en iedere plant een bepaald aura. Medicijnmannen en -vrouwen konden aan de hand van een ontbrekende of dofte kleur in het aura van een patiënt het passende kruid uitzoeken. De vroegste weergave van aura's is te zien op voorhistorische grotsschilderingen in Australië – heldenfiguren hadden een stralenkrans rond het hoofd – maar ook in het oude Egypte kom je aura's op graf-schilderingen en papyrusrollen tegen. De westerse wetenschap verdiepte zich pas in de negentiende eeuw voor het eerst in het menselijk energieveld. In 1858 constateerde baron Karl von Reichenbach dat planten, dieren, mensen en kristallen iets uitstraalden wat hij de odische kracht noemde. De term aura werd bedacht door William Kilner. Hij maakte ook de eerste beelden van het aura (in 1911) met behulp van verschillende rasters en verfstoffen (het 'kilnerscherm'). Het viel hem op dat het energieveld van persoon tot persoon verschilde.

Op de foto

Twee Russische wetenschappers, het echtpaar Valentina en Simjon Kirlian, ontdekten in de jaren dertig bij toeval een methode om de aura-energie te fotograferen. Deze techniek, kirlianfotografie, wordt

nog steeds toegepast. Bij een kirlianfoto worden vinger- en teentoppen gefotografeerd omdat daar de begin- en eindpunten van de belangrijkste energiebanen of meridianen zitten. Hierin zijn alle organen en lichaamssystemen vertegenwoordigd. De Duitse homeopaat en acupuncturist Peter Mandel zag een opvallend verband tussen ziektes bij zijn patiënten en de patronen op hun kirlianfoto's. Hij bestudeerde deze foto's jarenlang en vergeleek ze met uitslagen van regulier laboratoriumonderzoek. Op de kirlianfoto is exact te zien welke organen of lichaamssystemen uit balans zijn en ook emotionele problemen komen erop tot uiting. Het aura geeft dus niet alleen informatie over hoe het lichamelijke met ons is gesteld, maar ook over ons geestelijk welzijn. Mocht er sprake zijn van een disbalans, dan kan er met deze informatie gericht aan herstel worden gewerkt.

Kleurenpuntuur

Natuurgeneeskundige Caroline Frumau gebruikt in haar praktijk True Colour kirlianfotografie om energiestromen in beeld te krijgen en een energetische diagnose te stellen. Uit de foto's van de vinger- en teentoppen kan Caroline afleiden welke fysieke, maar ook emotionele problemen een rol in iemands leven spelen. Elke vinger bijvoorbeeld staat weer voor een andere leeftijdsperiode. Hierdoor ziet zij op welke leeftijd iets ingrijpends heeft plaatsgevonden. Indien een cliënt dat wenst, volgt na het maken van de aurafoto

een behandeling. Caroline werkt met kleurenpuntuur: een vorm van acupunctuur, maar dan met gekleurd licht in plaats van naalden.

Aura lezen

Een aura kan gefotografeerd worden, maar de energie die je uitstraalt kan ook gelezen worden door een auralezer. Dit is iemand met spirituele of helderziende gaven die via zijn 'hogere zelf' contact maakt met degene wiens aura hij leest. Volgens Cassandra Eason, schrijfster van het boek *Aura reading*, ziet iemand die helderziend is een aura spontaan. Maar met wat oefening kan iedereen zich erop afstemmen en ze interpreteren. Jacqueline Rozenhart van coachingsbedrijf To be yourself heeft ondanks het volgen van een zesjarige opleiding aura-reading alleen aura's gevoeld, maar nog nooit gezien. Toch doet ze aan aura-readings. Zij benadrukt dat een reading altijd een momentopname is en een interpretatie van degene die het aura leest. Een reader moet dus steeds even checken bij degene die 'gelezen' wordt of hij op de juiste weg zit.

Frisse lucht, zonlicht en muziek

Holistisch therapeut Fimme Hornstra adviseert dagelijks cliënten in zijn Centrum voor fysio- en complementaire therapieën: "Je aura is je eigen persoonlijke elektromagnetische veld van dat ogenblik met betrekking tot je fysieke en emotionele functioneren. Het versterken van je aura doe je door zo gezond mogelijk te leven. Ook emotioneel. Stel, iemand is fysiek en emotioneel aan het eind van zijn Latijn, dan is het juiste recept: slaap, rust, stress opruimen en aangepaste voeding, eventueel aangevuld met voedingssupplementen. Het positieve effect van een gezondere leefwijze is op een aurafoto heel duidelijk

te zien." Ook frisse lucht, zonlicht en muziek hebben een aantoonbaar effect op je energie en dus op je aura. Vooral gregoriaans gezang schijnt een sterk zuiverend effect te hebben op negatieve energieën in het aura. De typische vibratie en frequentie van het gregoriaanse gezang werken harmoniserend. Dit heeft een positief effect. Meditatie helpt volgens Carolina Bont, schrijfster van het boek *Een nieuwe werkelijkheid* en directeur van het Centrum voor Effectieve intuïtie, om je aura schoon te maken, te beschermen en te versterken. Luisteren naar je eigen essentiële behoeften, persoonlijke grenzen trekken en een positieve innerlijke kracht ontwikkelen geven een steviger aura.

Even afstemmen

Via het aura wisselen we energieën uit met andere mensen. De kracht en intensiteit van het energieveld dat ons omringt, verschilt van mens tot mens. Volgens de Amerikaanse schrijver Ted Andrews, die zich al jaren bezighoudt met aura's, heeft ieder mens een unieke frequentie. Soms blijkt dat wanneer de frequentie van je aura dicht bij die van een ander komt er sprake is van een natuurlijke verstandhouding. Met die mensen kun je heel goed opschieten dus. Er is dan een sterke overeenkomst in vibraties op lichamelijke, emotioneel, geestelijk en spiritueel niveau. Het tegenovergestelde kan echter ook: grote kans dat mensen bij wie u zich ongemakkelijk voelt of die u irriteren, een totaal andere frequentie hebben. U hoeft echt niet direct van baan te wisselen wanneer u dergelijke negatieve gevoelens bij een collega hebt: als twee personen langere tijd met elkaar door-

brennen, kunnen de frequenties zich vanzelf meer op elkaar afstemmen.

Alles is energie

Er vindt via het aura nog meer energie-uitwisseling plaats, namelijk met de natuur en de kosmos. In de natuur zijn energieën het beste voelbaar. Deze worden makkelijk door het menselijk lichaam opgenomen en omgezet. Niet voor niets werden vroeger mensen naar zee of naar de bossen gestuurd om aan te sterken. Ons lichaam is in staat elementaire energieën te absorberen, deze in genezende krachten om te zetten en daarmee het gehele energiesysteem te versterken. Bomen omhelzen is dus eigenlijk zo gek nog niet. Kristallen zijn al wat langer bekend om hun elektromagnetische eigenschappen. De energie die zij uitstralen, wordt makkelijk in het menselijk auraveld opgenomen. Naast natuurelementen hebben sterren en sommige planeten ook invloed op ons energiesysteem. Neem de volle maan: niet alleen wolven gaan dan huilen, ook kinderen worden vaak onrustig en sommige mensen worden extra prikkelbaar.

MEER INFORMATIE

www.truecolour.nl voor meer informatie over kirlianfotografie en eventuele behandelingen door Natuurgeneeskundige Caroline Frumau.

www.tobeyourself.nl:

Jacqueline Rozenhart van Coachingsbureau To be yourself, of bel naar 023-529 00 50.

www.fingerspain.com voor meer info over het Centrum voor fysio- en complementaire therapieën.

BOMENENERGIE

Iedere boom heeft, net als de mens, een unieke frequentie. Wie bijvoorbeeld last heeft van hoofdpijn gaat vijf tot tien minuten onder een wilg zitten.

Dennenbomen zuiveren en trekken negatieve emoties, vooral schuldgevoelens, weg. De dennenboom zelf heeft er geen last van: die gebruikt deze negatieve krachten als een soort 'mest'.

AURA VOELEN

Een heel simpele oefening om je eigen auraveld te voelen is door je handen een tijdje tegen elkaar aan te wrijven en ze vervolgens ongeveer 15 cm van elkaar uit elkaar te houden met de palmen naar elkaar toe. Breng de handen langzaam naar elkaar toe tot ze elkaar bijna raken. Herhaal dit twee- tot driemaal. Je voelt dan de elektrische lading. Om het verschil met de trilling van een ander te ervaren, doe je dezelfde oefening maar breng je jouw hand naar die van een ander.

VISUALISATIE-OEFENING

Iedereen heeft wel eens momenten waarop de energie lijkt weg te vloeien. Daar kun je niets aan doen. Eerst is het belangrijk om te weten op welke momenten je energie verliest. Op het werk, bij die ene vriendin of wanneer je op zaterdagmiddag gaat winkelen? Je kunt bepaalde situaties natuurlijk vermijden, maar dat gaat niet altijd. Handiger is het om een manier te vinden om je energie in deze omstandigheden te behouden. Visualisatie kan hier goed bij helpen: trek bijvoorbeeld een denkbeeldig energetisch eitje om je heen met doorlaatbare wanden waarbij je zelf bepaalt welke invloeden erin mogen en welke je eruit wilt laten. Het hoeft natuurlijk geen denkbeeldig ei te zijn, het kan ook een piramide zijn, een rozenkrans of een slaapzak met een stevige rits die je naar eigen keuze stevig dichttrist of een beetje openlaat. Van belang is dat je er bewust van wordt hoe je met je energie omgaat en enige controle houdt over je energiegebruik.

BOEKEN LEZEN?

Aura lezen voor iedereen door Ted Andrews, € 13,50 (Uitgeverij Schors)

Aura reading door Cassandra Eason, € 15,- (Uitgeverij Ankh-Hermes)

Een nieuwe werkelijkheid door Carolina Bont, € 12,50 (Kosmos Uitgevers)

Licht op de aura door Barbara Ann Brennan, € 32,50 (Becht's Uitgevers)