



## *Le plein de vie pour mon Aura*

Je suis au centre de mes corps de lumière.  
Mon aura m'entoure, m'enveloppe.  
Elle joue de ses couleurs, elle vibre.  
Je visualise des couleurs qui la composent.  
Je laisse venir à ma conscience ces couleurs.  
J'inspire et j'expire profondément,  
avec mon ventre.  
A chaque inspiration,  
j'attise, j'explore mon aura,  
sa lumière s'intensifie, se magnifie.  
A chaque expiration,  
je libère tout ce qui obstrue sa quintessence.  
Elle devient de plus en plus lumineuse,  
de plus en plus harmonieuse.  
Sa forme s'harmonise,  
elle devient ovale,  
lisse et belle.

Sa lumière est douce et intense à la fois,  
forte et légère.  
Je continue à respirer doucement,  
et petit à petit,  
mon aura se dilate,  
elle traverse les murs,  
elle s'étend de plus en plus loin,  
tout ce qu'elle enveloppe,  
elle le purifie.  
Plus elle se dilate,  
plus elle devient pure,  
aimante,  
chaleureuse,  
scintillante.  
Cette lumière qui m'entoure est l'expression de  
l'Amour.  
Pour toujours,  
je prends soin de le cultiver.  
Pour toujours, je prends soin de le rayonner.