

MYSTIC MICHAELA

# JAKIEGO KOŁORU JEST TWOJA AURA?



Więcej o książce na stronie [wydawcy](#)

  
STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

Książkę możesz kupić w [sklepie](#)

 **Talizman.pl**  
SKLEP EZOTERYCZNY

Przewodnik po rozpoznawaniu kolorów aury  
i odkrywaniu ich znaczenia dla lepszego poznania siebie,  
swoich relacji oraz duchowej ścieżki

  
STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

# Jakiego koloru jest twoja aura?

rekomendacje

.....

*Mystic Michaela nie tylko ułatwia zrozumienie tego trudnego tematu – quiz pozwala również każdemu z nas na odkrycie swojej własnej aury. To pomogło mi we wszystkim – od związków po moją karierę. Jakiego koloru jest twoja aura? to lektura obowiązkowa!*

**RACHEL KHONA, pisarka, publikująca m.in.  
w „Marie Claire”, „Allure” i „Cosmopolitan”**

*Mystic Michaela – przepiętna współczuciem – w sposób niezwykle jasny pisze o odnajdywaniu siebie poprzez kolory aury. A co najważniejsze, książka ta dostarcza mnóstwo radości i zabawy. Zamierzam podarować ją wszystkim swoim przyjaciółkom!*

**ALLIE JONES, pisarka publikująca dla „Gawker”\***

*Wiele spostrzeżeń Mystic Michaeli jest tak bardzo trafnych i niezwykle pouczających. Moją ulubioną cechą tej autorki (i jej nowej książki!) jest jej talent do wyjaśniania wszelkich spraw duchowych i mistycznych w sposób przyziemny, namacalny i łatwy do zrozumienia. Dzięki temu jej mądrość jest praktyczna i faktycznie pomocna w tworzeniu lepszego życia. Pomoże ci ona wrócić do swojego prawdziwego „ja”, a to jest najwspanialszy dar ze wszystkich.*

**JESSICA ESTRADA, pisarka, autorka artykułów  
w „Well+Good” oraz „Refinery29”**

---

\* Gawker – to amerykański blog założony przez Nicka Dentona i Elizabeth Spiers z siedzibą w Nowym Jorku, skupiający się na celebrytach i branży medialnej (przyp. tłum.).

**JAKIEGO  
KOLORU JEST  
TWOJA AURA?**

MYSTIC MICHAELA

# JAKIEGO KOLORU JEST TWOJA AURA?



Przewodnik po rozpoznawaniu  
kolorów aury i odkrywaniu ich znaczenia dla lepszego  
poznania siebie, swoich relacji oraz duchowej ścieżki



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

REDAKCJA: Paweł Uklejski  
SKŁAD: Krzysztof Nierodziński  
PROJEKT OKŁADKI: Krzysztof Nierodziński  
TŁUMACZENIE: Iwona Szopa

Wydanie I  
Białystok 2025  
ISBN 978-83-8301-896-6

Tytuł oryginału: *What's My Aura? Learn Your Color, What It Means,  
and How You Can Embrace Your Unique Energy Signature*

Copyright © 2023 by Simon and Schuster, LLC  
Published by arrangement with Adams Media, an Imprint of Simon & Schuster, LLC,  
1230 Avenue of the Americas, New York, NY 10020, USA.

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2025  
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Bez uprzedniej pisemnej zgody wydawcy żadna część tej książki nie może być powielana w jakimkolwiek procesie mechanicznym, fotograficznym lub elektronicznym ani w formie nagrania fonograficznego. Nie może też być przechowywana w systemie wyszukiwania, przesyłana lub w inny sposób kopiowana do użytku publicznego lub prywatnego – w inny sposób niż „dozwolony użytek” obejmujący krótkie cytaty zawarte w artykułach i recenzjach.

Książka ta zawiera informacje dotyczące zdrowia. Wydawca dołożył wszelkich starań, aby były one pełne, rzetelne i zgodne z aktualnym stanem wiedzy w momencie publikacji. Tym niemniej nie powinny one zastępować porady lekarza lub dietetyka, ani też być traktowane jako konsultacja medyczna lub inna. Jeśli podejrzewasz u siebie problemy zdrowotne lub wiesz o nich, powinieneś koniecznie skonsultować się z lekarzem, zanim samodzielnie rozpoczniesz jakikolwiek program poprawy zdrowia. Wydawca ani Autor nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za jakiegokolwiek negatywne skutki dla zdrowia, mogące wystąpić w wyniku stosowania zaprezentowanych w książce metod.



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.  
[www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii](https://www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii)



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

15-762 Białystok  
ul. Antoniuk Fabr. 55/24  
85 662 92 67 – redakcja  
85 654 78 06 – sekretariat  
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt  
85 654 78 35 – [www.talizman.pl](http://www.talizman.pl) – detal  
strona wydawnictwa: [www.studioastro.pl](http://www.studioastro.pl)

Więcej informacji znajdziesz na portalu [www.psychotronika.pl](http://www.psychotronika.pl)

PRINTED IN POLAND

**Dla Scotty'ego**

# Spis treści

<b>OD AUTORKI</b> . . . . .	14
<b>WPROWADZENIE</b> . . . . .	16

## **CZĘŚĆ 1.**

<b>ZROZUMIEĆ SWOJĄ AURĘ</b> . . . . .	19
---------------------------------------	----

Czym jest aura? . . . . .	20
Kolory aury . . . . .	22
Quiz: Jaka jest twoja aura? . . . . .	35
Jak zobaczyć swoją aurę . . . . .	56
Następny krok . . . . .	61

## **CZĘŚĆ 2.**

<b>ZAAKCEPTOWAĆ I WYKORZYSTAĆ SWOJĄ AURĘ</b> . . . . .	63
--	----

<b>Rozdział 1. Aura i twoje autentyczne „ja”</b> . . . . .	65
Co mówi o tobie twoja aura . . . . .	66

<b>ZAAKCEPTOWAĆ I WYKORZYSTAĆ SWOJĄ AURĘ</b> . . . . .	75
Poznaj swoje upodobania . . . . .	76
Poczuć się niekomfortowo . . . . .	77
Czego nie lubisz . . . . .	78
Bądź świadomy swoich dziwactw! . . . . .	79
Znajdź swoje szczęście . . . . .	80

Przeprowadź energetyczną inwentaryzację . . . . .	81
Analiza sytuacji kryzysowych . . . . .	82
Uchwycić chwilę na zdjęciu . . . . .	83
<b>Rozdział 2. Aura oraz połączenia duchowe i psychiczne . . . . .</b>	<b>85</b>
Co mówi o tobie twoja aura . . . . .	86
<b>ZAAKCEPTOWAĆ I WYKORZYSTAĆ SWOJĄ AURĘ . . . . .</b>	<b>95</b>
Stwórz swoją auryczną bańkę . . . . .	96
Praktyka jasnoodczuwania . . . . .	97
Prognoza pierwszego wrażenia . . . . .	98
Nawiąż kontakt ze swoim przodkiem . . . . .	99
Uziemienie aury w naturze . . . . .	100
Komunikacja z istotami/zjawiskami paranormalnymi . . . . .	101
Mistyczne narzędzia dla twojej aury . . . . .	102
Stwórz świętą przestrzeń aury . . . . .	103
<b>Rozdział 3. Aura i komunikacja . . . . .</b>	<b>105</b>
Co mówi o tobie twoja aura . . . . .	106
<b>ZAAKCEPTOWAĆ I WYKORZYSTAĆ SWOJĄ AURĘ . . . . .</b>	<b>115</b>
Przemawiaj do swojej aury w sposób życzliwy . . . . .	116
Analiza trudnych osób . . . . .	117
Przebudź swoją czakrę gardła . . . . .	118
Rzuć wyzwanie swojej zadowolającej innych aurze . . . . .	119
Naucz się dostrzegać niewerbalne sygnały auryczne . . . . .	120
Twój sposób przekazywania informacji . . . . .	121



Zmień perspektywę swojej aury . . . . .	123
Zbadaj głębiej kwestię nieporozumień i błędów w przekazywaniu informacji . . . . .	124
<b>Rozdział 4. Aura i rodzina . . . . .</b>	<b>127</b>
Co mówi o tobie twoja aura . . . . .	128
<b>ZAAKCEPTOWAĆ I WYKORZYSTAĆ SWOJĄ AURĘ . . . . .</b>	<b>137</b>
Zmiana na lepsze . . . . .	138
Aura a rodzicielstwo . . . . .	139
Badanie ról odgrywanych w rodzinie . . . . .	140
Zorganizuj Aura Game Night . . . . .	141
Zabawa z futrzastymi członkami rodziny . . . . .	142
Zrób krok wstecz . . . . .	143
Ustanawianie granic . . . . .	144
Akceptacja aury innych . . . . .	145
<b>Rozdział 5. Aura a zdrowie psychiczne i dobre samopoczucie . . . . .</b>	<b>147</b>
Co mówi o tobie twoja aura . . . . .	148
<b>ZAAKCEPTOWAĆ I WYKORZYSTAĆ SWOJĄ AURĘ . . . . .</b>	<b>157</b>
Twoja aura a sytuacje konfrontacyjne . . . . .	158
Drobne uciążliwości, czyli co cię drażni . . . . .	159
Odkryj aurę swojego wewnętrznego dziecka . . . . .	160
Zdefiniuj siebie na nowo . . . . .	161
Szukaj w środku zamiast na zewnątrz . . . . .	162
Naucz się radzić sobie z problemami . . . . .	163
Zmień swoje nastawienie . . . . .	165
Piętnaście minut dla siebie . . . . .	166

<b>Rozdział 6. Aura i zdrowie fizyczne</b>	169
Co mówi o tobie twoja aura	170
<b>ZAAKCEPTOWAĆ I WYKORZYSTAĆ SWOJĄ AURĘ</b>	179
Co objawy fizyczne mówią o twojej aurze?	180
Zwizualizuj swoją aurę	181
Twoje zdrowie na pierwszym miejscu	182
Wpraw swoje ciało w ruch	183
Mantry dla zdrowia	184
Zabawa jako priorytet	186
Praktykuj medytację	187
Uzdrowienie fizyczne	188
<b>Rozdział 7. Aura i relacje</b>	191
Co mówi o tobie twoja aura	192
<b>ZAAKCEPTOWAĆ I WYKORZYSTAĆ SWOJĄ AURĘ</b>	201
Dokonaj analizy pierwszej randki	202
Założ klub	203
Zbadaj ponownie dawne związki	204
Doceniaj trwale przyjaźnie	205
Randka dla twojej aury	206
Porzuć kontrolę	207
Rozpal na nowo swoją romantyczną relację	208
Aury i kompatybilność	209
<b>Rozdział 8. Aura, pieniądze i kariera</b>	211
Co mówi o tobie twoja aura	212
<b>ZAAKCEPTOWAĆ I WYKORZYSTAĆ SWOJĄ AURĘ</b>	221
Refleksje na temat poprzednich miejsc pracy	222

Czego pragniesz? . . . . .	223
Twoja obecna praca . . . . .	224
Twoje podejście do pieniędzy . . . . .	225
Zwizualizuj swoją idealną pracę . . . . .	226
Przeanalizuj wyrzuty sumienia po podjęciu decyzji czy dokonaniu zakupu . . . . .	227
Twoje wydatki . . . . .	229
Wypisz sobie czek . . . . .	230
<b>Rozdział 9. Aura i styl osobisty . . . . .</b>	<b>233</b>
Co mówi o tobie twoja aura . . . . .	234
<b>ZAAKCEPTOWAĆ I WYKORZYSTAĆ SWOJĄ AURĘ . . . . .</b>	<b>243</b>
Skonfrontuj się ze swoją szafą . . . . .	244
Odśwież znajomość ze starym ulubieńcem . . . . .	245
Stwórz nowy strój, by pokazać swoją aurę . . . . .	246
Inwentaryzacja dodatków . . . . .	247
Dopasuj dodatki do okazji . . . . .	248
Dodaj odrobinę koloru aury . . . . .	249
Zapożyczenie wibracji . . . . .	250
Stwórz swoją przestrzeń . . . . .	251
<b>Rozdział 10. Aura, kreatywność i zabawa . . . . .</b>	<b>253</b>
Co mówi o tobie twoja aura . . . . .	254
<b>ZAAKCEPTOWAĆ I WYKORZYSTAĆ SWOJĄ AURĘ . . . . .</b>	<b>263</b>
Urządź imprezę w duchu aury . . . . .	264
Znajdź radość w codzienności . . . . .	265
Wyzwól w sobie kreatywność i zaprezentuj swoją unikalną jakość . . . . .	266
Opuść swoją kreatywną strefę komfortu . . . . .	267

Wyraź swoje zainteresowania . . . . .	268
Przeprowadzenie inwentaryzacji kreatywności . . . . .	269
Do celu małymi krokami . . . . .	270
Bądź kreatywny w kontaktach z innymi . . . . .	271
<b>Oczyszczanie aury</b> . . . . .	273
Dlaczego warto oczyszczać swoją aurę? . . . . .	273
Techniki oczyszczania aury . . . . .	274
<b>O Autorce</b> . . . . .	278

## CZĘŚĆ 1

# Zrozumieć swoją aurę

Potwierdzenie tego, kim jesteś i przyjęcie swojego unikalnego „ja” w każdej części życia to dary, które przychodzą wraz ze zrozumieniem kolorów aury. W tej części dowiesz się więcej o tym, czym jest aura i jak działa – wszystko to pomoże ci żyć jak najpełniej i jak najlepiej. Będziesz w stanie odróżnić nieautentyczne energie od tych prawdziwych i zrozumiesz, dlaczego w przeszłości mogłeś być nosicielem energii, które nie były twoimi własnymi. Następnie poznasz każdy z dziewięciu głównych kolorów aury i inne barwy, które również mogą się pojawić. Oprócz tego, że na tych stronach odnajdziesz opis własnej osoby, w różnych kolorach możesz również rozpoznać bliskich przyjaciół, rodzinę i inne ważne osoby. Po tym przeglądzie kolorów aury nadejdzie czas na rozwiązanie quizu – dzięki niemu dowiesz się, jaki kolor lub kolory ma twoja aura. Quiz ten został zaprojektowany w taki sposób, że analizowany

kolor w danym zestawie pytań nie zostanie ujawniony, dopóki nie będziesz gotowy, aby poznać swoje wyniki. Tym samym na odpowiedzi nie będą miały wpływu twoje odczucia związane z określonymi kolorami. Ta część książki kończy się wskazówkami na temat tego, jak zobaczyć kolory aury za pomocą fizycznych oczu i poczuć je za pomocą innych zmysłów. Wracaj do tej części jako do punktu odniesienia, gdy będziesz pogłębiać swoją wiedzę na temat swojej własnej aury, jak i aury osób wokół ciebie.

## Czym jest aura?

Twoja aura jest energetyczną sygnaturą – to unikalna wibracja, która jest w pełni tobą. Ta potężna esencja cię otacza i – bez wypowiedzania jakichkolwiek słów – służy jako wprowadzenie do otaczającego cię świata. Tak, jak nie ma dwóch takich samych odcisków palców, tak i twoja aura jest wyjątkowa – odróżnia cię od wszystkich innych osób, które kiedykolwiek istniały lub dopiero pojawią się na tym świecie. Twoja aura jest również nasycona kolorami – obecne w niej barwy odzwierciedlają cechy osobowości, umiejętności, emocje i odciski życiowych doświadczeń.

Chociaż wiele osób nie widzi aury w swoim codziennym życiu, wszyscy możemy postrzegać aury innych ludzi – często nawet nie podejmując żadnego wysiłku. Dają one o sobie znać na przykład w sposobie, w jaki dana osoba wywołuje określone odczucia, gdy wchodzi do pomieszczenia, lub w tym, jak ktoś wpływa na nastrój danego miejsca czy sytuacji.

### **W JAKI SPOSÓB DZIAŁA AURA?**

Chociaż samo postrzeganie aury może dać ci wgląd czy też wiedzę na temat danej osoby, miejsca lub doświadczenia, celowe dostrajanie

się do aury i jej wypatrywanie otwiera znacznie głębszą ścieżkę zrozumienia.

Twoja aura to sposób, w jaki jesteś energetycznie zaprogramowany do wypełniania swojej ważnej życiowej misji. To część twojego ciała duchowego – ciała, które może poruszać się między tym światem a następnym – dostarczająca ci wskazówek i informacji. Może dotyczyć tego, jaki jest twój cel w tym życiu i jak możesz najlepiej wkomponować się w miejsca pracy, relacje, przyjaźnie i inne niezliczone konteksty tak, aby być docenianym, pomocnym i spełnionym. Kiedy pozwalasz sobie na poznanie i przepływ tej autentycznej energii, życie natychmiast nabiera większego sensu. Rozumiejąc, że zasadniczo przez cały czas – poprzez swoją energię – opowiadasz historię każdemu, kogo spotykasz na swojej drodze, możesz stać się bardziej aktywnym gawędziarzem, tworząc narracje, które za sprawą tej wyjątkowej energii, która cię otacza, mają być częścią twojego życia.

## **AUTENTYCZNE „JA” I AURA**

Jak wspomniano wcześniej, twoja aura odzwierciedla umiejętności i cechy, które są unikalne. Kiedy są one doceniane i pielęgnowane, mogą pomóc ci żyć najbardziej autentyczną wersją twojego życia. Jednak w naszym świecie często wpaja się nam – z różnych powodów – byśmy odeszli od tego, kim autentycznie jesteśmy, na rzecz norm i oczekiwań społecznych. Być może nauczono cię, że spędzanie czasu w samotności jest zachowaniem antyspołecznym i wcale nie jest formą tak potrzebnej refleksji oraz przejawem dbania o siebie. Być może powiedziano ci, że zabieranie głosu w grupie i zabieganie o to nie jest pozytywnym przykładem twoich naturalnych zdolności przywódczych, ale raczej brakiem wychowania i arogancją. Sytuacje te wspierają tak zwaną „aurę nieautentyczną” – aurę, którą ktoś przyjmuje z przekonania, że nie

odniesie sukcesu w życiu, jeśli nie spełni określonych oczekiwań. Aura, która nie jest zgodna z tym, kim się jest, wymaga wiele energii i staje się trudną do utrzymania maską.

Kiedy rozumiesz i pracujesz ze swoją prawdziwą aurą, zdajesz sobie sprawę, że wychodzenie poza określone schematy jest tak naprawdę sposobem na rozwój – dzięki temu twoje autentyczne „ja” promieniuje. Ponadto, decyzje podejmowane w zgodzie z aurą są po prostu lepsze dla tych, którzy ich dokonują. Takie osoby wydają się bardziej świadome tego, kim są, pewne swoich celów i pragnień, a także stanowią inspirację dla innych do poznania samych siebie. Wyglądają i zachowują się tak, jakby na tej planecie byli i robili to, do czego zostali stworzeni – bo tak właśnie *jest*. A osiągnęli to, podejmując decyzje zgodne z ich autentyczną energią auryczną.

Gdy wkroczysz na nową ścieżkę i rozpoczniesz swoją podróż aurycznego samopoznania, twoja autentyczna aura da o sobie znać w sposób głośny i wyraźny. Zmiany, które przychodzą wraz z porzuceniem tego, kim myślałeś, że jesteś, i przyjęciem najprawdziwszej esencji siebie, mogą być początkowo niewygodne lub zaskakujące, ale ostatecznie będą słuszne. Kiedy zagłębisz się w swoją aurę, świat, który znasz, ulegnie zmianie.

## Kolory aury

Istnieje dziewięć głównych kolorów aury – zwykle występują one w połączeniu z jednym lub dwoma innymi kolorami w polu energetycznym. Sposób, w jaki wchodzi one w interakcje, jest indywidualny i niepowtarzalny. Zrozumienie, że w pewnych momentach życia jeden kolor może dominować bardziej niż drugi, może rzucić pewne światło na to, jak i dlaczego ich używasz.



Poza dziewięcioma głównymi kolorami istnieją również dodatkowe barwy, które mogą jeszcze bardziej zindywidualizować twoją aurę. Więcej informacji na temat aurycznych kolorów znajdziesz w dalszej części książki.

## **DZIEWIĘĆ PODSTAWOWYCH KOLORÓW AURY**

Dziewięć podstawowych kolorów to te, które w aurach pojawiają się najczęściej. W celu odkrycia wewnętrznego działania swojej aury, ważne jest, aby dostrzec to, z czym się utożsamiasz, a co jest ci obce.

### **• • • • • AURA CZERWONA • • • • •**

Czerwone aury to mocni i asertywni naturalni przywódcy. Osoby takie mają silne poczucie odpowiedzialności i często są szanowane przez tych, którymi zarządzają. Czerwone aury niezwykle cenią sobie prawdę – zazwyczaj mówią to, co należy powiedzieć, bez względu na to, jak niewygodne może to być. Mogą czuć się odpowiedzialne za podtrzymywanie standardów moralnych społeczeństwa. Czerwone aury zwykle nie mają problemów z przekonywaniem innych do swoich pomysłów i motywowaniem zespołu do działania. Dobrze pracują pod presją i czasami mogą zachowywać się głośno i agresywnie, gdy trzeba udowodnić coś ważnego czy przedstawić swój punkt widzenia. Kierując się logiką, czerwoni zawsze zwracają uwagę na powody, dla których coś robią. Nie lubią, gdy emocje zaciemniają ich wizję. Czerwone aury mają dobre naturalne instynkty i są bardzo opiekuńcze w stosunku do swojego wewnętrznego kręgu znajomych. Uwielbiają ryzyko – zarówno w biznesie, jak i w życiu osobistym napędza ich adrenalina. Często zyskują przewagę nad konkurencją, ale okazywanie miłości nie przychodzi im łatwo. Czerwone aury tworzą miejsca, w których mogą poczuć pożądaną presję, aby nieustannie

ewoluować i stawać się lepszą wersją siebie. Aktywność, podejmowanie wyzwań i przebywanie w wysokoenergetycznych kontekstach sprawia, że ich aura staje się skutecznym i potężnym fundamentem, którego inni potrzebują, by czuć się bezpiecznie i znaleźć inspirację.

- ✦ **Kluczowe cechy:** zmotywowany, ambitny i z charakterem.
- ✦ **Odpowiednie zawody i miejsca pracy:** policjant, strażak, pracownik obsługi, sprzedawca, przedsiębiorca, kierownik, lider zespołu.
- ✦ **Preferowana aktywność fizyczna:** podnoszenie ciężarów, cardio, trening interwałowy o wysokiej intensywności (HIIT).
- ✦ **Partnerzy romantyczni:** dobrze dogadują się z empatycznymi energiami; świetnie do nich pasują aury w kolorach niebieskim, indygo i fioletowym.
- ✦ **Najważniejsze kwestie i obawy:** niesprawiedliwość.

#### • • • • • AURA NIEBIESKA • • • • •

Niebieskie aury to ludzie kochający o uzdrawiającym potencjale. Kiedy niebieskie aury obdarowują innych, łączą się z boskością. Dzięki temu czują, że ich życie ma sens i daje im to poczucie spełnienia. Niebieskie aury zazwyczaj zajmują stanowiska, w których spełniają się jako opiekunowie. Są to istoty empatyczne – silnie odczuwają emocje i ból innych, czują się niejako zmuszone do niesienia pomocy. Osoby o niebieskiej aurze często też czują się odpowiedzialne za ból, jaki dostrzegają u ludzi, których próbują uzdrowić; powinny więc szczególnie dbać o swoje zdrowie energetyczne. Mogą obwiniać siebie, gdy dana osoba cierpi, zwłaszcza gdy sytuacja nie ulega poprawie. Niebiescy, bardziej niż jakikolwiek inny kolor aury, potrzebują oczyszczenia poprzez medytację, kąpiele solne, a czasem terapię. Ludziom z niebieską aurą trudno jest przedkładać swoje potrzeby nad potrzeby innych z powodu

wrodzonej bezinteresowności. Niebieskie aury mają trudności z przyjmowaniem, chociaż są biegłe w dawaniu. Zazwyczaj trudno jest im coś podarować czy robić dla nich zakupy, ponieważ tak naprawdę nigdy nie chcą niczego dla siebie.

- ✦ **Kluczowe cechy:** uzdrawiający, uprzejmy i pomocny.
- ✦ **Odpowiednie zawody i miejsca pracy:** nauczyciel, terapeuta, pielęgniarka, kierownik biura.
- ✦ **Preferowana aktywność fizyczna:** spacer, dowolna aktywność z przyjaciółmi.
- ✦ **Partnerzy romantyczni:** osoby, które dzielą ich wizję rodziny i wspólnoty; niebieskie aury dobrze komponują się z każdym innym kolorem; są bardzo elastyczne w miłości.
- ✦ **Najważniejsze kwestie i obawy:** dbałość o to, by ludzie czuli się mile widziani.

#### • • • • • AURA ŻÓŁTA • • • • •

Żółte aury są z natury ciekawskie. Zwracają uwagę na szczegóły, szukając sposobów na poprawę wszystkiego, w co się angażują; są otwarte na przyjmowanie konstruktywnej krytyki lub sugestii, które mogą okazać się pomocne w osiągnięciu celu. Żółte aury bez problemów radzą sobie z dużymi i wymagającymi projektami i lubią wyzwania. Z perspektywy osoby postronnej żółta aura wydaje się zdolna do wszystkiego i robi to skutecznie – niemal do tego stopnia, że życie wydaje się banalnie proste. Często są perfekcjonistami, bardzo surowymi wobec własnej osoby. Żółte aury nie lubią tracić kontroli nad emocjami; czasami w sytuacjach kryzysowych mogą sprawiać wrażenie chłodnych lub pozbawionych emocji. Ich warstwa logiczna służąca samoobronie próbuje filtrować informacje, zanim osoby te pozwolą emocjom przejąć kontrolę. Są stoikami, którzy przeżyli wiele trudnych sytuacji; to właśnie do nich ludzie zwykle zwracają się w kryzysie, ponieważ osoby te przejmują

inicjatywę w podejmowaniu decyzji, organizowaniu i realizacji złożonych, nieprzyjemnych lub przytłaczających zadań. Żółte aury często mają większe trudności z życiem w chwili obecnej niż inne kolory – muszą nad tym popracować w największym stopniu. Trzeba im również przypominać o konieczności dbania o swoje emocje, ponieważ często bagatelizują je w kontaktach z innymi i sobą.

- ✦ **Kluczowe cechy:** ciekawski, zorganizowany i introspektywny (spoglądający w głąb siebie).
- ✦ **Odpowiednie zawody i miejsca pracy:** event planner (osoba zajmująca się organizacją i koordynowaniem wydarzeń kulturalnych, tj. koncerty, festiwale, konwenty), księgowy, stanowiska marketingowe, inwestor lub agent nieruchomości, dyrektor korporacyjny, projektant wnętrz, właściciel małej firmy, koordynator mediów społecznościowych.
- ✦ **Preferowana aktywność fizyczna:** pilates, joga.
- ✦ **Partnerzy romantyczni:** osoby, które rozumieją potrzebę porządku i dzielą ich ogólną wizję życia; dobrze dogadują się z aurami zieloną i niebieską, natomiast związek z aurą czerwoną może stanowić wyzwanie.
- ✦ **Najważniejsze kwestie i obawy:** brak.

### • • • • • AURA FIOLETOWA • • • • •

Istnieje cienka granica między intuicją a społeczną wersją rzeczywistości; fioletowe aury stale balansują na tej linii. Fioletowe aury to dusze artystyczne i kreatywne. Ich umysły są w ciągłym ruchu, przeprowadzają burze mózgów i wymyślają sposoby na ułatwienie rozwoju sobie i otaczającemu światu. Z tego też powodu oraz ze względu na głód zmian fioletowe aury potrzebują ujścia, by oderwać się od codziennej rutyny życia. To buntownicy i ludzie wolni duchem. Nie mają szczególnej potrzeby bycia przywódcą, ale z pewnością nie lubią, gdy mówi im się, co mają robić.

# **Zaakceptować i wykorzystać swoją aurę**

Przemawiaj do swojej aury w sposób życzliwy . . . . .	116
Analiza trudnych osób . . . . .	117
Przebudź swoją czakrę gardła . . . . .	118
Rzuć wyzwanie swojej zadowolającej innych aurze . . . . .	119
Naucz się dostrzegać niewerbalne sygnały auryczne . . . . .	120
Twój sposób przekazywania informacji . . . . .	121
Zmień perspektywę swojej aury . . . . .	123
Zbadaj głębiej kwestię nieporozumień i błędów w przekazywaniu informacji . . . . .	124

## Przemawiaj do swojej aury w sposób życzliwy

.....

Sposób, w jaki zwracasz się do samego siebie, ma ogromne znaczenie. Być może nauczyłeś się kontrolować swoje najbardziej stłumione energie poprzez ich karcenie lub mówienie do nich w głowie. Być może, będąc niebieską aurą, twoja wrażliwość jest postrzegana jako słabość. Jeśli natomiast jesteś aurą zieloną, twoja zdolność dostrzegania szerszej perspektywy może utrudniać ci dopasowanie się do społeczeństwa. Aura może dać wgląd w twoje wzorce komunikacji i uświadomić ci, jak je wzmocnić i ożywić, zamiast je umniejszać i tłumić. W tym ćwiczeniu przemawianie do siebie w sposób życzliwy odblokuje nowy wzorec komunikacji skoncentrowany na szacunku do samego siebie.

### ĆWICZENIE

1. Pomyśl o jakimś momencie, w którym byłeś dla siebie szczególnie surowy. Jakie słowa do siebie wówczas skierowałeś?
2. Zastanów się teraz nad swoimi słabościami, które chciałeś ukarać w tej sytuacji. Jak możesz odnieść je do swoich kolorów aury?
3. Pomyśl, w jaki sposób mógłbyś zmienić te krytyczne słowa, aby potwierdzić i zaprezentować te cechy, zamiast wstydzić się z ich powodu. Na przykład: „Uwielbiam moją zdolność do...”.
4. Kontynuuj praktykowanie tych miłych słów za każdym razem, gdy tylko poczujesz pokusę, by być dla siebie surowym.

Wzorce komunikacji w umyśle są zdecydowanie najważniejsze. Uświadomienie sobie tych kwestii i przejęcie nad nimi kontroli pomoże ci żyć najbardziej autentycznym życiem.

## Analiza trudnych osób

.....

Życie stawia czasem na naszej drodze trudnych ludzi, z którymi jesteśmy zmuszeni wchodzić w interakcje. Sposoby, w jakie sprawiają nam one trudność, można prześledzić w częściach własnej aury, które mogą potrzebować energetycznego wsparcia. Być może, będąc czerwoną aurą, pomocne sugestie żółtych aur wywołują u ciebie niepokój, ponieważ możesz interpretować je jako podważające twoje własne pomysły. Jeśli natomiast jesteś aurą turkusową, ciągłe przerywanie przez bardziej głośniejszą fioletową aurę może wzbudzać w tobie uczucie gniewu z powodu twojego wzorca pozostawiania niedostrzeżanym i niesłyszanym.

### ĆWICZENIE

1. Pomyśl o jakiejś problematycznej osobie w swoim życiu, z którą często nie jesteś w stanie dojść do porozumienia. Jakie uczucia towarzyszą ci, gdy jesteś zmuszony komunikować się z tą osobą?
2. Zastanów się, w jaki sposób te uczucia odnoszą się do twojej energii pod kątem postrzeganych słabości, niepewności i niewłaściwych wzorców komunikacji.
3. Pomyśl o aurze tej drugiej osoby – jakie są jej kolory i jak wpływają one na sposób, w jaki ta osoba do ciebie przemawia?
4. Zastanów się, jak mógłbyś wykorzystać swoją autentyczną energię, by wyeliminować te niedociągnięcia w komunikacji między wami w przyszłych rozmowach – na przykład przygotuj sobie konkretny scenariusz i wykorzystaj go w rozmowie z problematyczną osobą lub jasno i zdecydowanie wyraż swoje stanowisko następnym razem, gdy pojawi się dana kwestia.

5. Powtarzaj mantrę miłości do siebie, biorąc pod uwagę to, czego według ciebie ci brakuje. Na przykład: „Wszecławiat mnie słyszy, jestem dla niego widoczny”.

Trudni ludzie w twoim otoczeniu mogą podpowiedzieć ci, jak poprawić swoje umiejętności komunikacyjne. Kiedy zauważysz, że pewien styl komunikacji cię denerwuje lub przytłacza, postaraj się stawić temu czoła, zamiast go unikać.

## Przebudź swoją czakrę gardła

Możesz wspomóc zdolność do tworzenia spójnego przepływu między swoją energią a sposobem jej wyrażania za pomocą ćwiczenia przebudzenia czakry gardła. Czakra gardła to energia, która znajduje się wokół gardła, szczęki, szyi, ust i tarczycy. Kiedy czakra gardła jest zrównoważona, mówisz z pewnością siebie i autentycznością. Możesz skuteczniej słuchać innych i reagować w sposób, który tworzy między wami zrozumienie. Gdy czakra ta jest zaburzona, inni ludzie mogą źle odczytywać twoje intencje, ignorować to, co masz do powiedzenia lub mieć trudności w rozmowie z tobą.

### ĆWICZENIE

1. Usiądź wygodnie, weź kilka głębokich oddechów, aż osiągniesz stan spokoju.
2. Wyobraź sobie niebieskie światło u podstawy gardła. Zobacz, jak świeci i przybiera na sile.
3. Powtarzaj na głos mantrę „Mówię i słucham autentycznie”, tyle razy, ile potrzeba, żeby poczuć, że to prawda.
4. Zakończ ćwiczenie, obserwując, jak blask twojej niebieskiej czakry gardła rozjaśnia się, a następnie ponownie w tobie blaknie.



5. Ćwicz tak często, jak uznasz to za konieczne. Powtarzanie zwiększa skuteczność.

Uważne oczyszczenie czakry gardła zapewnia potwierdzenie siebie, którego możesz bardzo potrzebować. Jesteś ważny i to, co mówisz, też jest ważne. Kiedy potwierdzasz swój głos, twoja aura zaczyna świecić jaśniej.

## Rzuć wyzwanie swojej zadowolającej innych aurze

.....

Łatwiej jest powiedzieć to, co inni chcą usłyszeć, gdy ma się empatyczną aurę. Aury niebieskie, indygo, turkusowe i fioletowe mogą bez większego problemu wyczuwać to, co ludzie wokół nich chcieliby usłyszeć (co niekoniecznie jest równoznaczne z tym, co tak naprawdę powinni usłyszeć). W zależności od doświadczeń z dzieciństwa i programowania społecznego zadowalanie innych może stać się ogromnym problemem komunikacyjnym dla każdego koloru aury. Na przykład osoby o aurze turkusowej, które tak głęboko odczuwają emocje innych, mogą utknąć w powtarzaniu tego, co inni chcą usłyszeć, aby poczuć się kochane i akceptowane. Z kolei aura fioletowa może cały czas wygłaszać swoje prawdy tylko po to, by przekonać się, że nie jest to zbyt doceniane, po czym może się wycofać i całkowicie unikać tego typu rozmów.

### ĆWICZENIE

1. Pomyśl o momencie w swoim życiu, kiedy czułeś, że tkwisz w roli osoby, która ma zadowolić innych. Co wówczas czułeś, gdy znajdowałeś się w otoczeniu energii innych osób?

2. Zastanów się, w jaki sposób odpowiedź udzielona w kroku pierwszym odnosi się do twojej aury i dlaczego.
3. W jaki sposób możesz wykorzystać tę nowo odkrytą wiedzę na swoją korzyść w podobnych sytuacjach w przyszłości. Jak możesz upewnić się, że twoja zdolność do odczuwania uczuć innych nie utrudnia ci podejmowania własnych działań?

Zrozumienie, że mówienie prawdy (z wycuciem) jest uzdrawiająca, a nie okrutna, to lekcja, której aury nastawione na zadowolenie innych muszą się nauczyć. Uczucia, których doświadczasz, nie zawsze są twoimi własnymi, a zatem nie zawsze jesteś odpowiedzialny za modyfikację swojego zachowania.

## **Naucz się dostrzegać niewerbalne sygnały auryczne**

.....

W komunikacji nie chodzi tylko o to, co się mówi, ale także o to, czego się nie mówi. W zależności od kolorów aury dana osoba może podświadomie manifestować swoją energię poprzez język ciała, sposób, w jaki się angażuje lub wycofuje z różnych aktywności, a także zdolność do skupiania lub rozpraszania uwagi wokół siebie. Aura indygo, która w sposób zauważalny wycofuje się podczas rozmowy grupowej, lub aura pomarańczowa, która zaczyna gwałtownie poruszać rękami podczas rozmowy – to przykłady manifestowania energii, którą w danej chwili posiadają. Mniej wyraźne lub celowe nastawienie do określonego tematu może nie przejawiać się w słowach, ale za pośrednictwem ciała.



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
[www.studioastro.pl](http://www.studioastro.pl)

Polecamy:



Mystic Michaela jest autorką książek, gospodynią podcastu *Know Your Aura with Mystic Michaela!* i medium w czwartym pokoleniu. Specjalizuje się w odczytywaniu aur. Obecnie mieszka na południu Florydy, gdzie prowadzi warsztaty i cykliczne wydarzenia o nazwie Aura Reading.

## ODKRYJ MOC SWOJEJ AURY I ZACZNIJ ŚWIADOMĄ PODRÓŻ W GŁĘB SIEBIE!

Oto twój osobisty przewodnik po świecie kolorów aury, intuicji i praktyk duchowych. Dowiesz się, jak odczytywać własną aurę, wzmacniać ją i dbać o nią każdego dnia. Odkryjesz proste techniki oczyszczania czakr i uzdrażniania energii, które pomogą ci poczuć więcej spokoju, równowagi i radości.

Co zyskasz dzięki tej książce?

- Nauczysz się rozpoznawać kolory swojej aury i ich znaczenie.
- Poznasz codzienne rytuały oczyszczania czakr i pracy z energią.
- Odkryjesz, jak aura wpływa na twoje relacje, zdrowie, finanse i samopoczucie.
- Wzmocnisz swoją intuicję i poczujesz więcej swobody podczas praktyk duchowych.
- Zacznieš stosować unikalne ćwiczenia i stworzysz własną „auryczną bańkę” oraz zrobisz energetyczny przegląd swojego życia.

**POZWÓL SWOJEJ AURZE ROZBŁYSNAĆ  
PEŁNIĄ KOLORÓW I ZADBAJ O HARMONIEJ  
CIAŁA, UMYŚŁU I DUCHA!**

Więcej o książce na stronie [wydawcy](#)

Książkę możesz kupić w [sklepie](#)



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*



Talizman.pl  
SKLEP EZOTERYCZNY