

Aurélie Villard

Le  
MINI-GUIDE  
*ultime* du  
MAGNÉTISME



animae

# Le guide pratique pour explorer votre potentiel énergétique!

Savez-vous que nous avons tous en nous la capacité de capter et de transmettre l'énergie ? Dans ce mini-guide complet, l'auteure vous livre toutes les clés pour vous permettre de développer votre magnétisme !

Impositions des mains, passes énergétiques, harmonisation des chakras, utilisation du pendule, pouvoir de l'intention... vous disposerez ainsi des connaissances indispensables pour utiliser l'énergie universelle en toute sécurité. Des exercices à chaque étape vous apprendront à appliquer les gestes de base pour soulager la douleur et favoriser le processus de guérison.

**Aurélié Villard** est magnétiseuse et coupeuse de feu. Elle guide de nombreuses personnes vers le bien-être à travers sa pratique du magnétisme. Retrouvez-la sur son site internet [www.aurelievillard.fr](http://www.aurelievillard.fr) et son compte Instagram @pampersspapillonne

12 euros  
Prix TTC France

ISBN : 978-2-38564-058-3



9 782385 640583

animae

# Avis des Gardiennes

## **Charlotte, @la.maison.de.lily**

Ce petit bijou est une mine d'informations sur le magnétisme ! Ce livre m'a impressionnée par sa simplicité et sa richesse. J'ai trouvé son approche très complète et ludique ; chaque page regorge de conseils pratiques à la portée de tous. Un incontournable à avoir dans sa bibliothèque pour partir à la découverte de cette pratique fascinante et explorer le potentiel de guérison de l'énergie !

## **Céline, @celinelovereading**

Le thème est abordé de manière claire et précise, facile à mettre en application, grâce aux nombreux conseils et exercices proposés. J'ai aimé le fait que l'auteure partage également des cas réels issus de sa propre expérience de praticienne. Connaître le déroulement d'une séance m'a permis de comprendre l'aide que le magnétisme peut nous apporter pour soulager nos maux. Je ne verrai plus ces soins de la même manière désormais. Ce guide a éveillé ma curiosité sur cette pratique qui nous invite à nous reconnecter à l'instant présent, prendre conscience de notre corps et augmenter notre vitalité.

## **Sandrine, @sandytherry**

Entrez dans le vif du sujet rapidement avec ce livre ! L'auteure décomplexe la pratique du magnétisme et invite chacun à se lancer, à expérimenter sans a priori et avec bienveillance. Les mises en garde et les conseils sont clairs et pertinents. Ce guide est à la fois pratique et concret et ses exercices sont à la portée de tous, même des débutants.

## **Animae 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. Un livre écoresponsable, c'est une impression respectueuse de l'environnement, un papier issu de forêts gérées durablement (papier FSC® ou PEFC), un nombre de kilomètres limité avant d'arriver dans vos mains (90 % de nos livres sont imprimés en Europe, et 40 % en France), un format optimisé pour éviter la gâche papier et un tirage ajusté pour minimiser le pilon ! Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.

Édition : Patricia Salmon-Tirard

Maquette : Evelyne Nobre

Correction : Nathalie Billaut

Couverture : Antartik

Illustration : Alexandra Alzieu, Adobe Stock

© 2024 Animae, une marque des éditions Leduc

76, boulevard Pasteur

75015 Paris - France

ISBN : 978-2-38564-058-3

Aurélie Villard

Le  
MINI-GUIDE  
*ultime* du  
MAGNÉTISME



animae



# SOMMAIRE



<b>Préambule</b> .....	13
<b>Introduction</b> .....	15
Une capacité accessible à tous .....	20
Ma bulle d'oxygène .....	22
<b>1. EXPLOREZ VOS CAPACITÉS ÉNERGÉTIQUES</b> .....	<b>25</b>
<b>Qu'est-ce que le magnétisme ?</b> .....	27
<b>Qu'est-ce que l'énergie universelle ?</b> .....	33
<b>Testez vos capacités</b> .....	35
<b>Initiez-vous au pendule</b> .....	43
Comment bien choisir votre pendule .....	44
Comment bien utiliser votre pendule.....	47

Nettoyez-le et purifiez-le .....	47
Tenez-le bien stable entre l'index et le pouce .....	49
<b>Comment programmer votre pendule .....</b>	<b>56</b>
<b>Comment ne pas influencer votre pendule .....</b>	<b>62</b>
<b>Pourquoi votre pendule ne tourne pas.....</b>	<b>63</b>
<b>À chacun sa planche de radiesthésie .....</b>	<b>66</b>
<b>Osez passer à l'action .....</b>	<b>69</b>
<b>Entraînez-vous à ressentir les énergies.....</b>	<b>69</b>
<b>Sortez du syndrome de l'imposteur .....</b>	<b>70</b>

## **2. DÉVELOPPEZ VOTRE TAUX VIBRATOIRE ... 75**

<b>Partez à la découverte des chakras .....</b>	<b>77</b>
<b>Les 7 chakras principaux .....</b>	<b>79</b>
Le chakra RACINE MULADHARA .....	79
Le chakra SACRÉ SVADHISTHANA .....	79
Le chakra du PLEXUS SOLAIRE MANIPURA .....	80
Le chakra du CŒUR ANAHATA .....	81
Le chakra de la GORGE VISHUDDHA.....	81
Le chakra du TROISIÈME CŒIL AJNA .....	82
Le chakra CORONAL SAHASRARA .....	83
<b>Portez des pierres et des cristaux .....</b>	<b>88</b>
<b>Jouez avec les couleurs.....</b>	<b>89</b>
<b>Ancrez-vous .....</b>	<b>91</b>
<b>Observez les signes .....</b>	<b>91</b>
<b>Connectez-vous à la nature.....</b>	<b>97</b>



<b>Mesurez votre taux vibratoire</b> .....	103
Comment utiliser le cadran de Bovis .....	103
Comment augmenter votre taux vibratoire .....	109
Comment calculer le taux vibratoire d'une personne .....	114
Si la personne est à vos côtés .....	114
Si la personne est à distance .....	115
<b>Entourez-vous d'objets énergétiques</b> .....	117
Une fleur de vie .....	117
Des pierres et des cristaux.....	119
Un autel personnalisé.....	121
<b>Explorez des pratiques spirituelles</b> .....	123
<b>3. LANCEZ-VOUS EN DOUCEUR.....</b>	<b>127</b>
<b>Familiarisez-vous avec les gestes de base.....</b>	<b>129</b>
L'imposition des mains .....	129
L'imposition palmaire .....	130
L'imposition digitale .....	131
<b>Les passes magnétiques</b> .....	132
Les passes longitudinales.....	133
Les passes transverses .....	134
Les passes circulaires.....	135
Les passes perforantes .....	136
Comment doit être installée la personne à qui vous faites le soin ? .....	140

**Choisissez des cas faciles pour commencer** ..... 143

**4. PROTÉGEZ-VOUS** ..... **149**

**Pourquoi c'est nécessaire** ..... 151

**Comment vous protéger** ..... 153

    Prière « bouclier de protection » ..... 157

**5. POSEZ UN CADRE** ..... **159**

**Rappelez la loi** ..... 161

**Demandez un diagnostic médical** ..... 163

**Définissez les objectifs et précisez vos besoins** .... 167

**Expliquez la force de l'autoguérison** ..... 169

**N'ayez pas peur de parler d'argent** ..... 173

    Quel tarif proposer ? ..... 175

**6. RENFORCEZ VOS CAPACITÉS** ..... **179**

**Le pouvoir de la bougie** ..... 181

**Le pouvoir de l'intention** ..... 185

    Comment poser vos intentions ? ..... 186

    Pendant la séance ..... 188

Exemples d'intentions .....	189
Exemples d'intentions ciblées .....	189
<b>Le pouvoir d'autoguérison .....</b>	<b>191</b>
<b>Le pouvoir de la visualisation .....</b>	<b>193</b>
<b>Le pouvoir du souffle .....</b>	<b>197</b>
<b>Le pouvoir de la prière .....</b>	<b>201</b>
<b>Avant le soin .....</b>	<b>204</b>
Prière à l'archange Raphaël .....	204
Prière à Notre-Dame de la Médaille miraculeuse .....	205
Prière d'invocation générale .....	206
Prière à saint Antoine de Padoue .....	206
Invocation toute-puissante .....	207
<b>Pendant le soin .....</b>	<b>208</b>
Prière du coupeur de feu .....	208
Formule de guérison .....	209
<b>À la fin du soin .....</b>	<b>209</b>
Prière à sainte Anne .....	209
<b>Le soutien des êtres de lumière .....</b>	<b>211</b>
L'archange Raphaël .....	213
L'archange Gabriel .....	214
L'archange Michaël (saint Michel) .....	214
L'archange Uriel .....	215
Les maîtres ascensionnés .....	215
<b>7. RÉALISEZ VOS PREMIERS SOINS .....</b>	<b>219</b>

<b>En présentiel</b> .....	221
Connectez-vous à l'énergie de l'autre .....	223
Posez vos intentions .....	224
Décelez les zones déséquilibrées .....	226
Rééquilibrez .....	230
<b>À distance</b> .....	233
Posez les conditions à respecter .....	236
Demandez une photo .....	239
Installez-vous au calme .....	241
Visualisez .....	245
<b>Sur vous-même</b> .....	249
Visualisez une boule de lumière .....	252
Travaillez sur photo .....	254
Magnétisez un objet .....	254
<b>8. TERMINEZ VOTRE SÉANCE</b> .....	<b>257</b>
<b>Comment savoir si votre séance a fonctionné</b> .....	259
<b>Les effets secondaires possibles</b> .....	261
Ce que la personne qui reçoit le soin pourra ressentir .....	264
Pendant la séance .....	264
Après la séance .....	265
Ce que vous pourrez ressentir .....	265
Pendant et après la séance .....	266

<b>Comment récupérer après une séance</b> .....	269
<b>Côté consultant</b> .....	269
Se reposer .....	269
Boire beaucoup d'eau .....	269
<b>Côté magnétiseur</b> .....	270
Boire beaucoup d'eau .....	270
Se laver les mains .....	270
Faire une pause .....	270
<b>Comment vous décharger</b> .....	273
Le lavage de mains .....	274
Le bain de sel.....	274
La douche énergétique .....	275
La plante verte .....	275
<b>Combien de séances et à quelle fréquence ?</b> .....	277
<b>Conclusion</b> .....	279
<b>Remerciements</b> .....	281
<b>Bibliographie</b> .....	283
<b>Sitographie</b> .....	285



# PRÉAMBULE



J'en suis intimement convaincue : le magnétisme est une capacité que nous avons tous en nous, et il suffit de nous y intéresser pour la développer. C'est pour vous éviter de répéter les erreurs que j'ai faites que j'ai décidé d'écrire ce livre et de vous transmettre tout ce que j'ai expérimenté.

Le magnétisme pourra vous être utile dans votre vie quotidienne pour soulager des douleurs, apprendre à ouvrir un espace énergétique favorisant l'activation de la capacité d'autoguérison de votre corps ou de celui d'autrui. Il vous permettra aussi de capter des sensations corporelles, émotionnelles et spirituelles enfouies qui ne demandent qu'à se

développer. Vous vous redécouvrirez dans la totalité de votre être : à la fois physique, mental, émotionnel et spirituel.

Je dois personnellement ma découverte du magnétisme et du monde spirituel à de belles rencontres, à des prises de conscience et à mon envie de faire de ma vie ce que je voulais qu'elle devienne. J'ai construit ma pratique de manière intuitive, en écoutant la petite voix qui me guidait et me donnait confiance en ce que je faisais. Il y a peu de temps encore, j'étais infirmière à temps plein. Il ne m'aura fallu que quelques mois pour développer mes capacités et que le bouche-à-oreille finisse par me faire changer de voie.

Je vous livre ici mon histoire, mes expériences, en espérant qu'elles vous aideront à vous lancer en confiance dans cette magnifique aventure de l'invisible.





# INTRODUCTION



Le magnétisme est la capacité de manipuler l'énergie avec nos mains. Nous la portons tous en nous, à différentes échelles. Cette capacité sera plus ou moins facile à travailler en fonction de la quantité d'énergie que notre corps est en mesure d'assimiler et de véhiculer, mais nous pouvons tous choisir de la développer par l'apprentissage et la pratique. Et pourtant, une idée reçue a la vie dure – peut-être que vous-même n'arrivez pas à vous lancer justement à cause de cette pensée limitante ! Le magnétisme serait un don de naissance ou transmis de génération en génération au descendant le plus prédisposé à le recevoir. Cette transmission se ferait dans des conditions particulières avec un rite

de passage et une cérémonie initiatique. C'est aussi l'idée que je m'en faisais avant d'être confrontée à une autre réalité.

Aujourd'hui, je ne crois pas au don car je n'en ai pas, mais je pense que, pour pouvoir développer ses capacités, il faut un déclic, une prise de conscience, un choc, une rencontre qui va vous permettre d'enclencher votre éveil spirituel pour mieux appréhender vos capacités extrasensorielles.

Dans mon parcours, j'ai eu ce fameux déclic.

Nous sommes en 2012. Je suis étudiante infirmière en troisième et dernière année, en stage dans l'unité de soins intensifs d'un service de chirurgie pour adultes. Ce jour-là, j'accueille un homme d'une soixantaine d'années, qui doit être opéré le lendemain. Je l'installe, je recueille ses données, ses paramètres vitaux, les divers papiers administratifs, en prenant le temps d'établir un lien de confiance. Le contact est fluide,



agréable, et je passe avec lui une bonne vingtaine de minutes sachant qu'après ce patient aucune tâche ne m'attend.

Au moment de quitter sa chambre, il me rappelle : « J'ai quelque chose d'important à vous confier. » Je retourne à son chevet et il me dit qu'il a ressenti en moi « quelque chose » de particulier, de puissant, et que je suis apte à recevoir en retour « quelque chose hors du commun ». Si je le souhaite, il peut me transmettre le « don » (ce sont ses termes) de coupeur de feu. Surprise, je me demande si je suis capable de faire un « truc » pareil ! Et puis j'étais persuadée qu'une telle transmission se faisait au sein d'une même famille. Il m'explique qu'il y a en effet des conditions pour transmettre ce don, mais qu'il peut me le transmettre à moi.

Très admirative de ce que les coupeurs de feu réussissent à faire, j'accepte. Il me demande alors d'être très attentive à ce qu'il va me dire, parce qu'il ne me le dira qu'une seule fois et que cela devra rester ancré dans ma tête pour toujours. Il me transmet alors la prière, la gestuelle et les secrets pour y parvenir... Je ne suis pas certaine d'avoir retenu toutes les paroles

de la prière, mais je le remercie pour cette transmission et la confiance qu'il me porte pour en faire bon usage. À ses côtés, sa femme me regarde avec compassion et m'adresse un beau sourire. L'homme aussi, quant à lui, semble heureux de ce qu'il vient de se passer.

En quittant sa chambre, les larmes me montent aux yeux. Seule dans les couloirs de l'hôpital, j'ai conscience d'avoir vécu un moment incroyable. Je me sens légère et, en même temps, j'ai l'impression de posséder un superpouvoir entre les mains... Je ne pense qu'à ça jusqu'à la fin de mon service et je rentre chez moi chamboulée.

Le lendemain, je retrouve mon patient. Son opération s'est bien déroulée, il sort même se dégourdir les jambes dans les couloirs. Je l'observe de loin et le vois tout à coup apposer ses mains sur le dos d'une infirmière comme s'il voulait la soulager. Dans son recueil de données, cet homme m'avait dit être retraité, mais il ne m'avait pas fait part de ses activités professionnelles antérieures; curieuse, je tape son nom et son prénom sur internet. Jean-Paul était thérapeute et formateur en médecines alternatives. Je n'ai malheureusement pas eu le temps

d'échanger davantage avec lui, car son départ était imminent.

Vous devez certainement vous demander ce que j'ai fait de cette transmission. Eh bien, dans les jours qui ont suivi, je n'en ai rien fait. Comment savoir si cela avait vraiment fonctionné ? Si j'en étais vraiment capable ? Au fond de moi, j'avais envie d'y croire, mais comment vérifier ? Il aurait fallu que je me brûle ou que je me retrouve face à une personne brûlée pour l'expérimenter... J'ai donc continué mon parcours d'étudiante infirmière, puis mon début de carrière dans les hôpitaux sans vraiment me soucier de cette transmission. Avec le recul, je pense que le moment n'était pas propice à un éveil spirituel ou à l'apprentissage de pratiques alternatives.

Il s'est passé plus d'un an avant que je puisse expérimenter ce que Jean-Paul m'avait transmis. Un jour, je me suis brûlé la main. C'était très superficiel, la brûlure faisait la taille d'une pièce de deux centimes. J'ai alors eu le réflexe de me dire que j'étais capable de la stopper. J'ai suivi le protocole qu'il m'avait transmis et, quelques instants plus tard, plus de douleur, plus aucune trace ! Hasard ou pas, j'étais

contente du résultat... mais je n'ai pas poussé plus loin la réflexion autour de cette capacité.

## **Une capacité accessible à tous**

Aujourd'hui, je pense qu'un tel rite de passage permet de prendre conscience que nous sommes capables de développer quelque chose au plus profond de nous, mais qu'il n'est pas nécessaire, car le magnétisme ne demande ni don ni pouvoir. Tout être humain a la capacité de capter et de transmettre l'énergie. Il suffit d'en prendre conscience et que soit venu le moment de s'éveiller et de s'écouter.

Certains auront la chance d'avoir un magnétisme naturellement élevé et l'utiliseront avec une grande facilité. Pour d'autres, le travail sera plus long, mais avec de la volonté et de la détermination, ils pourront eux aussi réussir à exploiter et à contrôler leurs énergies, et devenir de bons praticiens.

Tout le monde a du magnétisme, mais tout le monde ne devient pas magnétiseur. Comme j'aime aussi le dire : tout le monde sait lire l'heure, mais tout le

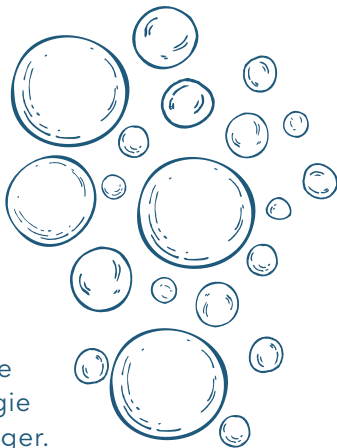
monde ne devient pas horloger. Il en est de même pour cette pratique : certains n'arriveront pas à développer suffisamment leur magnétisme pour en faire une activité professionnelle, mais les techniques qu'ils auront apprises seront bénéfiques et leur permettront de continuer d'éveiller leur curiosité et leur spiritualité.

Je n'ai moi-même aucun don. J'ai simplement rencontré des personnes qui m'ont mise sur le chemin, mais cela n'a pas suffi. Il a aussi fallu que ce soit le bon moment, que j'aie ce fameux déclic pour prendre conscience qu'en effet, au fond de moi, quelque chose demandait à se développer. Ce fort magnétisme, je l'ai toujours eu et je pense que Jean-Paul l'a perçu en moi. Il a été l'un des éléments déclencheurs pour que je perçoive à mon tour mes capacités, mais il n'a pas été le seul.

## Ma bulle d'oxygène

Plus tard, alors que j'étais infirmière en psychiatrie, je me suis retrouvée confrontée à des situations de stress et de violence qui avaient un impact énorme sur moi. J'absorbais littéralement l'ambiance générale. Il me fallait déployer une énergie très forte pour me protéger.

Mon corps avait de plus en plus de mal à gérer cette fatigue, j'étouffais ! Ma bulle d'oxygène, c'était la salle Snoezelen, que j'avais mise en place dans mon service. Dans cette salle, il y avait un matelas à eau chauffant, un diffuseur d'huiles essentielles, un projecteur de lumière, de l'huile et des balles de massage, des plumes, une couverture lestée et une enceinte pour diffuser de la musique de relaxation... Cet espace avait été conçu pour apaiser nos patients. Moi aussi, je m'y sentais protégée. Je passais la moitié de la séance à

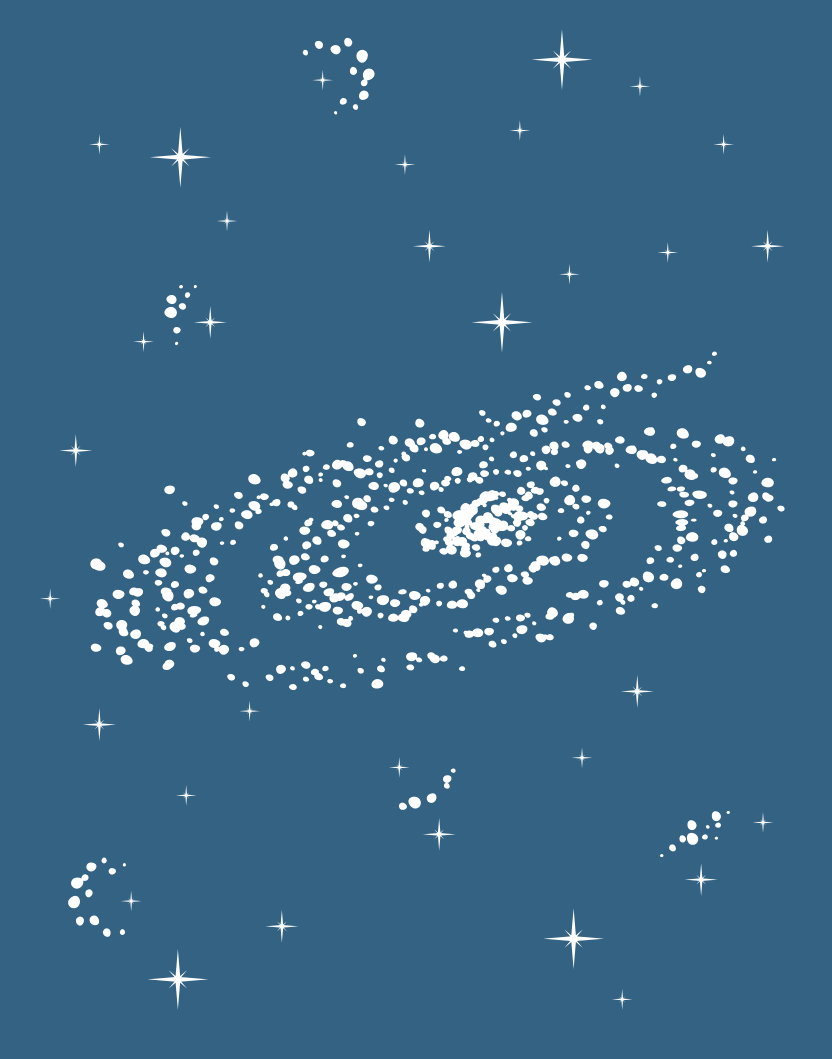




la tête du patient. À cette période, je n'avais aucune notion des chakras, des énergies, et pourtant... Sans le savoir, je ressentais tellement de choses ! Mes mains chauffaient et picotaient... En fermant les yeux et en me concentrant sur mon intention d'apaiser la personne, je voyais comme des flashes : des paysages, des morceaux de vie... C'était souvent très dur, mais, peu à peu, j'ai commencé à comprendre que je pouvais soulager autrement. Et j'ai osé en parler à mes collègues les plus proches, qui m'ont encouragée et ont joué les cobayes...

Comme je vous le disais, je n'ai suivi aucune formation, je me suis laissé guider par ma petite voix intérieure. Ma pratique est très intuitive et laisse place à toute ma spontanéité. J'ai beaucoup appris de mes erreurs et il y en a eu énormément, c'est aussi ce qui m'a permis de comprendre – de manière un peu brutale parfois – les éléments indispensables à mettre en place pour débiter la pratique du magnétisme.

J'espère que ce livre vous aidera à faire vos premiers pas en toute confiance et en toute sérénité.





1

EXPLOREZ  
VOS CAPACITÉS  
ÉNERGÉTIQUES