

# «Les auras, c'est notre boîte noire»

**RÉALITÉ INVISIBLE** ● Ces mystérieuses enveloppes énergétiques entourant le corps physique sont porteuses d'une quantité de mémoires et d'informations. Psychologue et psychothérapeute, la Genevoise Sophie Mégard les voit en permanence. Eclairage



Jef Gianadda

Une aura de mystère... Quand une zone d'ombre entoure une personne ou un événement, c'est souvent à l'aura que nous faisons référence pour évoquer ce qui nous échappe. Pour beaucoup, et dans le meilleur des cas, elle n'est qu'une espèce de lumière invisible entourant le corps. Pour nous la présenter — ou plutôt nous les présenter, car elles sont nombreuses —, Sophie Mégard, 29 ans, de Genève.

La jeune femme ne manque pas de bagages: psychologue et psychothérapeute, elle est aussi formée en Sophrologie, en Thérapie brève et en hypnose. Elle a en outre suivi les enseignements de Jabran Sebnat en Transe-Danse, de Patrick Drouot en régression et psychologie transpersonnelle, et de Martin Brofman en thérapies énergétiques. Actuellement, c'est une formation en thérapie crânio-sacrée et un troisième cycle universitaire en neurosciences qui l'occupent. Mais ce n'est pas cette liste de savoirs qui lui vaut d'être notre guide: Sophie Mégard voit les auras, en permanence, et depuis toujours (c'est le cas des enfants, jusque vers l'âge de 7 ans). Consultant dès l'adolescence, après s'être rendu compte de sa différence, elle enseigne depuis quatre ans comment percevoir — par le toucher, la vue, l'odorat même ou l'ouïe — ces enveloppes énergétiques.

On dit que l'aura émane du corps. Pour Sophie Mégard, c'est lui qui émane de l'aura: «Le corps physique est une causalité de l'aura. C'est comme si cette dernière était un moule dans lequel se forme le corps.» Ainsi, de l'extérieur vers l'intérieur, les six auras, appelées corps (boudhique, atmique, causal, mental, astral et éthérique — du plus éloigné au plus proche), se superposent jusqu'au centre du corps physique, auquel elles donnent sa densité. Pour la thérapeute, les symptômes sont visibles dans l'aura avant qu'ils n'atteignent le corps physique, celle-ci agissant sur celui-ci par un «itinéraire» chakras-glandes endocrines (les chakras étant des centres énergétiques se trouvant dans le corps éthérique). «La seule chose qui agit sur l'aura, c'est la pensée, d'où l'importance de la pensée positive», précise-t-elle.

Proche du corps, plutôt que des couleurs, c'est un halo laiteux comparable à celui qui entoure la lune ou la flamme d'une bougie que perçoit Sophie Mégard. «Ça a la même transparence que la fumée; au toucher, c'est comme plonger la main dans l'eau, il y a une petite résistance.» Au-delà, jusqu'à deux ou trois mètres, les couleurs apparaissent: «Elles varient en fonction des perceptions du thérapeute. Je ne suis pas d'accord avec les tables qui décrètent qu'à telle couleur correspond



Sophie Mégard (en médaillon) recense l'aura d'une patiente. DE NOTI

tel symptôme, que le rouge veut dire ceci, le vert cela.» Si aucune systématique ne peut être attachée aux couleurs, chaque corps, en revanche, est en relation avec une partie précise de l'existence. «Le physique et l'éthérique sont liés à cette vie; l'astral aux émotions, au karma; le mental concerne les liens entre les gens, notamment ce que nous appelons les «âmes sœurs»; quant aux corps causal, atmique et boudhique, ils sont liés à l'Être, là où

tout le monde est Un. C'est très abstrait, je travaille très rarement avec, voire pas du tout pour les deux derniers.»

## La lecture d'auras relève surtout de l'empathie

C'est donc essentiellement sur les corps éthérique (le seul, avec le corps physique, à être détruit après la mort), astral et mental que se font ses interventions. Au sujet de l'éthérique, le plus dense, après le physique, Sophie Mégard précise: «De 15 centimètres environ, en moyenne, il est détenteur de la mémoire depuis l'âge de 3 ans — ce qui s'est passé avant se trouve dans le corps astral. Il n'est pas figé, comme une photo, mais toujours en mouvement, changeant en fonction des pensées. C'est lui qu'on retrouve dans de nombreuses religions, l'aurole des saints, par exemple. Il touche à la vitalité: selon les maladies, il sera tout petit ou comme abîmé, manquant de densité, à l'instar de la ouate qu'on étire. Sa fonction principale est protectrice; non dans un sens de fermeture, mais de filtre, comme la peau, qui laisse passer certaines choses et pas d'autres.»

Apparemment liée qu'à la vision, la lecture d'auras relève surtout de l'empathie: «L'information — visions, pensées, phrases... — envoyée est brute; chacun la reçoit en fonction de ses possibilités, de sa façon de comprendre les choses. Ce n'est pas un travail de médium, mais de thérapie. On cherche ensemble, avec la personne, si les images qui viennent lui disent quelque chose, et quels comportements elle peut changer, car les auras permettent de voir ce qui dans la vie crée le symptôme.»

Bref, les auras gardent la mémoire de tout ce que l'on a vécu. «C'est la boîte noire de l'individu», résume la psychologue, avant d'ajouter: «Le but, ce n'est pas d'éradiquer la maladie, mais de savoir à quoi elle est liée, de comprendre ce qui se passe, de changer et d'être malade moins longtemps. Cela dit, si on peut trouver les causes des symptômes, il faut se souvenir qu'on travaille toujours avec une personne, et que celle-ci a plus ou moins de facilité à changer. On ne peut rien faire contre son gré.»

Pour les dates des conférences et des séminaires: tél. (022) 340 68 48 ou smegard@freesurf.ch. Site Internet: www.chez.com/smegard

## ... DES CHERCHEURS DE VÉRITÉ

Trois jours pour se recentrer, dans l'authenticité, l'harmonie et la sérénité, du 30 décembre 2000 au 1er janvier 2001 à Crêt-Bérard (Puidoux/VD). Invitation propice à la réflexion et à la paix intérieure, la rencontre «Faire le point» propose expressions créatrice (peinture, collage, poterie, masques, contes, chant, musique...) et corporelle (massages divers, yoga, kinésio, tai-chi, Biodanse...); méditation, relaxation et réflexion (un thème par jour: le pardon, l'oubli, le changement et la transformation). Le tout à prix très doux. Attention, places limitées.

Renseignements: tél. (026) 652 45 44, fax (026) 652 55 44 ou par e-mail: recto-verseau@santepratique.ch

Partager  
AVEC...

## ... CLAUDE DESARZENS, NATUROPATHE

Un CD pour s'initier à une méthode originale d'harmonisation et se laisser transporter, cinquante minutes durant, dans des états modifiés de conscience, guidé par le thérapeute. Objectif: relaxation profonde, déblocage des tensions et recharge énergétique pour mieux s'enraciner, développer son intuition, sa créativité et ses perceptions extrasensorielles... Huitième album de la collection *Eveil de conscience et guérison énergétique*, «Méthode» invite à naître à une nouvelle dimension intérieure.

«Méthode» ainsi que les 7 CD musicaux précédents («Odyssee», «Confiance», «Consolamentum», «Nagual», «Om», «Chaman» et «City Called Heaven»), à Lausanne: Hug Musique, librairies Payot et Raymond, et Editions Ciel et Terre (tél. 021/616 54 59 ou humbert\_j\_desarzens.c@bluewin.ch). Internet: www.desarzens.com