

UNE THÉRAPEUTE SE PRÉSENTE

Lecture d'Auras avec Sophie Mégard



Percevoir les Auras, ce n'est pas voir des lumières rouges ou vertes autour de la tête des gens, mais plutôt vivre en «écoute» du monde avec tous nos sens.

C'est une manière d'ouvrir les yeux mais aussi le nez, les oreilles, la peau et même la capacité d'émerveillement pour voir, entendre, sentir, ressentir ce qui est tout autour de nous. Et bien évidemment, cette écoute demande une présence. Et cette présence nous oblige à une certaine ouverture. Cette ouverture nous pousse à sentir aussi ce qui est en nous. Sentir ce qui est en nous, arrêter de se fuir nous amène à prendre conscience de nos besoins, de nos limites, de nos sensibilités. Alors cette conscience de nous-même nous pousse à mettre en place une vie plus harmonieuse, plus respectueuse de ce que nous sommes. Pour cette raison, percevoir les auras n'est définitivement pas juste voir des couleurs autour de la tête des gens mais bien vivre en intelligence avec le monde.

C'est comme retrouver le rythme perdu d'une danse. D'une danse avec le monde, avec la vie, avec les autres, pour exprimer, dans ce mouvement quotidien, notre essence profonde.

Une séance de lecture d'Auras ne consiste donc pas à vous dire de quelle couleur est votre Aura mais, comme lorsque l'on fait un thème astral, à explorer qui vous êtes et ce que vous vivez. Bien souvent il y a une distance entre *ce que je suis* et *ce que je vis* et c'est dans cet écart que naissent nos tensions, nos déséquilibres, nos mal-être et nos maladies. Cette lecture nous permet un bilan sur les différents plans de notre vie : physique, énergétique, émotionnel, existentiel, et spirituel. Le but est de trouver des clés pour pouvoir revenir vers soi-même et exprimer qui nous sommes vraiment dans notre vie quotidienne. De mon point de vue, le sens de la thérapie n'est pas de changer mais de se connaître assez pour mettre en place une vie qui nous correspond vraiment, dans laquelle nous pouvons être nous-même et nous épanouir en exprimant notre Être au quotidien.

Cette méthode peut apporter à chacun, quel que soit son besoin du moment. C'est une manière de faire le point et de repartir avec des outils et des pistes pour la suite de son propre cheminement. En fonction de votre demande, la séance se focalise plutôt sur un plan ou l'autre de votre vie et des liens sont faits aussi avec la psychogénéalogie, l'enfance et la vie quotidienne. Vous aurez accès à des informations claires et concrètes pour la suite.

Une séance dure deux heures

Après un temps de rencontre où je vous explique mon travail et réponds à vos questions, je vous laisse me parler de ce qui vous amène puis je vous donne une lecture de vos chakras et de vos différents corps énergétiques, les différentes couches de l'aura. Sur un dessin, vous pouvez prendre des notes et poser toutes les questions que vous souhaitez. Je vous conseille des exercices, des lectures ou des pistes thérapeutiques pour la suite de votre travail sur vous. La dernière demi-heure est réservée au traitement énergétique qui peut se faire assis ou couché selon votre besoin. Le traitement, en ré-équilibrant l'énergie, aide le changement à se mettre en place dans votre corps et dans votre vie et la compréhension de vos mécanismes vous permet de maintenir ces changements sur le long terme. Ces deux aspects de la séance se complètent pour que vous puissiez maintenir ce nouvel équilibre par vous-même.

J'enseigne aussi **la perception des Auras** parce que mon but est non seulement d'aider chacun à trouver la santé physique et psychique et l'équilibre au quotidien dans les séances individuelles mais aussi de montrer que nous avons tous accès à une *vision énergétique du monde* et pouvons tous percevoir l'énergie. Cette écoute du monde nous ouvre une autre manière de vivre, plus consciente.

Sophie Mégard | Genève, Vevey, Fribourg | www.megard.ch/sophie | sophie@megard.ch