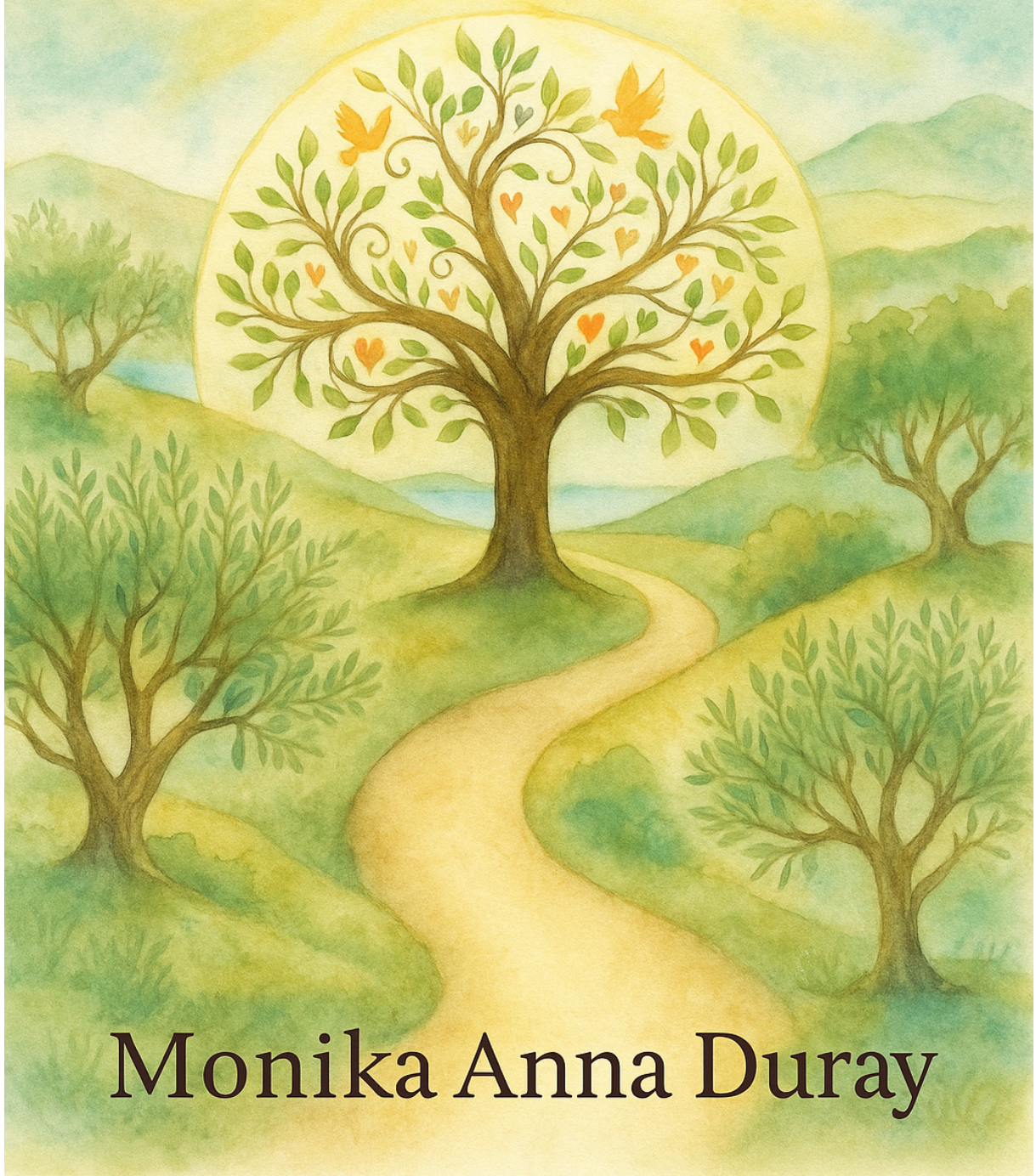


Accompagnement sur le chemin de l'éveil



Monika Anna Duray

Qui je suis

Après avoir traversé une épreuve personnelle marquante — un arrêt cardiaque — j'ai choisi de transformer cette expérience en une force au service des autres. Aujourd'hui, j'accompagne les personnes qui souhaitent se libérer de leurs blocages et avancer vers une vie plus alignée, plus saine.

Mon accompagnement prend différentes formes : des **séances individuelles** personnalisées, mais aussi des **événements collectifs** tels que des méditations en groupe et des **soirées cacao**, qui favorisent l'ouverture, la connexion et le partage.

Ma vocation est claire : **aider chacun à se retrouver, à cheminer avec plus de clarté et à gagner en autonomie**, afin de vivre une existence plus authentique et épanouissante.

Ma vision de l'accompagnement

Mon approche repose avant tout sur des valeurs essentielles : **l'écoute, la bienveillance, l'authenticité et le respect du rythme de chacun**. Je crois profondément que chaque personne possède déjà en elle les ressources nécessaires pour avancer, mais qu'il est parfois nécessaire d'être accompagnée avec délicatesse pour retrouver ce chemin intérieur.

Mon accompagnement allie **profondeur et douceur**. Profondeur, car il permet d'aller explorer en soi ce qui demande à être entendu et transformé. Douceur, car je propose un cadre sécurisant, où chacun peut se déposer sans crainte de jugement.

Au fil des séances, il devient possible non seulement de se libérer, mais aussi de **recevoir des outils concrets** : je transmets mes méthodes afin que la personne puisse poursuivre son chemin en autonomie, forte de nouvelles clés pour éclairer sa vie.

Les fondements de ma méthode

Mon approche est **globale et personnalisée** : elle prend en compte l'être humain dans toutes ses dimensions — corps, cœur, esprit — et l'accompagne dans son cheminement unique.

Voici les principaux piliers qui caractérisent ma méthode :

- **Développement personnel** : il s'agit d'un travail d'exploration intérieure permettant de mieux se connaître, de dépasser ses blocages et de révéler son potentiel. Chaque séance ouvre un espace de croissance et de transformation.
- **Ouverture spirituelle** : au-delà de la dimension psychologique, j'invite chacun à se reconnecter à quelque chose de plus vaste. Cela peut se traduire par un sentiment de paix, une connexion à soi-même, ou l'expérience d'un lien plus profond avec la vie.
- **Exploration des émotions** : les émotions sont des messagères précieuses. Mon approche aide à les accueillir, les comprendre et les transformer pour retrouver un mieux-être durable.
- **Recherche d'équilibre intérieur** : j'accompagne vers un alignement entre pensées, émotions et actions, afin que la personne puisse vivre en harmonie avec elle-même et son environnement.
- **Compréhension des enjeux du système familial** : nos racines influencent nos choix et nos comportements, souvent de manière inconsciente. Explorer les dynamiques familiales permet de libérer ce qui entrave, et d'honorer ce qui soutient.

Chaque accompagnement est unique : il se construit sur mesure, en fonction des besoins de la personne et de son rythme, dans un cadre empreint de respect et de bienveillance.

Comment se déroule une séance ?

Chaque séance est un moment privilégié, conçu comme un espace de confiance, de clarté et de transformation. Elle se déroule en plusieurs étapes :

Analyse de la numérologie karmique

La séance commence par l'étude de la numérologie karmique, basée sur la date de naissance et les chiffres clés de la personne. Cet outil révèle les grandes lignes de son chemin de vie, ses forces, ses défis et les héritages du passé qui influencent encore son présent. Cette analyse offre une première lecture précieuse et permet de poser les bases du travail.

Accueil et écoute

Après cette exploration, un temps de dialogue s'installe. La personne peut partager ce qu'elle vit, ses émotions, ses difficultés actuelles ou ses questionnements. Cet échange favorise la mise en lien entre la lecture numérologique et l'expérience concrète du quotidien.

Exploration des besoins et travail intérieur

Ensemble, nous identifions ce qui demande à être éclairé ou transformé : émotions récurrentes, croyances limitantes, blocages ou situations répétitives. À partir de là, un travail en profondeur peut commencer, mêlant compréhension, libération et activation des ressources intérieures.

Intégration et apaisement

La séance se clôt par un temps d'intégration, afin d'ancrer les prises de conscience. L'objectif est que la personne reparte non seulement avec un sentiment d'apaisement, mais aussi avec une vision plus claire de son chemin et des clés concrètes pour avancer.

Chaque séance est unique et s'inscrit dans un processus évolutif : une invitation à mieux se connaître, à se libérer et à se réaligner avec son essence profonde.

Les bienfaits de cet accompagnement

Chaque personne qui s'engage dans ce cheminement expérimente des bénéfices uniques, en résonance avec son histoire et ses besoins. Pourtant, certains effets reviennent souvent et constituent la véritable essence de cet accompagnement :

Plus de clarté

Grâce à l'analyse numérologique et au travail intérieur, les zones d'ombre se dissipent progressivement. La personne comprend mieux son chemin de vie, ses choix et les épreuves qu'elle traverse. Cette clarté ouvre la voie à des décisions plus alignées et à une vision plus juste de son existence.

Libération des blocages

Les croyances limitantes, les schémas répétitifs ou les blessures enfouies peuvent freiner l'élan vital. Les séances offrent un espace pour mettre en lumière ces blocages et les transformer, afin que l'énergie circule de nouveau avec fluidité.

Confiance en soi

En se reconnectant à ses ressources intérieures et à son potentiel, la personne retrouve progressivement une estime d'elle-même plus solide. Elle ose affirmer qui elle est, faire des choix qui lui ressemblent et avancer avec assurance.

Meilleure connexion à soi-même

L'accompagnement invite à se rapprocher de son essence véritable. La personne apprend à écouter ses émotions, à reconnaître ses besoins profonds et à se relier à son intuition. Cette connexion intérieure devient un guide précieux au quotidien.

Paix intérieure

Lorsque les blocages se libèrent et que la clarté s'installe, un sentiment de sérénité profonde émerge. La personne se sent plus en harmonie avec elle-même et avec son environnement, prête à vivre son chemin de vie avec plus de fluidité et de légèreté.

En somme, cet accompagnement est une invitation à transformer les épreuves en ressources, à se libérer du poids du passé et à marcher vers une vie plus authentique et épanouie.

Ma touche personnelle

La médiumnité, un art de guidance et de guérison

Ma médiumnité est avant tout une **voie d'écoute profonde**. Elle ouvre un espace où le visible et l'invisible se rencontrent, où la conscience humaine peut dialoguer avec une sagesse plus vaste. Lorsqu'elle est vécue avec ancrage, humilité et présence du cœur, elle devient un **outil de guidance intérieure** et un **chemin de guérison**.

Comme un canal subtil, je capte des **signaux de l'âme** : des images, des symboles, des ressentis ou des mots qui révèlent ce qui, en soi, demande à être entendu. Ces messages ne dictent pas une direction, mais **éclairent le chemin**. Ils rappellent à la personne sa propre vérité, sa lumière, son potentiel de transformation.

Ma médiumnité agit aussi comme une **onde de guérison**. En mettant en lumière des blessures oubliées ou des mémoires enfouies, elle permet la libération d'énergies anciennes. Elle rétablit la circulation du souffle vital, reconnecte à la joie d'être et à la confiance en la vie. Ce n'est pas moi en tant que médium qui guérit, mais **l'énergie d'amour et de conscience** qui traverse l'espace de rencontre.

Dans un cadre thérapeutique, ma médiumnité s'allie naturellement à d'autres approches — l'écoute active, le toucher, le son.

Elle soutient le processus d'éveil par une **écoute symbolique de l'inconscient**, offrant une compréhension plus vaste du vécu. En tant que thérapeute médium je n'impose rien : j'accompagne, j'éclaire, et j'aide chacun à **retrouver son propre centre**.