

Le 15 août 2026

L'éveil est la découverte que « Je suis ».

La réalisation du Soi est l'établissement, de façon stable, dans « Je suis »

Je vis une enfance sans aucune influence religieuse ou spirituelle, avec des parents athées. Je me considère moi-même athée jusqu'à la trentaine où les questions existentielles sur le sens de la Vie commencent à émerger.

🌀 20 ans - Première expérience d'éveil

Lors d'un séjour de marche dans le désert tunisien, je vis une expérience directe d'éveil sans le savoir et sans même savoir ce que c'est. Je sais juste que je vis quelque chose de particulier qui ressemble à la quiétude maintenue dans l'instant présent et que je me sens bien dans ce calme intérieur sans fin en miroir avec l'horizon en 360 degrés des paysages de dunes autour de moi.

♥ 32 ans - Le début du chemin intérieur

Un choc émotionnel me fait entamer un travail sur moi- qui n'a de cesse encore aujourd'hui- et tomber dans la marmite du développement personnel.

♥ 34 ans - La découverte de la notion d'éveil

En 2016, je suis interpellée par le mot éveil. J'assiste le week-end même à une conférence de Claudette Vidal, enseignante spirituelle québécoise réalisée, où je ressens en sa présence une paix intérieure et une sensation d'élévation.

J'écoute un témoignage d'Isabelle Padovani - devenue Issa- sur son expérience directe d'éveil lors d'un stage intensif " qui suis-je" avec Nanna Mickaël.

Je participe à un premier intensif en 2017 avec elle où je connecte à mon enfant intérieur et vit de nombreuses expériences énergétiques (décorporation, voyage astral, visions...) qui seront vues ensuite comme des distractions pour empêcher de vivre l'éveil.

🌀36 ans - La rencontre avec les Êtres de lumière

En 2018, alors que je suis enceinte de mon 3ème enfant, lors d'un atelier de chakradance, danse libre intuitive, je pose l'intention de me relier à mes guides et mon bébé me montre alors que ce n'est pas par le chakra coronal mais par le cœur. Je rencontre ces Êtres de lumière et ne cesserai d'être en lien avec eux.

Puis ma fille naît et je me forme avec elle bébé à la communication connectée, pour communiquer avec son âme. Je comprends très vite que je peux aussi communiquer avec mon âme. Et depuis lors, je consulte mon âme et me relie à elle pour toute décision. De même lorsque je suis en soin.

🌀38 ans - L'ouverture du cœur

Lors du second intensif " qui suis-je " en 2020, je vis une immense ouverture de cœur. Je ressens une rivière d'Amour envahir toute la salle.

En 2021, je participe à un stage sur la mort avec Nanna Mickaël. Lors d'un atelier, alors que mon âme s'était fortement éloignée, je fais un choix clair d'incarnation en disant un grand OUI. Je découvre alors avec des yeux ébahis et une immense joie que tout ce qui m'entoure est Amour avec la sensation de les voir pour la première fois: les personnes, les lieux, la nature, le ciel, les étoiles... Dans un moment suspendu. Je saurai plus tard que c'est une 2^{nde} expérience directe d'éveil.

♥40 ans - Expérience directe d'éveil

A Pâques 2022, je participe à mon 3ème intensif toujours avec Nanna. Je me prépare quelques mois avant en travaillant fortement sur l'ouverture du cœur et en me mettant dans la présence. LE moment tant attendu arrive : je vis une expérience directe d'éveil. Je la vis le 2ème jour dans ma chambre. Je vois l'arbre devant la fenêtre, et d'un coup je vois toujours l'arbre mais c'est différent. Je repars en dyade en disant que je sens de la confiance dans mon bassin, un état au-delà de l'amour conditionnel. Ce n'est que 2 jours après que je comprends que c'est Cela que j'ai vécu. Toujours dans ma chambre, je revis la bascule. C'est donc ça Cela ! Je cours voir Nanna et fond en larmes d'émotions. Elle me valide que oui, C'EST. Je m'attendais à un feu d'artifice ! Mais certainement pas à cette perception SI SUBTILE.

Puis, je suis récupérée par mon mental qui perçoit cette expérience comme : "ça, c'est fait ; objectif réalisé ! Je sais maintenant alors je peux passer à autre chose". Je mets en suspens cette quête durant 2 ans.

🌀42 ans - De l'expérience à l'incarnation

Lors d'une séance avec Céline Herminie, médium, je suis ramenée sur le chemin d'éveil afin d'incarner et être Conscience au quotidien de façon permanente.

J'ai une séance avec Della , enseignante spirituelle québécoise réalisée, dont je m'appuie beaucoup sur le livre et jeu de cartes " Et si j'étais la vie". Je prends conscience des gardiens qui m'empêchent d'Être.

Cela se passe très progressivement. Je vis des bascules spontanées dans mon quotidien qui ne durent que quelques minutes. Elles arrivent lorsque je suis seule chez moi.

Lors du dernier intensif de Nanna Mickaël au réveillon 2024/2025, mon intention était de pouvoir le vivre en étant dans le groupe. Ce qui s'est réalisé. Quelle beauté d'être conscience qui se voit en soi, dans l'autre, dans l'arbre, dans le cosmos, dans l'ombre, partout et d'appréhender son pouvoir créateur. J'apprends à Être, et lorsque je " tombe du cheval, à y remonter". Un immense cadeau était de le partager avec de nombreuses personnes. Gratitude. Cela perdure plusieurs jours.

J'enchaîne en février 2025 avec un autre intensif "qui suis-je" dans le désert tunisien avec Nathalie Dantoing et Cécile Van Pee. Mon intention est alors de le vivre dans mon corps, ici, là. Cela se produit : je suis ce poil sur ma main, je suis le microscopique. Je traverse la peur d'être annihilée en "mourant", pour ressentir que quoi qu'il arrive, je suis tenue. Cela m'a apporté une profonde sécurité. Depuis, j'ai la chance de pouvoir continuer à faire des dyades en visio avec 2 autres participantes.

En juillet, je reçois l'information de faire une retraite individuelle au chant du merle à Laurede (lieu ressource) et de recevoir 3 soins Atma, soins de bercement et immersion sous l'eau dans une piscine chauffée, réalisés par Maria.

Le premier, je connecte à la puissance de l'eau et j'ai l'impression de faire 20 voyages dans 20 dimensions différentes pour enfin Être. Le second soin, je décide de ne pas voyager et de rester là, dans la présence. Je bascule Conscience d'une façon simple et immédiate. Le 3ème soin, je suis femme Amour et Conscience Simple.

Je sens dans mon bassin s'installer progressivement et durablement un maître intérieur, de la sagesse et du calme.

En septembre 2025, j'accompagne une personne pour une retraite individuelle et son intention est de vivre une expérience directe d'éveil ce qui a pu se réaliser. Quelle joie partagée !

🌀44 ans - Apprendre à Être dans le quotidien

Le dernier trimestre 2025, mon corps se met au ralenti, mon activité professionnelle diminue et je suis présence au quotidien. Je renonce provisoirement à la médiumnité pour me concentrer sur le cœur. Les fêtes de Noël avec le marathon des repas se passent dans cette présence. Je ne suis plus activée. C'est le calme constant. Quelle douceur.

Ma guidance me dit désormais de rester chez moi, plus de stage, plus de retraite à la cabane à Lourdes. Rester ici, présente. Et le vivre dans mon quotidien, dans ma maison.

Inscrite à l'ashram du cœur créé par Pierre et Gérard qui ont réalisé le soi, je découvre dans l'émission chemin d'unité le témoignage de Mireille Côté et y trouve pleins de similitudes avec mon parcours.

En 2026, j'entame un parcours individuel avec elle. Nos âmes se reconnaissent. Je me désidentifie petit à petit des objets : émotions, pensées, expériences, sensations...

Je vis différentes facettes de la Conscience : vacuité, arrêt sur image et son, amour inconditionnel simple sans intention, joie sans cause, quiétude, équanimité, conscience guérissante :

Lors d'une séance pour un soin pour une personne, alors que j'ai sa main sur son front, je suis conscience ici. Mon corps est conscience, la chaise sur laquelle je suis aussi, mon bras aussi, la personne aussi, la table de massage sur laquelle elle est allongée aussi. Et la conscience réalise un soin incroyable pour cette personne sans que je n'ai accès à rien. Il n'y a pas d'intention. Tout est instant.

Toutefois, ce parcours est loin d'être linéaire et idyllique, bien au contraire. A chaque fois que j'ai vécu une phase d'expansion, s'en est suivi une phase de contraction de la même intensité. Après chaque stage, je savais que la contraction serait au retour. Après le stage du réveillon 2025 où mon cœur était Amour Pur très expansé, j'attire une situation d'appel d'un homme qui me fait une demande incongrue, sombre, autour de l'argent, du sexe et du pouvoir. Cela ne m'est jamais arrivée une situation de ce genre auparavant. J'en ai retenu un enseignement. Autre exemple, lors d'un stage sur la culpabilité animé par Nanna, le matin je vis une grâce « Je suis Marie » (ou énergie de la mère divine), l'après-midi Satan (ou maître de l'énergie sombre) me rend visite.

Lorsque ma lumière intérieure s'agrandit alors elle vient éclairer les ombres en moi non vues. Cela permet de les accueillir, conscientiser, libérer, dissoudre...Que ce soit dans cette vie, vies antérieures, autres dimensions, transgénérationnel...J'ai moi-même des outils et facilité pour le faire ; toutefois, j'ai toujours eu une ou plusieurs personnes ressources compétentes pour m'aider à évoluer. Gratitude !

En juin 2026, l'élan fort est venu de faire un processus pranique de 21 jours, chez moi, avec mes enfants en garde alternée. Entre 2 trajets pour amener ma fille ainée à un endroit puis aller récupérer mon autre fille, je vis sur la route un état de béatitude qui dure 1h où je ne peux plus bouger de ma voiture. Je vis aussi 2 jours d'unité (vacuité les bras ballants et Amour) et s'ensuit de nombreuses libérations/guérisons.

Pour autant, je lâche toute expérience. Très souvent je les oublie.

Je suis donc à une étape où parfois « JE SUIS » et cela peut durer quelques minutes, heures, jour et puis cela refocalise totalement ou partiellement sur mon personnage. Et ainsi de suite. L'avantage aujourd'hui est que je connais le chemin pour revenir à la Conscience rapidement en y mettant l'attention.

Donc ce chemin est plutôt ardu, fatigant, parfois épuisant, intense, solitaire, éprouvant. Et pourtant, un fort élan intérieur ne me quitte pas pour réaliser le Soi et vivre surtout l'après.

J'ai reçu l'information tout récemment que j'ai eu une vie de yogi en Inde où j'ai réalisé le Soi et où j'avais de grands pouvoirs psychiques (matérialiser son corps ailleurs...). Volontairement, et j'y est consenti avant mon incarnation, il y avait comme un mur blanc avec cette vie-ci pour que je ne sois pas attirée par l'Inde et sa spiritualité. Car sinon, le risque aurait été que j'y aille et ne revienne plus en France. Or, à priori, il est important dans cette incarnation que la lumière à travers Stéphanie soit en France et que la réalisation du Soi se fasse via une autre voie, sans guru, dans mon quotidien, entourée de mes proches.

Je suis le flow de la Vie avec foi.