

◆ LA MÉTHODE LUMÉA ◆

Ma lumière intérieure

Bienvenue

Module d'introduction

Livret compagnon



UN MOT DE BIENVENUE

Avant qu'on commence

Si vous tenez ce livret entre vos mains, c'est que quelque chose en vous a dit oui. Oui à mieux comprendre. Oui à voir clair. Oui à vous offrir le temps d'un voyage intérieur.

Avant qu'on entre dans la matière de la formation, prenez quelques minutes pour lire ce livret compagnon. Il vous donne le contexte de la méthode, les grandes étapes du parcours, et un premier exercice pour poser votre intention.

Ce n'est pas obligatoire. Mais ce sera plus profond.

Avec toute ma douceur,

Joan

MON PARCOURS

Les dates qui ont tout changé

- 1998** *Le drame fondateur*
À 14 ans, mon frère décède dans un accident. Cette perte ouvre en moi une quête spirituelle qui ne s'arrêtera plus.
- 2014** *Le bond quantique*
Une séance d'hypnose spirituelle d'une puissance inouïe déclenche mes capacités médiumniques. Voyages astraux, contacts avec d'autres plans, canalisations — tout s'accélère.
- 2021** *Le premier livre*
Je publie « L'Éveil avec les Êtres de Lumière », entièrement canalisé. Les messages reçus pendant ces années trouvent enfin leur forme écrite.
- 2026** *Le second livre*
« Yin Yang — Quel est votre profil ? De la dualité à l'unité » paraît au Lys Bleu Éditions. Synthèse de 28 ans d'expérience et de centaines de consultations.
- 2026** *La méthode Luméa*
Je transforme ma méthode en formation pour celles et ceux que je ne pourrai jamais recevoir en face à face. Vous y êtes.

Pourquoi le Yin et le Yang

Au fil de mes consultations, j'ai remarqué quelque chose de fondamental : avant tout autre conseil, avant tout message des Êtres de Lumière, je commence toujours par identifier la vibration que j'ai en face de moi.

Yin ou Yang ?

Cette simple question change tout. Parce qu'on ne parle pas à un Yin comme on parle à un Yang. On ne console pas un Yin comme on console un Yang. On n'aide pas un Yin à avancer comme on aide un Yang.

Le Yin et le Yang ne sont pas deux ennemis. Ce sont deux manières d'exprimer la même énergie de vie — le Qi. Vous portez les deux en vous, mais l'une domine. Et toute la méthode Luméa tient dans cette phrase :

*« Connaître votre couleur dominante,
pour ensuite apprendre à utiliser toutes les couleurs. »*

VOTRE PARCOURS

5 modules pour vous révéler

1

La carte du territoire

Les fondations Yin Yang, le Qi, le Taijitu.

2

Identifie ton profil

Le quiz des 20 questions et les 4 profils énergétiques.

3

Comprends ta nature

Les dons et les pièges de chaque profil.

4

La danse des relations

Couple, famille, travail — apprendre à parler la langue de l'autre.

5

Programme 30 jours

Un parcours jour par jour pour ancrer l'équilibre.

+ Bonus : 3 cartes de transformation et un journal de bord 30 jours.

PREMIER EXERCICE

Posez votre intention

Avant d'attaquer le Module 1, prenez 10 minutes pour répondre à ces trois questions. Écrivez à la main. Ce qui passe par la main passe différemment dans le corps que ce qui passe par le clavier.

1. POURQUOI EST-CE QUE JE COMMENCE CETTE FORMATION AUJOURD'HUI ?

2. QU'EST-CE QUI BLOQUE EN MOI EN CE MOMENT ?

3. QU'EST-CE QUE JE VEUX RESSENTIR DANS 30 JOURS ?

Pas de jugement. Juste votre vérité du moment.