



# CHEMIN DE LUMIÈRE

ÉVEILLER L'ÂME, TRANSFORMER VOTRE VIE  
ET INSPIRER LE MONDE

Thouraya Daouas

# Chemin de Lumière

Éveiller l'Âme, Transformer Votre Vie  
et Inspirer le Monde

- Passage de 2024 à 2025 -

Tous droits réservés à Thouraya Daouas-thouraya.daouas@gmail.com

## Table des matières

<b>Avant-propos .....</b>	<b>13</b>
<b>Introduction .....</b>	<b>15</b>
À qui s'adresse ce livre ?.....	16
Objectifs de ce livre .....	16
Un mot d'encouragement.....	16
<b>Chapitre 1.....</b>	<b>18</b>
<b>Qu'est-ce que l'ascension ? .....</b>	<b>18</b>
Une définition du terme ESPRIT .....	19
Exercice : Élever sa fréquence énergétique .....	20
Qu'est-ce que l'énergie ?.....	20
Le concept d'espace.....	22
Le concept du temps .....	23
La perception du temps .....	24
L'énergie et le temps simultané .....	24
Le mouvement et les lois locales .....	25
Exercice : Explorer votre énergie intérieure .....	26
Conclusion sur les fondations physiques.....	27
<b>Chapitre 2 .....</b>	<b>28</b>
<b>La nature de la matière .....</b>	<b>28</b>
Une réalité multidimensionnelle.....	28
Comment la matière se manifeste-t-elle ? .....	29
La matière : une illusion de solidité.....	29
Le mystère des particules subatomiques.....	30
Les hologrammes et la réalité.....	30
La réalité : un jeu d'ondes stationnaires .....	31
Vous êtes une projection holographique .....	31
La conscience : clé de la création de la réalité.....	31
Une réalité fluide et malléable.....	32
Le rôle de la conscience collective .....	32
La visualisation comme outil de transformation .....	33
Une réalité en constante évolution .....	33
Exercice : Expérimenter la nature énergétique de la matière .....	34
<b>Chapitre 3 .....</b>	<b>35</b>

<b>Les champs d'énergie .....</b>	<b>35</b>
Le corps physique.....	35
Le corps émotionnel .....	36
Le corps mental.....	36
Le corps spirituel .....	36
L'interconnexion des corps énergétiques .....	37
Le rôle de l'ADN dans les champs énergétiques .....	37
Le rôle de la résonance dans vos champs énergétiques .....	37
La régénération constante de vos champs énergétiques.....	38
Harmoniser vos corps énergétiques .....	38
Exercice : Harmoniser vos corps énergétiques .....	39
<b>Chapitre 4 .....</b>	<b>41</b>
<b>Comprendre l'ascension.....</b>	<b>41</b>
Les étapes de l'ascension .....	41
Les défis de l'ascension .....	42
Les outils pour faciliter l'ascension.....	42
L'impact de l'ascension sur votre vie quotidienne.....	43
Exercice : Naviguer dans les étapes de l'ascension .....	43
<b>Chapitre 5 .....</b>	<b>45</b>
<b>Les fréquences et la résonance .....</b>	<b>45</b>
Qu'est-ce que la résonance ? .....	45
Les lois de la vibration et de l'attraction .....	45
Élever vos fréquences énergétiques.....	46
Les défis de la dissonance .....	46
Les effets de l'ascension sur la planète.....	47
Exercice : Harmoniser vos fréquences et cultiver la résonance .....	47
<b>Chapitre 6 .....</b>	<b>49</b>
<b>La connexion à l'ESPRIT .....</b>	<b>49</b>
Qu'est-ce que l'ESPRIT ? .....	49
Comment renforcer votre connexion à l'ESPRIT.....	49
Les signes d'une connexion accrue à l'ESPRIT.....	50
L'ESPRIT comme guide dans l'ascension .....	51
Conclusion : Vivre dans l'alignement avec l'ESPRIT .....	51
Exercice : Renforcer votre connexion à l'ESPRIT .....	51
<b>Chapitre 7.....</b>	<b>53</b>
<b>Les pratiques pour accélérer l'ascension .....</b>	<b>53</b>

Tous droits réservés à Thouraya Daouas-Thouraya Daouas@gmail.com

La méditation de l'alignement énergétique.....	53
Le travail avec les affirmations positives .....	54
La libération des blocages énergétiques .....	54
Le travail avec la nature.....	54
La visualisation créative .....	55
L'importance de la communauté .....	55
Conclusion : Intégrer ces pratiques dans votre vie.....	55
Exercice : Mettre en pratique les outils de l'ascension .....	56
<b>Chapitre 8 .....</b>	<b>57</b>
<b>L'ascension planétaire .....</b>	<b>57</b>
Qu'est-ce que l'ascension planétaire ? .....	57
Les signes de l'ascension planétaire.....	57
Votre rôle dans l'ascension planétaire .....	58
Les défis de l'ascension planétaire .....	58
Les guides spirituels et l'ascension planétaire .....	59
Une vision pour l'avenir .....	59
Exercice : Soutenir l'ascension planétaire.....	59
<b>Chapitre 9 .....</b>	<b>61</b>
<b>L'intégration des énergies d'ascension .....</b>	<b>61</b>
Les symptômes de l'intégration énergétique .....	61
Comment faciliter l'intégration énergétique .....	62
Les activations énergétiques .....	62
Vivre en alignement avec les énergies d'ascension.....	63
Les bienfaits de l'intégration énergétique .....	63
Exercice : Harmoniser et intégrer les énergies d'ascension .....	63
<b>Chapitre 10.....</b>	<b>65</b>
<b>Le rôle du karma dans l'ascension.....</b>	<b>65</b>
Qu'est-ce que le karma ?.....	65
Le karma et l'ascension.....	65
Comment libérer le karma.....	66
Le rôle des relations karmiques .....	66
Transcender le karma.....	67
Conclusion : Le karma comme catalyseur de l'ascension.....	67
Exercice : Libérer et transcender le karma.....	68
<b>Chapitre 11 .....</b>	<b>69</b>
<b>Les maîtres ascensionnés et leur rôle dans votre cheminement.....</b>	<b>69</b>

Qui sont les maîtres ascensionnés ?.....	69
Le rôle des maîtres ascensionnés dans votre ascension.....	69
Comment vous connecter aux maîtres ascensionnés.....	70
Les maîtres ascensionnés et les rayons sacrés .....	70
Intégrer la guidance des maîtres dans votre vie quotidienne .....	71
Conclusion : Travailler en collaboration avec les maîtres ascensionnés .....	71
Exercice : Se connecter aux maîtres ascensionnés.....	72
<b>Chapitre 12.....</b>	<b>73</b>
<b>Les dimensions supérieures et votre évolution spirituelle.....</b>	<b>73</b>
Qu'est-ce qu'une dimension supérieure ?.....	73
Les principales caractéristiques des dimensions supérieures .....	73
Les étapes de l'exploration dimensionnelle.....	74
Comment accéder aux dimensions supérieures .....	74
Les bénéfices de l'exploration des dimensions supérieures.....	75
Vivre avec une conscience multidimensionnelle.....	75
Conclusion : L'intégration des dimensions supérieures .....	75
Exercice : Se connecter aux dimensions supérieures .....	76
<b>Chapitre 13.....</b>	<b>77</b>
<b>L'incarnation de votre moi supérieur.....</b>	<b>77</b>
Qu'est-ce que le moi supérieur ? .....	77
Les signes de la connexion à votre moi supérieur .....	77
Comment incarner votre moi supérieur .....	78
Les défis de l'intégration du moi supérieur.....	78
Les bienfaits de l'incarnation du moi supérieur .....	79
Conclusion : Vivre comme un être ascensionné .....	79
Exercice : Se connecter à votre moi supérieur .....	80
<b>Chapitre 14.....</b>	<b>81</b>
<b>Créer une nouvelle réalité .....</b>	<b>81</b>
La loi de la création consciente .....	81
Les étapes de la création consciente.....	81
Les outils pour renforcer votre capacité de création .....	82
Surmonter les obstacles dans la création consciente.....	82
Créer une réalité collective alignée .....	83
Conclusion : Embrasser votre rôle de cocréateur .....	83
Exercice : Développer votre capacité de création consciencieuse.....	84
<b>Chapitre 15.....</b>	<b>85</b>

<b>L'unité et l'interconnexion universelle .....</b>	<b>85</b>
L'illusion de la séparation .....	85
L'expérience de l'unité.....	85
Comment cultiver la conscience de l'unité .....	86
Les bienfaits de vivre dans l'unité .....	86
L'unité dans l'ascension planétaire .....	87
Conclusion : L'unité comme essence de l'ascension .....	87
Exercice : Se connecter à l'unité universelle .....	88
<b>Chapitre 16.....</b>	<b>89</b>
<b>Le rôle de l'amour inconditionnel dans l'ascension .....</b>	<b>89</b>
Qu'est-ce que l'amour inconditionnel ? .....	89
Pourquoi l'amour inconditionnel est essentiel pour l'ascension .....	89
Comment cultiver l'amour inconditionnel .....	90
Les défis de l'amour inconditionnel .....	90
Les bienfaits de vivre dans l'amour inconditionnel.....	90
Conclusion : L'amour inconditionnel comme clé de l'ascension .....	91
Exercice : Cultiver l'amour inconditionnel .....	91
<b>Chapitre 17 .....</b>	<b>93</b>
<b>La maîtrise de soi .....</b>	<b>93</b>
<b>    dans le processus d'ascension .....</b>	<b>93</b>
Qu'est-ce que la maîtrise de soi ? .....	93
Pourquoi la maîtrise de soi est-elle importante pour l'ascension ? .....	93
Comment développer la maîtrise de soi.....	94
Les défis de la maîtrise de soi .....	94
Les bienfaits de la maîtrise de soi .....	95
Conclusion : La maîtrise de soi comme chemin vers la liberté .....	95
Exercice : Cultiver la maîtrise de soi.....	96
<b>Chapitre 18.....</b>	<b>97</b>
<b>La préparation pour l'ascension finale .....</b>	<b>97</b>
Les signes que vous approchez de l'ascension finale.....	97
Les pratiques pour se préparer à l'ascension finale .....	98
Les défis de l'ascension finale .....	98
Les bienfaits de l'ascension finale .....	99
Conclusion : Embrasser l'ascension finale .....	99
Exercice : Se préparer à l'ascension finale.....	100
<b>Chapitre 19.....</b>	<b>101</b>

<b>Vivre en tant qu'être ascensionné.....</b>	<b>101</b>
Qu'est-ce qu'un être ascensionné ?.....	101
Les qualités d'un être ascensionné.....	101
Comment vivre comme un être ascensionné .....	102
Les responsabilités d'un être ascensionné.....	102
Les bienfaits de vivre comme un être ascensionné.....	103
Conclusion : Devenir une lumière pour le monde .....	103
Exercice : Incarner votre lumière divine.....	103
<b>Chapitre 20 .....</b>	<b>105</b>
<b>Le rôle de la gratitude dans l'ascension .....</b>	<b>105</b>
Pourquoi la gratitude est essentielle .....	105
Comment cultiver la gratitude .....	105
La gratitude comme pratique quotidienne.....	106
Les bienfaits de la gratitude.....	106
Conclusion : La gratitude comme chemin vers l'ascension.....	107
Exercice : Cultiver la gratitude pour l'ascension.....	107
<b>Chapitre 21.....</b>	<b>109</b>
<b>L'alignement avec votre mission de vie.....</b>	<b>109</b>
Qu'est-ce que la mission de vie ?.....	109
Les étapes pour découvrir votre mission de vie .....	109
Vivre votre mission de vie .....	110
Les obstacles à l'alignement avec votre mission de vie.....	110
Les bienfaits de vivre en alignement avec votre mission.....	111
Conclusion : Embrasser votre rôle unique.....	111
Exercice : Découvrir et incarner votre mission de vie.....	111
<b>Chapitre 22 .....</b>	<b>113</b>
<b>La contribution à l'évolution collective.....</b>	<b>113</b>
Pourquoi l'évolution collective est-elle importante ?.....	113
Comment contribuer à l'évolution collective .....	113
Les défis de l'évolution collective .....	114
Les signes de progrès dans l'évolution collective.....	114
Votre rôle unique dans l'évolution collective .....	115
Conclusion : Construire un monde nouveau ensemble.....	115
Exercice : Contribuer à l'évolution collective .....	116
<b>Chapitre 23 .....</b>	<b>117</b>
<b>La célébration de l'ascension.....</b>	<b>117</b>

Pourquoi célébrer l'ascension ? .....	117
Les façons de célébrer l'ascension .....	117
Les bienfaits de la célébration .....	118
L'ascension comme un cycle continu .....	118
Conclusion : Une vie de célébration.....	118
Exercice : Célébrer votre ascension .....	119
<b>Chapitre 24 .....</b>	<b>121</b>
<b>Intégrer les leçons de l'ascension .....</b>	<b>121</b>
Les principales leçons de l'ascension.....	121
Comment intégrer ces leçons dans votre vie .....	121
Les défis de l'intégration .....	122
Les bienfaits de l'intégration.....	122
Conclusion : L'intégration comme fondation pour l'évolution.....	123
Exercice : Intégrer les leçons de votre ascension .....	123
<b>Chapitre 25 .....</b>	<b>125</b>
<b>Maintenir l'équilibre .....</b>	<b>125</b>
<b>dans les dimensions supérieures.....</b>	<b>125</b>
Pourquoi l'équilibre est important.....	125
Les piliers de l'équilibre dans les dimensions supérieures .....	125
Les défis du maintien de l'équilibre.....	126
Comment surmonter ces défis .....	126
Les bienfaits de maintenir l'équilibre .....	127
Conclusion : L'équilibre comme mode de vie .....	127
Exercice : Cultiver l'équilibre dans les dimensions supérieures.....	128
<b>Chapitre 26 .....</b>	<b>129</b>
<b>L'héritage spirituel de l'ascension .....</b>	<b>129</b>
Qu'est-ce qu'un héritage spirituel ? .....	129
Comment créer un héritage spirituel significatif .....	129
L'impact de votre héritage sur le collectif .....	130
Reconnaître et honorer votre héritage .....	130
Les bienfaits de laisser un héritage spirituel.....	131
Conclusion : Un héritage d'amour et de lumière .....	131
Exercice : Ancrer et partager votre héritage spirituel .....	131
<b>Chapitre 27.....</b>	<b>133</b>
<b>La continuité du voyage spirituel.....</b>	<b>133</b>
Le voyage infini de l'âme.....	133

Les cycles de l'évolution spirituelle.....	133
Les pratiques pour soutenir votre voyage continu .....	134
La joie du voyage éternel .....	134
Conclusion : Une invitation à l'infini.....	134
Exercice : Célébrer et embrasser la continuité du voyage spirituel.....	135
<b>Chapitre 28 .....</b>	<b>137</b>
<b>La sagesse pour guider les générations futures .....</b>	<b>137</b>
L'importance de partager la sagesse.....	137
Les moyens de transmettre votre sagesse.....	137
Les qualités d'un guide spirituel efficace .....	138
Les défis du rôle de guide spirituel.....	138
L'héritage de votre sagesse.....	138
Conclusion : Transmettre la lumière .....	139
Exercice : Transmettre votre lumière .....	139
<b>Chapitre 29 .....</b>	<b>141</b>
<b>L'intégration complète de l'ascension .....</b>	<b>141</b>
Qu'est-ce que l'intégration complète ? .....	141
Les étapes de l'intégration complète .....	141
Les pratiques pour maintenir l'intégration.....	142
Les défis de l'intégration complète .....	142
Les bénéfices de l'intégration complète.....	143
Conclusion : Une vie d'harmonie et de service .....	143
Exercice : Consolider l'intégration de l'ascension.....	144
<b>Chapitre 30 .....</b>	<b>145</b>
<b>L'éveil collectif en cours .....</b>	<b>145</b>
Qu'est-ce que l'éveil collectif ?.....	145
Les signes de l'éveil collectif .....	145
Votre rôle dans l'éveil collectif .....	146
Les défis de l'éveil collectif.....	146
Les bienfaits de l'éveil collectif .....	147
Conclusion : L'éveil collectif comme nouvelle ère .....	147
Exercice : Contribuer activement à l'éveil collectif.....	148
<b>Chapitre 31.....</b>	<b>149</b>
<b>L'unité avec l'ESPRIT .....</b>	<b>149</b>
Qu'est-ce que l'unité avec l'ESPRIT ? .....	149
Les étapes pour atteindre l'unité avec l'ESPRIT .....	149

Les défis de l'unité avec l'ESPRIT .....	150
Les bienfaits de l'unité avec l'ESPRIT .....	150
Conclusion : L'unité comme destination et chemin .....	151
Exercice : Se connecter à l'unité avec l'ESPRIT .....	151
<b>Chapitre 32 .....</b>	<b>153</b>
<b>La vision d'un avenir ascensionné .....</b>	<b>153</b>
Qu'est-ce qu'un avenir ascensionné ? .....	153
Les piliers d'un avenir ascensionné .....	153
Comment contribuer à cette vision.....	154
Les signes de l'émergence d'un avenir ascensionné .....	154
Conclusion : Cocréer l'avenir .....	155
Exercice : Visualiser et ancrer un avenir ascensionné .....	155
<b>Chapitre 33 .....</b>	<b>157</b>
<b>Le service spirituel comme mission divine .....</b>	<b>157</b>
Qu'est-ce que le service spirituel ? .....	157
Pourquoi le service spirituel est-il essentiel ? .....	157
Les qualités du service spirituel.....	158
Les formes de service spirituel .....	158
Surmonter les défis du service spirituel .....	159
Conclusion : Le service comme voie spirituelle .....	159
Exercice : Intégrer le service spirituel dans votre quotidien .....	160
<b>Chapitre 34 .....</b>	<b>161</b>
<b>La lumière en action.....</b>	<b>161</b>
Qu'est-ce que la lumière en action ?.....	161
Comment incarner la lumière en action .....	161
Les défis de la lumière en action.....	162
Les bienfaits de la lumière en action .....	162
Conclusion : Vivre comme un phare de lumière .....	162
Exercice : Activer votre lumière dans l'action.....	163
<b>Chapitre 35 .....</b>	<b>164</b>
<b>La maîtrise multidimensionnelle .....</b>	<b>164</b>
Qu'est-ce que la maîtrise multidimensionnelle ?.....	164
Comment développer la maîtrise multidimensionnelle .....	164
Les bénéfices de la maîtrise multidimensionnelle .....	165
Conclusion : Embrasser votre nature multidimensionnelle .....	165
Exercice : Activer et explorer votre nature multidimensionnelle.....	166

<b>Chapitre final .....</b>	<b>167</b>
<b>Une vie d'ascension .....</b>	<b>167</b>
Votre chemin continue .....	167
Un message de gratitude .....	167
L'ascension est votre nature .....	167
Conclusion : Embrasser l'éternité du voyage .....	168

Tous droits réservés à Thouraya Daouas-thouraya.daouas@gmail.com

# Introduction

## Bienvenue sur le chemin de lumière

Imaginez une vie où chaque jour, vous vous réveillez avec un profond sentiment de paix, de clarté et d'unité. Une vie où vous êtes en harmonie avec vous-même, avec les autres et avec le monde. Ce livre est une invitation à entreprendre ce voyage transformateur. En parcourant ces pages, vous découvrirez comment éveiller votre âme, transformer votre vie et, par extension, inspirer ceux qui vous entourent.

L'ascension est un processus spirituel profond qui vous invite à élever vos vibrations, à embrasser votre essence divine et à contribuer à un monde fondé sur l'amour et l'unité. Ce chemin est accessible à tous, quel que soit votre point de départ. Que vous soyez un explorateur spirituel novice ou un pratiquant chevronné, ce livre vous accompagnera dans chaque étape de votre évolution.

Ce livre est un guide pratique pour un processus déjà en cours. Il traite de métaphysique dans son sens véritable — une physique qui dépasse le monde physique — et décrit des expériences que vous pouvez pratiquer dans le confort de votre propre aura.

Ce livre est conçu comme un compagnon de voyage, un guide qui vous accompagnera à votre propre rythme sur le chemin de l'ascension. Vous découvrirez dans ses pages les enseignements et les exercices qui résonneront avec ce que votre âme est prête à assimiler à chaque instant. Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise manière de l'aborder ; vous êtes libre de parcourir une partie, de l'intégrer à votre vie, puis de revenir plus tard à d'autres chapitres lorsque le moment sera opportun pour vous.

Les nombreux exercices inclus dans chaque chapitre vous permettront de mettre en pratique les concepts présentés et d'intégrer ces enseignements dans votre quotidien. Ce livre n'a pas pour vocation d'être lu d'une traite, mais de devenir un compagnon fidèle, une source d'inspiration à laquelle vous pouvez revenir encore et encore au fil de votre évolution.

Faites confiance à votre intuition et à votre propre rythme, car c'est votre chemin unique que ce livre est là pour soutenir.



« L'ascension commence par une étincelle d'éveil et se manifeste dans chaque acte d'amour, envers soi-même et envers le monde. »

### À qui s'adresse ce livre ?

- À ceux qui cherchent un sens plus profond à leur existence.
- À ceux qui souhaitent surmonter leurs peurs et leurs limitations.
- À ceux qui désirent contribuer à un monde meilleur tout en évoluant spirituellement.

Ce livre est une invitation à reconnaître la lumière qui réside en vous et à la partager avec le monde.

### Objectifs de ce livre

1. **Offrir des enseignements pratiques** : Vous apprendrez des techniques et des pratiques concrètes pour vous ancrer, élever vos vibrations et harmoniser vos énergies.
2. **Guider votre évolution spirituelle** : Ce manuel est une carte pour comprendre les étapes de l'ascension et surmonter les défis qui peuvent se présenter.
3. **Inspirer votre connexion divine** : En explorant les concepts de l'unité, de l'amour inconditionnel et de la lumière, vous serez encouragé à vivre en alignement avec votre essence spirituelle.
4. **Soutenir l'ascension collective** : En élevant votre propre vibration, vous contribuez à l'évolution de l'humanité et de la planète.

### Un mot d'encouragement

L'ascension est un processus profond et transformateur qui peut parfois sembler difficile. Cependant, chaque étape de ce chemin est une opportunité d'éveil et de croissance. Ayez confiance que vous êtes toujours guidé et soutenu par l'ESPRIT, vos

guides spirituels et votre propre lumière intérieure. Vous êtes un être divin, capable de grandes transformations, et votre voyage d'ascension est un cadeau pour vous-même et pour le monde.

Tous droits réservés à Thouraya Daouas-thouraya.daouas@gmail.com



---

## **Chemin de Lumière - Éveiller l'Âme, Transformer Votre Vie et Inspirer le Monde**

À travers ses pages lumineuses, ce livre vous guide pas à pas dans un voyage transformateur vers votre essence divine. Plus qu'un simple recueil d'enseignements, il est un compagnon de cœur, conçu pour vous accompagner à votre rythme, dans une exploration profonde de la spiritualité et de la multi dimensionnalité.

### **Que trouverez-vous dans ces chapitres ?**

- Une compréhension claire des principes de l'ascension et de l'éveil collectif.
- Des exercices pratiques pour intégrer les leçons spirituelles à votre quotidien.
- Des méditations et des réflexions guidées pour élever vos vibrations.
- Des clés pour incarner l'amour inconditionnel, la lumière et la compassion.
- Une vision inspirante d'un avenir aligné avec l'unité universelle.

### **Un livre vivant, conçu pour être exploré à votre rythme**

Chaque chapitre a été écrit pour répondre à votre progression spirituelle unique. Vous lirez les parties qui résonnent avec ce que votre âme est prête à accueillir, et vous reviendrez à ce livre, encore et encore, lorsque le moment sera opportun. Chaque lecture sera une nouvelle découverte.

### **Une invitation à transformer votre vie et le monde**

En lisant ces pages et en pratiquant les exercices, vous ne faites pas que grandir spirituellement, vous devenez un catalyseur d'amour et d'unité pour votre entourage et pour l'humanité.

Nous exprimons également notre gratitude infinie au Maître ascensionné Sérapis Bey pour ses enseignements précieux, qui ont illuminé ces pages et guidé leur création.

### **Êtes-vous prêt à ouvrir la porte à une réalité d'harmonie et de lumière ?**

Ce livre est une clé précieuse. Prenez-le en main, plongez dans ses enseignements, et laissez-le éveiller votre potentiel divin. L'ascension commence ici et maintenant.



**Thouraya Daouas** est une chercheuse et praticienne passionnée par le développement personnel et spirituel. Avec un doctorat en Intelligence Artificielle et Recherche Opérationnelle de l'Université de Neuchâtel, elle a mené une carrière dans l'éducation et la création de contenus numériques tout en explorant les dimensions spirituelles. Formée au Reiki et aux pratiques énergétiques, elle s'est engagée dans une quête d'harmonie entre science et spiritualité. Ce livre, fruit d'une canalisation inspirée, se veut un guide pour accompagner chacun dans son cheminement d'ascension et de reconnexion à sa lumière intérieure. *Contact : [thouraya.daouas@gmail.com](mailto:thouraya.daouas@gmail.com)*