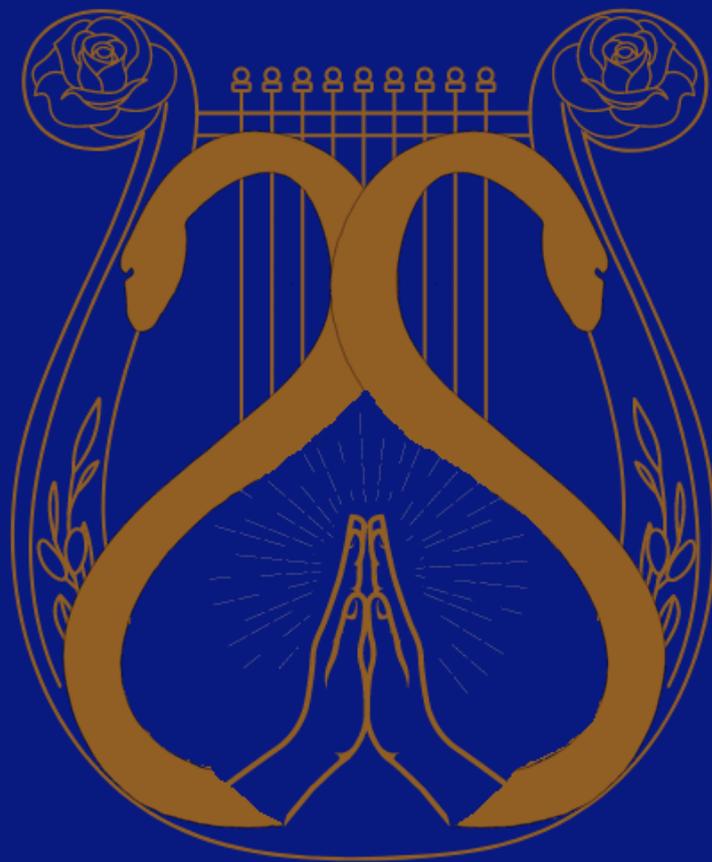


# Sonorez

l'union de la rose et du son



L'éveil des Roses

*Anna Destraël*

# Pour qui?

Ce cheminement s'adresse aux personnes qui:

- se sentent attirées par la **voix**
- aimeraient **explorer** le chant pour elles-mêmes
- cherchent un outil **d'apaisement** pour les personnes autour d'elles
- souhaitent **faire la paix** avec leur voix
- ont envie de redécouvrir leur **corps**
- cherchent à mettre une dimension **sacrée** dans leurs pratiques
- ont l'élan de revisiter leur **identité**
- ont envie de **fêter** leur incarnation dans la **joie!**

Si vous répondez positivement à certains de ces mots, ma proposition est **faite pour vous!**

# Pourquoi?

Dans la transition entre mon métier de **chanteuse** d'opéra et celui d'**accompagnante** du vivant, j'ai fait des recherches sur le corps en tant qu'**instrument de soin**.

Comment la **voix** peut-elle faire du bien ?  
Comment se connecter au mieux à notre corps pour offrir le meilleur soin possible ?

Pourquoi la voix a-t-elle une place si **importante** dans toutes les pratiques **sacrées** depuis la **nuit des temps**?

Je crois que le chant nous **révèle** à nous-même.  
Qu'il **libère** l'être émotionnel et **profondément humain** que nous sommes.

Je crois que le chant nous reconnecte à notre **joie** et **illumine** notre chemin de **vie**.

Je crois que le chant est le **lien** et l'expression du **Divin en nous**.

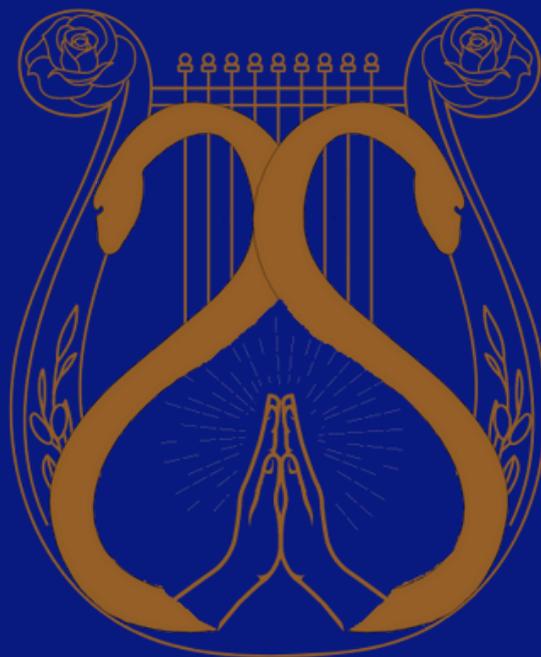
# Les temps partagés

**cercles de  
parole**

**méditations de  
la rose**

**accueil des  
émotions**

**anatomie**



**transmissions**

**connexion aux  
pierres**

**pratiques de  
souffle**

**prières  
mantras**

**jeux  
sonores**

**géométrie  
sacrée**

**bains  
sonores**

**exercices  
sensoriels**

**rituel de connexion à  
la Déesse Hathor**

...

# Qui suis-je?

Je m'appelle **Anna Destraël**.

Je me suis engagée sur le chemin de la prêtrise de la **Madeleine** après vingt ans à oeuvrer en tant que **chanteuse d'opéra** et une enfance dans les musées et les théâtres.

Le **beau**, l'**art** ont toujours fait partie de ma vie.

J'accompagne depuis **dix ans** les personnes qui viennent à moi avec ce que je porte de capacité de **résilience**, d'**humour**, de connexion au **subtil** et de **jouissance** par les **sens**.

Être le témoin privilégié d'un cheminement d'**âme** est pour moi le **cadeau** le plus **précieux**.

Depuis deux ans, je découvre le bonheur immense de **transmettre**, d'**éveiller** les femmes dans la conscience de la **rose**. C'est le coeur baigné de **joie** que je vous ouvre aujourd'hui les portes de **ma propre médecine** !



Église Sainte-Anna de Jérusalem