



“ Prenez le temps de vous rencontrer vraiment, au-delà des attentes sociales ou familiales. Le mariage, s’il est conscient, peut devenir un espace de guérison mutuelle, de co-création, de co-évolution. ”

**Décrivez-nous le métier de doula et comment l’êtes-vous devenue ?**

Être doula, dans ma vision, ce n’est pas un métier mais une posture d’âme. C’est un rôle d’écoute, de soin, de présence. J’accompagne principalement les personnes dans les grandes transitions de leur vie, dans l’équilibre relationnel, la fertilité et la préconception. Je suis devenue doula en répondant à un appel intérieur : celui d’honorer la vie sous toutes ses formes, des prémices de la conception jusqu’au deuil. Je suis devenue doula en traversant mes propres initiations de femme, de mère, de gardienne des mémoires.

Des expériences pas isolées, souvent tues mais initiatiques, des blessures et des renaissances qui ont réactivé des mémoires en moi. J’ai choisi de réactiver cette voie en l’unissant à des outils contemporains de soin et d’accompagnement. J’ai d’abord commencé en tant que coach en développement personnel, puis j’ai senti que mes accompagnements n’étaient pas complets, qu’il me manquait quelque chose. Mais à l’époque, je ne me sentais pas totalement légitime de transmettre l’aspect subtil de ma mission. Donc pour pouvoir exercer en France, et pallier au fait que je ne me sentais pas encore prête à « assumer » ce rôle, je me suis formée à la naturopathie holistique, la psychothérapie ainsi qu’à la sexothérapie. Aujourd’hui, je marche aux côtés des âmes qui cherchent à naître, à se reconnecter à leur puissance créatrice, qui ont besoin d’un renouveau ou d’une guérison, mais qui cherchent encore la voie pour l’accueillir pleinement, dans leur corps et dans leur lignée.

**Contrôle d’identité, s’il vous plaît ?**

Je m’appelle Isabelle, mais on m’appelle aussi la « trifouilleuse d’âme ». J’ai 31 ans. Je suis originaire de Guinée-Bissau, du peuple Manjak, un peuple de traditions orales, de rites de passage et de profonde reliance au sacré. Je n’aime pas trop me définir, mais je suis doula vibratoire, passeuse facilitatrice, éducatrice à la sexualité consciente et fondatrice de l’espace **Wakan Ben’O**, qui signifie « rapproche-toi de toi » ou « aie confiance en toi », selon la phrase dans laquelle on utilise ce terme.

# WAKAN BEN’O

## DOULA & BIEN PLUS

“ Harmonie intérieure & relationnelle [...] En solo, couple ou groupe. Blessures d’âme, libération émotionnelle, fertilité et conception... ”

**Quels accompagnements proposez-vous ?**

Mon travail repose sur trois grands piliers :

- **L’accompagnement individuel** : pour explorer les blessures d’âme, se reconnecter à soi et initier une guérison transgénérationnelle.
- **La médiation relationnelle** : pour transformer les épreuves du lien en catalyseurs d’évolution.
- **La fertilité vibratoire** : pour concevoir en conscience, libérer les mémoires de l’utérus et accueillir les âmes prêtes à s’incarner.

J’utilise des lectures vibratoires, des soins de l’utérus, des rituels de passage, des cercles de parole, des transmissions autour de la sexualité sacrée, ou encore des ateliers de danse de libération et de reconnexion au corps.

Mais plus que des « services », ce sont des espaces vivants. Chaque accompagnement est tissé sur mesure, en présentiel ou à distance, en individuel ou en collectif, toujours guidé par l’appel de l’âme. C’est pourquoi je reste à l’écoute du vivant, de l’instant, et de ce que l’âme vient réellement initier.

**Comment bénéficier de vos prestations ?**

Je fonctionne sur rendez-vous, *via* mon site internet que vous pouvez retrouver dans ma bio *Instagram* (@wakanbeno).

Chaque rencontre commence par une lecture vibratoire, un échange d’âme à âme gratuit de 30 min pour ressentir ce qui appelle vraiment. Ensuite, on construit ensemble l’accompagnement adapté : en présentiel ou à distance, en individuel ou en couple, parfois en groupe.

**Édition ROOTS spéciale Love. De quelle manière intervenez-vous auprès des couples ?**

L’amour, c’est un terrain où on crée. J’interviens auprès des couples quand il y a un désir d’enfant, mais aussi lorsqu’il y a besoin de se retrouver dans l’intimité, dans l’alignement de projets d’âme à deux. L’arrivée d’un enfant est toujours un révélateur et mon rôle est de sécuriser l’espace, de faciliter la communication d’âme à âme, et de remettre du sacré là où le quotidien a parfois mis de la distance. Et si ça peut se faire avant bébé, c’est encore mieux.

**Si vous aviez un conseil pour de futurs mariés ?**

Prenez le temps de vous rencontrer vraiment, au-delà des attentes sociales ou familiales. Le mariage, s’il est conscient, peut devenir un espace de guérison mutuelle, de co-création, de co-évolution. Ne vous perdez pas dans le paraître : cherchez la vérité du lien et honorez qui vous êtes, dans toutes vos dimensions. Toute union est aussi une alliance entre deux mémoires. Le mariage, c’est aussi des épreuves : on est parfois perdu, parfois puissant... mais choisissez toujours d’être vrais. Il y a des choses qu’on ne comprend qu’en les vivant. Et parfois, il faut du silence, du temps, du soin pour que ça fonctionne enfin. Le mariage n’est pas une finalité : c’est une graine. Elle demande de l’engagement, de la patience, du vrai. Ancrez-vous dans vos racines, car elles sont le socle de votre amour. Et souvenez-vous : aimer, c’est choisir l’autre même dans l’inconfort, parce que vous reconnaissez en lui l’espace sacré qui vous permet de grandir.



**Si je vous dis “Roots”, vous me répondez ?**

Je dirais que mes racines sont mes alliées, même si elles ont parfois été douloureuses. Ce sont elles qui me rappellent pourquoi je suis là, pourquoi je tends la main aux femmes, aux couples, pourquoi j’ose parler de fertilité, de corps, d’âmes. Ce sont mes racines qui me donnent la légitimité d’agir. Elles me nourrissent, me rappellent qui je suis, et me guident dans ma mission : réconcilier hommes et femmes avec leur lignée, leur corps et leur capacité à créer, aimer et donner la vie.