

LES CERCLES DE FREYA

L'Oracle intérieur

le parcours

DOUZE SEMAINES POUR RÉAPPRENDRE À T'ÉCOUTER
ET RETROUVER TA RELATION À L'INVISIBLE



« Tu ne viens pas chercher un pouvoir qui te
manquerait.
Tu viens retrouver un langage que tu avais peut-être
oublié. »

Les réponses ne sont pas toutes ailleurs



Tu as peut-être appris à demander l'avis des autres, à chercher des preuves et à remettre en question ce que tu avais pourtant ressenti dès le premier instant.

L'Oracle intérieur n'a pas été créé pour t'apprendre à devenir intuitive. Il t'invite à cesser de te couper de cette part de toi qui perçoit, ressent et sait parfois avant même de pouvoir l'expliquer.

UN VOYAGE DE TROIS MOIS

Douze semaines pour ralentir le bruit extérieur, reconnaître ton langage intuitif, développer ton discernement et redonner une vraie place à ce que tu ressens — sans jamais abandonner ton libre arbitre.



« J'écoute. Je vérifie. Je choisis. »



Bien plus qu'un contenu à lire

01 UN CARNET HEBDOMADAIRE

Des enseignements, des explorations et des espaces d'écriture pour avancer à ton rythme.

02 DES EXPÉRIENCES CONCRÈTES

Des pratiques intuitives, corporelles et symboliques à intégrer dans ta vie quotidienne.

03 LE SUPPORT QUI TE PARLE

Tarot, oracle, pendule, pierre, image, objet... ou aucun support : tu restes libre d'explorer à ta manière.

04 UN CERCLE WHATSAPP

Un espace vivant pour partager tes ressentis, tes questions et tes prises de conscience.

05 UNE RENCONTRE CHAQUE SEMAINE

Une heure pour déposer l'expérience, pratiquer, approfondir et avancer ensemble.

Aucun don particulier n'est nécessaire. Seulement de la curiosité, de l'ouverture et l'envie de revenir vers toi.



Les sept gestes de l'Oracle intérieur

1**M'ANCERER**

Revenir au souffle, au corps et à l'instant présent.

2**OUVRIR**

Poser une intention claire et entrer dans son espace d'écoute.

3**RECEVOIR**

Accueillir la première information sans la forcer.

4**CONSIGNER**

Écrire ce qui est venu avant toute interprétation.

5**DISCERNER**

Explorer : intuition, peur, désir, souvenir ou mental ?

6**VÉRIFIER**

Confronter la perception aux faits lorsque c'est possible.

7**INTÉGRER**

Garder ce qui rend plus libre et plus souveraine.

Une perception peut être juste tandis que son interprétation ne l'est pas. C'est pourquoi, dans ce cercle, nous préserverons toujours la magie et le discernement.



PASSAGE 1

S'ouvrir



Retrouver le silence, installer un espace sécurisant et commencer à observer la manière dont l'intuition se présente déjà.



SEMAINE 01

Franchir le seuil

Intention — Entrer dans le cercle et observer sa relation actuelle à l'intuition.

Dans le quotidien — Créer son carnet-oracle, installer son rituel et séparer signal brut, interprétation et faits.

Exploration intuitive — Le premier signal pendant cinq jours, sans support obligatoire ; une trace symbolique est conservée en fin de semaine.

Questionnement — Quand ai-je appris à douter de moi ?

WHATSAPP Une phrase d'engagement personnel. • RENCONTRE Ouverture du cercle et passage symbolique.

SEMAINE 02

Retrouver le silence sous le bruit

Intention — Reconnaître la place prise par le mental et les attentes extérieures.

Dans le quotidien — Trois minutes de silence par jour, sans téléphone ni contenu.

Exploration intuitive — Choisir un support et l'observer avant de l'interpréter : matière, formes, couleurs, mouvements et sensations.

Questionnement — Que sais-je déjà mais continue à analyser ?

WHATSAPP Le mot qui apparaît quand le bruit retombe. • RENCONTRE Silence guidé et débriefing des résistances.

SEMAINE 03

Le corps comme première boussole

Intention — Retrouver le corps comme lieu d'information, sans faire de chaque sensation une vérité.

Dans le quotidien — Tester sa boussole sur des choix simples et sans enjeu.

Exploration intuitive — Explorer avec cartes, pierres, objets ou pendule ce qui ouvre, ferme, attire ou éloigne dans le corps.

Questionnement — Comment mon corps manifeste-t-il l'élan ou le retrait ?

WHATSAPP Sa signature corporelle du oui et du non. • RENCONTRE Scan corporel et mise en situation concrète.



PASSAGE 2

Reconnaître



Identifier son langage intuitif, honorer les premières impressions et construire un dictionnaire symbolique profondément personnel.



SEMAINE 04

Découvrir son langage intuitif

Intention — Identifier les formes naturelles de sa perception : image, mot, sensation, évidence, rêve ou symbole.

Dans le quotidien — Tenir une grille d'observation des différentes formes de perceptions.

Exploration intuitive — Expérimenter plusieurs portes d'entrée puis reconnaître le support - ou l'absence de support - qui facilite son écoute.

Questionnement — Qu'est-ce qui arrive en premier chez moi ?

WHATSAPP « Mon intuition ressemble davantage à... » • RENCONTRE Cartographie des langages intuitifs.

SEMAINE 05

Honorer la première impression

Intention — Saisir une perception avant que le mental ne la réécrive.

Dans le quotidien — Noter une première impression avant une situation et la comparer au réel.

Exploration intuitive — Découvrir un support choisi ou caché pendant trente secondes, écrire ce qui vient puis seulement analyser.

Questionnement — Que fais-je lorsque mon premier ressenti me dérange ?

WHATSAPP Une impression et ce que les faits ont révélé. • RENCONTRE Explorations intuitives rapides, sans bonne réponse.

SEMAINE 06

Créer son dictionnaire symbolique

Intention — Comprendre qu'un symbole est personnel avant d'être universel.

Dans le quotidien — Repérer trois symboles dans la semaine sans les interpréter trop vite.

Exploration intuitive — Laisser une carte, une pierre, une image ou un objet révéler un symbole, puis explorer sa résonance intime.

Questionnement — Est-ce que je cherche parfois un signe pour confirmer un désir ?

WHATSAPP Un symbole proposé à la diversité des regards. • RENCONTRE Premières pages du dictionnaire personnel.

PASSAGE 3

Discerner



Distinguer intuition, peur, désir et mental ; éprouver les perceptions au réel et apprendre à poser des questions qui rendent du pouvoir.



SEMAINE 07

Intuition, peur, désir ou mental ?

Intention — Reconnaître les différentes voix intérieures sans diaboliser le mental.

Dans le quotidien — Séparer dans une situation : faits, sensations, pensées et histoire racontée.

Exploration intuitive — Matérialiser les quatre voix avec le support choisi ; observer aussi comment l'attente peut influencer un pendule.

Questionnement — Quelle voix parle le plus fort chez moi ?

WHATSAPP Un exemple de confusion devenu plus clair. • RENCONTRE Études de situations et discernement collectif.

SEMAINE 08

Éprouver ses perceptions au réel

Intention — Construire une confiance fondée sur l'observation plutôt que sur la perfection.

Dans le quotidien — Journal perception - interprétation - réalité avec un niveau de certitude.

Exploration intuitive — Explorer à l'aveugle une carte, une pierre, une image ou un objet caché, puis comparer sans réécrire.

Questionnement — Est-ce que je remarque davantage mes erreurs ou mes justesses ?

WHATSAPP Une perception, sa confiance sur 10 et le retour réel. • RENCONTRE Laboratoire intuitif ludique, sans compétition.

SEMAINE 09

Poser les questions qui ouvrent

Intention — Questionner un support sans chercher une prédiction ou une autorisation extérieure.

Dans le quotidien — Transformer cinq questions fermées en questions responsabilisantes.

Exploration intuitive — Recevoir un éclairage avec le support choisi : angle oublié, apprentissage, ressource et premier pas concret.

Questionnement — Quelle réponse aimerais-je secrètement obtenir ?

WHATSAPP Une question avant et après sa reformulation. • RENCONTRE Atelier de questions et explorations non prédictives.



PASSAGE 4

Incarner



Faire dialoguer intuition et raison, protéger sa souveraineté et créer une pratique personnelle qui demeure vivante après le cercle.



SEMAINE 10

Faire dialoguer intuition et raison

Intention — Réconcilier perceptions subtiles, faits, valeurs et conséquences.

Dans le quotidien — Tester une décision à travers ressenti, savoir, suppositions et action réversible.

Exploration intuitive — Utiliser le support librement choisi pour éclairer intuition, faits, valeurs, vérification et petit pas - jamais pour décider.

Questionnement — Est-ce que j'utilise parfois l'intuition pour éviter la réalité ?

WHATSAPP Un micro-pas intuitif et concret. • **RENCONTRE** Coaching collectif autour de décisions réelles.

SEMAINE 11

Se faire confiance sans se perdre

Intention — Développer la confiance tout en conservant ses limites et sa responsabilité.

Dans le quotidien — Poser un oui clair, un non clair ou demander un temps de réflexion.

Exploration intuitive — Recevoir un message de souveraineté puis choisir une carte, une pierre, un mot ou un objet comme trace d'engagement.

Questionnement — Où est-ce que je cherche encore une validation extérieure ?

WHATSAPP « Cette semaine, je me respecte en... » • **RENCONTRE** Limites, consentement et souveraineté.

SEMAINE 12

Devenir gardienne de son Oracle intérieur

Intention — Intégrer l'évolution et créer une pratique personnelle durable.

Dans le quotidien — Écrire sa charte : langage, vérification, limites, rituel et place dans sa vie.

Exploration intuitive — Réunir les douze traces du chemin : messages, symboles, dessins, photographies ou mots issus des supports choisis.

Questionnement — Comment continuer sans devenir dépendante d'un outil ?

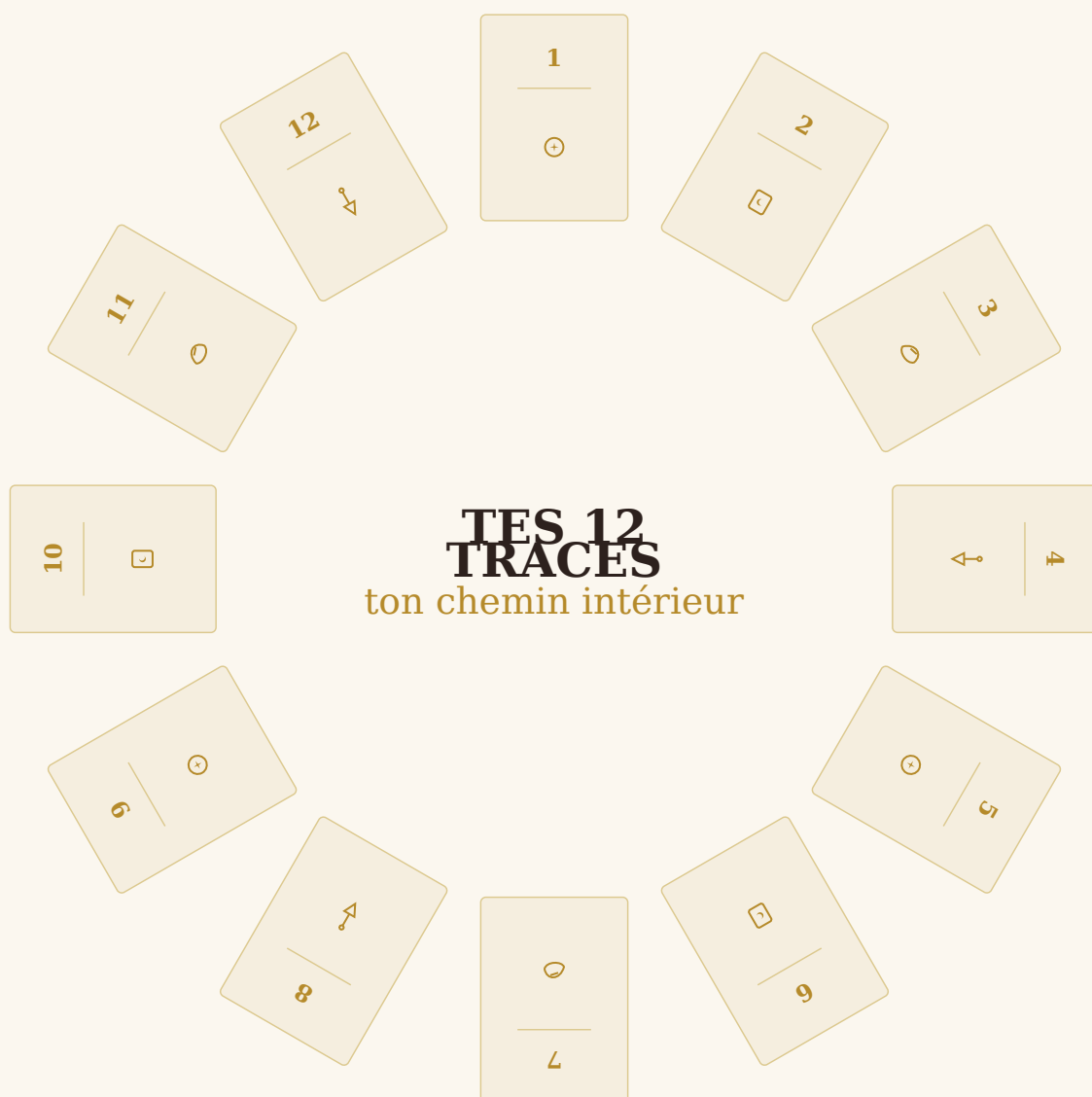
WHATSAPP « Aujourd'hui, je reconnais que... » • **RENCONTRE** Cercle de clôture et célébration du chemin.



Le chemin des douze messages



Chaque semaine, la participante choisit librement sa porte d'entrée : tarot, oracle, pendule, pierre, image, objet, écriture... ou écoute sans support. Elle conserve ensuite une trace de ce qui a compté : un mot, un symbole, un dessin, une photographie ou une phrase.



À la fin, ces douze traces composent une cartographie personnelle. Elles racontent moins les outils utilisés que la manière dont chacune a appris à s'écouter, à discerner, à vérifier et à se choisir.

Ce que tu pourrais retrouver



- + Reconnaître plus facilement la manière dont ton intuition se manifeste.
- + Différencier plus finement une perception, une peur, un désir et une projection.
- + Accueillir les symboles sans chercher à leur faire tout dire.
- + Faire davantage confiance à tes premières impressions tout en les vérifiant.
- + Prendre certaines décisions avec plus de calme, de clarté et de discernement.
- + Te sentir plus proche de toi, de ton corps et de ta relation à l'invisible.

CE CERCLE POURRAIT ÊTRE FAIT POUR TOI SI...

Tu ressens souvent les choses sans pouvoir les expliquer, tu doutes de tes perceptions, tu cherches beaucoup de confirmations à l'extérieur ou tu ressens l'appel d'un espace féminin, vivant, mystique et profondément ancré dans la réalité.

LES CERCLES DE FREYA

L'Oracle intérieur

le premier seuil



Douze semaines pour ralentir.
Ressentir.
Te faire confiance à nouveau.

INFORMATIONS ET INSCRIPTION SUR [LAVOIEDEFREYA.FR](https://lavoiedefreya.fr)

66 € PAR MOIS PENDANT TROIS MOIS

« Tu n'as rien à prouver. Tu viens simplement te retrouver. »