

Maîtrisez votre propre fréquence.

*Décryptez votre partition fondamentale*

*et révélez votre architecture.*



FRÉQUENCE  
LYRA

*Révéler l'âme, bâtir la souveraineté*

Livret de découverte — Lancement de Fréquence Lyra

PAULINE LEDUNE

# TABLE DES MATIÈRES

Avant-propos

---

Partie 1 — L'Ingénierie de Soi

Pourquoi « ingénierie » ?

---

Les trois piliers

---

Partie 2 — Les Cinq Disciplines

Module 1 — Astrologie

---

Module 2 — Numérologie

---

Module 3 — Chiromancie

---

Module 4 — EQS-001

---

Module 5 — Human Theory

---

Partie 3 — Le Croisement

Partie 4 — Le Protocole en 14 Étapes

Partie 5 — L'Octogone Dimensionnel

Partie 6 — Votre Mini-Profil FL

## Partie 7 — Votre Prochaine Traversée

Mot de Conclusion

---

Glossaire Fréquence Lyra

---

## AVANT-PROPOS

Ce livret vous a été remis parce que quelque chose en vous a déjà commencé à regarder.

Pas à chercher encore. Pas à accumuler des théories de plus, des lectures de plus, des explications supplémentaires. À regarder — vraiment — ce qui vous constitue. Ce qui se répète. Ce qui tire dans des sens opposés. Et ce qui attend, immobile depuis longtemps, d'être enfin activé.

Il y a dans chaque être une **partition fondamentale**. Une architecture originelle qui préexiste aux blessures, aux conditionnements, aux stratégies de survie inventées chemin faisant. Cette architecture ne disparaît jamais. Elle se dissimule, parfois sous des couches très épaisses. Elle attend d'être lue avec précision.

La méthode Fréquence Lyra n'est pas une spiritualité. Ce n'est pas davantage un accompagnement au sens clinique du terme. C'est quelque chose de plus exigeant, de plus technique, et d'une certaine façon de plus honnête : une ingénierie de soi.

Ce livret n'est pas un résumé de la méthode. C'est le premier seuil. Ce que vous en ferez appartient déjà à votre souveraineté.

Pauline Ledune — Fondatrice de Fréquence Lyra

# PARTIE I — L'INGÉNIERIE DE SOI

## Pourquoi « ingénierie » ?

---

Le mot surprend, dans ce contexte.

On préfère généralement d'autres mots : développement personnel, croissance, guérison. Ces mots ne sont pas faux. Mais ils portent une vision de vous comme quelque chose d'incomplet, de blessé, ou de trop petit — quelque chose qui doit être réparé pour enfin fonctionner.

L'ingénierie de soi part d'une prémisse radicalement différente.

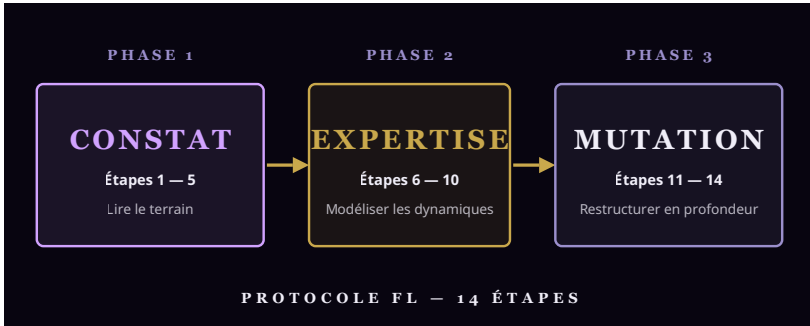
Vous n'êtes pas un être cassé qui attend d'être réparé. Vous êtes un système complexe, organisé, cohérent — qui mérite d'être lu avec précision.

Un ingénieur ne répare pas un pont. Il en étudie la structure, identifie les points de charge, les zones de tension, les fractures potentielles — et il conçoit des solutions adaptées à ce pont-là, dans son contexte, avec ses contraintes.

Le moteur ne hurle pas parce qu'il est défectueux. Il hurle parce que le frein à main est encore serré. La différence entre ces deux diagnostics n'est pas anodine — elle change entièrement ce qu'il faut faire.

- ✦ La première question FL n'est jamais « Qu'est-ce qui ne va pas ? » — c'est « Qu'est-ce qui est bloqué, et pourquoi ? »

## Les trois piliers



LE PROTOCOLE FL — 3 PHASES, 14 ÉTAPES

### *Pilier 1 — La lecture multi-disciplinaire*

Aucune discipline prise seule ne peut vous lire entièrement. L'astrologie vous donne un terrain. La numérologie, une direction. La chiromancie, les outils inscrits dans votre corps. L'EQS-001 mesure votre cinétique actuelle. La Human Theory décrypte votre mécanique de traitement.

Ce n'est qu'en croisant ces cinq disciplines selon un protocole structuré qu'une image précise de qui vous êtes — et de ce qui bloque — peut véritablement émerger.

### *Pilier 2 — Le protocole en 14 étapes*

La méthode FL n'est pas une improvisation guidée par l'intuition. C'est un protocole reproductible, structuré en 14 étapes réparties en 3 phases : Constat, Expertise, Mutation.

### *Pilier 3 — La posture de souveraineté*

Fréquence Lyra ne vous dira pas ce que vous devez faire. Elle vous donnera les outils pour le voir par vous-même — avec la clarté d'un regard extérieur qui ne ménage pas, et la précision d'une méthode qui ne suppose pas.

L'objectif final d'un accompagnement FL n'est pas votre dépendance à une praticienne. C'est votre **souveraineté** : votre capacité à vous lire, à vous réguler, et à avancer depuis votre propre centre.

## PARTIE 2 — LES CINQ DISCIPLINES



LES 5 DISCIPLINES — LA MÉTHODE FL

La méthode FL intègre cinq disciplines organisées dans un ordre précis. Chacune apporte une couche d'information distincte. Ensemble, elles forment une cartographie complète — la carte de ce que vous êtes et de ce qui vous appartient en propre.

MODULE	DISCIPLINE	CE QU'ELLE RÉVÈLE
1	Astrologie	Le Terrain
2	Numérologie	La Mission
3	Chiromancie	L'Outil
4	EQS-001	La Cinétique
5	Human Theory	La Mécanique

## Module 1 — L'Astrologie : lire le terrain

---

Dans le cadre FL, l'astrologie n'est pas une prédiction. C'est une cartographie des énergies disponibles.

Votre thème natal — calculé à partir de votre date, heure et lieu de naissance — est un instantané de la configuration cosmique au moment précis de votre entrée dans ce monde. Il décrit le terrain sur lequel votre vie se déploie : vos ressources naturelles, vos zones de tension structurelle, les thèmes qui reviendront inévitablement jusqu'à ce qu'ils soient intégrés.

Ce que l'astrologie révèle dans le cadre FL :

- Votre dominante planétaire et son empreinte sur vos comportements automatiques
- Les maisons les plus actives et les domaines de vie qu'elles régissent
- Les aspects majeurs entre planètes — harmonies ou frictions naturelles inscrites dans votre architecture
- Les cycles en cours : ce qui arrive, ce qui se clôt, ce qui se transforme

**Lexique** — Thème natal = carte du ciel au moment de votre naissance | Maisons = 12 domaines de vie (travail, famille, amour...) | Aspects = angles entre planètes qui créent des tensions ou des flux

♦ L'astrologie FL ne vous dit pas ce que vous \*ferez\* — elle dit sur quel terrain vous opérez, quelles ressources sont naturellement disponibles, et où se situent les points de friction structurels.

### Exercice — Mon terrain astrologique

Notez votre signe solaire, votre signe ascendant (si connu), et votre signe lunaire (si connu). Posez-vous cette question : Quelle est la tension la plus évidente entre ces trois éléments ?

Ex : Soleil Bélier (fonceur, impulsif) + Ascendant Capricorne (prudent, structuré) = tension entre l'urgence d'agir et le besoin de contrôle.

Mon signe solaire : \_\_\_\_\_

Mon ascendant : \_\_\_\_\_

Mon signe lunaire : \_\_\_\_\_

La tension que j'observe : \_\_\_\_\_

---

## Module 2 — La Numérologie : décrypter la mission

---

La numérologie FL décode les fréquences vibratoires issues de votre date de naissance et de votre nom complet — les directions profondes de votre incarnation, les missions que vous avez acceptées avant même de savoir qu'il y en avait une.

Ce que la numérologie révèle dans le cadre FL :

- Votre Chemin de Vie (CDV) — la direction fondamentale de toute votre trajectoire
- Votre Nombre d'Expression — ce que vous projetez naturellement dans le monde
- Votre Nombre d'Âme — ce que vous désirez au plus profond, souvent sans le formuler
- Vos Défis — les tensions karmiques qui se répètent jusqu'à leur intégration
- Vos cycles annuels — ce que l'année en cours active ou referme

**Lexique** — CDV = Chemin de Vie, calculé depuis la date de naissance | Karma = dette ou mission héritée d'un cycle antérieur | Défi = tension numérologique récurrente à intégrer

Calculez votre Chemin de Vie :

Additionnez tous les chiffres de votre date de naissance jusqu'à obtenir un nombre entre 1 et 9 (sauf 11 et 22, qui sont des Nombres Maîtres et ne se réduisent pas).

Ex : 14/03/1985 → 1+4+0+3+1+9+8+5 = 31 → 3+1 = CDV 4

Mon CDV : \_\_\_\_\_

CDV	ARCHÉTYPE FL
1	L'Initiateur
2	Le Diplomate
3	L'Expressif
4	Le Bâisseur
5	Le Passeur
6	Le Gardien
7	L'Ermite
8	Le Stratège
9	Le Sage
11	L'Éveilleur
22	Le Maître Bâisseur

Vous connaissez votre archétype. Ce qu'il signifie précisément dans votre architecture — ses tensions structurelles, ses leviers, ses contradictions avec vos autres couches — c'est ce que nous construisons ensemble lors de votre Session Découverte.

- ✦ Votre CDV n'est pas une case. C'est un vecteur. Sa direction réelle ne s'éclaire qu'au croisement avec les quatre autres disciplines.

## Module 3 – La Chiromancie : décoder l'outil



LES PRINCIPALES LIGNES DE LA MAIN – RÉFÉRENCE CHIROMANCIE FL

La chiromancie FL ne cherche pas à prédire votre avenir. Elle lit les ressources inscrites dans votre corps – les forces disponibles, les mémoires actives, les zones en attente d'activation.

Vos mains sont une archive. Les lignes, les monts, la forme des doigts – tout cela encode une information sur votre constitution, vos aptitudes naturelles, et vos dynamiques relationnelles.

### Ce que la chiromancie révèle dans le cadre FL :

- La ligne de Vie : vitalité, rythme, capital vital disponible
- La ligne de Cœur : vie émotionnelle, mode d'attachement, ressources affectives
- La ligne de Tête : mode de traitement de l'information, aptitudes cognitives
- La ligne de Destin : direction vocationnelle, mission à activer
- Les monts : zones d'énergie concentrée et d'aptitudes spécifiques

**Lexique** — Monts = reliefs charnels à la base des doigts, chacun associé à une planète et un domaine de vie | Ligne de Destin = présente chez certains seulement — son absence n'est pas un manque, c'est une liberté

- ✦ Le corps ne ment pas. La chiromancie FL lit ce que les questionnaires ne peuvent pas atteindre — les tensions nerveuses inscrites dans les stries palmaires, la vitalité dans l'épaisseur du mont de Vénus, l'intelligence émotionnelle dans la courbure de la ligne de Cœur.

### Exercice — Première observation palmaire

Posez votre main dominante à plat. Observez :

- Votre ligne de Vie est-elle profonde et marquée, ou fine et ramifiée ?
- Votre ligne de Cœur remonte-t-elle vers l'index (émotions exprimées) ou vers le majeur (émotions intériorisées) ?
- Voyez-vous une ligne de Destin (ligne verticale au centre de la paume) ?

Mes observations : \_\_\_\_\_

---

## Module 4 — L'EQS-001 : mesurer la cinétique

L'EQS-001 est l'une des formules propriétaires de Fréquence Lyra. Elle mesure votre Quotient Souverain (Qs) — une indication précise de l'état dans lequel vous opérez maintenant.

Pas qui vous êtes. Pas ce que vous valez. Où vous en êtes dans votre cinétique intérieure aujourd'hui.

**EQS-001 — QUOTIENT SOUVERAIN**

$$Qs = (V + A) \times C \div R$$

<b>V</b> VISION Clarté de direction 0 → 10	<b>A</b> ANCRAGE Solidité présent 0 → 10	<b>C</b> COHÉRENCE Valeurs ↔ Actes 0.1 → 1.0	<b>R</b> RÉSISTANCE Le goulot 0 → 10
-----------------------------------------------------	---------------------------------------------------	-------------------------------------------------------	-----------------------------------------------

R est la variable qui neutralise tout le reste — c'est toujours là qu'on commence.

### FORMULE EQS-001 — QUOTIENT SOUVERAIN

La Résistance (R) est la variable la plus sous-estimée. On travaille sur la vision, sur l'ancrage, sur la cohérence — et rien ne bouge, parce que R reste maximal. Le moteur surchauffe. Les roues sont bloquées.

**Lexique** — Qs = Quotient Souverain | V = Vision | A = Ancrage | C = Cohérence | R = Résistance (le goulot d'étranglement)

### Autotest EQS-001 — Calculez votre Qs

Répondez spontanément, sans analyser. Notez de 0 à 10.

Vision (V) — À quel point avez-vous une direction claire dans votre vie en ce moment ?

Mon V = \_\_\_\_\_

Ancrage (A) — À quel point vous sentez-vous solidement dans le présent, dans votre corps, dans votre quotidien ?

Mon A = \_\_\_\_\_

Cohérence (C) — À quel point agissez-vous en accord avec ce que vous croyez et valorisez réellement ?

Mon C = \_\_\_\_\_ (notez entre 0,1 et 1,0 — ex : 0,7)

Résistance (R) — Quel est le niveau de friction interne face à vos projets ?

(0 = aucune friction | 10 = résistance maximale)

Mon R = \_\_\_\_\_

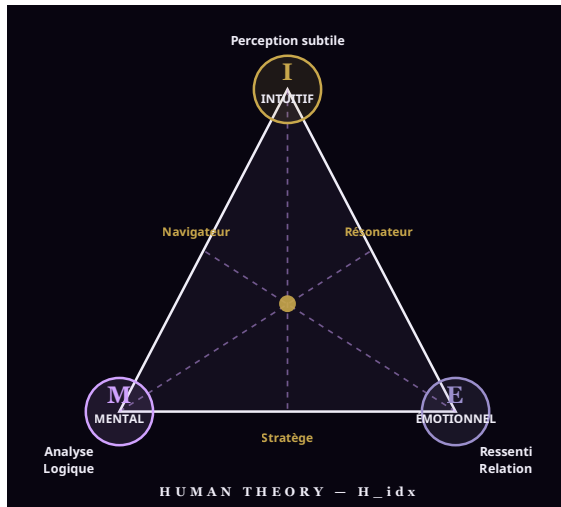
Mon Qs =  $(V + A) \times C \div R =$  \_\_\_\_\_

Vous avez votre score. Ce qu'il révèle vraiment — et surtout ce qu'il cache — ne se lit pas seul. L'interprétation du Qs prend tout son sens croisée avec votre profil Human Theory et votre lecture astrologique. C'est précisément là que commence la Session Découverte.

✦ Si votre R vous semble élevé, notez-le. Ce chiffre-là est souvent le plus parlant — et le plus sous-estimé. Nous en parlerons.

## Module 5 — Human Theory : révéler la mécanique

La Human Theory FL est un modèle d'analyse comportementale et cognitive. Elle calcule votre Indice de Cohérence Humaine (H\_idx) à partir de trois dimensions fondamentales.



HUMAN THEORY — TRIANGLE M / E / I

**Lexique** — H\_idx = Indice de Cohérence Humaine | M = Mental (logique, analyse) | E = Émotionnel (ressenti, relation) | I = Intuitif (perception subtile, captation) |  $\Delta$  = écart entre les trois dimensions

**Autotest Human Theory — Découvrez votre dominante**

Pour chaque question, cochez la réponse la plus naturelle pour vous.

1. Face à une situation nouvelle, votre premier réflexe est de :

- Analyser, chercher à comprendre logiquement (M)
- Ressentir, chercher ce que ça vous fait (E)
- Capter une impression globale, une tonalité (I)

2. Quand vous prenez une décision importante, vous faites confiance :

- À votre raisonnement et vos analyses (M)
- À ce que vous ressentez dans votre corps ou votre cœur (E)
- À une certitude intérieure difficile à expliquer (I)

3. Dans une conversation difficile, vous êtes d'abord attentive :

- Aux arguments, à la cohérence de ce qui est dit (M)
- À l'état émotionnel de l'autre, à ce qui se passe entre vous (E)
- À ce qui n'est pas dit — le sous-texte, l'atmosphère (I)

4. Ce qui vous épuise le plus :

- Le flou, le manque de structure ou de clarté (M)
- Le conflit émotionnel ou l'indifférence affective (E)
- Le bruit, la superficialité, l'absence de sens (I)

Ma dominante probable : \_\_\_\_\_

(la lettre qui revient le plus souvent)

Vous avez une lettre. M, E ou I — ou une combinaison. Ce que cela signifie dans votre mécanique quotidienne, dans vos relations, dans vos blocages récurrents, ne s'interprète pas hors contexte. Votre dominante n'a de sens que croisée avec votre Qs, votre CDV et votre lecture palmaire.

♦ La plupart des gens identifient leur dominante avec surprise — ce n'est pas toujours celle qu'ils croyaient. C'est souvent là que commence quelque chose.

## PARTIE 3 — LE CROISEMENT : LÀ OÙ TOUT S'ILLUMINE

Ce que l'astrologie voit, la numérologie peut le confirmer — ou le contredire. Ce que la Human Theory isole comme mécanisme cognitif, la chiromancie peut en montrer la trace physique. Ce que l'EQS-001 mesure comme résistance, la lecture combinée des cinq disciplines peut en nommer l'origine précise.

Un seul outil vous donne une perspective. Cinq outils croisés selon un protocole structuré vous donnent une **cartographie**.

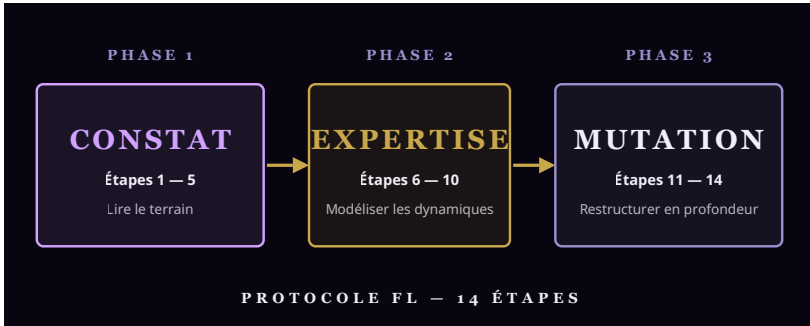
Ce que ces cinq couches révèlent ensemble ne peut pas s'écrire ici.

Pas parce que c'est secret. Parce que le croisement est vivant — il se construit en direct, à partir de vos données, dans l'ordre qui correspond à votre architecture. Deux personnes avec le même CDV et la même dominante Human Theory peuvent avoir des profils radicalement opposés une fois que les cinq disciplines sont croisées.

C'est précisément ce que nous faisons ensemble lors de la Cartographie Complète.

- ✦ Ce que vous avez commencé ici — vos scores, vos observations, vos réponses aux autotests — est déjà de la matière. Apportez-les à votre Session Découverte. Nous commencerons de là.

# PARTIE 4 — LE PROTOCOLE EN 14 ÉTAPES



LE PROTOCOLE FL — 3 PHASES, 14 ÉTAPES

Le protocole FL est structuré en 3 phases regroupant 14 étapes.

## *PHASE 1 — CONSTAT : lire le terrain*

ÉTAPE	NOM	CE QUI SE PASSE
1	Cartographie Initiale	Recueil des données de base
2	Lecture Astrologique	Analyse du thème natal
3	Lecture Numérologique	Analyse CDV, défis, cycles
4	Lecture Chiromancie	Lecture des lignes et monts
5	Passation EQS-001	Calcul du Qs

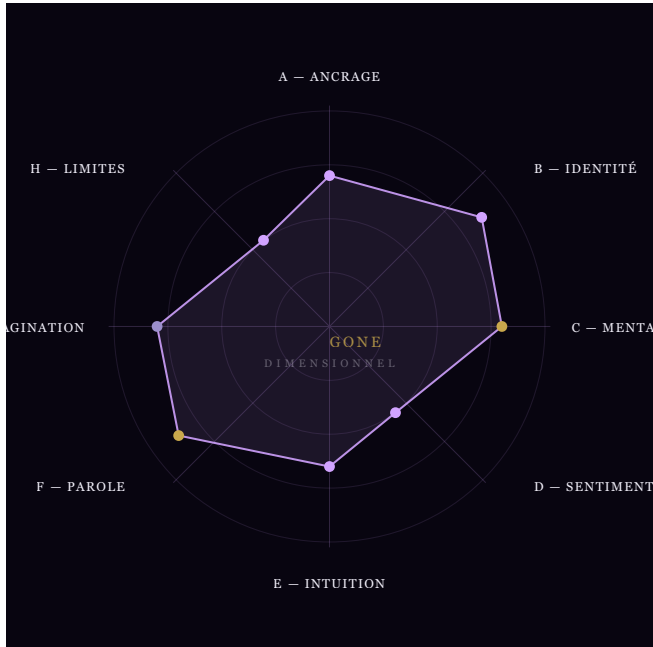
*PHASE 2 — EXPERTISE : modéliser les dynamiques*

ÉTAPE	NOM	CE QUI SE PASSE
6	Passation Human Theory	Calcul H_idx
7	Croisement Multi-Disciplines	Résonances et dissonances
8	Modélisation PCLAH	Positionnement sur l'Octogone
9	Lecture de l'Octogone	Zones actives, dormantes, en tension
10	Identification des Nœuds	Dynamiques bloquantes prioritaires

*PHASE 3 — MUTATION : restructurer*

ÉTAPE	NOM	CE QUI SE PASSE
11	Restitution Globale	Tableau de Bord de l'Âme
12	Formulation des Leviers	Points d'activation prioritaires
13	Plan de Navigation	Plan de travail personnalisé
14	Suivi & Intégration	Vérification, ajustements

## PARTIE 5 — L'OCTOGONE DIMENSIONNEL



L'OCTOGONE DIMENSIONNEL — 8 DIMENSIONS DU PROFIL FL

L'Octogone Dimensionnel cartographie votre profil sur 8 dimensions complémentaires, issues du corpus PCLAH.

**Lexique** — PCLAH = corpus des 8 piliers fondamentaux de l'architecture humaine selon la méthode FL

DIMENSION	CODE	CE QU'ELLE ÉCLAIRE
Ancrage — Racines — Structure	A-RNS	Sécurité, rapport au corps et à la matière
Identité — Valeur — Création	B-IVC	Estime de soi, capacités créatrices
Mental — Action — Souveraineté	C-MAS	Mode de pensée, rapport au pouvoir
Sentiments — Relation — Transformation	D-SRT	Vie émotionnelle, dynamiques relationnelles
Intuition — Intégration — Sens	E-IISP	Capacités intuitives, accès au sens profond
Parole — Reconnaissance — Mission	F-PRME	Expression dans le monde, vocation
Imagination — Connexion — Mémoire	G-ICN	Monde intérieur, poids de la mémoire
Limites — Frontières — Finitude	H-LFF	Rapport aux limites, fins de cycles

### Autotest — Mon Octogone à main levée

Pour chacune des 8 dimensions, notez de 1 à 10 votre évaluation intuitive en ce moment :

DIMENSION	SCORE (1-10)
A-RNS — Ancrage, Corps, Sécurité	
B-IVC — Estime de soi, Créativité	
C-MAS — Pensée, Décision, Autonomie	
D-SRT — Émotions, Relations, Cycles	
E-IISP — Intuition, Sens, Perception	
F-PRME — Expression, Vocation, Mission	
G-ICN — Imagination, Rêverie, Mémoire	
H-LFF — Limites, Fin de cycles, Temps	

Vos deux scores les plus bas : \_\_\_\_\_

Vos deux scores les plus élevés : \_\_\_\_\_

Une paire opposée très déséquilibrée : \_\_\_\_\_

- ♦ Un Octogone ne dit pas qui vous devriez être. Il montre ce qui est actif, ce qui est endormi, et où le prochain mouvement produira le plus grand effet.

## PARTIE 6 — VOTRE MINI-PROFIL FL

Vous avez complété les exercices tout au long de ce livret. Il est temps de les assembler.

### Récapitulatif de vos découvertes

Mon CDV (Chemin de Vie) : \_\_\_\_\_

Son archétype FL : \_\_\_\_\_

Ma dominante Human Theory (M / E / I) : \_\_\_\_\_

Mon profil probable : \_\_\_\_\_

Mon Qs (EQS-001) : \_\_\_\_\_

Mon profil EQS : \_\_\_\_\_

Mes deux dimensions Octogone les plus basses : \_\_\_\_\_

Mes deux dimensions les plus actives : \_\_\_\_\_

### Première lecture croisée

En croisant votre CDV et votre dominante Human Theory, quelle tension ou quelle cohérence observez-vous ?

Ex : CDV 5 (Passeur, liberté) + dominante M (analyse, structure) = tension entre le besoin de mouvement et la tendance à tout contrôler avant d'agir.

Ma première lecture croisée : \_\_\_\_\_

- ✦ Ce mini-profil est un point de départ — pas une vérité définitive. Il devient précis dans le croisement complet des cinq disciplines, conduit avec le protocole FL en 14 étapes.

## Aller plus loin — Micro-analyse de vos images

Vous pouvez soumettre vos captures (cartes natales, tableaux de résultats, notes manuscrites) pour obtenir une analyse narrative personnalisée par l'intelligence artificielle de Fréquence Lyra.

### *Nomenclature des fichiers*

Avant d'envoyer vos images, nommez-les selon ce format exact :

nomprénomlivretdécouvertprofilV.1\_image1.jpg

Exemple : ledunepaulinelivretdécouvertprofilV.1\_image1.jpg

Chaque image correspond à un élément de votre profil (thème natal, tableau EQS, notes Human Theory...). Numérotez-les dans l'ordre (image1, image2, etc.).

- ✦ Formats acceptés : .jpg ou .png uniquement. Taille maximale : 10 Mo par image. Résolution minimale recommandée : 1200 px de large.

[www.frequence-lyra.com](http://www.frequence-lyra.com)

*Accéder à la plateforme d'analyse*



Scannez ce QR code pour accéder à la plateforme d'analyse — [frequence-lyra.com/analyse](http://frequence-lyra.com/analyse)

# PARTIE 7 — VOTRE PROCHAINE TRAVERSÉE

Ce livret vous a donné une première couche de lecture et les clés de votre propre observation. Voici les portes disponibles pour aller plus loin.

## Premier pas — La Session Découverte

---

75 € | 45 à 60 minutes

Une traversée d'introduction : premières clés de votre architecture, identification de la formule d'accompagnement la plus adaptée. Ce n'est pas un entretien commercial — c'est déjà une lecture.

♦ Avec le code SINGULARITE : Session Découverte à 37,50 € les deux premiers mois suivant l'obtention de ce livret. -50 % offerts pour votre première entrée dans la Porte.

→ Réserver sur [frequence-lyra.com](https://www.frequence-lyra.com)

## Lecture complète — La Cartographie

---

450 € | Format modulaire

Analyse complète des cinq disciplines avec restitution détaillée sur votre Octogone Dimensionnel et identification précise de vos leviers prioritaires.

## Accompagnement en profondeur — Le Cursus

---

Sur devis | 3 à 6 mois

Un accompagnement structuré sur mesure — cartographies analytiques, modules ciblés, traversées de suivi. Chaque cursus est conçu en fonction de votre architecture propre. Contactez-nous pour un devis personnalisé.

→ [contact@frequence-lyra.com](mailto:contact@frequence-lyra.com)

## Conférence d'introduction — En direct

---

Sur inscription — gratuit

Comprendre les fondements de la méthode FL, voir le croisement des disciplines en action sur des exemples concrets.

→ Dates et inscriptions sur [frequence-lyra.com](https://www.frequence-lyra.com)

## Rejoindre les Ambassadeurs — Membre Fondateur

---

Fréquence Lyra est en phase de déploiement. Les premiers à entrer dans la Fréquence ne sont pas simplement des abonnés — ils sont les architectes de ce qui se construit.

En devenant **Membre Fondateur**, vous participez directement au développement de la plateforme et du contenu. En contrepartie, vous accédez à des avantages réservés exclusivement à cette cohorte initiale.

## Ce que vous obtenez

- Accès premium complet à tous les contenus bonus de la plateforme
- -50 % sur les lancements de tous les produits et formations pendant la première année
- Accès beta en exclusivité à chaque nouveau produit avant sa sortie officielle, en échange de vos retours et témoignages
- Entrées gratuites à tous les événements Fréquence Lyra de la première année
- Statut d'Ambassadeur : vous faites partie de ceux qui auront bâti cela avec nous

## Les formules

FORMULE	TARIF MENSUEL	INCLUS
Abonnement site — Membre Fondateur	15 € / mois	Plateforme + contenus premium + avantages Fondateurs
Application mobile FL	20 € / mois	App seule — 2 premiers mois offerts
Offre combinée Fondateur	23 € / mois	Site + Application — meilleure valeur

**Lexique** — L'application mobile Fréquence Lyra est en cours de développement. Les Membres Fondateurs bénéficient de 2 mois d'accès offerts à la sortie.

→ Rejoindre les Membres Fondateurs sur [frequence-lyra.com](https://www.frequence-lyra.com)

## Planning – Lancements & Déploiement

ÉTAPE	DESCRIPTION	DATE
Site Fréquence Lyra	Lancement officiel de la plateforme	À venir
Application mobile FL	Sortie de la beta app	À venir
Formation EQS-001	Module en ligne complet	À venir
Formation Human Theory	Module en ligne complet	À venir
Conférence d'introduction	Première session en direct	À venir
Cursus certifiant	Ouverture des inscriptions Voie A	À venir
Événement Fondateurs	Soirée de lancement réservée Membres	À venir

## Suivez la Fréquence

Exclusivités, jeux-concours, transmissions gratuites et coulisses du déploiement – rejoignez-nous sur les réseaux.

Fréquence Lyra sur Instagram, Facebook et TikTok

# S I N G U L A R I T E

Code promotionnel – offre valable 6 mois à compter de la date  
d'obtention de ce livret.

À saisir lors de votre inscription à la Session Découverte sur  
[frequencyra.com](http://frequencyra.com)

## MOT DE CONCLUSION

Vous êtes arrivée jusqu'ici. Quelque chose vous a tenue dans ces pages. Ce n'est pas anodin.

La méthode Fréquence Lyra n'offre pas de raccourcis, pas de promesses magiques. Elle offre une précision — celle d'un regard qui voit ce que vous ne pouvez plus voir vous-même parce que vous êtes trop à l'intérieur.

Ce que vous en tirerez sera à la mesure de ce que vous y apportez.

Il ne faut parfois qu'un instant pour se revêtir de lumière. Encore faut-il avoir consenti à regarder là où elle attend.

Le reste appartient à votre souveraineté.

Pauline Ledune — Fondatrice de Fréquence Lyra

# GLOSSAIRE FRÉQUENCE LYRA

## Ingénierie de soi

Approche structurée et analytique du travail sur soi. Équivalent FL du "développement personnel", sans la connotation de réparation ou d'insuffisance.

## Accompagnée / Exploratrice / Navigatrice

Personne bénéficiant d'un accompagnement FL. Jamais "patiente" ni "cliente thérapeutique".

## Traversée / Module / Atelier

Session de travail FL. Jamais "séance".

## Cartographie

Lecture analytique complète d'un profil FL. Jamais "diagnostic".

## Restructuration / Transmutation

Processus de transformation FL. Jamais "guérison".

## Protocole

Les 14 étapes de la méthode FL, réparties en 3 phases : Constat, Expertise, Mutation.

## CDV (Chemin de Vie)

Nombre numérogique fondamental calculé depuis la date de naissance. Indique la direction et la mission de vie.

## Octogone Dimensionnel

Outil de cartographie des 8 dimensions du profil FL (A-RNS, B-IVC, C-MAS, D-SRT, E-IISP, F-PRME, G-ICN, H-LFF).

## PCLAH

Corpus des 8 piliers fondamentaux de l'architecture humaine selon la méthode FL : Ancrage, Identité, Mental, Sentiments, Intuition, Parole, Imagination, Limites.

## EQS-001

Formule du Quotient Souverain.  $Qs = (V+A) \times C \div R$ . Mesure la cinétique opérationnelle actuelle.

## Qs (Quotient Souverain)

Indicateur de l'état opérationnel : Automate (0–2,5) | Combattant (2,6–5) | Pilote (5,1–7,5) | Souverain (7,6–10).

## Human Theory

Modèle d'analyse comportementale FL.  $H\_idx = ((M+E+I)-\Delta)/3 \times C$ . Révèle la mécanique de traitement de l'expérience.

## H\_idx (Indice de Cohérence Humaine)

Indicateur de cohérence entre les dimensions M, E et I. Fracture identitaire (<2) | Zone de tension (2–4) | État émergent (4–6) | Cohérence active (6–8) | Souveraineté incarnée (8–10).

## M / E / I

Les trois dimensions Human Theory : Mental (logique, analyse), Émotionnel (ressenti, relation), Intuitif (perception subtile, captation).

## $\Delta$ (Delta)

Écart entre les dimensions M, E et I. Un  $\Delta$  élevé indique une fracture entre les modes de traitement.

## Goulot d'étranglement

Variable R dans l'EQS-001. La résistance interne qui neutralise tous les autres facteurs.

## Nœud

Point de tension ou de blocage identifié dans le croisement des disciplines.

## Levier

Point d'activation prioritaire identifié à l'issue de la cartographie. Une seule action, le point de bascule.

## Thème natal

Carte du ciel calculée à partir de la date, l'heure et le lieu de naissance. Base de la lecture astrologique FL.

## Nombre Maître (11, 22)

CDV non réductible portant une fréquence vibratoire élevée. Mission plus exigeante, tension nerveuse structurelle, potentiel de rayonnement hors du commun.

## Tableau de Bord de l'Âme

Outil de synthèse avancé — accès réservé aux praticiennes certifiées FL après 7 analyses complètes.

## CPF-FL

Certificat de Praticienne Fréquence Lyra.

## Voie A

Convention de collaboration au sein de l'équipe FL (praticienne interne).

## Voie B

Licence FL pour exercer en autonomie sous sa propre marque.

# QUESTIONS FRÉQUENTES

## À qui s'adresse la méthode FL ?

---

Fréquence Lyra s'adresse à toute personne souhaitant comprendre avec précision sa propre architecture — ses mécanismes, ses répétitions, ses leviers. Il n'est pas nécessaire d'avoir un parcours spirituel ou esotérique préalable. La méthode fonctionne également pour les profils pragmatiques, analytiques et sceptiques.

## Est-ce une thérapie ?

---

Non. Fréquence Lyra ne se substitue à aucune approche médicale, psychiatrique ou psychothérapeutique. L'ingénierie de soi est un outil de lecture et d'activation — pas de traitement. En cas de souffrance psychologique sévère, un accompagnement professionnel de santé reste la priorité absolue.

## Combien de temps dure un accompagnement ?

---

Une Session Découverte dure 45 à 60 minutes. Une Cartographie complète se réalise en 2 à 3 modules. Un Cours s'étend sur 3 à 6 mois selon la profondeur souhaitée et l'architecture de la personne accompagnée.

## Les résultats sont-ils garantis ?

---

Fréquence Lyra offre une précision de lecture — pas une promesse de transformation automatique. Ce que vous en tirerez dépend de ce que vous y apportez. L'outil est précis. L'activation vous appartient.

## Comment se déroule une session ?

---

Les sessions se tiennent en visio (Zoom ou Meet), à distance, depuis n'importe où. Aucun déplacement n'est nécessaire. Les éléments de votre profil vous sont transmis en format numérique après chaque module.

## Mes données sont-elles protégées ?

---

Oui. Fréquence Lyra s'engage à traiter vos informations personnelles avec la plus stricte confidentialité, conformément au RGPD (Règlement Général sur la Protection des Données). Aucune information ne sera partagée avec des tiers sans votre consentement explicite.

# CHARTRE ÉTHIQUE FRÉQUENCE LYRA

Ce document est le fondement de toute relation entre Fréquence Lyra et ses accompagnées. Il ne s'agit pas d'une clause contractuelle — c'est un engagement mutuel.

## Ce que nous vous offrons

---

**Précision.** Chaque lecture est conduite avec rigueur, selon un protocole structuré, sans projection ni interprétation hasardeuse.

**Respect de votre rythme.** Aucune injonction, aucune urgence artificielle. Votre architecture se déploie à la vitesse qui lui appartient.

**Confidentialité absolue.** Tout ce qui est partagé dans le cadre d'un accompagnement FL reste strictement confidentiel. Vos analyses ne sont jamais utilisées à titre d'exemple public sans votre accord écrit explicite.

**Non-substitution.** Fréquence Lyra ne remplace aucun professionnel de santé, aucun spécialiste médical ou juridique. Si la situation le requiert, vous serez orientée vers les ressources appropriées.

## Ce que nous attendons de vous

---

**Sincérité.** La qualité d'une lecture dépend de la qualité des informations transmises. Aucun jugement ne sera porté sur ce que vous partagez.

**Responsabilité personnelle.** Les outils FL sont des leviers — pas des réponses toutes faites. Ce que vous faites de vos lectures vous appartient entièrement.

**Respect des créations.** Le contenu de Fréquence Lyra — méthodes, outils, livrets, formations — est protégé par le droit d'auteur. Toute reproduction à des fins commerciales est interdite sans autorisation écrite.

**Ponctualité et engagement.** Un module réservé et non annulé dans les 24 heures précédant sa tenue reste dû en totalité.

# CONDITIONS GÉNÉRALES DE VENTE

## 1. Identification

---

Fréquence Lyra est une activité exercée sous la responsabilité de Pauline Ledune, domiciliée à Quaregnon, Belgique.

N° de TVA : BE XXX XXX XXX (en cours d'attribution)

Contact : pauline@frequence-lyra.com | +32 (0)474/06.90.07

## 2. Services proposés

---

Fréquence Lyra propose des services d'accompagnement individuel, des formations numériques et des contenus téléchargeables. Ces prestations sont détaillées sur [frequence-lyra.com](https://www.frequence-lyra.com).

## 3. Prix et facturation

---

Les prix sont indiqués en euros TTC. La facturation est électronique, transmise par email après confirmation du paiement. Le paiement s'effectue via PayPal ou par virement bancaire (IBAN BE23 0014 0342 45 91).

## 4. Annulation et report de modules

---

Toute annulation doit être notifiée par email ou WhatsApp au moins **48 heures** avant le module prévu. Passé ce délai, le module est facturable dans sa totalité, sauf cas de force majeure dûment justifié par un document officiel (certificat médical, convocation, etc.).

En cas d'annulation dans les délais, un **report de module** est proposé en priorité. Aucun remboursement n'est émis pour un module isolé annulé en dehors d'un cursus.

## 5. Remboursements

---

**Contenus numériques** (livrets, modules, formations en ligne) : non remboursables dès lors que l'accès a été activé, conformément au droit belge sur le contenu numérique livré immédiatement avec consentement explicite.

**Sessions Découverte** : remboursables intégralement si annulées dans les 48 heures précédant le module. Au-delà, report uniquement.

**Cursus** : annulation avant le démarrage du cursus = remboursement intégral dans un délai de 7 jours ouvrables. Après début du cursus, aucun remboursement n'est possible — report de modules uniquement.

**Insatisfaction** : en cas d'insatisfaction avérée et motivée après un premier module, un remboursement de 50 % du module concerné peut être accordé à titre exceptionnel. Cette disposition est une démarche de qualité, non une politique systématique.

**Abonnements Membre Fondateur** : le mois en cours n'est pas remboursable. L'annulation prend effet au premier jour du mois suivant, sans pénalité.

**Important.** Tout remboursement est effectué exclusivement via le mode de paiement initial. Fréquence Lyra ne propose pas de bons d'achat en substitution d'un remboursement. Il est précisé que tout bénéficiaire d'un remboursement ou d'une mesure d'insatisfaction ne pourra plus acquérir de prestations Fréquence Lyra à l'avenir. Cette clause vise à protéger l'intégrité de la méthode et de la communauté.

---

## 6. Plan solidaire

---

Fréquence Lyra propose un plan solidaire pour les personnes rencontrant des difficultés financières temporaires. Ce dispositif est accessible sur demande, de manière confidentielle, en contactant l'administratrice via le formulaire de contact du site ou par message WhatsApp au +32 (0)474/06.90.07. Chaque demande est examinée avec discernement et bienveillance.

---

## 7. Propriété intellectuelle

---

L'ensemble des contenus (textes, méthodes, outils, graphiques, livrets) est la propriété exclusive de Pauline Ledune / Fréquence Lyra. Toute reproduction, adaptation ou diffusion sans autorisation écrite est interdite et engage la responsabilité civile et pénale.

---

## 8. Loi applicable

---

Les présentes conditions sont régies par le droit belge. En cas de litige, une solution amiable sera recherchée en priorité. À défaut, le tribunal compétent est celui du domicile du prestataire.

# NOS COORDONNÉES

Pauline Céline Ledune

Architecte fondatrice — Human Theory & Équation du Sens

Site	www.frequence-lyra.com
Email	pauline@frequence-lyra.com
Téléphone	+32 (0)474/06.90.07
Instagram	@frequencyra
Facebook	@frequencyra
TikTok	@frequencyra
IBAN	BE23 0014 0342 45 91
BIC	GEBABEBB
N° TVA	BE XXX XXX XXX (en cours)

Livret numérique d'introduction — Fréquence Lyra

Diffusion autorisée aux accompagnées et aux prospects FL

Reproduction commerciale interdite sans autorisation écrite

© Pauline Ledune / Fréquence Lyra — 2026



## Pauline Céline Ledune

ARCHITECTE FONDATRICE – HUMAN THEORY & ÉQUATION DU SENS

---

« Depuis toujours, rêveuse invétérée et exploratrice de l'invisible, mon parcours atypique m'a emmené vers des horizons aussi improbables, diversifiés que passionnants. Là où d'autres invoquent la science, je nomme la Magie — car y-a-t-il plus grande magie et plus divine science que la manifestation de la vie ? »

FRÉQUENCE LYRA

[www.frequence-lyra.com](http://www.frequence-lyra.com)