



ACADÉMIE

DAME À ÂMES

Tarologie Introspective

Quand le tarot devient un outil
de compréhension de soi

L'académie

pg. 3

Présentation

Introduction

pg. 5

Le tarot, un outil d'introspection et de développement personnel : Les premières traces historiques, De jeu de société à outil spirituel, Les différentes traditions, Le tarot comme langage universel

1. Le voyage du Fou

pg. 10

L'archétype de l'enfant intérieur, Le saut dans l'inconnu et le lâcher-prise, L'intégration des enseignements et la sagesse

2. Les arcanes majeurs

pg. 14

Ton voyage commence ! Retrouve un cheminement personnel avec les arcanes. Méthodologie pour un tirage introspectif, Le tirage quotidien: une carte, une réflexion

3. Les arcanes mineurs

pg. 24

Introduction aux arcanes mineurs: les quatre suites et leurs symboliques, Méthode d'interprétation des arcanes mineurs

4. Les tirages

pg. 10

Le tirage en 6 cartes: analyse d'une situation, Autres types de tirages., Le tarot comme outil de développement personnel



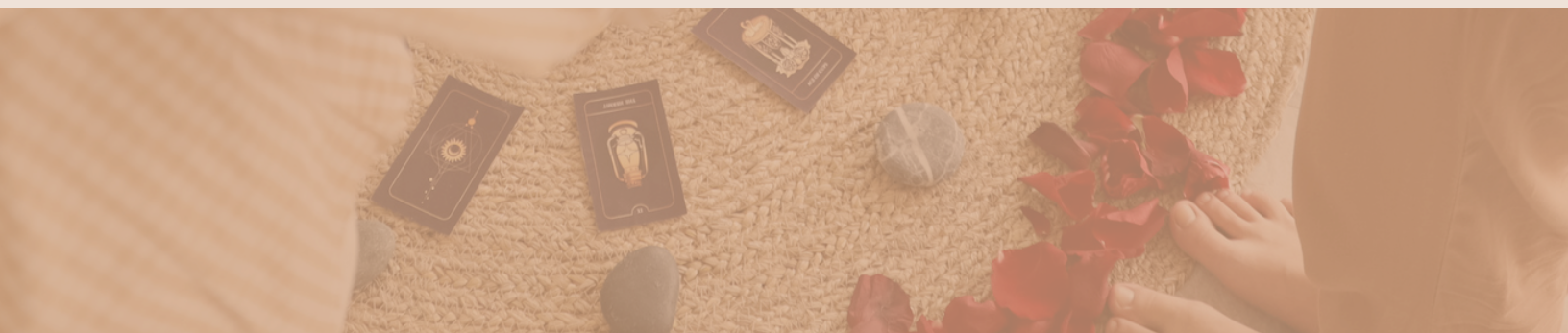
Bienvenue à Dame à âmes

Académie de Formation certifié de qualité par l'IPHM, oeuvrant pour le
bien-être énergétiques et spirituels,
cet ebook vous propose une approche holistique
appelé le PSYCHO TAROT.



Vous découvrirez une méthode
pour une introspection en autonomie !

Nous vous souhaitons une belle exploration dans votre Monde
Intérieur.



INTRO

Le tarot est bien plus qu'un simple jeu de cartes :
c'est un outil puissant de réflexion, d'introspection
et de guidance.

Depuis des siècles, il fascine et accompagne celles
et ceux qui cherchent à mieux comprendre les
mystères de la vie et de l'âme.

Cet e-book a été conçu pour vous offrir une
exploration du tarot, pour que vous puissiez avoir un
outil pour mieux vous comprendre en autonomie.

HISTOIRE DU TAROT

Les origines

Le tarot trouve ses racines au XIV^e siècle en Europe, où il apparaît d'abord comme un jeu de cartes destiné au divertissement des cours nobles et bourgeoises.

Les premières traces historiques du tarot viennent notamment des régions italiennes et françaises, avec des jeux luxueusement illustrés commandés par des familles influentes, comme les Visconti-Sforza en Italie.

De Jeu de Société à Outil Spirituel

Bien que le tarot ait commencé comme un jeu de cartes, son usage a progressivement évolué vers un support symbolique et divinatoire. Dès le XVIII^e siècle, des ésotéristes tels qu'Antoine Court de Gébelin et Éliphas Lévi ont associé les cartes du tarot à des systèmes philosophiques et spirituels, notamment la Kabbale, l'astrologie et l'alchimie. Ils y voyaient un langage universel permettant de comprendre les lois de l'univers et de l'âme humaine.



HISTOIRE DU TAROT

Les différentes traditions

1. Le Tarot de Marseille : Sans doute le plus emblématique, ce tarot structuré en 78 cartes (22 arcanes majeurs et 56 arcanes mineurs) pose les bases de l'interprétation symbolique moderne. Son iconographie, inspirée de la culture médiévale et chrétienne, influence encore aujourd'hui la plupart des jeux contemporains.
2. Le Tarot Rider-Waite-Smith : Créé en 1909 par Arthur Edward Waite et illustré par Pamela Colman Smith, ce tarot apporte une innovation majeure en représentant des scènes détaillées sur les arcanes mineurs, facilitant ainsi leur interprétation intuitive.
3. Le Tarot de Thoth : Conçu par Aleister Crowley et peint par Lady Frieda Harris, ce tarot fusionne des éléments de l'occultisme, de la Kabbale et de l'astrologie. Son iconographie est particulièrement riche et empreinte de mysticisme.



HISTOIRE DU TAROT

Un langage universel

L'approche de Caroline

Quel que soit le jeu utilisé, le tarot fonctionne comme un miroir de l'inconscient. Ses figures et symboliques s'inspirent des mythes et des grandes traditions spirituelles, offrant une cartographie symbolique du cheminement humain.

Pour moi, l'usage du tarot dépasse donc la simple divination pour s'ouvrir au développement personnel, à la méditation et à la connaissance de soi.

Ainsi, que ce soit dans une perspective historique, divinatoire ou psychologique, le tarot demeure un outil fascinant et intemporel, reliant passé et présent à travers un langage universel de symboles et d'intuitions.



Caroline & Audrey - Académie Dame à âmes

UTILITÉ ET APPLICATION

En dehors de la Voyance

- Outil de guidance personnelle :

Il permet de mieux comprendre ses aspirations, ses peurs et ses blocages.

- Développement spirituel :

Il favorise l'intuition, la méditation et la connexion à soi-même.

- Psychanalyse et introspection :

En lien avec l'approche jungienne, le tarot peut aider à explorer l'inconscient.





CHAPITRE 1

Le Voyage du Fou

Caroline & Audrey - Académie Dame à âmes



VOYAGE INTROSPECTIF

La carte 0

En tarologie, le Fou est une carte emblématique représentant à la fois l'innocence, la liberté et le commencement d'un voyage spirituel ou personnel.

Numérotée 0, elle symbolise un potentiel infini et l'impulsion initiale vers l'inconnu. Le voyage du Fou, aussi appelé "le Voyage du Héros", illustre le parcours initiatique de l'âme à travers les 21 autres arcanes majeurs.

Le Fou, souvent représenté marchant avec un baluchon et accompagné d'un chien, incarne l'énergie du commencement. Il avance sans peur, parfois même inconsciemment, vers un avenir incertain. Ce début marque la foi en la vie et en ses expériences, sans garantie de succès ni conscience des défis à venir.



PERSONNIFICATION

de votre chemin de Vie

C'est THE carte de votre introspection avec le tarot. La carte du Fou occupe une place singulière. Elle symbolise à la fois le début et la potentialité infinie, un état de transition et de renouveau perpétuel.

Tout d'abord, le Fou incarnera l'archétype de **l'enfant intérieur**. Il représente l'innocence, l'intuition et l'ouverture au monde, mais aussi une certaine forme d'irresponsabilité et d'inconscience. Il vit dans **l'instant présent**, porté par un élan spontané qui peut être source d'**inspiration ou de danger**. Il ne connaît pas encore les diktats, il n'a pas encore besoin de "rentre dans le moule", il n'a pas encore de responsabilités.

Le Fou est pour moi, le symbole du Voyage vers la Connaissance de Soi : il part sans repères précis, avec la confiance naïve d'un être en quête de connaissance intérieure. **Ce saut dans l'inconnu** évoque le nécessaire lâcher-prise pour accéder à une transformation profonde de soi.

Le Fou est à la frontière entre l'ombre et la lumière, l'inconscient et le conscient, incarnant à la fois le chaos et l'ordre en devenir. Tout comme la consultante ou le consultant, il a plusieurs facettes, qu'il découvrira grâce aux arcanes suivants, symbolisant le passage de Vie et une nouvelle sagesse pour le Fou.

Ainsi, le Fou du tarot, à travers le prisme de la psychologie analytique, nous invite à embrasser l'inconnu, à faire confiance au processus intérieur et à accueillir la transformation avec curiosité et ouverture.



LES RENCONTRES DU FOU

Epreuves et Enseignements

Durant son périple, le Fou rencontre les différentes figures du Tarot, chacune représentant un aspect de la vie et une leçon à intégrer :

- Le Magicien (I) lui apprend à identifier ses talents et ses ressources.
- La Papesse (II) lui enseigne l'écoute de son intuition et de ses besoins intérieurs.
- L'Impératrice (III) et l'Empereur (IV) viennent questionner la part Féminine et Masculine.
- Le Pape (V) lui transmet les valeurs, les traditions et les mœurs sociétaux.

Chaque carte est un obstacle ou un guide qui pousse le Fou à évoluer. Si tu as besoin d'aide pour ton tirage, n'hésite pas à me solliciter par la séance de psycho-tarot, ce service est dédié aux appuis ponctuels en cas d'introspection autonome.

L'Aboutissement : L'Accomplissement et la Sagesse

Au terme de son voyage, le Fou atteint Le Monde (XXI), symbole d'achèvement, d'harmonie et d'accomplissement. Il a intégré des enseignements, gagné en sagesse et conscience. Il peut alors recommencer un nouveau cycle, enrichi par l'expérience acquise. Car dans chaque nouveau chemin, les arcanes seront interprétés avec un autre regard.



CHAPITRE 2

Les Arcanes Majeurs

Caroline & Audrey - Académie Dame à âmes



UNE AUTRE APPROCHE

Que la voyance

Vous avez certainement un tarot à votre disposition.

C'est pourquoi, dans cet e-book, nous ne proposons pas un descriptif détaillé de chaque arcane. Notre objectif n'est pas de vous offrir une simple liste d'interprétations, mais plutôt de vous proposer une démarche introspective et personnelle à travers le Tarot.

Le Tarot est un outil puissant de connaissance de soi, bien au-delà de la divination traditionnelle.

Chaque carte agit comme un miroir, reflétant nos pensées, nos émotions et nos questionnements intérieurs.

C'est dans cette optique que nous vous proposons une méthode simple, pour vous aider à mieux comprendre votre monde intérieur.

Que vous soyez débutant.e ou que vous ayez déjà une certaine expérience du Tarot, cette approche vous permettra d'approfondir votre connexion avec les cartes et de les utiliser comme un véritable guide intérieur. Prenez le temps de pratiquer, d'expérimenter et surtout, de vous faire confiance.

Le Tarot a une autre vocation de vous donner des réponses toutes faites, mais bien de vous ouvrir des portes vers une meilleure compréhension de vous-même. !

Dans les chapitres suivants, nous allons vous guider à travers une méthode structurée qui vous permettra d'utiliser le Tarot comme un outil de réflexion et de transformation personnelle.

Prêt(e) à plonger dans cette aventure intérieure ?

Alors commençons !



MÉTHODOLOGIE

Dans cet e-book nous ne vous ferons pas le descriptif symbolique de chaque arcane. Vous pourrez approfondir votre pratique avec notre formation Cartomancie et Runes si vous le souhaitez.

En revanche, ici, nous vous proposons une méthode, toujours dans l'optique de vous faire explorer le côté introspectif du Tarot.

Caroline & Audrey - Académie Dame à âmes



UN TIRAGE QUOTIDIEN

Pendant 21 jours ou 21 semaines, selon votre rythme, vous allez découvrir les Arcanes Majeurs du Tarot. Les arcanes sont des sagesse, des passages de vie qui permettent une introspection profonde et un travail symbolique puissant.

Nous vous proposons un tirage quotidien pour explorer ces arcanes et établir un lien avec ce que vous vivez actuellement ou ce que quelqu'un autour de vous peut traverser. Cette démarche permet une prise de conscience et une intégration progressive des leçons du tarot. Commencez par garder la carte du Fou, symbole de l'enfant intérieur, posée devant vous. Il vous accompagnera dans ce cheminement.

1. Séparez les arcanes majeurs des arcanes mineurs pour cette première phase d'exploration.
2. Utilisez uniquement les arcanes majeurs pour cette partie.
3. Mélangez soigneusement le paquet, puis coupe-le en deux.
4. Étalez les cartes face cachée et choisissez-en une au hasard.
5. Posez la carte à côté du Fou et observez ce qu'elle vous évoque.

Ce rituel permet d'instaurer une connexion avec les symboles du tarot et d'explorer leur résonance dans votre parcours personnel. N'hésitez pas à noter vos impressions et vos réflexions dans un journal pour suivre votre évolution au fil des jours. Une fois que vous avez travaillé avec la carte, mettez-la de côté pour ne plus la tirer dans vos prochaines pratiques

Caroline & Audrey - Académie Dame à âmes

ARCANES MAJEURS

EXEMPLE

Le symbole de la carte qui te marque

J'ai tiré la carte du Monde.
Dans mon tarot cette carte contient une boule lumineuse au racine d'un arbre qui grimpe à travers des nuages. Un dragon vert s'enroule autour de ses symboles.

Ce qu'elle te fait ressentir

Je me sens toute petite face à la grandeur du monde, Le monde, c'est l'infini, je me sens aussi, en ce moment, forte d'une meilleure sagesse.

Sa définition

Dans le bouquin :
Harmonie, Equilibre, talent, compétence, accomplissement et connaissance de soi, but ultime, voyage, mobilité



Ce qui est en lien dans ta vie avec la carte

Je m'accomplis dans mon choix professionnel du libéral. J'y trouve aussi un équilibre de vie, même si je dois encore travailler certains aspects.

Mon sentiment d'être toute petite vient d'une peur, celle de ne pas réussir ce projet de Vie que j'ai entamé, car je suis une thérapeute parmi tant d'autres (*grandeur du Monde, grandeur de mon monde pro auquel je fais partie*)

Pourtant, cette carte vient me dire que j'ai des talents et des compétences et qu'il faut que je sois rassurée dans mon unicité.

Ma fille a vécu un déséquilibre, l'entrée au Collège. Un passage qu'elle a vécu avec difficulté. Elle semble avoir enfin trouvé une certaine sérénité. C'est la fin d'un cycle.

A decorative header featuring a collage of tarot cards and a crystal. On the left is a pink crystal. In the center is the Knight of Pentacles. To the right is the Angel of Mercy. On the far right is the Hierophant.

ARCANES MAJEURS

EXERCICE

Le symbole de la carte qui te marque

Sa définition

Ce qu'elle te fait ressentir

Ce qui est en lien dans ta vie avec la carte

MISE À DISPOSITION

Consultation Individuelle

Si vous ressentez le besoin d'approfondir
personnellement un passage de vie, une étape, une
situation difficile, nos agendas sont ouverts :

AUDREY : MÉDIUM

CAROLINE :
PSYCHANALYSE



Caroline & Audrey - Académie Dame à âmes



LES ÉNERGIES

Des arcanes majeurs que vous avez perçu

0. _____

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

8. _____

9. _____

10. _____

11. _____

12. _____

13. _____

14. _____

15. _____

16. _____

17. _____

18. _____

19. _____

20. _____

21. _____



BILAN DE L'ANNÉE

Ce tirage peut aussi être utilisé comme un bilan de votre année !

La carte que vous tirerez vous offrira des pistes de réflexion à mettre en lien avec les événements marquants de ces derniers mois.

Réfléchissez aux éléments répétitifs, aux schémas récurrents, ainsi qu'aux expériences qui vous ont amenés à évoluer, que ce soit consciemment ou inconsciemment. La carte pourra vous éclairer sur les apprentissages que vous avez intégrés et sur les défis que vous avez traversés.

N'hésitez pas à approfondir votre exploration en tenant un journal sacré. Notez-y vos ressentis, vos prises de conscience et les connexions que vous établissez avec le tirage.

Ce journal pourra devenir un outil précieux pour retracer votre cheminement et observer l'évolution de votre parcours intérieur à travers les années.

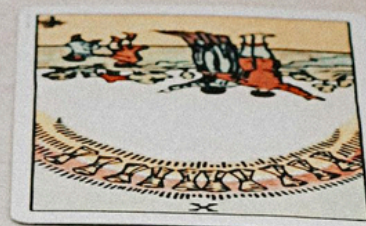
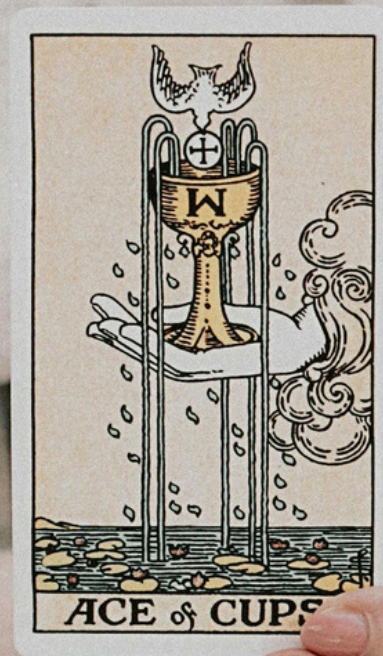
En relisant vos écrits, vous pourrez percevoir une constellation des leçons et des transformations que tu as vécues.



CHAPITRE 3

Les Arcanes Mineurs

Caroline & Audrey - Académie Dame à âmes



APPROFONDISSEMENT

Des arcanes majeurs

Si les Arcanes Majeurs représentent les grandes lignes de notre évolution, les moments clés et les thèmes universels qui jalonnent notre existence, les Arcanes Mineurs, quant à eux, viennent affiner ce cadre général.

Ils agissent comme un prisme qui décompose la lumière des enseignements majeurs en nuances plus précises. Là où un Arcane Majeur met en lumière une étape de transformation, un défi ou une prise de conscience essentielle, les Arcanes Mineurs viennent préciser comment cette énergie se manifeste dans notre quotidien, dans nos émotions, nos pensées et nos actions concrètes.

Caroline & Audrey - Académie Dame à âmes



LES FAMILLES

Et leur symbolique

Chaque famille (Bâtons, Coupes, Épées, Deniers) explore un domaine spécifique de notre expérience intérieure et extérieure :

- Les Bâtons (feu) parlent d'élan vital, d'ambition, d'inspiration et de l'énergie qui nous pousse à agir.
- Les Coupes (eau) plongent dans notre monde émotionnel, nos relations et notre capacité à ressentir.
- Les Épées (air) éclairent notre mental, nos prises de décisions, nos conflits intérieurs/extérieurs et notre clarté d'esprit.
- Les Deniers (terre) ancrent le tirage dans le concret, la matérialité, les ressources et notre rapport au monde tangible.

Dans une démarche introspective, les Arcanes Mineurs et leurs relations avec les éléments naturels, vous invitent à porter attention aux détails de votre vécu actuel : quels aspects de votre quotidien sont en jeu ? Quelle dynamique influence votre état intérieur ? Quels éléments nécessitent votre attention immédiate ?

Ils offrent un point de départ précis pour explorer une situation spécifique.

Là où un Arcane Majeur t'indique un passage essentiel de votre évolution, un Arcane Mineur vous montre comment cette évolution se traduit dans votre présent et vous guide vers des pistes de réflexion plus ciblées.

Ainsi, en combinant Arcanes Majeurs et Mineurs, le Tarot introspectif devient un outil puissant pour naviguer avec conscience à travers les expériences de la vie, en mettant en lumière à la fois le chemin global et les pas concrets à entreprendre.

Caroline & Audrey - Académie Dame à âmes



AIDE

**Vous trouverez au chapitre suivant,
une technique de tirage**

Ici encore, nous ne vous proposons pas d'interprétation des cartes, car le but étant de percevoir ce que votre inconscient souhaite travailler en ce moment.

De plus, l'introspection est un processus profondément subjectif : Dans la pratique psychanalytique de Caroline, une interprétation préétablie serait nécessairement générale et ne refléterait pas pleinement votre propre expérience.

Plutôt que de vous imposer une lecture figée, nous préférons donc vous proposer un tirage adapté à une démarche introspective, accompagné d'un exemple, pour vous aider à cheminer en toute autonomie dans cette pratique, avec le moins d'orientation symbolique possible.

L'objectif est que vous puissiez explorer vos propres ressentis et établir des liens personnels avec les cartes, sans filtre extérieur.





CHAPITRE 4

Technique introspective

Caroline & Audrey - Académie Dame à âmes



LES TIRAGES

Formez votre propre pratique, laissez-toi inspirer par votre intuition ! Vous pourrez aussi retrouver d'autres techniques dans notre formation Cartomanice et Runes.





INTROSPECTION

PRÉSENTATION DU TIRAGE

Ce tirage a pour but d'apporter un éclairage profond sur une situation en cours et d'explorer les enseignements, défis et désirs qui y sont liés.

1. Séparer les Arcanes Majeurs et Mineurs pour une lecture plus ciblée.
2. Choisir une carte des Arcanes Majeurs qui, selon vous, symbolise ta situation actuelle. Cette carte servira de point d'ancrage pour la lecture.
3. Étalement des cartes : Mélangez et disposez séparément les deux catégories de cartes en deux paquets distincts.
4. Commencer le tirage en tirant les cartes face cachée, en suivant ces étapes :

Mineurs

1. **La situation :**
Au dessus de la carte qui symbolise la situation, vous pouvez venir poser une autre carte, cette fois, du tas des arcanes mineurs
→ Cette carte représente l'essence de votre situation ou l'événement clé que vous traversez.

3. **Stratégie en place**
Votre comportement en ce moment, votre posture dans la situation.
→ Comment réagissez-vous face à cette situation ? Cette carte reflète votre attitude et les choix que vous faites actuellement.

5. **Les résistances intérieures**
La carte que vous tirerez vous mettra sur la piste des mécanismes en place qui peuvent vous bloquer.
→ Quelles influences (intérieures ou extérieures, matérielles ou immatérielles) entrent en jeu ?
Si vous pratiquez avec la symbolique des cartes inversées, elle peut être intéressante dans cette partie.

Majeurs

2. **Le passage de Vie**
La Sagesse que vous apprenez au travers de la situation, qui est en cours d'acquisition.
→ Quelle sagesse êtes-vous en train d'acquérir à travers cette expérience ? Cette carte met en lumière vos compétences et forces déjà présentes pour avancer sereinement.

4. **Le Défi, challenge**
Ce qu'il vous faut travailler pour cette étape de Vie
→ Quel est l'enjeu principal que vous devez surmonter ? Cette carte pointe l'aspect de votre vie qui demande un effort ou une adaptation

6. **Désir, ton envie**
Cette carte est lié à votre aspiration dans cette situation. Ce que vous voulez, souhaitez.
→ Quel est votre véritable objectif ?
Consciemment ou Inconsciemment

L'INTERPRÉTATION INTROSPECTIVE

Des cartes tirées

Leur symbolique, leurs correspondances et leurs messages sont riches d'enseignements. Surtout quand elles viennent de votre Inconscient, de votre propre symbolique.

Si vous avez des difficultés : dans le petit bouquin de votre tarot, vous trouverez des premières pistes d'interprétation, pour vous aider à explorer leur sens si vous en avez besoin. Nous proposons également une formation Cartomancie & Runes à 60CHF en distanciel.

Prenez le temps de noter dans votre Journal ce qui résonne en vous.

Écrivez la symbolique, les énergies de la carte, qui font résonnance, sans chercher à intellectualiser.

Ensuite, faites des liens avec votre vécu. Ce dialogue intérieur vous permettra d'avancer avec plus de clarté et d'alignement.



A VOUS !

Avec cet exemple, vous avez pu voir comment le tirage prend forme et comment il se relie à votre quotidien. Maintenant, c'est à vous de jouer ! Nous vous invitons d'abord à tirer une première fois sur une sensation, un sentiment, que vous avez en ce moment. Puis, ensuite d'essayer par domaine/situation.

Besoin d'aide pour interpréter un tirage ?

Vous pouvez nous écrire :
contact@academiedameaames.com

Un écho vous trouble ?

Si ce tirage a fait émerger une peur, un blocage ou un traumatisme qui impacte votre quotidien, nous vous invitons à explorer cela en douceur.

Nos agendas sont ouverts ! Nos séances individuelles vous aideront à mieux comprendre et appréhender cette facette de votre monde intérieur.

Le Tarot est un guide, mais c'est avant tout votre propre cheminement qui lui donne du sens.
Écoutez-vous, note vos ressentis, et avancez avec confiance.

AUDREY : MÉDIUM

CAROLINE :
PSYCHANALYSE



Ton tirage :

6. _____

Ton introspection :

Caroline & Audrey - Académie Dame à âmes



A BIENTÔT

sur Dame à âmes



Je veux me former