



## Parfum d'Utérus...

Au plus profond de nous, dans notre silence intérieur, réside un Lieu de mystère, espace de création universelle d'où naît l'intuition. Lieu de mémoires, lieu de pouvoir, approchons-nous de ce qui est en dedans de nous et offrons au monde le féminin dont il a tant besoin. Cet organe tout intérieur incarne l'essence de notre féminité et pourtant il mène une existence misérable, oublié, renié au plus profond de notre corps. Nous allons descendre et rencontrer notre mystère, notre puissance, pallier par pallier, en faisant des pauses, jusqu'au plus profond de nous-mêmes... sans fausse pudeur. Souvent à un palier, un événement de notre histoire émerge. Sa mémoire demande à être accueillie, comprise, digérée, intégrée.

1

La rencontre avec l'Utérus, son silence, sa créativité est une porte d'accès pour des perceptions illimitées. L'histoire commence par une exploration de soi, de son corps, de ses émotions pour développer plus de sensibilité, approfondir ses perceptions et pouvoir également se fier à ses propres sensations et à son intuition. Cette rencontre nous permet d'offrir à notre intimité la possibilité de se révéler, de devenir capable de l'entendre, de la recevoir, de comprendre comment va l'Utérus et ce qu'il porte en lui. Dans cette rencontre avec soi-même, développer l'écoute, puis le senti. « L'important n'est pas le but, mais le chemin » de connaissance que nous allons emprunter. Un chemin non balisé, rarement exploré... Tout reste à découvrir.

## Lieu de mémoires...

L'Utérus garde en mémoire les impacts des événements passés, de vécus agréables ou difficiles. Réceptacle universel, il garde aussi en mémoire des traces des générations passées, notre corps réagissant, sans que cela soit conscient, par exemple à une ancêtre morte en couche, rendant impossible la mise au monde d'un enfant, alors que médicalement, rien n'est à signaler. De même, lorsqu'un avortement est vécu dans la négation (non à l'enfant, non à la situation, non au partenaire), ce négatif reste bloqué dans l'Utérus même quand l'enfant est parti. Un travail de nettoyage de cette mémoire est souvent nécessaire. Il en va de même pour les empreintes laissées par ceux qui ont voulu goûter au nectar, s'approcher du calice sans qu'ils y aient été invités...

Ce qu'on voit de l'Utérus, c'est ce qui sort de lui : le sang, les bébés, et ce qui entre en lui : la semence dont il va se nourrir pour créer un nouvel être. Ce lieu a le pouvoir à la fois de contenir un être pendant neuf mois, l'énergie étant tournée vers l'intérieur, et d'expulser, de transformer sa chimie et les hormones, lorsque le bébé le demande, pour l'accompagner vers la sortie : c'est l'enfant qui informe l'Utérus qu'il est prêt à sortir et ce dernier, qui a contenu pendant neuf mois, à l'écoute des besoins du bébé, sécrète les hormones qui modifient le contenant en expulsant.

Cycliquement, il prépare l'espace à accueillir la vie : dans cette phase du cycle nous sommes tournées vers l'intérieur, jusqu'au moment des lunes, période de tyoweh, d'écoute intérieure, où, dans le silence, nous arrivent du très profond des intuitions, des visions, des clarifications. Dans cette période l'énergie est tellement tournée vers l'intérieur que les objets nous échappent des mains. L'aviez-vous remarqué vous aussi ?

Les émotions stockées empoisonnent de l'intérieur et créent des pathologies qui vont finir par se voir à l'extérieur. Nos mémoires douloureuses laissent des traces et des marques jusque sur nos visages, dans nos regards, ces mémoires font qu'une distance s'installe entre nous et les autres, et ce n'est pas forcément cette distance que nous désirons, ce n'est pas celle-là, la « bonne » distance. Dans cette distance la peur a pris place, peur du contact, de l'intrusion, que l'autre vienne prendre à nouveau.

Selon M.D. Piontek, « L'Utérus est l'endroit privilégié dans le corps d'une femme où des années d'émotions négatives vont s'accumuler et empoisonner l'organisme féminin de l'intérieur. Les problèmes

de l'Utérus, comme les règles douloureuses, les pertes vaginales, les fibromes ou le cancer, sont des manifestations de cet empoisonnement intérieur. D'un point de vue médical, ces maladies sont considérées comme normales. Mais d'un autre côté, vivre en étant malheureuse, négative et pessimiste est une attitude qui montre à quel point la femme est déconnectée de son potentiel féminin »...

Chaque expérience sexuelle qui n'est pas source de joie est mémorisée dans le corps et particulièrement dans l'Utérus. La violence sexuelle, l'absence d'amour et les conflits non résolus sont du poison pour un Utérus affaibli. Faire l'amour en étant absente fait que l'on n'habite plus notre Utérus, que nous nous coupons complètement de lui.

A propos de ce vide de l'Utérus, M. D. Piontek écrit « l'espoir le plus commun consiste à remplir positivement le vide négatif de l'Utérus par la grossesse. Un Utérus délaissé et malheureux est une des motivations inconscientes les plus puissantes pour tomber enceinte et avoir un enfant. La grossesse et le fait de devenir mère restent pour beaucoup de femmes la seule façon d'apporter du sens et un certain accomplissement dans leur vie et dans leur sexualité. Une vie de mère est très active, mais être nécessaire à quelqu'un et débordée n'a rien à voir avec être épanouie. » ... et dans ces conditions, que se passera-t-il à la ménopause ? Il est fort probable que l'on retrouvera ce vide, comment le combler alors ?

Bien sûr, les expériences plaisantes, joyeuses, extatiques sont aussi mémorisées dans ce lieu et lui apportent une énergie qui lui est vitale. A moi de prendre soin de ce calice, de m'offrir du temps pour entrer en moi et de l'écouter pour traverser les couches de douleurs, de peurs, et approcher le mystère. Et là, « la que sabe », Celle qui sait, dont parle Clarissa Pinkola Estès dans "Femmes qui courent avec les loups", apparaît, parce que je lui ai laissé la place, que j'ai déblayé les couches qui me coupaient d'Elle.

### Lieu de Pratiques...

Lorsque l'Utérus est serré, étroit, contracté... respirons dedans, SOYONS AVEC lui et offrons-lui le temps dont il a besoin pour se détendre. Apportons-lui notre présence, veillons sur lui et permettons-lui de se révéler, de s'ouvrir, de s'épanouir et invitons... la sexualité devient un acte sacré.

Nettoyer les mémoires de ce lieu signifie traverser la douleur, ses empreintes encore vivantes et vibrantes au plus profond de nous. Certaines femmes que j'ai accompagnées dans ce processus conscient de nettoyage me témoignaient que cela modifiait complètement leur sang des menstrues : l'écoulement, la couleur, l'odeur et la consistance. Il arrive qu'au cours de la clarification d'une mémoire douloureuse, le sang soit très foncé, qu'il ait une odeur de vieux sang. Par cet émonctoire, le corps indique qu'il évacue ce « vieux truc ».

Nombreux sont les clairvoyants qui ont subi des violences lorsqu'ils étaient enfants. Ils ont appris à capter l'intention de l'autre, c'était un moyen de survie pour se protéger du danger. Le cadeau de cette situation est qu'ils ont développé leur intuition et des perceptions fines. L'inconvénient est que cette expérience de vie engendre une distance entre soi et les autres. A priori, cela paraît un bon moyen pour se protéger, mais cela isole. Le réflexe face à la rencontre avec l'autre sera de rejeter. Les spasmes douloureux en temps des lunes sont une réponse du corps au rejet des autres.

Et un jour il devient clair que l'on ne retrouvera pas l'état de pureté initiale recherché secrètement. C'est alors un bon moment pour traverser cet océan de peurs, ces mémoires collectives (oui, au fait, sont-elles miennes, toutes ces mémoires de peurs, ou bien m'ont-elles été transmises par les lignées de femmes dont je suis issue ?) pour s'approcher de ce lieu de mystère et écouter ce qu'il a à révéler.

Pour faire un travail de nettoyage des mémoires de ce lieu, différents outils sont à disposition : le rêve éveillé, les pratiques énergétiques décrites par les taoïstes. Voici, par exemple, celle qui renforce l'ouverture et la fermeture des portes du bas en contractant et relâchant l'un après l'autre le vagin, le périnée et l'anus. L'Utérus en est renforcé, et par la suite cette énergie peut monter jusqu'au cœur et le remplir, circuler dans tout le corps. Maitreyi D. Piontek explique que masser le périnée « renforcera les organes sexuels féminins, les autres portes inférieures, et aidera à clarifier l'esprit et à réguler les menstruations. C'est le périnée qui permet soit de faire remonter l'énergie sexuelle vers le haut, dans

l'aspiration vers le divin, soit de laisser cette énergie s'écouler vers le bas ». Elle décrit également des pratiques avec l'œuf énergétique pour muscler le vagin et renforcer l'Utérus.

### La pratique chamanique...

La pratique de la récapitulation chamanique permet de libérer l'énergie stockée dans des mémoires d'humiliation, des situations difficiles, des relations sexuelles peu épanouissantes, des émotions douloureuses... Écouter et visiter ce lieu... se pauser, faire silence et prendre soin de cet espace blessé en appliquant un baume de bienveillance. Je respire dans ce lieu, en y amenant ma présence, en développant un état de conscience, et me relie à son état naturel de sensualité pour qu'il redevienne un espace de douce chaleur et de grande sécurité. Et lorsque je me sens en sécurité dans mon Utérus, j'ai la force pour affronter n'importe quelle situation : j'ai une vision claire et large, j'ai l'énergie pour réagir.

Lors de pratiques énergétiques, j'ai expérimenté être pleinement dans l'énergie de mon Utérus, avec la sensation d'avoir presque autant d'assise et de stabilité que la Terre Mère : mon bassin s'étend, un peu comme si mes jambes apportaient la stabilité verticale et mon bassin la stabilité horizontale, comme un voilier qui flotte vers l'horizon, avec son mât et sa coque. Et alors l'énergie monte aux étages supérieurs de mon corps, jusqu'au cœur, et émet une onde horizontale qui, par résonance, touche les cœurs des autres, mes paroles étant chargées d'une toute autre qualité d'être.

Connectées à nos Utérus, nos rêves changent de consistance, de contenu. En rêve éveillé, il m'est arrivé d'entendre mon Utérus me révéler comment capter ce et ceux qui m'environnent, capter pour mieux percevoir, pour sentir s'il y a danger ou affinité. Je voyais que de mon Utérus partaient des fils avec au bout un entonnoir-récepteur. Cela pourrait ressembler aux ventouses que le poulpe a sur ses tentacules, avec lesquelles il peut palper ce qui l'environne.

La vie offre une multitude de possibilités pour mettre en pratique la reliance à notre Utérus : faites-le comme un jeu en préparant un repas, en parlant, en chantant, en faisant partir un son de l'Utérus, mettez de cette énergie dans tout ce que vous créez....

### Lieu de Pouvoir...

Ce lieu sacré aime se nourrir de créativité, d'agréable, d'une sexualité épanouie, d'un lien sensuel avec le vivant. L'énergie de l'Utérus est toujours là, même quand physiquement il n'y est plus : M. D. Piontek, dans son livre « Les secrets de la sexualité féminine », éditions le courrier du livre, invite les femmes ayant subi une hystérectomie à faire des pratiques énergétiques avec un œuf de pierre semi-précieuse, à « se consacrer intensément au bien-être de leur Utérus, quand bien même celui-ci n'est plus physiquement présent. Les schémas énergétiques et les émotions qui ont causé la maladie sont toujours là et ont besoin d'être clarifiés et nettoyés.

Travailler avec l'œuf énergétique peut s'avérer utile pour prévenir l'affaissement d'autres organes, ce qui est susceptible d'arriver plus facilement, du fait de l'espace inoccupé que laisse l'ablation de l'Utérus. » Oui, se consacrer intensément au bien-être de notre Utérus, l'habiter avec une douce présence... et l'écouter encore et encore. J'ai entendu dire que c'est à la ménopause qu'il est le plus bavard...

Pour rétablir le féminin en nous et le libérer, il n'y a pas d'autre possibilité que de guérir notre Utérus. Nous relier à notre potentiel féminin... à notre énergie féminine, mieux nourrie par une sensation de bien-être que par une attitude de bien faire. Sentir qu'un bien être sensuel nous accompagne, quoi que nous fassions et sortir du « je dois », « Il Faut Que »...

## Si Je n'habite pas mon Utérus...

Je n'habite pas l'espace le plus beau, le plus subtil de moi-même. J'habite dans une seule pièce où je me sens à l'étroit parce que j'ai eu peur d'aller visiter mon royaume, de me perdre dans son immensité, peur d'être aveuglée par sa beauté, absorbée par sa présence, anéantie par sa puissance. Je dois faire le premier pas moi-même, porter à mon Utérus un regard bienveillant, le nourrir d'un amour sacré. Je ne peux pas demander à l'autre, mon partenaire, mon médecin... qu'il reconnaisse mon lieu de pouvoir, mon espace sacré à ma place.

L'Utérus n'a pas seulement pour fonction de mettre au monde des enfants. Reliées à cette énergie inépuisable de création, il nous offre la possibilité d'enfanter de projets, de les garder en gestation en nous pendant un temps, puis de les mener à terme. Ce qui sort de nous, de notre créativité, est chargé de cette force de vie. Et c'est bon, de créer du vivant. Cela rend vivante, présente à la vie qui nous ensemece lorsque nous nous offrons à elle.

C'est à nous, Femmes, de lâcher nos doutes, de redevenir prêtresses et de prendre pleinement notre place. Non pas en jouant des coudes, ou de nos sentiments, ou de notre sexe, mais en disant notre vérité de femme, en osant dire « je ne suis pas prête pour t'accueillir », en osant prendre la parole justement lorsque nous sommes vulnérables. C'est celle-ci, notre plus grande arme, la vulnérabilité, parce qu'à ce moment-là, nous sommes au plus proche de nous ; alors nous pouvons être au plus proche de l'autre, si terrifiant soit-il !

Chercher à comprendre le mystère, c'est comme ouvrir une clochette pour voir d'où vient ce tintement. Je crois que c'est ce que l'homme cherche à faire lorsqu'il est intrusif : il cherche à s'approcher du mystère. Ce lieu sacré est tellement bien fait qu'il est inviolable. Celui qui cherche à l'ouvrir ou à prendre, à dérober du nectar de féminité n'aura fait « que » déposer une mémoire... à nettoyer. Le Lieu ne peut s'ouvrir que du dedans, après que nous l'ayons apprivoisé pendant tout le temps dont il a besoin. Le brusquer, oublier de l'écouter, de le respecter, vouloir aller trop vite et hop ! la magie disparaît. Quand il s'ouvre, il révèle ses secrets et libère de cette substance de créativité par les rêves, les intuitions, des visions claires qui paraissaient sans solution.

## L'Utérus, Saint-Graal, Calice, Créateur...

Depuis la nuit des temps, de mère en fille, contient « Celle qui sait »... il est le premier cerveau des femmes et nous permet d'avoir accès au monde de l'énergie. Une de ses fonctions est d'amener vers l'intérieur, puis de l'intérieur vers l'extérieur. Il est une porte du visible vers l'invisible, un passage de l'invisible vers le visible. Il est ce chaudron magique qui transforme et donne vie.

Cultiver le mystère : instaurer du temps pour être avec soi. Écouter le tintement unique de notre Utérus. Ne pas chercher à comprendre, ni à observer de l'extérieur, et sentir, sentir qu'une partie nous échappe et nous échappera toujours... et nous approcher du mystère. Sentir son odeur, sa couleur, nous laisser nous envelopper dans cette énergie, dans cette magie, comme enivré par un parfum. Sentir ce que tout le corps secrète en réponse, les mémoires qu'il réveille, les voies subtiles qu'il empreinte pour créer de nouvelles mémoires.

Très subtil pouvoir que celui du parfum... en même temps insaisissable et omniprésent. Le parfum emprunte les voies respiratoires, puis se fond dans le sang et circule dans tout le corps. Dans les méridiens, il se mêle à l'énergie. Parfum entêtant du jasmin, acidulé d'une rose ancienne, sensuel de l'Ylang Ylang... L'odeur vous vient instantanément ? Si je projette Ylang ylang dans mon Utérus, c'est-à-dire que je crée un espace, comme un œuf, une bulle dans laquelle je laisse Ylang Ylang se développer, je laisse la matrice s'occuper de cette bulle : je la sens chaude, palpitante, une sensualité se diffuse dans tout mon corps... Je suis dedans cette bulle, je respire avec elle.

## Telle est la Destinée des Femmes :

Exhaler le parfum de l'Utérus et accueillir l'énergie, l'intuition, la perception, le rêve, l'idée, le nouveau, l'impensé... le créer, le mettre en gestation et l'offrir au monde.

Quand l'homme s'apprête à cesser de vouloir nous faire l'amour, quand il accepte de s'abandonner, de se laisser glisser dans le mystère du féminin, à nous d'être prête à ouvrir du dedans et, emportés par la fluidité, deux ne font plus qu'un... UN avec cette vie pétillante de beauté.

Au-delà du seuil des vieilles mémoires encombrantes, alourdissantes, surgissent des mémoires de femmes de pouvoir, des rencontres avec « Celle qui sait », celle qui réside dans le silence et manifeste sa présence dès que nous nous rendons disponibles. Comme le parfum, elle te rencontrera, te parlera, t'enveloppera. Et ta relation avec elle aura un parfum unique. Son essence échappe aux mots. Voyage en toi, rencontre ton lieu de pouvoir, explore-le, hume son parfum et exhale-le...

**Karine Nivon**

