


 Myriam
 Beaugendre

© MAMA ÉDITIONS

LE FÉMININ SACRÉ EN OCCIDENT

rencontre avec les femmes chamanes

par Audrey Fella

Au cours d'une cérémonie chamanique, l'auteure contacte la puissance de son féminin – mélange de fragilité et de force. Elle part à la rencontre de femmes initiées et partage leurs rituels pour faire l'expérience du féminin sacré, un « joli concept » qui finit par s'incarner, et concerne aussi les hommes.

« Si tu ne vas pas dans les bois, jamais rien n'arrivera, jamais ta vie ne commencera. Va dans les bois, va », nous dit la psychanalyste et conteuse Clarissa Pinkola Estés dans son célèbre livre *Femmes qui courent avec les loups*¹. C'est ce que j'ai fait en allant au Festival du chamanisme, à Genac, en avril 2018. Après avoir écrit sur les femmes mystiques, j'ai eu à cœur d'approfondir la spiritualité des femmes chez les peuples premiers, qui privilégie le corps sur le mental, l'intuition sur la raison. Une spiritualité qui invite à sentir avant de penser.

ÉPREUVES & BLESSURES

Me voilà donc assise dans un tipi à même la terre, à côté d'autres femmes. Nous sommes tournées vers Loumitea, la femme-médecine d'origine algonquienne, qui est au centre du cercle. Elle tient une roue de vie, sur laquelle elle pose une autre roue divisée en périodes de treize ans, qui correspondent aux diverses étapes de la vie de la femme : de la naissance à treize ans, où viennent ses premières règles ou lunes, de treize à vingt-six ans, où elle déploie son énergie pour faire un bébé, de vingt-six à trente-neuf ans, où elle est absorbée par la « maternité », qu'il s'agisse d'un enfant ou d'un autre projet, de trente-neuf à cinquante-deux ans, où elle entre avec la ménopause dans une nouvelle étape spirituelle, etc. Pour chaque période, nous sommes invitées à nous remémorer nos épreuves et nos blessures. Mes souvenirs remontent lentement... Je repense soudain au moment où mes règles sont apparues pour la première fois : je suis à l'école et j'éprouve une certaine gêne ; et lorsque j'en parle à ma mère, je suis

bien embarrassée ! Je recontacte également des sentiments de tristesse et de colère, liées à d'anciennes relations amicales et amoureuses. La période entre trente-neuf et cinquante-deux ans, où je me trouve, est plus légère : je me sens en partie libérée de ces blessures. En même temps, je suis très émue par la souffrance des autres femmes. Je les soutiens intérieurement, ressentant une grande compassion pour elles. Car, malgré nos chemins individuels, nous partageons toutes un destin commun. Des images douloureuses me viennent : maltraitance, viol, impuissance, désespoir, etc. Elles m'habitent étrangement, sans m'appartenir pour autant. Puis Loumitea nous demande de dire à haute voix toutes les qualités qui nous ont aidées à traverser ces épreuves : « Joyeuse, libre, aimante, souriante, intelligente, belle, généreuse, drôle, forte, douce, sensible, courageuse... » Les mots fusent dans le tipi, comme autant de baumes sur nos plaies. À travers ce rituel, nous recontactons notre pouvoir de guérison et de création. Puis nous nous relient à la Terre Mère, notre origine à toutes et à tous.

PUISSANCE DU FÉMININ

Quelques jours plus tard, je repense avec émotion à cette cérémonie où je me suis reliée à moi-même, aux autres et à la nature ; où j'ai contacté la puissance de mon féminin, qui est un mélange de fragilité et de force – consciente de tout le travail restant à faire sur moi pour épanouir mon pouvoir créateur. Ce « pouvoir » devant être compris comme « capacité à » et non comme « pouvoir sur ». Mes nuits sont remplies de rêves en rapport avec mes blessures qui ont encore besoin d'être

1. Le Livre de Poche, 2001.



Lorenza Garcia

pensées et guéries. Je réalise également à quel point les femmes sont conditionnées tout au long de leur vie, dès leurs premiers saignements. Dans notre société marquée par la culture juéo-chrétienne, l'arrivée des règles est souvent cachée et honteuse. Les femmes sont parfois même considérées comme impures. La culture moderne ne leur fait pas de cadeau non plus, leur imposant de poursuivre leurs activités quotidiennes, plutôt que de se poser et de s'écouter. Ce qui ne les aide pas à se sentir fières de leur don de création. À l'inverse, la plupart des sociétés amérindiennes traditionnelles accompagnent rituellement les jeunes filles lors de l'arri-

ivée de leurs lunes. Elles célèbrent et valorisent cet état où leurs visions ont une signification spéciale pour la communauté. Et ce jusqu'à la ménopause, où elles entrent dans une autre étape bénéfique de leur vie. Autre prise de conscience : nous avons appris à nous détacher de la Terre Mère et de la nature pour honorer un Dieu masculin.

FEMME SAUVAGE

Les femmes occidentales ont été modelées par le patriarcat. Ma génération, pourtant libérée par nos mères dans les années 1970, a intégré d'une certaine façon ses nombreux conditionnements dans les sphères sociale, politique et spirituelle. D'un côté, les femmes obéissent encore à d'anciens schémas profondément ancrés en elles, elles subissent par habitude les rôles et les fonctions qui leur ont été assignés depuis longtemps : se marier, avoir des enfants, assumer les tâches domestiques, etc. S'ils sont nobles quand ils sont issus d'un choix libre et conscientisé, ces rôles sont limitants quand ce n'est pas le cas. De l'autre, elles rejettent leur nature féminine, négligeant voire méprisant leur utérus et leurs règles. Elles ont même intégré les comportements que leur impose la vie moderne, où cette spécificité n'a pas de place : la performance, la productivité et la compétitivité. Ainsi renient-elles la « femme sauvage² » spirituelle, cyclique et sage, qui vit en elles. En ce sens, le mouvement féministe a eu du bon. Se battre pour l'accès à l'éducation, le droit de vote, l'accès à la pilule, le droit à l'avortement, l'égalité des salaires, etc., désobéir et s'arracher aux limites qui leur ont été imposées a été et est encore plus que nécessaire pour les femmes. L'erreur féministe serait néanmoins d'avoir perdu en

2. Ce concept est de Clarissa Pinkola Estés.

3. *Ma Vie sur la route. Mémoires d'une icône féministe*, Harper Collins, 2019.

chemin ce qu'elles avaient de plus spirituel en elles et de rester bloquées dans cette révolte, au nom d'une égalité et d'une liberté matérielle. Qu'il s'agisse des règles, de la sexualité, de la grossesse, de l'accouchement, de la maternité et de la ménopause, rares sont les femmes qui sentent la Déesse en action à travers elles à ces occasions ; très peu reconnaissent le caractère sacré de ces événements. Tandis que les femmes occidentales évoluent dans un monde désacralisé et déritualisé, les Amérindiennes sont considérées comme des médiatrices entre les mondes visible et invisible, et des initiatrices. Gardiennes de la sagesse de leur peuple, elles en assurent la transmission. Elles sont donc consultées et écoutées pour chaque décision importante concernant la communauté. À ce titre, elles ont été de vrais modèles pour les féministes américaines comme Gloria Steinem³. En Europe, cette tradition féminine a été confisquée. Les guérisseuses, les druidesses et les prêtresses païennes ont été traitées de sorcières, persécutées et brûlées – les religions ne les ayant pas aidées avec les figures négatives d'Ève et de Lilith, et « positive » de la Vierge Marie.

À L'ÉCOUTE DE L'INTÉRIORITÉ

Cela explique en partie le succès en Occident du chamanisme au féminin qui, plus que nous guérir, nous invite à nous initier et à devenir Femme ; à recontacter cette énergie sacrée qui est bloquée et à la déployer dans notre vie. Lors de mon enquête parmi les femmes chamanes et les femmes-médecine, j'ai rencontré Maud Séjournant, Claire Barré, Lorenza Garcia, Myriam Beaugendre, Brigitte Pietrzak et Sandra Ingerman. J'ai partagé avec elles un voyage chamanique, un stage de chant et de peinture de sable inspiré des Navajo, une diète de rose selon les principes du chamanisme amazonien, une hutte de sudation lakota et un rituel mongol. Autant de pratiques qui m'ont conduite à faire l'expérience du féminin sacré, en m'ouvrant à une conscience plus grande que moi. Longtemps attirée par celui-ci, le féminin sacré est d'abord resté un joli concept dans ma tête, avant de s'incarner dans mon corps. Ne concernant pas que les femmes mais aussi les hommes, il nous invite à plonger en nous-même et à nous mettre à l'écoute de notre intériorité. À patienter quand nos pensées défilent sans cesse dans notre mental pour capter entre elles un silence subtil... où peut se dévoiler notre être, le soi, une présence intérieure, cette part sacrée et divine en nous – que l'on peut appeler la Déesse pour les femmes. À partir de là, on peut entendre la voix de cette conscience plus grande et agir en conséquence. L'être est du côté du féminin et le faire du côté du masculin, nous dit Sandra Ingerman. Une fois que l'on est, on peut faire. Voilà ce qui définit notre pouvoir de création, cette alliance du féminin et du masculin dans une dynamique infinie, qui fait la vie. Il va sans dire que



Brigitte Pietrzak

lorsqu'on se pose, on contacte aussi nos blessures qui ont besoin d'être conscientisées et transformées. Ainsi le féminin sacré est-il une énergie de création, de guérison et de transformation tout à la fois. En nous reliant à cette conscience immense, en aidant le vivant à nous renouveler, il nous permet d'intégrer une nouvelle manière d'être et de vivre, plus libre et plus aimante envers nous-mêmes et les autres.

CREUSET DES RÊVES ET DES VISIONS

C'est ce qu'enseigne Carol Anpo Wi, qui a été initiée par le Conseil des Anciennes des Treize Lunes⁴. Pour elle, ce temps de silence est essentiel afin d'avoir accès à son féminin profond. Car c'est dans l'écoute de sa voix intérieure que la femme peut percevoir sa vérité, qui vient de l'Orenda, « l'essence spirituelle ou l'Éternelle Flamme d'Amour », que le Grand Esprit a placé en toute chose. Les Cherokee parlent d'entrer en *tiyoweh*, ce qui signifie « entrer en silence » ou « tranquillité, immobilité ». Cet état permet à la femme de se connecter à ses rêves profonds et à la source, à partir de son utérus. Surtout pendant le temps des règles, où l'accès à cet autre monde est facilité. L'utérus, qui est relié à la sagesse de la Terre Mère et au mystère de la vie, est le creuset où naissent les rêves et les visions. C'est en lui que la femme peut trouver sa mission de vie. Les Anciennes l'appellent la « loge du rêve où naît la lumière ». Étant une éponge des mémoires individuelles et collectives, il a d'abord besoin d'être nettoyé et resacralisé. Ensuite, les femmes peuvent contacter dans leurs rêves « les graines » du monde à venir et leur donner vie avec l'aide des hommes, qui sont indispensables pour les faire grandir et les rendre viables pour les générations futures.

Aujourd'hui, beaucoup de femmes s'organisent et se réunissent lors de cercles chamaniques, de stages et d'ateliers inspirés par de nombreuses traditions, pour réveiller leur féminin sacré, qui est un facteur de changement. Elles aspirent à guérir leur féminin blessé, en recontactant cette force de vie intérieure qui leur permet d'être et de créer matériellement et spirituellement ; à réveiller leur puissance et à délivrer leur sagesse aux autres. Car l'enjeu est beaucoup plus grand qu'elles. Aussi, lorsqu'elles arriveront à un certain nombre de cercles, l'énergie cumulée de leur sororité sera assez grande pour provoquer un saut quantique qui changera le monde,

4. Cet enseignement est décrit par Jamie Sams, une femme-médecine cherokee et seneca, dans *Les 13 Mères originelles* (Éditions Véga, 2011).



Sandra Ingerman

prophétise le psychiatre et analyste Jean Shinoda Bolen. Plus les femmes s'éveillent à leur féminin, plus elles développent et manifestent leurs dons et leurs qualités propres, et les valeurs de compassion, de paix, de solidarité, d'entraide...

Idem pour les hommes, dont beaucoup souffrent également d'occuper des rôles et des fonctions survalorisant le goût du pouvoir et l'esprit de conquête, qui ne leur correspondent plus. Eux aussi ont besoin de s'ouvrir à une manière d'être plus sensible pour accueillir cette force agissante et aimante. C'est ainsi, à partir de leur être respectif et de leur plénitude intérieure, que les femmes et les hommes peuvent s'allier et créer une relation basée sur le partenariat. Et dans ce modèle de société plus harmonieux, fondé sur l'égalité, la complémentarité et le partage, ils et elles peuvent s'accomplir et faire évoluer toute l'humanité ●



À lire : FEMMES CHAMANES, RENCONTRES INITIATIQUES Audrey Fella Mama Éditions, 2020