

Camille Sfez

Préface de Monique Grande

LA PUissance DU féminin



libre, sereine et sacrée :
renouez avec vos forces profondes

Vous faites partie de celles qui aspirent à plus de sens, à plus d'authenticité ou à une vie plus naturelle ? Vous vous interrogez sur votre contribution au monde ? Ces envies cachent souvent un besoin de **renouer avec votre puissance féminine profonde**.

Un peu partout sur la planète, des femmes se rassemblent au sein de cercles de parole pour cheminer avec authenticité vers l'expression de leur plein potentiel. Ces femmes ne se pensent pas en opposition aux hommes et en sont encore moins les victimes. Elles veulent reprendre leurs pouvoirs et trouver leur place dans la société, portées par le lien qui les unit. **L'enjeu ? Se changer pour transformer le monde.**

Découvrez ce merveilleux chemin de transformation intérieure :

- **Apprenez à faire la paix avec votre corps de femme** : le cycle menstruel marque les âges de la femme, et rappelle la magie de la Nature.
- **Révélez votre féminin profond grâce à des rituels** : loin de vos rôles professionnel, de mère ou d'épouse, retrouvez du temps pour nourrir votre âme et votre identité féminine, au quotidien.
- **Renouez avec votre puissance « sauvage »**, cette femme non lissée par la société qui se dévoile et se rassemble avec d'autres dans les tentes rouges ou les cercles de femmes.

**Cet ouvrage est la clé pour ouvrir la conscience
vers le « féminin sacré »,
réconciliant l'âme, le cœur et l'esprit**

Avec les témoignages de Carol Anpo Wi, Lise Coté, Delphine Lhuillier, Marisa Ortolan, Alisa Starkweather, Maïtïe Trelaün.



Psychologue clinicienne et formatrice, **Camille Sfez** accompagne les femmes en individuel et en groupe pour favoriser l'émergence d'une nouvelle conscience de soi en tant que femme, pour un rayonnement juste et complémentaire du masculin.

Préface de **Monique Grande**, auteure du jeu *Féminitude : une exploration des mystères de votre être intérieur* (Le Souffle d'Or).

ISBN 979-10-285-0960-6



9 791028 509606

18 euros
PRIX TTC FRANCE

L E D U C . S
P R A T I Q U E

design : Guylaine Moi
illustration : Clémentine du Pontavice
RAYON : DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS!

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez chaque mois :

- des conseils inédits pour vous sentir bien ;
- des interviews et des vidéos exclusives ;
- des avant-premières, des bonus et des jeux!

Rendez-vous sur la page :

<https://tinyurl.com/newsletterleduc>

Découvrez aussi notre catalogue complet en ligne sur notre site : **www.editionsleduc.com**

Enfin, retrouvez toute notre actualité sur notre blog et sur les réseaux sociaux.



Conseil éditorial : Pascale Senk

Édition : Manuella Guillot

Correction : Clémentine Sanchez

Maquette : Évelyne Nobre

Illustrations : Amélie Patin

© 2018 Leduc.s Éditions

29, boulevard Raspail

75007 Paris – France

E-mail : info@editionsleduc.com

ISBN : 979-10-285-0960-6

Camille Sfez

Préface Monique Grande

LA PUÏSSANCE DU féminin



Sommaire

LÉGENDE DES PICTOGRAMMES	7
PRÉFACE.....	9
AVANT-PROPOS : MON PREMIER CERCLE DE FEMMES	13
INTRODUCTION : LE FÉMININ SACRÉ.....	19
PARTIE 1 : RENOUER AVEC LES RICHESSES DE SON CORPS FÉMININ	49
Chapitre 1 - Accepter son corps féminin	51
Chapitre 2 - Renouer avec sa nature cyclique	73
Chapitre 3 - Célébrer les transformations de son corps féminin.....	93
PARTIE 2 : CONTACTER SON FÉMININ PROFOND.....	109
Chapitre 1 - Manifester la puissance de son féminin.....	111
Chapitre 2 - Ralentir pour entendre son féminin.....	123
Chapitre 3 - Cheminer vers une sexualité sacrée.....	139
Chapitre 4 - Entreprendre le voyage pour être mère	161

PARTIE 3 : COMBINER FÉMININ ET SPIRITUALITÉ	
AU QUOTIDIEN.....	185
Chapitre 1 - S'ouvrir à la magie de sa puissance créatrice	187
Chapitre 2 - Découvrir les cercles de femmes.....	199
Chapitre 3 - Rejoindre le mouvement des Tentes rouges	217
CONCLUSION : GARDER SON CŒUR OUVERT.....	231
Liste des rituels proposés.....	235
INDEX	237
POUR ALLER PLUS LOIN.....	239
REMERCIEMENTS.....	249
TABLE DES MATIÈRES.....	251

Légende des pictogrammes



Témoignage d'une participante à un cercle de femmes



Interview d'une femme inspirante



Rituel de mise en pratique



Notion clef pour aller plus loin

*« La rencontre avec le féminin ne procède pas
de l'acquisition d'un savoir.
C'est la rencontre avec le mystère des choses. »*

Annick de Souzenelle ¹

1. *Le Féminin de l'être*, Annick de Souzenelle, Albin Michel, 1997.

Préface

Par Monique Grande

auteure du jeu *Féminitude : une exploration des mystères de votre être intérieur*, Le Souffle d'Or

Voici un livre qui ose parler d'une énergie à la fois convoitée et diabolisée : la puissance féminine. Placés côte à côte, ces deux mots tabous feraient presque peur ! Pourtant, tout au fond d'elles, de nombreuses femmes souhaitent incarner une féminité plus ardente et plus vraie. Mais de quelle féminité et de quelle puissance parlons-nous ?

L'ouvrage est le témoignage de la véritable quête des femmes, souvent prises au piège entre des attitudes guerrières (faussement prises pour de la puissance) et des comportements de victimisation (assimilés au contraire à un déficit de puissance). En transcrivant les expériences vécues par des femmes au sein de groupes de parole, Camille Sfez explore avec justesse les trois antres de la féminité : la marmite tumultueuse de notre ventre, le creuset mystérieux de notre psyché et la coupe dorée de notre vie spirituelle. Elle raconte ici comment elle a elle-même cherché à embrasser son rêve de féminité authentique.

Voyez comme une femme connectée aux rythmes de la lune peut être prise pour une sorcière ! Voyez comme son lien avec l'invisible est méconnu ! On a brûlé les mystiques, on a rangé

les femmes dans des existences bien immobiles et bien lisses. Aujourd'hui, les femmes se réveillent et aspirent à être actives certes, mais sans s'éloigner de leur féminin. Mieux se connaître et s'aimer davantage s'avère incontournable pour elles. C'est sur cette assise que les propos de l'auteure jouent en contrepoint. Camille Sfez nous invite à mieux respecter notre corps et à mieux connaître notre cycle féminin. Elle nous interpelle sur notre capacité à côtoyer notre monde intérieur de manière quasi charnelle et amicale, pour mieux ralentir, s'écouter et s'aimer. Elle associe à la féminité la notion de profondeur contactée à travers l'expérience de la sororité, d'une sexualité sacrée avec les hommes et de l'ouverture du cœur. La conclusion de l'auteure vient caresser notre âme de femme en nous rappelant à notre force douce, expression même de notre puissance féminine.

Derrière le propos de Camille se dessinent en filigrane deux questions fondamentales :

- La puissance des femmes est-elle si dangereuse et la beauté du féminin si terrible ?

- Sommes-nous réellement, nous, les femmes, interdites de puissance ou bien la censurons-nous nous-mêmes de manière inconsciente ?

Les réponses sont évidemment multiples. L'auteure éclaire le sujet à sa manière, hésitant parfois entre le « je » et le « nous », exposant cependant les vraies interrogations des femmes, leurs besoins et leurs tâtonnements pour parvenir à exister au-delà des conditionnements sociaux. Elle enrichit son propos de référentiels clairs comme des témoignages de femmes, des interviews de professionnelles averties, des rituels inspirants et plusieurs notions indispensables à notre évolution.

Quelle femme peut se vanter de ne pas avoir frôlé, dans des moments clés de son existence, cette recherche d'équilibre entre

affirmation et douceur, entre force et fragilité, pour finalement se poser cette question essentielle : « Pourquoi je ne suis pas moi ? » ? Oui, pourquoi les femmes éprouvent-elles tant de difficulté à croire en leurs talents, à exprimer leurs convictions, à incarner réellement qui elles sont ? Nous ne disposons, nous, les femmes contemporaines, d'aucune trace pour trouver notre chemin. Seules trois figures de femmes influentes semblent s'activer implicitement dans notre inconscient : Ève avec son irréparable péché de chair, Marie-Madeleine, la prostituée rabaissée, et Marie, qui enfante en restant vierge et pure. Maigres modèles pour toutes les femmes qui assument aujourd'hui avec dynamisme leur carrière, leur couple et leurs enfants tout en rêvant en secret d'une connexion encore plus intense avec leur vie intérieure.

Car il s'agit bien de cela, et ce livre le démontre. La puissance féminine passe par l'intériorité, la réceptivité et la sensibilité. La femme puissante est avant tout femme de cœur, et cela n'a rien à voir avec un classement des femmes les plus puissantes du monde fondé sur leur fortune, leur diplôme et leur notoriété. Le monde actuel regorge d'amazones indomptables encore marquées par le sceau du féminisme, de femmes inspirées mais frileuses à l'idée de s'affirmer ; cependant, il manque cruellement de femmes suffisamment confiantes, rayonnantes et créatrices pour impulser plus de sagesse et de paix.

Ce livre nous invite à dépasser notre peur d'être prises pour des prétentieuses chaque fois que nous conjugurons le verbe « oser » à la première personne. Le risque est bien présent, mais l'envie demeure et le désir a le droit d'être un peu fou ! Envers et contre tout, La Créatrice, La Donnante, La Voluptueuse et la Femme Sage dansent en nous. Les ressources sont belles et bien là. Au sein des cercles de femmes comme dans les Tentes rouges, les femmes s'écoutent et se soutiennent. Les cœurs s'ouvrent. Les corps se délient. Les âmes deviennent légères. Vient ensuite

l'heure de la mise en monde. À la fois enracinées dans la sagesse du corps et soucieuses d'incarner leur force d'amour, les femmes prennent leur envol. Et lorsque l'énergie féminine se déploie, elle dépasse la hiérarchie et se développe de manière résiliaire. Le pouvoir venu d'en haut disparaît au profit d'un centre diffusant son incandescence. Le féminin devient l'eau qui purifie, la rivière qui nourrit, le fleuve qui circule et rejoint le grand tout.

Il y a quelque chose de captivant et de rassurant dans cette approche de la puissance féminine, et j'aime à penser que Camille Sfez veut nous montrer comment faire de notre féminité une alliée fidèle. Sans doute veut-elle aussi nous dévoiler combien le monde est orphelin du féminin et combien l'ère du féminin-masculin frissonne d'un nouveau souffle. Après le temps du matriarcat avec le culte des grandes déesses mères, après des siècles de patriarcat où s'est imposé un dieu unique au visage masculin, la période actuelle se démarque par une recherche de stabilité entre féminin et masculin. L'énergie masculine, dédiée dans son essence à la propagation et au rayonnement des énergies féminines, pousse chacun(e) de nous à réfléchir, guérir et se transformer pour rejoindre la voie de l'unité.

Comment ne pas suivre l'auteure dans cet apprivoisement de l'énergie féminine qui signe les prémisses d'une humanité plus souriante? Entrez à votre tour dans ces quelques pages comme dans les dédales d'un labyrinthe. Osez vous perdre et vous retrouver au contact de votre force douce, de votre plénitude et de votre sagesse de femme. Suivez cette invitation à tisser l'or de votre puissance pour en faire un nid douillet, propice à d'insoupçonnables éclosions.

Avant-propos

Mon premier cercle de femmes

Quand j'ai rouvert les yeux, je me trouvais dans un temple. Dans la pénombre, avec une vingtaine d'autres femmes de tous âges, nous étions en cercle, chacune une bougie à la main. Elles étaient allumées une à une par des sortes de prêtresses portant des signes d'appartenance à une même tribu. J'étais alors curieuse et intriguée, et je sentais confusément l'envie de porter moi aussi ces perles, tissus, plumes qui témoigneraient de mon initiation.

Lorsque la pénombre s'est dissipée, un chant est venu remplir la pièce, un chant d'appel à toutes les femmes du monde à se souvenir. Quelle mémoire était supposée ressurgir ? Parlaient-elles de l'enfance, d'un passé mythique ou bien d'autre chose ? Je sentais simplement que quelque chose poussait en moi, comme une évidence ou une vérité

dont on aurait oublié de me parler et qui m'était alors révélée. Tout autour de nous, la pièce avait été décorée avec des tissus, des fleurs, des coussins. Les odeurs de sauge remplissaient l'air, tout était fait pour que nous nous sentions accueillies et que nous ayons envie de nous poser, les armes et les fardeaux avec. Je me sentais dans une sorte de cocon hors du temps, comme au centre de la Terre.

Ce qui m'a le plus touchée, c'est le regard de ces femmes qui semblaient voir toutes nos richesses, notre force, notre fragilité. Que savaient-elles ? Par où étaient-elles passées pour comprendre si justement ce qu'est être une femme puissante ? Avec quelle profondeur étaient-elles entrées en contact à l'intérieur d'elles-mêmes ? Je voyais aussi la complicité avec laquelle elles nous entouraient, et cela réveillait mon désir de relations simples, confiantes, stimulantes, avec d'autres femmes, loin des compétitions que je connaissais.

Lorsque le chant s'est arrêté, une femme au sourire de louve et aux cheveux gris a pris la parole. « *Le temps est venu, les femmes sont prêtes. Prêtes pour créer des espaces où honorer nos chemins, écouter les anciennes et accueillir les jeunes filles. Nous avons soif de ces espaces pour être pleinement nous-mêmes, nous révéler, retrouver notre puissance. Qui sait où cela nous mènera ?* » Le temps a passé, j'accueille à mon tour des femmes dans des cercles. Ce qui m'étonne toujours chez celles qui viennent pour la première fois, c'est cette intuition qu'elles cherchent à « se souvenir ». Comme si un mécanisme d'oubli était intervenu à un moment de l'Histoire et qu'une transmission s'était coupée. Au tréfonds d'elles-mêmes, une voix leur souffle qu'un voile s'est posé sur leur

vraie nature et qu'il est temps de le lever. Est-ce un appel à révéler le meilleur de qui elles sont ?

Une histoire est en train de s'écrire, celle d'un féminisme d'un nouveau genre, émergeant un peu partout sur la planète : des femmes se rassemblent pour cheminer vers l'expression de leur plein potentiel, avec authenticité et dans le respect des autres. Elles ne se pensent pas en opposition aux hommes, en sont encore moins leurs victimes. Elles reprennent leur pouvoir, celui d'une communication juste, du choix de leur place dans la société, du soin qu'elles apportent à leur corps et à la planète avec la conscience d'être reliées aux autres. Elles pacifient leurs conflits intérieurs, et c'est là le plus grand enjeu : ces femmes savent que ce n'est qu'en se changeant elles-mêmes qu'elles transformeront le monde, alors elles œuvrent pour mettre fin aux tensions qu'elles portent. Elles veulent pouvoir être à la fois fortes et vulnérables, se construire en alliance avec l'autre sexe et avec le leur, et perçoivent qu'en restaurant leur équilibre intérieur elles guérissent toutes les générations.



« J'ai l'impression d'avoir toujours joué à être une femme »

Maud², 36 ans, vient pour la première fois dans un cercle de femmes : « Qu'est-ce que c'est, mon féminin ? Un thérapeute m'a posé la question et je ne savais pas quoi lui répondre. J'ai l'impression d'avoir toujours joué à être une femme, en collant à des images toutes faites. »



2. Tous les témoignages ont été entendus dans un cercle de femmes, les prénoms ont été modifiés.

Là, j'ai 36 ans, la question de la maternité commence à se poser. » Elle se tait quelques instants. « Je viens ici pour essayer de comprendre ce que ça veut dire, et aussi voir comment vous faites. J'ai toujours eu un peu peur d'être entre femmes, je vais avoir besoin de votre aide. »

La spécificité de ce mouvement est que la question de l'identité féminine est la porte d'entrée vers une transformation intérieure. Ces femmes se rassemblent pour mieux se connaître, retrouver des sagesse anciennes et des connaissances spécifiquement féminines, et initier les changements profonds dont notre monde a besoin.

On ne l'entend qu'à demi-mot encore, et pourtant je la vois comme un énorme raz-de-marée. Cette histoire incroyable et simple mérite d'être relayée par tous. J'écris pour que les femmes y aient accès et que l'appel pour ce chemin et « celui des cercles » se fasse sentir de manière globale. Ces espaces sont les creusets où des transformations à la fois individuelles et collectives peuvent avoir lieu en même temps.

Vous vous demandez peut-être quels sont les bénéfices à aller à la rencontre de votre féminin ou à entrer dans un cercle. Pour certaines, cette quête amène une évolution dans un domaine particulier, sur le plan de la sexualité ou de la confiance en soi par exemple. Il y a celles que cela intrigue sans pour autant faire le premier pas, ou qui essayent et n'y trouvent pas leur compte, faute d'être prêtes ou de rencontrer

celles avec qui cheminer. D'autres enfin témoignent que cet éveil à leur féminin s'est accompagné d'un changement de vie, de travail ou de foyer. C'est toujours un chemin d'ouverture de conscience, qui se fait d'abord là où il est le plus urgent de comprendre et d'apaiser, puis par ricochet sur notre être dans son ensemble.

J'écris pour témoigner de ces infinies façons de s'interroger, autant que de marcheuses que j'ai rencontrées ces dix dernières années dont les pas ont souvent résonné avec les miens. Je crois au pouvoir des histoires qui servent d'inspiration, lorsque la parole devient une médecine. Une personne raconte un morceau de son vécu, en partage les émotions et les détails qui l'ont touchée, et ainsi nous accédons à l'universalité d'un témoignage individuel. C'est exactement de cette manière que fonctionnent les cercles de femmes : en se fondant sur des vécus uniques qui réveillent les histoires de chacune. Car nous sommes toutes reliées.

Introduction

Le féminin sacré

Écoutez bien l'histoire de celles qui suivent la voie de la profonde féminité. L'éveil des femmes à leur nature profonde passe par la découverte du corps et de ses richesses, par l'attention portée à leurs rythmes et au besoin de ralentir, par une soif de sacré et de sens. Elles cherchent la voie juste pour équilibrer leur vie et manifester leurs valeurs en étant simplement à la bonne place. C'est là que cette histoire concerne aussi les hommes, puisqu'elles délaissent petit à petit les territoires qu'elles voulaient leur conquérir pour faire les choses à leur manière. Les amazones en ont assez de chasser sur ces terres du masculin, certaines déposent les armes pour laisser place à la paix entre les sexes.



« Je ne veux plus me battre »

Lila, 32 ans, d'origine colombienne : « J'ai toujours été une guerrière, forte comme un homme, mais je ne veux plus me battre. Tout ce que j'ai construit dans ma vie, c'était en réaction à ce que je n'avais pas eu. Ma mère ne m'aimait pas, et moi j'ai une belle relation avec ma fille. Je vis une relation de couple équilibrée, loin des schémas que je voyais petite. Même mon métier, je l'ai choisi, inventé, je fais vraiment ce que je veux. Mais c'est toujours la colère qui m'a poussée à faire tout ça, et là je suis fatiguée. Je voudrais juste vivre ma vie en paix. »

Les filles des amazones

En retrouvant des manières d'être différentes, plus confiantes, ces femmes commencent à occuper une autre place dans la société, à valoriser autre chose. Elles ont conscience de sortir de l'héritage du patriarcat, pour le bien de la société dans son ensemble, des enfants, de la nature et de tout ce qui vit. En trouvant cet équilibre, elles permettent à ceux qui les entourent de se positionner différemment et ainsi, une femme après l'autre, transforment le monde.

Un nouveau féminisme

Lorsque je dis que j'anime des cercles de femmes, le premier mot qui arrive dans la conversation est celui de féministe. Comme un tabou, à moitié chuchoté, mon interlocuteur

veut souvent s'assurer que je ne suis pas une furie prête à brandir l'étendard de la fin de l'oppression millénaire des hommes sur les femmes. J'ai l'air posée et réfléchie, comment pourrais-je encore questionner ces inégalités ? Est-ce que je suis pour ou contre les quotas en entreprise ? Est-ce que je crois vraiment que les couples doivent se répartir équitablement les tâches ménagères ?

Je n'aime pas les vérités générales, j'aime les histoires de vie où toutes nos contradictions sont révélées, car c'est au cœur de celles-ci que nous échappons aux stéréotypes et que nous trouvons notre liberté. Les femmes aujourd'hui la cherchent et l'écrivent à chaque fois qu'elles écoutent leur intuition pour faire un choix, qu'elles osent faire différemment que le mois précédent ou que ce que leur entourage attend d'elles. Cette liberté m'intéresse, car en la manifestant chaque jour, les femmes s'autorisent une vie plus pleine et plus riche qu'en restant dans les dichotomies : soit douce, soit amazone ; soit femme, soit mère ; aimant sa vie professionnelle ou ses enfants. Heureusement, nous sommes plus complexes que cela.

Un jour, un homme m'a ouvert les yeux en me disant : « On a fait croire aux femmes que le combat était celui de l'égalité, alors que nous ne sommes pas égaux. » Cette phrase m'a d'abord fait bondir, avant que j'entende derrière les mots. Non, l'égalité n'est ni une vérité biologique, ni aujourd'hui encore une vérité sociale. Heureusement, en France, grâce au combat de plusieurs générations, les femmes peuvent la plupart du temps prétendre aux mêmes droits que les hommes, pas encore aux mêmes salaires ni toujours au

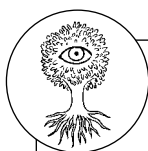
même respect. Il reste du chemin à faire pour établir une équité totale entre les sexes, et cesser de croire que nous sommes les mêmes me paraît nécessaire.

Nous portons le poids de 10 000 ans d'histoire dont est chargé l'inconscient collectif, valorisant de manière systématique les hommes et les valeurs du masculin. Même si beaucoup de ces valeurs arrivent à bout de souffle, penser s'en détacher facilement est un leurre. Je crois plutôt à la force de plonger dans cet inconscient, de comprendre notre identité en lien avec ses dichotomies pour rétablir l'équilibre chaque fois qu'il y a eu un excès ou un manque dans notre héritage familial ou collectif. Cette pacification-là est essentielle, lorsque nous harmonisons les polarités masculines et féminines à l'intérieur de nous. Commencez à vous poser ces questions : *« Quelle liberté avaient les femmes de vos lignées, votre mère, vos grands-mères ? Comment les hommes de votre famille se comportaient-ils avec elles ? Qu'est-ce qui se répète ou se rejoue avec vous, et qu'est-ce qui est différent ? »* Les réponses à ces questions vous parlent de votre héritage et on ne peut pas renouer avec son féminin sans l'interroger et le comprendre. Plus tard viendra le temps de pacifier et de pardonner.

La féminité n'est pas le féminin

Ce livre parle de féminité, l'ensemble des caractères psychologiques, anatomiques ou physiologiques propres aux femmes. Pourtant, il ne parle pas des accessoires qu'on lui associe parfois et cherche encore moins à enfermer ce genre dans un certain type de comportement. Retrouver

notre liberté en tant que femmes passe par la manière dont on se construit, dans une société qui est encore en grande majorité dirigée par des hommes. Tout notre cadre de vie, du plan des rues aux institutions en passant par la majeure partie du monde économique, est le résultat de la créativité et des choix faits par la moitié de l'humanité. N'est-ce pas vertigineux d'imaginer un monde où ces mêmes décisions auraient été prises, depuis plus de 10 000 ans, par l'alliance des hommes et des femmes ?



Le yin et le yang

Au contraire de la féminité, le féminin n'est pas le propre d'un genre mais est une polarité à l'intérieur de chaque être humain. Nous sommes constitués d'une partie masculine et d'une partie féminine. Le symbole bien connu du tao illustre cet équilibre du yin et du yang. Le féminin est donc cette polarité yin que nous portons tous. Dans la conception taoïste, il signifie « le côté ombragé de la montagne » et se rapproche du froid, de l'eau, de l'obscurité et de la passivité, alors que le yang veut dire « le côté ensoleillé de la montagne » et parle du chaud, du feu et de l'action. Les deux polarités sont indissociables, n'existant qu'en interrelation. Elles sont présentes à chaque instant à l'intérieur de nous et dans d'égales proportions. Dans la représentation graphique du tao, une pointe de yang se trouve dans le yin et inversement, comme si chaque polarité portait en elle le germe de sa transformation.

Comme tout ce qui est vivant, les hommes et les femmes ont un côté yin, féminin, et doivent apprendre à l'exprimer en complémentarité de leur côté yang, masculin. Pour accéder à notre aspect féminin, nous devons entrer dans une écoute subtile de ce que nous sommes, dans un état de tranquillité intérieure, d'ordre méditatif et passif. Comme le côté obscur de la montagne, le féminin profond est cette terre noire, cette obscurité complète d'où tout émerge. Tout ce qui est manifesté vient de cette nuit, avant que la lumière ne soit séparée des ténèbres. Les deux sexes ont beaucoup à apprendre de cette polarité, qui est souvent négligée dans les valeurs de performance, de rapidité et d'agitation qui imprègnent le champ social.

J'aime beaucoup la manière dont Annick de Souzenelle parle du féminin de l'être³. Cette infirmière et thérapeute, dont la contribution majeure reste son déchiffrement de la Bible à partir des textes hébraïques, nous rappelle que Dieu a créé l'homme « mâle et femelle⁴ ». Bien entendu, cela parle de notre réalité biologique, mais les mots en hébreu prennent un autre sens. Est « mâle » celui ou celle qui « se souvient » de cet autre côté de lui-même, ces deux mots étant le même en hébreu, *zakhor*. Nous comprenons avec elle qu'Ève n'est pas la côte d'Adam, mais plutôt son autre côté, *tsela* en hébreu évoquant le côté ombragé. En tant qu'êtres humains réalisés, nous sommes invités à plonger dans les ténèbres de cet autre côté de nous-mêmes et nous rappeler qu'il contient le secret de qui nous sommes.

3. In *Le Féminin de l'être*, *op. cit.*

4. *Le Symbolisme du corps humain*, Annick de Souzenelle, Albin Michel, 1991.

Nous espérons que cet extrait
vous a plu !



La puissance du féminin
Camille Sfez



J'achète ce livre

Pour être tenu au courant de nos parutions, inscrivez-vous
à la lettre des éditions Leduc.s et recevez des **bonus**,
invitations et autres **surprises** !

Je m'inscris

Merci de votre confiance, à bientôt !

L E D U C . S
P R A T I Q U E