



Les cercles de femmes, à la rencontre de notre féminin sacré

Reconnexion à notre essence profonde, à notre corps, à notre puissance féminine, expériences d'amour, de non-jugement et de sororité, voici le chemin sur lequel nous emmenent les cercles de femmes...

« Être une femme » résonnait encore il y a peu, pour moi, comme un grand mystère.

C'est en rédigeant cet article que je prends la mesure du poids des trop nombreuses images véhiculées par l'inconscient collectif, qui nous façonnent en tant que femmes.

Faire partie d'un cercle, c'est prendre conscience qu'il n'y a pas 'un type de femmes', mais que chacune d'entre nous porte, à sa manière, les couleurs de la féminité. »



Illustration de Tamara Adams

Assaillies depuis toujours d'images dénigrantes à propos des femmes, diminuées autant intellectuellement que physiquement, valorisées selon certains critères de perfection, je crois que je n'ai jamais voulu faire partie « des femmes » ni entrer dans les critères projetés par notre société et sur lesquels on construit chacune notre identité féminine.

Rejetant toutes ces images, j'ai plutôt développé mon côté masculin : faire preuve d'action, d'indépendance, être une battante, ne pas écouter mon corps, mes émotions pour montrer « que j'en vaudrais la peine » !

Après des années de développement personnel, deux naissances qui m'ont initiée à la puissance féminine, des accompagnements de femmes sur leur chemin de mère, j'ai eu envie, besoin, de me reconnecter profondément au sens du féminin.

J'ai rencontré Aurélie¹ lors de ma première grossesse.



Ce qu'elle proposait autour du féminin m'intriguait déjà, mais ne me semblait pas pour moi... je ne me sentais pas « femme » et ne voyais pas comment trouver ma place dans un « cercle de femmes » ! C'est seulement six ans plus tard que j'ai sauté le pas... et je vous y emmène !

Poussons la porte et...

Entrons dans cette salle au magnifique plancher. Un tapis rond est posé au sol, des coussins nous attendent, en rond, évidemment. Nous sommes accueillies par la douce lueur des bougies et la mélodie sacrée d'un mantra d'ouverture. L'atmosphère invite au calme, à la détente intérieure. Nous sommes une dizaine de femmes, de tous horizons. Nous nous asseyons chacune et prenons un moment pour nous poser à l'intérieur de nous-mêmes.

Le cercle est alors rythmé par des temps de méditation, d'échanges et de partages, des temps de toucher bienveillant ; chacune est accueillie telle qu'elle est, sans jugement, chacune ne fait que ce qui est juste pour elle.

Dans cet espace, nous pouvons révéler les déesses puissantes qui sommeillent en nous mais aussi nous montrer vulnérables et fragiles, complètement authentiques avec nous-mêmes et avec les autres.

Ces cercles nous invitent à nous reconnecter à notre corps, physiquement d'une part : sentir et accueillir chaque sensation sans qu'il n'y ait aucun enjeu autre que celui de ressentir, et spirituellement d'autre part : nous pouvons prendre conscience de nos cycles, honorer la dimension sacrée de nos corps féminins créateurs, évoluant au gré de nos lunes.

Se réunir avec ces femmes, qui représentent chacune une facette du diamant de la féminité, c'est aussi se relier à la sororité, retrouver ce lien qui nous unit, de femme à femme, là où l'on a tellement été habituées à être en compétition les unes avec les autres. Faire partie d'un cercle, c'est prendre conscience qu'il n'y a pas « une » femme, ou « un type de femmes », mais que chacune d'entre nous porte, à sa manière, les couleurs de la féminité.

Et petit à petit, en se reconnectant à notre corps, en honorant notre essence féminine, en mettant en valeur nos qualités d'être, de contemplation, d'amour, d'accueil, de bienveillance, de création, d'intuition, nous retrouvons notre pouvoir de femme.

Là où nous avons été, si longtemps, mises au rebut, dans ce monde où les qualités masculines sont tellement valorisées. Et en retrouvant notre pouvoir de femme, c'est toute la société que nous bousculons pour retrouver un équilibre entre les énergies masculines et féminines, un équilibre essentiel si l'on veut que le monde dans lequel nous vivons évolue vers plus de Conscience et d'Amour.



Marie Fournier

www.naitre-parents.be

0479 70 23 15

marie.naitreparents@gmail.com

"En tant que thérapeute, j'accompagne parents et enfants sur leur chemin, notamment en me faisant traductrice de la part profonde des bébés, ce qui permet à chacun d'avoir son espace de parole, se libérer des tensions, exprimer ses émotions et (re)trouver la paix et l'harmonie, ensemble."

¹Aurélie de Schoutheete est l'initiatrice, avec sa sœur Laetitia, de LuaLuna et propose des cercles de femmes et des accompagnements autour du féminin. Plus d'informations sur www.lualuna.com.