

La femme et ses *fécondités*

Vers la sagesse de la femme complète

par Estelle Phelippeau Métrot

Dans ce texte, Estelle Phelippeau Métrot invite chacune d'entre nous à être créatrice de sa vie et créative dans la vie. A redécouvrir toutes nos fécondités...



© Zlatko Guzmic - Fotolia.com

Notre créativité, toutes nos fécondités, au-delà de la seule maternité, s'originent dans notre nature cyclique et notre matrice utérine. Chacun, chacune, porte l'empreinte de cette expérience première d'être né(e) d'une mère. Et cette expérience et cette mère ont façonné notre référence initiale au féminin comme à la fécondité. Ainsi, pour la petite fille que nous avons été, comme pour la pensée traditionnelle ou l'inconscient collectif, la fécondité est étroitement associée au devenir-mère, au fait de porter et mettre au monde un enfant.

Féconde, au-delà du devenir-mère

Et quand on n'est pas mère, pas encore, pas en capacité, plus en âge ou simplement pas dési-

reuse de l'être... *Qu'en est-il de notre fécondité? Enfanter, être mère, comme sa mère, suffit-il à se sentir profondément féconde, créatrice de sa vie et créative dans la vie?*

Je suis une très jeune fille, et je désire ardemment un bébé pour réaliser mon potentiel fécond... *Devrais-je y renoncer pour d'abord faire ma place dans ce monde? Je me découvre infertile dans ce couple, je doute de ma capacité à mettre au monde un enfant un jour... Ai-je encore une raison d'être et serai-je capable de créer encore? Me voilà privée par la maladie de mon utérus ou de mes ovaires... Suis-je encore une femme, que puis-je encore créer? Je ne ferai pas d'enfant, par choix ou non, parce que c'est une évidence, ou bien c'est inéluctable, comment*

alors me sentir féconde autrement? Je consacre toute mon énergie à mes enfants et je me sens vidée, comment me retrouver et exprimer les facettes oubliées de la femme que je suis? L'heure de la ménopause a sonné, dois-je me résigner et renoncer à mon potentiel fécond?

Ces questions qui se présentent à nous et nous traversent sous des formes singulières et diverses, avec plus ou moins d'intensité, dans des moments clés de nos vies, sont autant d'occasions, comme des cadeaux, de réinterroger l'association traditionnelle de la notion de fécondité au devenir-mère, de nous éveiller à notre potentiel fécond multiforme, de réveiller, réinvestir, réinventer nos façons d'être fécondes. Devenir-mère est une des facettes possibles du féminin; si la mère est l'une des expressions archétypales du principe féminin... elle n'est pas la seule! Il n'est pas nécessaire d'être mère pour se vivre féconde! Et être mère ne suffit pas à se sentir toute une vie pleinement féconde.

Féconde dans la rencontre

Dans la société occidentale contemporaine, nous avons la chance de pouvoir embrasser, en tant que femmes, des modes de vie toujours plus variés, dès lors que nous trouvons la liberté intérieure de le faire. Mille et une formes de fécondités et de chemins pour nous y conduire s'offrent à nous, allant de naître à soi-même, se connaître, se reconnaître et se mettre au monde soi-même, à porter ses créations dans le monde de l'esprit, de l'énergie, des relations, de la matière, et ce, dans la sphère intime, personnelle, comme dans l'espace social et professionnel. Tout devient possible et à tout âge en matière de « fécondité au sens large »! Le champ des possibles étant théoriquement ouvert, comment fait-on concrètement pour se sentir et devenir toujours plus féconde?

Si l'on revient quelques instants à la représentation traditionnelle de la fécondité, associée au couple et à l'enfant, au $1 + 1 = 3$, on peut percevoir qu'être féconde, c'est avoir la capacité à s'ouvrir, à prendre plaisir à la rencontre, à accueillir l'alchimie de deux entités qui donnent naissance à une troisième. Notre potentiel de fécondité est disponible et réalisable dès lors que nous nous sentons:

- Pleinement « en vie », connectées à nos envies;
- Ouvertes à la rencontre: de nos envies, de nos possibles, de nos lumières comme de nos ombres, de notre mission; rencontre de l'altérité, des principes féminins et masculins, à la fois dans l'intimité de la relation à l'autre et dans la dynamique intérieure;
- Prêtes à accueillir le neuf, la surprise de l'infini des possibles; le renouvellement, la re-création, dans la récréation, dans la grâce de la

transmission, plutôt que dans la seule reproduction, sécurisante mais stérile à terme;

- Prêtes aussi à embrasser le juste temps pour chaque chose.

Ouverte à sa nature cyclique

Faire du neuf, créer de la valeur et prolonger la vie (au sens de l'alchimie), c'est aussi accepter de mourir un peu pour donner la vie, c'est mourir un peu à la sécurité de l'ancien, du connu; c'est savoir laisser ses feuilles à l'automne et traverser le repli de l'hiver pour mieux renaître, reflleurir au printemps, et porter ses fruits pour en goûter les saveurs à l'été. Ainsi, devenir féconde, c'est aussi accueillir en soi les cycles de la vie et de la nature: naissance – croissance – décroissance – mort, puis renaissance; c'est pouvoir « marcher » ce cycle,

honorer chaque saison de l'année comme chaque saison de sa vie, chaque étape du cycle lunaire comme chaque phase du cycle féminin. Renouer avec sa nature féconde, c'est pour une femme retrouver son temps cyclique féminin alors même qu'elle évolue dans un monde dominé par un temps linéaire masculin, c'est traverser aussi l'énergie

de la mère, de l'enchanteresse et de la vieille femme, cycle après cycle, quand son environnement attend d'elle à toute heure la fraîcheur, le dynamisme et la performance de la vierge, éternellement jeune. Chaque étape du cycle de vie contribue de façon essentielle au processus global et exige d'être traversée, à l'échelle d'un cycle féminin ou d'un cycle créatif comme à l'échelle d'une vie: vouloir sauter une étape, c'est comme essayer de faire l'impasse sur l'une des phases indispensables du processus de deuil et ne pouvoir renaître et créer à nouveau.

La possibilité pour la vie de prendre corps dans la femme est nourrie par sa nature cyclique. Tout au long de la vie, la femme découvre les mystères et la magie de la vie et de la mort, de la création, à travers les cycles qui s'impriment en elle: la petite fille quitte la transmission des eaux utérines de sa mère, pour découvrir les saisons de la terre mère qui la porte; jeune fille, elle devient fille de la lune, en accueillant les cycles menstruels au creux de son corps; puis devient femme dans son corps consacré par la rencontre, rencontre des principes féminins et masculins et de leurs fruits, dans l'intimité à la fois de la relation, de son corps et de son être psychique; pour la femme qui embrasse la ménopause s'ouvre le sentiment de complétude, dès lors qu'elle est capable de se connecter délibérément aux énergies archétypales de la vierge, de la mère, de l'enchanteresse ou de la vieille, selon ses besoins, et qu'elle est connectée à la cohérence des grandes saisons de son cycle de vie; elle peut vivre pleinement la fin de son été tout en préparant son automne, en goûtant la sérénité et la joie de la mission

Il existe mille et une formes de fécondités.



PORTRAIT

Formatrice, coach, hypno-thérapeute, Estelle PHELIPPEAU MÉTRÔT accompagne femmes et hommes sur des chemins de vies plus féconds, notamment dans leurs désirs de parentalité. Elle anime des Cercles de Fécondité® et a cofondé avec Martine Depondt Gadet, médecin acupuncteur et Fabienne Goddyn, naturopathe, l'association « EnVie féconde », pour un accompagnement multidisciplinaire de l'infertilité.

www.enviefeconde.org
www.1001fecondites.com
 estelle.metrot@1001fecondites.com



crédit photo: D.R.

accomplie. Redécouvrir toutes nos fécondités, par-delà la seule maternité, c'est, quel que soit notre âge, aller au-devant de cette sagesse de la femme complète.

Présente à la matrice féconde

Cette nature profondément cyclique, qui nourrit notre fécondité au féminin, s'inscrit dans notre corps: dans notre intériorité, dans le chaudron que crée l'espace de notre bassin; dans la matrice, tant physique qu'énergétique, de notre utérus, se développent nos enfants comme toutes les créations que nous portons et mettons aux mondes. Nos désirs de fécondité appellent notre présence active à ce lieu trop souvent mystérieux qu'est notre matrice: tout à la fois, espace de présence à soi et d'ouverture au monde, creuset de rencontre et de création, théâtre de mémoire et de transmission, berceau de croissance et de mise au monde, c'est un lieu à la croisée des chemins, de notre verticalité et de notre horizontalité, de notre dualité féminin-masculin et de notre temporalité passé-présent-futur; un lieu sacré, un sacré lieu! ■

UN PEU DE PRATIQUE

Placez votre attention dans votre plancher pelvien, aux portes de votre vagin. L'énergie suit votre intention et, là, naît une forme de pulsation qui se nourrit de l'énergie de la terre. Visualisez des racines plongeant dans la terre et une sève dorée remontant et venant baigner votre bassin et votre utérus. Imaginez dans le ciel, au-dessus de votre tête, une magnifique pleine lune et inspirez en elle une pluie d'énergie argentée qui vient régénérer les eaux de votre chaudron, entre coccyx-sacrum et pubis, entre les ailes de votre bassin. Laissez les énergies dorées et argentées de la terre et du ciel se rencontrer dans votre verticalité, l'esprit s'incarner dans la matière, goûtez à la dimension sacrée de cet espace.

Ces énergies mêlées emplissent tout votre bassin, dans toute sa profondeur matricielle. Placez, dans l'horizontalité et les ailes de votre bassin, du côté gauche et du côté droit, deux formes de couleurs distinctes symbolisant les principes féminin et masculin. Permettez à ces énergies colorées, aux polarités de votre dualité structurelle, de danser ensemble et de circuler en un huit infini.

Au cœur de cette lemniscate colorée, baignée de la sève terrestre et céleste, accueillez vos ovaires, comme des trésors, des grenades gorgées de graines juteuses. Ils portent les ovocytes, l'ADN reçu en héritage, et quand c'est l'heure, ils délivrent et transmettent leurs mémoires, leurs programmes, leur potentiel de vie. Appréciez, voyez, entendez, sentez comment se matérialisent cette énergie libérée, cet héritage qui s'actualise maintenant et ouvre les portes d'un potentiel avenir. Percevez comme ce processus vous inscrit dans l'axe du temps/votre ligne de temps.

Sentez comme votre utérus, réceptif et flexible, vibre maintenant, dans chaque fibre, chaque cellule, de toutes ces énergies qui s'y mêlent, révélant sa douce puissance. Prenez le temps de goûter le chant qui accompagne cette pulsation, de danser l'onde multicolore qui pulse en vous. Bercez vos créations en gestation. Remerciez pour toutes celles que vous avez déjà mises aux mondes et pour celles que vous allez faire naître.

Cette pratique fait aussi sens en cas d'absence physique de l'utérus ou des ovaires; leur présence énergétique demeure.