

# TÉMOIGNAGE

– ✎ Karen Cayuela, 2006 –

## VOYAGE VERS LES INSONDABLES PROFONDEURS DE MA SENSUALITÉ L'ART DU FÉMININ, SUBTIL LANGAGE CORPOREL & ART DE VIVRE À CULTIVER

Le Féminin initiatique et inspirant, qui à travers sa capacité d'accueil,  
guide le cœur et propulse les actions.

Autrefois, aux quatre coins du Monde, les jeunes filles recevaient, dès la puberté, les enseignements de l'Art d'Aimer selon leur culture. Les aînées les instruisaient — que ce soit dans l'espace sacré du clan, tel que la Moon Lodge de la tradition amérindienne, ou selon des préceptes rigoureux élaborés par de grands Maîtres. Ces enseignements furent ensuite consignés dans quelques précieux opuscules : le Kâma Sûtra, attribué à Vātsyāyana (composé entre le IV<sup>e</sup> et le Ve siècle de notre ère) en Inde ; le Traité de la passion de Gendün Chöpel au Tibet (achevé en 1939, unique en son genre dans la vaste littérature bouddhiste tibétaine) — mentionnons au passage la sagesse des Dākīnī, éveilleuses sacrées du bouddhisme tantrique qui incarnaient précisément cette puissance féminine éveillée et libre, ou encore l'enseignement secret des Yoginī — le traité de l'Art de la chambre à coucher en Chine (*Fang Zhong Shu*) ; les manuels d'érotologie arabe tels que *La Prairie parfumée* du Cheikh Nefzaoui (rédigé vers 1420), parfois intitulé *Le Jardin parfumé*, ou encore les contes licencieux des *Mille et une nuits* ; et, plus proches de notre culture, quelques enseignements de la tradition celtique, glanés dans la littérature et la poésie mythologique.  
(Notons au passage que la plupart des traités antiques ont été perdus ou brûlés, et ne nous sont jamais parvenus.)

Les Devadāsī, en Inde – ces « servantes de Dieu » – étaient des femmes consacrées aux temples hindous, initiées aux arts sacrés — danse, musique, érotisme rituel. Leur tradition constitue un exemple puissant d'initiation féminine codifiée.

Les Hetaïres grecques – l'équivalent occidental des courtisanes initiées – étaient des femmes libres, cultivées, philosophes parfois (comme Aspasia) qui incarnaient une féminité instruite et souveraine, à rebours de la femme grecque ordinaire confinée au gynécée.

Les concubines — ces favorites « initiées », souvent issues de l'esclavage — représentaient jadis une forme d'élite féminine, particulièrement convoitées pour leurs facultés, au point que certains hommes allaient jusqu'à les enlever.

Dans la Chine ancienne, les disciples du taoïsme chamanique puisaient leur énergie dans ces rites sexuels sacrés ; certains croyaient que le sang des lunes et les sécrétions vaginales — ces liqueurs de Femme — valaient élixir d'immortalité. Cette conviction rejoint de vieilles croyances selon lesquelles les hommes vieillissants en quête de longévité se régénéreraient au contact, peau à peau, de jeunes vierges. Quelques outils traditionnels furent élaborés pour le développement de la puissance sexuelle créatrice : l'œuf de jade (Chine), les boules de geisha (Japon), les olisbos, les lingas et autres préciosités.

## L'ÈRE DU COMA

Vingt et unième siècle. Ici et maintenant.

La pureté originelle — fragrance si volatile et délicate — s'est évaporée depuis des éons. Notre peau s'est écorchée sur le fil du temps. Les raffinements cérémonieux de l'Art de la chambre à coucher sont oubliés, et nous sommes loin de la puissance des initiatrices et de leurs émanations sensuelles guérisseuses.

Le désenchantement du monde, et des siècles de violences et de servitude, ont enseveli nos mémoires anciennes, invitant les femmes, génération après génération, à se carapacer et à se réfugier dans l'abnégation, l'inertie, la passivité ou l'amnésie.

De notre temps, la peau des femmes ne frétille plus, et nos cellules vibrent péniblement une sensualité détachée de toute volonté de « plaire ».

Comment, d'ailleurs, pourrions-nous aujourd'hui prétendre assimiler ces enseignements séculaires ?... bien que certains d'entre eux aient été remis au goût du jour depuis les années 1970 — le néo-Tantra ou le néo-Taoïsme, notamment.

À vrai dire, les époques sont si différentes. Aujourd'hui, tenter d'intégrer un enseignement d'un autre âge et d'une culture traditionnelle étrangère serait comme se parer d'un magnifique costume sans en reconnaître le pouvoir. Lorsque nous quittons le costume, nous quittons notre rôle — et notre corps demeure aussi ignorant de ses propres mystères.

Notre société moderne — consumériste, médiatique, sexiste et capitaliste — est axée sur la rapidité, la croissance, l'individualisme et la domination, ce qui tranche considérablement avec le message profondément humain des peuples racines qui ont engendré ces savoirs.

L'image de la femme aujourd'hui — telle que forgée par les médias, l'éducation et la politique — est une construction chimérique qui occulte notre nature profonde. Il est courageux de la remettre en question, pour commencer à soigner et ré-initier notre corps, rééduquer notre peau et nos sens. Ce siècle que nous vivons est inédit : de nouveaux modèles féminins appellent à se dessiner. Il nous incombe de créer un nouveau paradigme.

Du reste, quelques révolutions des mœurs et de conscience éclatent çà et là — qui n'ont toujours pas lieu chez certains voisins. Je pense à certains pays, à certaines cultures, où la femme est encore aujourd'hui torturée, lapidée, violée, humiliée en toute légalité, maltraitée en toute impunité. Les violences faites aux Femmes s'intensifient dans le Monde. L'âme collective des femmes hurle une douleur profonde que nos corps impriment dans leur chair ; ce qui engendre fatalement une privation de joie et de plénitude. Cette vibration basse circule dans nos utérus, qui nous relie toutes.

Nous avons un travail à accomplir pour retrouver notre place — la res-sentir au-dedans. Faire silence pour entendre la voix de nos profondeurs, inspirée, juste et désintéressée : tout l'opposé du modèle véhiculé par notre société. Reliées par nos matrices à travers l'antenne-utérus — cet émetteur organique qui transmet et tisse nos ondes dans tout l'Univers —, nous avons la capacité de ressentir la santé vibratoire de toute la communauté des Femmes. À nous de régénérer la Matrice en y réinjectant de l'énergie pure. Panser le féminin, sortir de l'inertie, oser prendre sa place et se mettre en lumière pour rayonner.

Du reste, aujourd'hui, nous sommes épaulées par un nombre croissant d'hommes conscients, qui œuvrent à nos côtés pour rééquilibrer les polarités et dissoudre l'illusion de la séparation des êtres.

## À CHAQUE PAPILLON SON ENVOL...

*« Allez à vos champs et vos jardins, et vous apprendrez que c'est le plaisir de l'abeille de butiner le miel de la fleur. Mais aussi le plaisir de la fleur de céder son miel à l'abeille. Car pour l'abeille, une fleur est une source de vie, et pour la fleur, une abeille est une messagère d'Amour, et pour les deux, abeille et fleur, donner et recevoir le plaisir sont un besoin et une extase. »*

— Khalil Gibran, *Le Prophète*

La sensualité s'est distillée en moi progressivement, par couches successives, comme se dépose le sédiment précieux au fond d'une ancienne rivière.

Il fallut d'abord le long et nécessaire travail du démantèlement — années de patiente déprogrammation de l'entité « couple » telle que la société me l'avait romanticisée, et du rôle de la femme tel qu'on me l'avait cousu sur le corps comme un vêtement que je n'avais pas choisi.

Défaire les coutures, une à une, pour retrouver la peau nue en dessous.

Vint ensuite la culture du beau et du raffiné à travers les Arts — ce lent affinage des sens qui apprend à l'œil à voir plus finement, à l'oreille à entendre l'imperceptible, au toucher à distinguer la soie du vent.

Puis, le jour de la délivrance de mon désir — inattendu, fulgurant. La surprise de découvrir l'intensité des spasmes de plaisir engendrés par mon bas-ventre, cette énergie puissante et souveraine qui, aussitôt libérée, vint alimenter en torrent ma machine créative. Comme si le corps avait gardé en réserve, pendant des années, une sève que rien n'avait encore su réclamer.

Et puis cette révélation — la plus douce, la plus bouleversante. Un beau jour de printemps, simplement en observant la nature, extasiée et confondue par la découverte de la volupté comme langage universel reliant naturellement toutes les espèces. À travers des sensations si fines, si subtiles et si puissantes, je me sentis soudain connectée au tout, portée par un flot d'énergie disponible et généreuse : le printemps, l'éclosion, la jouissance, l'extase, l'éveil.

Ce fut ma révélation — non pas un événement, mais une reconnaissance.

Comme si quelque chose en moi se souvenait, enfin.

Tout cela s'est tissé à travers la reconnaissance de la beauté en toute chose, et dans la célébration quotidienne de la Vie.

Le jour où j'ai contacté ma sensualité pour la première fois ? Je ne m'en souviens plus.

Mais dès lors, je l'ai habitée entièrement, et tout naturellement — telle une seconde peau, ou plus volontiers une mousseline de soie caressant mes sens.

Comme le jour où je me suis éveillée à la sexualité. Non pas la découverte de l'acte charnel en soi, mais bien le jour où mon corps a été traversé de frémissements, où ma peau a développé ses facultés ultra-sensorielles, où le merveilleux voyage vers l'intangible s'est présenté à moi.

La sensualité est un don pour communier subtilement avec l'Univers. La cultiver est une manière d'honorer et de célébrer la Vie.

Vers l'âge de vingt-cinq ans, un déclic me fit passer d'un état de « frigidité sociale » — une sorte de frigidité au monde qui m'entourait — à une acuité soudaine et spontanée de mes sens, accompagnée de l'ouverture de ma région sexuelle.

Enfant, pourtant, j'émanais naturellement cette sensualité inhérente à ma nature féminine... bien que je ne me sentisse guère à l'aise dans un corps de fille, que je considérais embarrassant.

Adolescente, je la refoulais intégralement, ressentant un danger à l'épanouir. Je choisissais de cacher bien au fond de moi cette chaleur délicieuse — novice que j'étais, trop jeune pour l'assumer.

Nous, les femmes, méconnaissons notre potentiel sensuel et sexuel, dont la pureté originelle est entachée par le poids du passé : les blessures, la soumission, les humiliations, les violences. Il est encore douloureux, aujourd'hui, de naître « fille » dans certaines communautés. Accablées de fausses croyances, engluées dans le concept du péché originel et de sa morale patriarcale pernicieuse — qui maintient la communauté féminine dans la honte et la culpabilité —, nous portons ce fardeau.

Cette chape sur les consciences est religieusement entretenue par une société sourde et aveugle.

De ce fait, la plupart d'entre nous n'avons pas même conscience de la puissance qui se loge en notre centre.

## OSER APHRODITE

À ne pas confondre avec l'assaut grossier qui consiste à agripper un partenaire ! L'archétype du séducteur — homme ou femme — doté d'un « pouvoir » de séduction est, tristement, le modèle valorisé par notre société ; peu de conscience : la quantité prévaut sur la qualité.

La sensualité, en revanche, est un état d'être — et de recevoir.

L'essence suprême de notre nature, notre septième sens, celui qui contient tous les autres. Lorsque nous le contactons, il éveille une force tranquille qui ne demande ni effort ni artifice. L'éveil à la

sensualité nous engage sur la voie de l'épanouissement et de la santé retrouvée : la créativité et la confiance en soi s'élèvent, tandis que notre champ de conscience se met à fleurir. Le corps détendu, à l'écoute, notre force vitale inonde librement chaque cellule.

C'est une discipline douce dédiée aux Amoureux de la Vie — ceux-là mêmes qui, en insufflant la beauté, inspirent leurs semblables.

S'habiller de sensualité serait pour moi comme se faire saupoudrer de minuscules paillettes de fée ; comme si notre regard s'affinait pour percevoir les subtiles particules de l'air, invisibles à l'œil nu, et ressentir leur caresse délicate glisser sur notre peau ; sentir la moindre effluve de parfum nous envelopper et nous envoûter, réveillant notre gourmandise ; vibrer et onduler à l'écoute des sons du monde. Comme si les courbes de nos hanches, la surface de notre peau, nos odeurs constituaient la clé indispensable pour nous mener vers un état parallèle et extatique — aux portes du vaste Monde, celui qui ne connaît ni frontière ni limite.

Art de se mouvoir, art de s'émouvoir — tout ceci est, somme toute, une expérience bien personnelle. Alors détachons-nous de ces performances qui nous égarent et de ces fantasmes véhiculés par une société souffrante.

« Se raffiner » se dit de certaines matières rendues plus pures par un traitement particulier.

Observons simplement une jeune feuille naître, la peau délicate d'une fleur se farder de poudre rouge, dévoilant son bouton humide qui appelle à être butiné, les branches d'un arbre danser et onduler pour s'unir... souffles, sueurs, saveurs... Enchantons-nous des désirs de l'Univers.

La sensualité s'offre à nous lorsque nous sommes disposées à percevoir le subtil. À nous de la cueillir, de la cultiver avec raffinement — comme notre jardin intérieur —, puis de l'entretenir, comme notre pratique spirituelle.

Commençons par honorer notre corps comme un Temple.

*L'aimer en est la clé.*

## GRATITUDE

Karen Cayuela

« C'est en cheminant vers mon identité féminine et ses mystères que je compris que ce que je portais brûlait d'être partagé. Je me sens artisan de l'éveil au monde féminin. »

[karencayuela@gmail.com](mailto:karencayuela@gmail.com)  
[www.les-dessous-de.karen-cayuela.com](http://www.les-dessous-de.karen-cayuela.com)