

# La quête initiatique de l'héroïne

*Jamary Wild*

# *La quête initiatique de l'héroïne*

Récits anciens et actuels  
du voyage intérieur de la femme



*Fanny Wild*

Artiste intuitive installée au coeur d'une petite montagne française, j'ai décidé de nourrir mon être par un contact permanent avec le monde sauvage.



Quand à ma créativité... rien ne me destinait à m'y dédier. C'est un tournant professionnel qui m'a fait dévier d'un parcours scientifique (doctorante en chimie pour l'environnement) vers des pratiques chamaniques et artistiques. Reprenant un travail intérieur que j'avais laissé de côté depuis de nombreuses années, j'ai abordé les théories des mondes de l'inconscient et les rouages de la créativité avec mon conditionnement critique et expérimental.

En 2015, je crée SheArtsWild (un blog et une boutique en ligne) afin de partager mes découvertes et célébrer cet art sacré du sauvage féminin.

Vous pouvez rester en contact avec mes aventures sur [Facebook](#) et [Instagram](#).

### *Informations sur les droits d'auteur*

Cet ebook et tout son contenu sont protégés par les lois sur les droits d'auteur (réalisations artistiques et intellectuelles). Il est illégal de le revendre.

De nombreux efforts ont été nécessaires pour préparer tout le matériel de cet ouvrage. Les informations partagées ici sont le fruit de recherches et expériences personnelles, comme l'attestent les témoignages ponctuant ce texte.

Le voyage de l'héroïne est unique à chacun et dépend de nos expériences passées, de nos bagages, de notre environnement et de multiples autres facteurs. Il peut être intense et provoquer des changements drastiques dans votre vie, souhaités ou non. L'auteur se dégage de toute responsabilité quand aux conséquences, qu'elles soient ou non explicites dans le texte, ainsi que pour tout dommages, pertes et découvertes émotionnelles fortes.

### **Comment utiliser ce pdf ?**

Ce pdf contient à la fois du texte et des liens vers des fichiers audio et vidéo. Une connexion haut débit vous permettra de l'exploiter au maximum. Les termes de psychanalyse auxquels cet ouvrage fait souvent référence sont définis dans le glossaire en annexe.



# Sommaire

|  |    |
|--|----|
| La quête initiatique                             | 2  |
| de l'héroïne                                     | 2  |
| Fanny Wild                                       | 3  |
| Informations sur les droits d'auteur             | 4  |
| Sommaire   | 5  |
| Introduction                                     | 6  |
| Chapitre 1 : Pourquoi s'initier à la descente ?  | 7  |
| Naissance du monde                               | 7  |
| Femme de naissance ou de genre                   | 8  |
| Femme aujourd'hui                                | 9  |
| Où se trouve le ying perdu?                      | 13 |
| Expérience inconsciente de naissance             | 14 |
| Chapitre 2 Descendre et devenir une héroïne      | 18 |
| La fin de l'innocence                            | 19 |
| Face à face avec notre peur                      | 23 |
| Guidée   | 30 |
| Ils se marièrent et eurent beaucoup d'enfants... | 33 |
| Le diable et le temps des 7 épreuves             | 36 |
| Celle qui sait                                   | 40 |
| L'archétype sauvage                              | 43 |
| Retour dans le monde                             | 45 |
| Conclusion : trouver et entretenir notre Graal.  | 47 |
| Annexes  | 48 |
| Glossaire  | 48 |
| Résumé de Vaiana                                 | 49 |
| Bibliographie                                    | 51 |
| A paraître                                       | 52 |
| Remerciements                                    | 53 |

## *Introduction*

N'est-ce pas merveilleux et terrible à la fois de savoir qu'un monde existe en nous et qu'il nous est inconnu ? Car notre psyché, notre Soi est divisé en deux parts : notre conscient ou ce qu'on appelle couramment le Moi et notre inconscient.

Tout le processus d'un travail intérieur est de découvrir ce que contient cet univers inconscient. Souvent, nous nous en sommes servi pour y cacher les comportements que nous ou nos parents /éducateurs ne voulaient pas voir. Nos émotions que nous ne pouvions supporter. Nos passions qui bouillonnaient trop fort (et qui attendent peut-être encore l'heure de sortir au grand jour).

Cet inconscient que nous avons un peu relayé au rang de poubelle, semble intouchable et indompté. Il émerge à notre vue, s'unit avec notre mental quand bon lui semble, tantôt sous forme de rêves, tantôt sous forme de lapsus qui nous font rougir.

Pourtant, de nombreuses histoires font allusion à des héroïnes et des héros qui réussirent la tâche d'unir conscient et inconscient. Plonger dans ce processus d'individuation, c'est aller à la rencontre de ces symboles qui perdurent alors que la société et le monde changent.

Je vous propose d'explorer ces histoires, anciennes et plus récentes, et de mieux comprendre pourquoi cette union nous est tellement nécessaire.

Cette découverte sera également agrémentée de témoignages personnels, de la sensation de moiteur et d'enfermement que j'ai eu l'occasion de ressentir lorsque je me retrouve à voyager au coeur du royaume de la Déesse\*.

La descente dans les profondeurs nous apprend à donner de l'importance à ce que nous aimons (faire, être et avoir). C'est un événement à la fois intime et universel, toujours plein de sagesse, que nous pouvons apprendre à contrôler, grâce à quelques outils.

La catégorie **à votre tour !** pourra vous être précieuse dans cette démarche de re-connexion. Des séries de questions vous aideront à identifier personnellement votre parcours héroïque. Travaillez à votre rythme et sachez qu'il n'y a pas de bonnes ou mauvaises réponses. Soyez la (le) plus authentique possible ! Peut-être vous rendrez-vous compte que le principe féminin vous attend depuis bien longtemps...

*\*J'utilise le terme Déesse en tant que métaphore. Sentez vous libre de le remplacer par « inconscient » par exemple, ou tout autre terme qui correspond le mieux à vos croyances.*

## *Chapitre 1 : Pourquoi sinitier à la descente ?*

### **Naissance du monde**

Au début, il n'y avait rien. Il faisait noir, un noir profond. Pas la moindre petite lueur. Pas de lieu, ni d'endroit. Pas de bruit, ni d'odeurs. Rien qu'un immense silence et le flottement d'un vide sans fin. Le chaos.

Soudain, on ne ne sait ni comment ni pourquoi, des forces prodigieuses se mirent en mouvement, puis la déesse-Terre sortit du chaos. Stable et solide, elle venait de naître. Elle offrait un plancher au monde. Du rien venait d'apparaître protection et sécurité.

Si nous avions assisté nous-mêmes à ce moment, sans doute nous serions-nous senti soudainement comme un enfant dans les bras d'une mère.

Et puis, d'un mouvement gracieux, Gaia s'étira. Nos yeux suivirent son geste et nous découvrions alors un autre dieu apparut juste au-dessus d'elle. Etait-il là depuis le début ?

Ouranos, car tel était le nom de ce Dieu, avait une allure puissante et bienveillante. Et alors que Gaia finissait de bouger son corps, il s'allongea au plus près d'elle, allant jusqu'à la recouvrir exactement. Comme un couvercle.

Le ciel et la Terre venait de s'accrocher, et pour la civilisation grecque, c'est ainsi que le monde naquit. D'un grand tout, venait d'apparaître le masculin et le féminin.

De leur union commença réellement l'histoire du monde. Car ensemble, ils créèrent les vallées, les monts, les montagnes, les grottes. Puis, Ouranos versa une tendre pluie fine qui remplit peu à peu les rivières, les lacs, les océans.

Ils enfantèrent ensuite de terribles monstres. Des géants aux 50 têtes et 100 bras qui détruisaient tout sur leur passage, pour la simple joie de détruire. Puis des cyclopes immenses.

Que faire lorsque nous enfantons de telles terreurs ?

Ouranos choisit d'enfermer ses enfants (un peu gênants, il faut bien l'avouer) à l'intérieur de Gaia et leur interdit purement et simplement de vivre à la lumière du jour.

Gaia allait-elle supporter de voir ainsi ses enfants traités ? Surtout qu'Ouranos ne s'arrêtait plus. Il piégeait et jetait dans les entrailles de sa compagne, chacune de ses nouvelles créations, même les titans et titanides qui eux, n'avaient rien de monstrueux.

Elle n'avait d'autres choix que d'arrêter Ouranos. Pendant plusieurs jours, elle appela un à un les titans... aucun ne voulut se joindre à son plan pour se débarrasser du Dieu du ciel. Inlassablement, elle continua, de l'aîné, au dernier. Seul, Cronos, son cadet, accepta d'aider sa mère et de commettre

## *La quête initiatique de l'héroïne*

le tout premier crime de l'histoire du monde.

Une nuit, il blessa son père en le séparant de sa mère à la lame. Ouranos hurla et monta s'accrocher très loin, au-delà des étoiles.

Ouranos et Gaia étaient séparés pour toujours.

Les gouttes de sang du Dieu, tombées sur Terre, donnèrent naissance aux Egéennes qui hantent les nuits de Cronos le criminel. Les gouttes de sang, tombées dans l'océan donnèrent, elles, naissance à Aphrodite, déesse de la beauté.

Le crime lui-même, était source de vie.

## **Femme de naissance ou de genre**

A travers la mythologie grecque, dont ce récit est emprunté, le tout, la force prodigieuse mise en mouvement dans le chaos se scinde elle-même en deux, dans le but de créer.

S'il s'agissait d'un conte ou d'un rêve, les psychologues jungiens vous diraient que chacun des protagonistes de cette histoire, représentent une part de vous.

De ce point de vue, nous posséderions donc tous, ces deux parts en nous-mêmes : Ouranos et Gaia.

Et leur union donnerait vie à des milliers de créations. Des belles. Des terrifiantes. Sans aucun autre but que celui d'offrir au monde, toutes nos réalisations.

Etre né homme ou femme ne semble pas d'un intérêt primordial dans ce processus, et bien que cette mythologie date de plusieurs millénaires, l'énergie féminine est toujours associée aujourd'hui encore, à la Terre et à ses entrailles. Terre-mère divine, d'abord épouse puis créatrice, mère et meurtrière. Déesse de vie et de mort. Et de renaissance aussi.

Siècles après siècles.

D'ailleurs, où en sommes-nous aujourd'hui ? A l'heure où j'écris ces lignes, la théorie des genres a laissé ses traces et je ressens la nécessité de bien faire ici la distinction entre genre et sexe de naissance.

Oui, pour pouvoir créer dans le monde physique, la nature a constitué des sexes, que nous soyons des animaux, des humains ou même des champignons (les spores « positifs » et « négatifs » curieusement appelés ainsi, tant le terme négatif est péjoratif.) Ainsi, nous nous incarnons sur Terre, avec une prédominance de comportements.

L'ouverture des portes de l'initiation s'adapte à ces comportements. Car, qu'elle soit féminine ou masculine, l'initiation n'a pas d'autre but que de nous faire rencontrer notre moi intérieur, notre lumière, notre Dieu (quelque soit le terme avec lequel nous nous sentons le mieux.)

Ainsi, pour l'initiation féminine, il s'agit de fusionner avec cette Déesse Gaia primitive. S'enfoncer dans sa peau. Toucher son coeur. Appréhender notre propre coeur.



## *La quête initiatique de l'héroïne*

Cependant, je ne crois pas que le processus de descente initiatique soit strictement réservé aux femmes.

Premièrement parce que de nombreux prêtres hommes ont oeuvré et ont été initiés pour le culte de la Déesse (culture Grecque à Eleusis, et bien entendu Egyptienne, initiation qu'aurait même suivit Moïse, d'après *Les grands initiés* d'Edouard Schuré !) et deuxièmement parce que chaque homme possède une partie féminine, le fameux anima.

Je ne pourrais vous faire dans ces pages, que le récit de ma propre expérience personnelle. Je ne peux me mettre à la place d'autrui et trouver les mots justes d'un cheminement qui ne m'appartient pas. J'ai donc décidé d'ouvrir un peu de mon intimité tant ces faits me paraissaient essentiels à l'ancrage de ces enseignements puissants.

Mon témoignage est donc celui d'une femme, née femme sur cette Terre.

### **Femme aujourd'hui**

Petite, je voulais devenir Indiana Jones.

Il faut dire, qu'enfant, il n'y avait pas beaucoup d'héroïne auxquelles les filles avaient envie de s'identifier. Par contre... je me voyais bien en archéologue à la recherche du Graal ou en Macgyver !

Oui, j'étais du type garçon manqué... toujours en pantalon (surtout s'il avait plein de poches), rêvant d'obtenir un couteau suisse pour mon anniversaire, adepte du tir et commandant, années après années, des voitures téléguidées à Noël. Des photos prouvent que j'aimais déambuler avec la casquette de surplus de l'armée de mon père ! Oui, c'était à ce point là.

Mais surtout, je voulais être aussi, voir plus, intelligente et maline que les hommes. Je ne cherchais même plus à les égaler. Je cherchais à les dépasser.

Je me suis tellement plongée dans cette quête de la supériorité de mon ego, que j'ai totalement délaissé ma part féminine.

Actuellement, les femmes apprennent très tôt à vivre dans ce monde dominé par les énergies masculines. Aussi incroyable que cela puisse paraître, les féministes ne demandent pas l'exploitation des énergies féminines, mais bien masculines. Etre carriériste, indépendante, compétitive, bricoleuse... c'est incarner le masculin en soi.

Ainsi, peu à peu, les femmes cherchent à devenir des êtres complets en s'autorisant à vivre leur part masculine... au détriment de leur part féminine.

Car dans un monde masculin, succès et possessions se conjuguent avec les mêmes énergies. Les femmes ont donc gagné une grande victoire qui est celle d'exprimer enfin leur part masculine... mais il semblerait que lors de la lutte ou la liesse, elles aient perdu leurs facultés magiques purement féminines.

J'avais l'habitude de croire que la part masculine était meilleure que l'autre... et qu'il fallait mieux se trouver du côté des gagnants. Il est vrai que la dualité sacrée, masculin et féminin, est souvent présentée en termes de confrontation.

## *La quête initiatique de l'héroïne*

Les énergies du féminin et du masculin sont pourtant tout à fait symbolisées par le fameux ying et yang : contrastées mais unies.

Petite révision : la femme, le ying est souvent représentée par la lune, l'eau, les sentiments amoureux, la beauté, les domaines associées à l'intuition, au grand mystère, au noir et au bleu profond... En face, le yang, masculin est symbolisé par le soleil, la guerre, la stratégie, le rouge sang et l'éclat du blanc, du jaune rayonnant...

Et si vous pensez au très célèbre symbole du tao, vous avez tout juste :



YingYang, (interprétation picturale très libre du symbole)  
*Oui, dans chaque ying il y a du yang, et dans chaque yang, du ying.*

Cela signifie qu'en chaque homme vit l'énergie du ying et qu'en chaque femme, coule l'énergie yang.

C'est ainsi, que se déroule en nous, encore et encore, et à chaque instant, l'histoire de la création du monde. Tout commence par l'arrivée de la Déesse, le ying, qui reçoit.

Mais que reçoit-elle, si ce n'est, des informations invisibles, des idées ? Son rôle, c'est de mettre ces informations en lumière et de dire à son compagnon :

« - Voici l'idée que j'ai eu, fais-en bon usage. »

Et son collègue yang de répondre :

« - Je pense que la meilleure façon de la réaliser est celle-là. Prenons cet outil et hâtons-nous ! »

De la même manière, le masculin en nous prend la décision de faire en mettant en place toutes les stratégies qu'il connaît et qu'il a enregistré grâce à son mental.

## *La quête initiatique de l'héroïne*

Vous comprendrez donc bien que pour agir dans le monde, il nous faut des parts ying ET yang, saines et connectées.

Bien que le passage à l'acte soit tellement valorisé de nos jours, sans féminin, l'acte n'a pas de sens, il s'épuise et ne sert parfois à rien (les grandes réalisations financées par l'argent publique qui font doublons ou que personne n'utilise en sont un exemple). Plus évident encore : sans masculin, l'idée reste dans la tête et n'est jamais réalisée, personne n'en voit jamais la couleur !

Le souci actuel, vous l'aurez compris c'est que l'énergie ying est encore continuellement dénigrée.

Résultat des peuples nordiques envahisseurs précoces des sociétés matriarcales établies au néolithiques? Du christianisme et du Dieu unique (masculin)? Des dérives de fin de moyen âge associant femme, tentation et satanisme (contrebalançant avec dureté la dernière phase de glorification des énergies ying avec l'amour courtois.)

Sans doute, ce processus fut le résultat d'une longue évolution plutôt que d'un évènement unique. Et quoi qu'il en fût, peut-on dire que le bleu est mieux que le rouge ? Que le masculin mieux que le féminin (ou l'inverse !) ?

Notre part ying est abîmée. Nous perdons notre Gaia et ne gardons que notre Ouranos. Que deviendra alors notre univers ? Notre pouvoir créateur ?

Nous ne pouvons nier aimer les créations que le monde nous offre. Nous sommes gourmands à consommer des créations que d'autres ont su faire en préservant leur Gaia intérieure (leur Graal), de Spielberg à Stephen King, de Picasso à Chopin, en sous-estimant nos propres capacités.

A un moment ou un autre de notre vie, nous retrouvons le besoin de retrouver notre ying. Comme un appel, cela est plus fort que nous.

Et heureusement pour nous, nous avons tout le matériel nécessaire à disposition pour entreprendre cette recherche : les vieux contes de notre enfance, oui, mais aussi d'autres oeuvres fraîches bien plus surprenantes !

A votre tour !

Quel est votre genre (masculin, féminin)?

Etes-vous en phase avec votre genre ? Ou plutôt garçon manqué ? Homme efféminé ?

A quel héros, héroïne vous êtes vous identifié(e) ? A quel point cela a agit sur la personne que vous êtes devenue actuellement ?

Pensez-vous que vos deux énergies soient t o t a l e m e n t équilibrées ?

Donnez-vous souvent vie à vos idées ? Etes-vous plutôt du genre à fantasmer et à garder la tête dans les nuages ?

Avez-vous une bonne estime de vous-même ?



## Où se trouve le ying perdu?

D'après l'auteure de « femmes qui courent avec les loups » le lieu de l'acquisition de nos attributs perdus, c'est la Selva Subterranea, la forêt d'en bas, le monde souterrain de la connaissance féminine. C'est un monde sauvage qui vit sous celui-ci, sous le monde que perçoit le moi, c'est à dire notre conscience.

Il peut ressembler à une forêt d'épineux bien sombre, à une grotte pleines de bijoux aussi hauts et grands que des arbres ou... à une jungle.

C'est ici, dans cette jungle, que commence notre premier voyage. Notre héroïne ? Katy Perry.

Oui alors c'est un peu gonflé... alors que nous avons à disposition des Chopra, Ama, Dalaï Lama et autres Tolle c'est vers une icône de la pop que je vais me tourner. Et croyez bien que ce choix acidulé est tout à fait intentionnel (ne vous avais-je pas dit : oeuvres fraîches et surprenantes ?)

La descente a souvent été décrite comme un état sombre, effrayant. Les initiations égyptiennes, notamment, étaient conçues pour décourager les très nombreux prétendants. C'était un peu nos examens et diplômes actuels : il fallait tailler dans la masse !

Plus loin encore, à l'époque où notre conscience n'était pas aussi développée, il était courant de perdre pied en inspectant notre inconscience (et de sombrer dans la folie.)

Et dans notre inconscient, subsiste encore cette part effrayante du processus, nous retenant souvent d'en faire l'expérience.

La descente est le plus souvent très agréable. Rien de mieux donc, que de couper court à tous nos fantasmes les plus terrifiants, en prenant la main joliment manucurée de Miss Perry, et franchir, sans même nous en rendre compte, nos propres premières résistances.

Je vous propose de visionner maintenant le clip de la chanson « Roar » :

<https://www.youtube.com/watch?v=CevxZvSjLk8>

Un couple survit à un crash en terre sauvage. La jeune fille ne semble pas très sûre d'elle (en plus de la situation effrayante !) et suit son compagnon dans la jungle.

Le texte de la chanson est aussi intéressant que les choix de la réalisation vidéo.

Dans le premier couplet, elle explique qu'elle est angoissée à l'idée de risquer de faire les choses de travers et qu'elle a pris l'habitude de se taire constamment, de s'effacer en étant toujours polie et silencieuse. Au point ne plus se lever pour des valeurs, au point de laisser les autres aller trop loin, au point d'oublier qu'elle a le choix, au point de devenir un être fragile, prête à vaciller pour un rien.

Bref, cette jeune femme semble faible, malléable. Une proie facile pour les autres qui n'hésitent pas à franchir ses limites.

## *La quête initiatique de l'héroïne*

Et puis les paroles deviennent étranges et énigmatiques... voici une traduction littérale :

« Tu m'as gardé à terre, mais je me suis relevée  
Retirant déjà la poussière  
Tu entends ma voix, tu entends ce son  
Tel un tonnerre, qui va secouer la Terre »

La poussière mais aussi la terre, la boue sont des morceaux de la Terre, de la Déesse. Elle est d'ailleurs à terre... dans le clip, cela est bien plus évident encore. La première image s'ouvre sur les restes d'un avion qui vient de se cracher. Descente donc. Evidente et extrêmement violente ! Le choix de la localisation de la vidéo n'est pas anodine, puisqu'elle se retrouve dans la jungle. La jungle, la forêt sont des stéréotypes de l'énergie féminine. Ce sont les lieux où l'on rencontre la Déesse, dans l'ombre et l'humidité.

Le jour laisse rapidement place à la nuit, ambiance oh combien fortement féminine.

Et pour couronner le tout, le masculin se fait bouffer dès les premières secondes ! Eh oui, dans la descente, on laisse de côté les énergies masculines factices... en effet, l'homme qui l'accompagne est très superficiel, peu aimable. Il ne peut s'agir de son bon animus (sa part masculine intérieure selon la théorie de Jung) mais plutôt de sa part d'ombre qui ne cherche qu'à évoluer dans le paraître.

Cette fausse image commence donc par se faire détruire. Et la destruction est elle-même une image forte de la féminité. Oui, la Déesse est souvent associée à la vie, à la fécondité bien sûr, mais aussi à la mort. Kali est la Déesse de la destruction. Au Mexique, la Muerte est fêtée le jour des morts et son pouvoir à la fois craint et honoré, est glorifié.

Reprenons ! Notre amie avait donc une piètre image d'elle-même, jusqu'à ce qu'elle tombe (ou qu'elle se fasse pousser) tout droit dans les bras de la Déesse. Elle s'est ensuite relevée et a révélé toute sa puissance au monde.

Voici donc une petite idée de ce que représente la descente : une perte dans la boue du dessous qui nous fait retrouver toute notre force et notre puissance.

## **Expérience inconsciente de naissance**

A quoi peut ressembler une telle expérience dans notre vie réelle ? Pour les femmes, l'acte de donner naissance a toujours été un passage initiatique.

L'accouchement plonge naturellement les femmes dans leur inconscient. De là, de nombreuses images surgissent, qui repartent immédiatement après. Furtives, nous pouvons à peine les saisir. Ce n'est d'ailleurs pas très grave. Elles vont et viennent et font ce qu'elles ont à faire : nous transformer.

Je me rappelle tantôt d'un océan, bleu si foncé, qu'il en était presque noir. Je suis au cœur de cet océan. Je me souviens également d'un passage sous terrain, fait de vagues de terre, qui ouvrait un passage à peine plus grand que la taille d'un humain. Sa couleur était rose, orangée et marron. Les parois luisaient d'humidité.

Lorsque nous nous trouvons dans cet endroit mystique, nous parlons, nous sentons avec l'instinct. Dans cette situation, nous comprenons ce que nous

## *La quête initiatique de l'héroïne*

avons du mal à saisir en étant dans le monde du dessus. C'est pourquoi il est si difficile d'en faire une description correcte, lorsque nous en revenons.

C'était en 2009 et bien que la majorité des souvenirs se soit envolé, je me revois très bien, coupée de tous mes sens, plongée à l'intérieur de moi-même. J'ai l'impression d'avoir une tonne d'eau qui me bloque les poumons.

D'ailleurs, la douleur arrive par vagues.

J'ai la nausée.

Je n'entends plus. Je ne suis pas sûre de voir quoi que ce soit. Le personnel de la clinique doit me répéter plusieurs fois des phrases simplistes.

La douleur conduit les femmes dans un même lieu. A l'intérieur. Dans le royaume souterrain où tout se passe.

Mais que trouvons-nous, au juste, à l'intérieur de cette grotte symbolique ?

Ma première nuit de maman a été remplie de cauchemars. Je me réveillais toutes les heures, pleines d'images et de sensations terrifiantes. De voix.

J'allais me rafraichir devant le minuscule lavabo et j'avais l'impression que le néon froid et bourdonnant était plus irréel que mes visions.

C'était un de ces moments où l'on se demande ce qui est le plus vrai. Nos rêves ou notre vie éveillée ? Et si notre éveil était lui-même un rêve ? Comment faire la différence ?

Au petit matin, tout semblait à nouveau normal. Je me sentais simplement plus... étendue.

J'avais un peu l'impression d'avoir été un ordinateur auquel nous aurions transféré l'intégralité d'une clé usb. Je me sentais alourdie et vaporeuse, il m'était impossible d'accéder à tous les dossiers nouvellement téléchargés, mais je les sentais là.

Je m'amuse aujourd'hui à imaginer que j'avais téléchargé tous les dossiers en rapport avec mon nouveau rôle de mère. Après tout, quelques heures à peine avant ce moment, je ne savais rien des nourrissons mais à la suite de cette nuit horrible, je n'avais plus un soupçon de doute ou de questionnement. Je savais quoi faire. Bien entendu mes mains étaient encore hasardeuses... j'ai reçu quelques critiques concernant ma méthode d'allaitement. Les sages femmes avaient le chic pour dire un truc comme : « oh juste un conseil, faites comme ça ! » Parfois même, elles changeaient notre position (nous touchant sans y être invité !) et bravement j'essayais. C'était inconfortable et ça fonctionnait moins bien. Peu à peu, je n'essayais même plus et me contentais de leur sourire.

On parle d'instinct maternel... et on dit que certaines n'en ont pas... peut-être que le téléchargement s'est mal passé ? Ou que notre habitude de donner raison aux experts prévaut sur nos ressentis ?

Le monde dans lequel nous vivons, nous a progressivement éloigné de nos savoirs intérieurs. Savoirs jugés non reconnus.

Les professionnels, eux, ont appris, parfois des années leur métier. Ils ont été testés, encore et encore. Ce sont des experts.

## *La quête initiatique de l'héroïne*

Et depuis que nous sommes tout petit, on nous apprend à nous fier à ces experts.

On nous apprend à les vénérer !

On nous apprend, certainement de façon non intentionnel, que les instituteurs en savent plus sur le monde que notre entourage, que les médecins en savent plus sur notre corps que nous même.

Nous avons si peu d'estime envers nous-mêmes... après tout, ce savoir n'est pas estimable, quantifiable, mesurable. Il n'a donc pas sa place dans ce monde où la science est devenue le nouveau dogme.

Pourtant je tenais bon. Mon savoir à moi (jusqu'alors INEXISTANT) était, oui, j'ose le dire : MEILLEUR. Je ne me posais pas de questions sur d'où il pouvait venir. Je me contentais de m'en servir.

Mon cheminement m'a progressivement amené à croire que mes ressentis avaient peut-être une part de réalité. Il existerait une mémoire universelle (la mémoire Akashique, l'inconscient collectif, ou qu'importe son nom !) qui détiendrait toutes les données, les souvenirs, TOUT ce qui concerne notre monde (et les autres !)

Existe-t-elle ?

Ce qui est troublant, c'est que milliers d'années après milliers d'années, l'humanité conserve les mêmes symboles.

Quelque soit sa civilisation et sa position géographique.





## A votre tour !

Maintenant, penchons-nous sur votre relation à la grotte de la Déesse... il est réellement probable, que vous ayez déjà voyagé sur ces Terres sans le savoir. Tentez de répondre à ces questions pour vous remémorer une éventuelle première descente.

Avez-vous déjà eu des périodes dépressives dans votre vie (ou sombres) ?

Quelles étaient les raisons (tristesse, abandon, besoin de reconnaissance, recherche de sens,..) ?

Combien de temps ont duré chacune d'elle ?

Qu'en avez-vous retiré ?

Comment votre entourage a-t-il vécu cette période de votre vie ?

Avez-vous des résistances à revivre (ou vivre) ce genre de moment à cause des réactions possibles de votre environnement et de vos proches ?



## *Chapitre 2 Descendre et devenir une héroïne*

Quittons Miss Perry et son pays, les USA, pour la Polynésie afin d'en apprendre d'avantage sur le passage d'un ying faible (une femme avec peu d'estime) à un ying fort (la survivante).

Car la voie pour retrouver notre Graal est en nous et notamment dans les contes qu'on nous racontait, enfant. Ainsi lorsqu'un prince/chevalier vient délivrer la belle princesse, c'est bien l'énergie masculine, le faire qui permet de délivrer les idées, emprisonnées dans les mondes éthériques.

Oui, l'initiation de nos jours, vise surtout à libérer nos princesses intérieures, bâillonnées pour pouvoir réussir dans nos vies si masculines.

Il nous faut donc contacter la Déesse, lorsque nous souhaitons libérer notre monde intérieur, notre femme sauvage, notre féminin sacré, le pays des idées, notre petite voix intérieure, notre intuition.

Mais, nous l'avons vu, ce n'est pas un donjon qu'il va falloir chercher.

Que ce soit par les contes de fées, les mythes ou les légendes, plus d'une centaine de récits décrivent inlassablement les mêmes schémas.

Certains contes vont insister sur un point spécifique de la transformation humaine. Car c'est bien cela dont il s'agit : notre transformation en individu unique, équilibré et créateur. D'autres contes ou légendes peuvent nous présenter la globalité du processus.

C'est le cas de Vaiana, fille du gigantesque Disney, sortie en 2016 (et qui a renversé à tout jamais l'idée que je me faisais des dessins animés). Si l'héroïne est comme d'habitude une princesse, le scénario, basé sur une légende polynésienne, suit les jalons caractéristiques d'un conte initiatique.

Vous trouverez un résumé de l'histoire en annexe, mais je vous invite grandement à voir ce film qui est une belle expérience.

L'histoire contient de belles surprises et je risquerais de gâcher un futur visionnage. Oui, il s'agit bien d'un spoiler alert... ne passez à la suite qu'en connaissance de cause !



## La fin de l'innocence

Depuis toute petite, les pas de Vaiana l'emmènent toujours vers l'océan. Etrangement, les parents de notre héroïne polynésienne vont tout faire pour la décourager (curieux pour des insulaires, non ? ) quitte à flirter librement avec la manipulation émotionnelle... car la jeune fille est la descendante du chef de tribu et son devoir de princesse est de rester sur l'île et s'occuper de sa tribu.

Donc Vaiana lutte pour ne pas se lancer dans l'océan. Tel un combat entre notre instinct sauvage et notre éducation.

Pourtant, un jour elle n'y tient plus et désobéit à ses parents. Elle prend une pirogue et se lance sur l'eau. Au loin, un récif corallien. C'est la limite interdite que même les pêcheurs n'ont pas le droit de traverser.

Vaiana veut voir l'océan et veut donc forcément, franchir la barrière (et en chanson, n'oublions pas, c'est un Disney).

Rapidement les choses tournent mal. La pirogue se fait embarquée entre vents et courants. Très vite, Vaiana comprend qu'elle risque sa vie et celle de son compagnon d'enfance (un cochon).

Emerveillée par le bleu de l'océan, elle n'avait pas su voir le danger. Par chance, elle est saine et sauve.

Son innocence et sa naïveté, qui l'avaient poussé au-delà de sa zone de confort, se sont brisés. Elle se sent mal, ne voit qu'un échec à sa tentative... comme nous toutes lors de notre première embarcation !

Elle a lancé son initiation. Elle a répondu à l'appel. La première étape (la fin de l'innocence) est réalisée. Ce qui apparaît comme un échec, n'en est pas un. C'est le déroulement normal de l'histoire qui nous prépare à la véritable première épreuve : l'affrontement de la peur.

Oh qu'il est facile d'oser quand on ne voit pas le danger !

Désormais, le temps de la naïveté est dépassé. Vaiana sait (elle a mordu dans la pomme du savoir, comme Eve avant elle).

Et que faire désormais ? Accuser le choc ! Et paradoxalement, retourner dans sa zone de confort : son village, ses parents. Elle va même commencer à endosser son rôle et ignorer sa petite voix qui l'amenait continuellement vers l'océan. Ce n'est qu'un murmure après tout et il est facile de le zapper.

De nombreux héros vont ainsi ignorer encore et encore ce murmure qui finit par s'éteindre.

La grande histoire finit là.

Après tout, le père de Vaiana a aussi été un héros. Il a reçu aussi l'appel et s'est lancé (vers la barrière de corail), a perdu son innocence (la mort de son ami). Son chemin de réalisation personnelle ne le mènera pas plus loin... le héros ne peut affronter ses peurs qui dirigent sa vie. Il promulgue une interdiction pour tous (interdit le franchissement de la limite) et renonce à l'aventure.



## *La quête initiatique de l'héroïne*

Va-t-il en être de même pour notre beauté polynésienne ?

Car à cette peur, s'ajoute encore un autre obstacle : le lien du sang. Dans l'histoire, il est fort. Ses parents sont en vie, ils sont aimants. Vaiana n'est pas une Cendrillon ou une Marie d'or qui ont des marâtres facile à quitter.

Pourquoi le lien du sang nous retient-il ? Simplement parce que nous avons décidé de coopérer aux demandes éducatives de nos parents parce que nous avons vu que cela nous accordait l'amour de nos parents. C'est donc par amour que nous nous civilisons en premier lieu et que souvent, nous retardons d'aller vers l'appel de l'instinct.

C'est à la fois ce lien du sang et cette peur fulgurante qui nous fait revenir dans nos pénates ensuite. La peur de l'inconnu et la puissance de l'appel peuvent nous faire vaciller. Mais il est bon de bien insister qu'il n'est en rien un échec pour la Déesse qui nous attend.

La force de ces histoires est leur parfaite adéquation à nos vies réelles. Comme Vaiana et bien d'autres héroïnes, j'ai également perdu mon innocence, l'illusion d'un monde parfait et gentil. Pour la première fois de ma vie, je connus la véritable peur. Non seulement de ce monde qui n'est en rien celui qu'on croit aux premiers abords, mais aussi de moi-même.

J'avais 15 ans, lorsque je suis descendue pour la première fois dans les limbes. Je passais enfin au lycée et laissait derrière moi ma montagne et mes amis pour rejoindre en ville un lycée technique. Car je voulais vivre ma passion d'alors : la biochimie. Je voulais mettre mes pattes dedans. J'ai toujours été très tactile et les 3 séances de travaux pratiques que nous faisons dans l'année ne m'avais jamais suffit. C'était tellement décevant de parler de strates géologiques sans sortir en voir pour de vrai, de cellules qu'on ne voyaient que dans un documentaire de mauvaise qualité, ...

C'est à partir de là, que je me suis enfoncée.

Quel événement en particulier joua le rôle de déclencheur ? Je ne sais pas vraiment.

Le manque de ma famille ? De la forêt ? La lourde opération de femme que ma mère devait subir en même temps ?

Je tombais moi aussi dans des vapes anesthésiantes, état qui se prolongea pendant des mois et qui fut reconnu comme une dépression.

Je me sentais enlisée. Tout était sombre.

Ma famille me rapatria très tôt, mais rien n'y fit.

Je passais du temps à pleurer les larmes de mon corps dans les toilettes (d'un nouveau lycée sympa et amical). J'avais perdu l'envie d'apprendre. J'avais l'impression d'être enfermée et de perdre mon temps.

Je ne savais pas vraiment ce que je perdais comme temps. Je n'avais pas de hobby qui m'obnubilait. Ni de garçons qui me faisaient rêver. Je savais juste, qu'au fond de moi se jouait un drame entre celle que j'étais vraiment et celle que j'allais faire semblant d'être, peut-être pour le restant de ma vie !

Je luttais et perdais mon énergie. Je n'allais pas en cours. Je préférais pleurer... à 15 ans je me retrouvais ainsi sous antidépresseurs.



## *La quête initiatique de l'héroïne*

Cette sensation lourde, oppressante, obscure, mais si riche ; venait d'être remplacé par le vide. Je faisais ce que j'avais à faire sans la moindre émotion. Je me sentais robotisée mais je ne disais rien. Je m'étais laissée modeler. J'avais cédé mon pouvoir sans même me rebeller.

J'avais perdu cette richesse intérieure qui bouillonnait et démontait tout sur son passage, au point de faire peur à mon entourage.

Cette expérience avait-elle été vaine ?

Oh que non !

Cette première plongée dans le monde souterrain, nous permet de perdre notre innocence, de reconnaître le danger, d'ouvrir les yeux sur le monde tel qu'il est vraiment et de prendre notre responsabilité protectrice avec nous même (rôle jusqu'alors déchu à nos parents).

Ce n'est donc pas un échec, mais une grande révolution.



A votre tour !

Il est temps pour vous, de regarder également votre histoire personnelle.

Vous souvenez-vous de la façon dont vous avez perdu votre innocence ?

A quelle époque ?

Quel fut le déclencheur ?

Était-ce un processus long ou bien court et soudain ?

Tentez de noter le maximum d'informations dont vous vous rappellerez.



## Face à face avec notre peur



Perdre son innocence n'est pas seulement une étape essentielle de notre histoire personnelle mais c'est aussi la condition sine qua none à notre épanouissement.

Chaque héroïne y fait face et c'est aussi le cas de la jeune fille sans mains (conte éponyme ci après) dont le père fait un marché avec le Diable pour obtenir plus de richesse. Le père pense duper le Diable en lui octroyant un pommier, mais c'est bien sa fille que celui-ci troque sans le vouloir. Ce père un peu naïf, représente le mental des jeunes filles en fleur (comme le pommier) qui font des marchés et se trouvent dupées.

Nous quittons donc la Polynésie pour l'Europe :

*Il était une fois, il y a quelques jours, à l'époque où la farine des villageois était écrasée à la meule de pierre, un meunier qui avait connu des temps difficiles. Il ne lui restait plus que cette grosse meule de pierre dans une remise et, derrière, un superbe pommier en fleur. Un jour, tandis qu'il allait dans la forêt couper du bois mort avec sa hache au tranchant d'argent, un curieux vieillard surgit de derrière un arbre. "A quoi bon te fatiguer à fendre du bois? dit-il. Ecoute, si tu me donnes ce qu'il y a derrière ton moulin, je te ferai riche.*

*- Qu'y a-t-il, derrière mon moulin, sinon mon pommier en fleurs? pensa le meunier. Il accepta donc le marché du vieil homme.*

*- Dans trois ans, je viendrai chercher mon bien, gloussa l'étranger, avant de disparaître en boitant derrière les arbres. "*

*Sur le sentier, en revenant, le meunier vit son épouse qui volait à sa rencontre, les cheveux défaits, le tablier en bataille. " Mon époux, mon époux, quand l'heure a sonné, une pendule magnifique a pris place sur le mur de notre maison, des chaises recouvertes de velours ont remplacé nos sièges rustiques, le garde-manger s'est mis à regorger de gibier et tous nos coffres, tous nos coffrets débordent. Je t'en prie, dis-moi ce qui est arrivé? " Et, à ce moment encore, des bagues en or vinrent orner ses doigts tandis que sa chevelure était prise dans un cercle d'or. "Ah," dit le meunier, qui, avec une crainte mêlée de respect, vit alors son justaucorps devenir de satin et ses vieilles chaussures, aux talons si éculés qu'il marchait incliné en arrière, laisser la place à de fins souliers. "Eh bien, tout cela nous vient d'un étranger, parvint-il à balbutier. J'ai rencontré dans la forêt un homme étrange, vêtu d'un manteau sombre, qui m'a promis abondance de biens si je lui donnais ce qui est derrière le moulin. Que veux-tu, ma femme, nous pourrions bien planter un autre pommier...*

*- Oh, mon mari! gémit l'épouse comme foudroyée. Cet homme au manteau sombre, c'était le Diable et derrière le moulin il y a bien le pommier, mais aussi notre fille, qui balaie la cour avec un balai de saule." Et les parents de rentrer chez eux d'un pas chancelant, répandant des larmes amères sur leurs beaux habits.*

*Pendant trois ans, leur fille resta sans prendre époux. Elle avait un caractère aussi doux que les premières pommes de printemps. Le jour où le diable vint la chercher, elle prit un bain, enfila une robe blanche et se plaça au milieu d'un cercle qu'elle avait tracé à la craie autour d'elle. Et quand le diable tendit la*

## *La quête initiatique de l'héroïne*

main pour s'emparer d'elle, une force invisible la repoussa à l'autre bout de la cour. "Elle ne doit plus se laver, hurla-t-il, sinon je ne peux l'approcher." les parents et la jeune fille furent terrifiés. Quelques semaines passèrent. La jeune fille ne se lavait plus et bientôt ses cheveux furent poisseux, ses ongles noirs, sa peau grise, ses vêtements raides de crasse. Chaque jour, elle ressemblait de plus en plus à une bête sauvage.

Alors le diable revint. La jeune fille se mit à pleurer. Ses larmes coulèrent tant et tant sur ses paumes et le long de ses bras que bientôt ses mains et ses bras furent parfaitement propres, immaculés. Fou de rage, le diable hurla: "Coupe-lui les mains, sinon je ne peux m'approcher d'elle!" Le père fut horrifié: "Tu veux que je tranche les mains de mon enfant? - Tout ici mourra, rugit le Diable, tout, ta femme, toi, les champs aussi loin que porte son regard:" Le père fut si terrifié qu'il obéit. Implorant le pardon de sa fille, il se mit à aiguiser sa hache. Sa fille accepta son sort. "Je suis ton enfant, dit-elle, fais comme tu dois." Ainsi fit-il, et nul ne sait qui cria le plus fort, du père ou de son enfant. Et c'en fut fini de la vie qu'avait connue la jeune fille.

Quand le diable revint, la jeune fille avait tant pleuré que les moignons de ses bras étaient de nouveau propres et de nouveau, il se retrouva à l'autre bout de la cour quand il voulut se saisir d'elle. Il lança des jurons qui allumèrent de petits feux dans la forêt, puis disparut à jamais, car il n'avait plus de droits sur elle. Le père avait vieilli de cent ans, tout comme son épouse. Ils s'efforcèrent de faire aller, comme de vrais habitants de la forêt qu'ils étaient. Le vieux père proposa à sa fille de vivre dans un beau château, entourée pour la vie de richesses et de magnificence, mais elle répondit qu'elle serait mieux à sa place en mendiant désormais sa subsistance et en dépendant des autres pour vivre. Elle entoura donc ses bras d'une gaze propre et, à l'aube quitta la vie qu'elle avait connue. Elle marcha longtemps. Quand le soleil fut au zénith, la sueur traça des rigoles sur son visage maculé. Le vent la décoiffa jusqu'à ce que ses cheveux ressemblent à un amas de brindilles. Et au milieu de la nuit elle arriva devant un jardin royal où la lune faisait briller les fruits qui pendaient aux arbres. Une douve entourait le verger et elle ne put y pénétrer. Mais elle tomba à genoux car elle mourait de faim. Alors, un esprit vêtu de blanc apparut et toucha une des écluses de la douve, qui se vida. La jeune fille s'avança parmi les poiriers. Elle n'ignorait pas que chaque fruit, d'une forme parfaite, avait été compté et numéroté, et que le verger était gardé; néanmoins, dans un craquement léger, une branche s'abaissa vers elle de façon à mettre à sa portée le joli fruit qui pendait à son extrémité. Elle posa les lèvres sur la peau dorée d'une poire et la mangea, debout dans la clarté lunaire, ses bras enveloppés de gaze, ses cheveux en désordre, la jeune fille sans mains pareille à une créature de boue. La scène n'avait pas échappé au jardinier, mais il n'intervint pas, car il savait qu'un esprit magique gardait la jeune fille. Quand celle-ci eut fini de manger cette seule poire, elle retransversa la douve et alla dormir dans le bois, à l'abri des arbres.

Le lendemain matin, le roi vint compter ses poires. Il s'aperçut qu'il en manquait une, mais il eut beau regarder partout, il ne put trouver le fruit. Le jardinier expliqua: "La nuit dernière, deux esprits ont vidé la douve, sont entrés dans le jardin quand la lune a été haute et celui qui n'avait pas de mains, un esprit féminin, a mangé la poire qui s'était offerte à lui." Le roi dit qu'il monterait la garde la nuit suivante. Quand il fit sombre, il arriva avec son jardinier et son magicien, qui savait comment parler avec les esprits. Tous trois s'assirent sous un arbre et attendirent. A minuit, la jeune fille sortit de la forêt, flottant avec ses bras sans mains, ses vêtements sales en lambeaux, ses cheveux en désordre et son visage sur lequel la sueur avait tracé des rigoles, l'esprit vêtu de blanc à ses



## *La quête initiatique de l'héroïne*

côtés. Ils pénétrèrent dans le verger de la même manière que la veille et de nouveau, un arbre mit une branche à la portée de la jeune fille en se penchant gracieusement vers elle et elle consumma à petits coups de dents le fruit qui penchait à son extrémité. Le magicien s'approcha d'eux, un peu mais pas trop. "Es-tu ou n'es-tu pas de ce monde?" demanda-t-il. Et la jeune fille répondit: "J'ai été du monde et pourtant je ne suis pas de ce monde." Le roi interrogea le magicien: "Est-elle humaine? Est-ce un esprit?" le magicien répondit qu'elle était les deux à la fois.

Alors le cœur du roi bondit dans sa poitrine et il s'écria: "Je ne t'abandonnerai pas. A dater de ce jour, je veillerai sur toi." Dans son château, il fit faire, pour elle une paire de mains en argent, que l'on attacha à ses bras. Ainsi le roi épousa-t-il la jeune fille sans mains. Au bout de quelque temps, le roi dut partir guerroyer dans un lointain royaume et il demanda à sa mère de veiller sur sa jeune reine, car il l'aimait de tout cœur. "Si elle donne naissance à un enfant, envoyez-moi, tout de suite un message." La jeune reine donna naissance à un bel enfant.

La mère du roi envoya à son fils un messenger pour lui apprendre la bonne nouvelle. Mais, en chemin, le messenger se sentit fatigué, et, quand il approcha d'une rivière, le sommeil le gagna, si bien qu'il s'endormit au bord de l'eau. Le diable sortit de derrière un arbre et substitua au message un autre disant que la reine avait donné naissance à un enfant qui était mi-homme mi-chien. Horrifié, le roi envoya néanmoins un billet dans lequel il exprimait son amour pour la reine et toute son affection dans cette terrible épreuve. Le jeune messenger parvint à nouveau au bord de la rivière et là, il se sentit lourd, comme s'il sortait d'un festin et il s'endormit bientôt. Là-dessus le diable fit son apparition et changea le message contre un autre qui disait: "Tuez la reine et son enfant." La vieille mère, bouleversée par l'ordre émis par son fils, envoya un messenger pour avoir la confirmation. Et les messagers firent l'aller-retour. En arrivant au bord de la rivière, chacun d'eux était pris de sommeil et le Diable changeait les messages qui devenaient de plus en plus terribles, le dernier disant: "Gardez la langue et les yeux de la reine pour me prouver qu'elle a bien été tuée."

La vieille mère ne pouvait supporter de tuer la douce et jeune reine. Elle sacrifia donc une biche, prit sa langue et ses yeux et les tint en lieu sûr. Puis elle aida la jeune reine à attacher son enfant sur son sein, lui mit un voile et lui dit qu'elle devait fuir pour avoir la vie sauve. Les femmes pleurèrent ensemble et s'embrassèrent, puis se séparèrent. La jeune reine partit à l'aventure et bientôt elle arriva à une forêt qui était la plus grande, la plus vaste qu'elle avait jamais vue. Elle tenta désespérément d'y trouver un chemin. Vers le soir, l'esprit vêtu de blanc réapparut et la guida à une pauvre auberge tenue par de gentils habitants de la forêt. Une autre jeune fille vêtue d'une robe blanche, la fit entrer en l'appelant Majesté et déposa le petit enfant auprès d'elle. "Comment sais-tu que je suis reine? demanda-t-elle.

- Nous les gens de la forêt sommes au courant de ces choses-là, ma reine. Maintenant, reposez-vous." La reine passa donc sept années à l'auberge, où elle mena une vie heureuse auprès de son enfant. Petit à petit, ses mains repoussèrent. Ce furent d'abord des mains d'un nourrisson, d'un rose nacré, puis des mains de petite fille et enfin des mains de femme.

Pendant ce temps, le roi revint de la guerre. Sa vieille mère l'accueillit en pleurant. "Pourquoi as-tu voulu que je tue deux innocents?" demanda-t-elle en lui montrant les yeux et la langue? En entendant la terrible histoire, le roi vacilla et pleura sans fin. Devant son chagrin, sa mère lui dit que c'étaient les yeux et la langue d'une biche, car elle avait fait partir la reine et son enfant dans la forêt. Le roi fit le vœu de rester sans boire et sans manger et de voyager jusqu'aux

## *La quête initiatique de l'héroïne*

*extrémités du ciel pour les retrouver. Il chercha pendant sept ans. Ses mains devinrent noires, sa barbe se fit brune comme de la mousse, ses yeux rougissent et se desséchèrent. Il ne mangeait ni ne buvait, mais une force plus puissante que lui l'aidait à vivre. A la fin, il parvint à l'auberge tenue par les gens de la forêt. La femme en blanc le fit entrer et il s'allongea, complètement épuisé. Elle lui posa un voile sur le visage. Il s'endormit et, tandis qu'il respirait profondément, le voile glissa petit à petit de son visage. Quand il s'éveilla une jolie femme et un bel enfant le contemplaient. "Je suis ton épouse et voici ton enfant." Le roi ne demandait qu'à la croire, mais il s'aperçut qu'elle avait des mains. "Mes labeurs et mes soins les ont fait repousser," dit la jeune femme. Alors la femme en blanc tira les mains en argent du coffre dans lequel elles étaient conservées. Le roi se leva étreignit son épouse et son enfant et, ce jour-là, la joie fut grande au cœur de la forêt. Tous les esprits et les habitants de l'auberge prirent part à un splendide festin. Par la suite, le roi, la reine et leur fils revinrent auprès de la vieille mère, se marièrent une seconde fois.*

Au début du conte de la jeune fille sans main, le père pensait naïvement céder au diable un pommier en fleur. Or il comprit trop tard, que c'était bien sa fille qui était derrière le moulin. Le monde n'est pas ce qu'on pense et voilà notre héroïne coincée à vivre une vie en la subissant. La soumission est d'ailleurs représentée symboliquement par le sacrifice de ses mains.

Nous ne pouvons pas rester à jamais ce pommier en fleurs, symbole de la jeune fille innocente et pleine de potentiel du conte... aussi magnifique soit-il, il doit suivre le rythme des saisons et faire mûrir ses fruits (son potentiel justement).

L'histoire doit continuer pour l'héroïne. Et qui dit naissance du danger et des peurs dit également affrontement de ses peurs.

Même si nous retardons le plus possible, il vient toujours un moment où nous devons à nouveau regarder en face ce qui nous fait le plus peur. Pour cela, la vie sait se mettre en scène. Parfois de façon tragique, en coupant le lien du sang (Bambi, Cendrillon, Marie d'or, ...) ou de façon plus surprenante, en menaçant de couper notre lien avec le monde de l'inconscient et de perdre pour toujours la voix de l'appel.

Dans Vaiana, c'est la grand-mère, symbole de la sagesse et également de la femme sauvage qui représente l'inconscient de notre héroïne. Elle est après tout la douce dingue, qui se permet de danser pieds nus dans l'océan.

Ce n'est pas le lien qui la tenait au monde traditionnel qui se brise. Mais paradoxalement, celui qui la maintenait au monde sauvage. Elle aurait pu se reposer longtemps sur sa grand-mère pour nourrir son âme, encore un peu, de cette nature féminine authentique. Il aurait été plus simple de vivre sa vie de chef auprès de cette grand-mère, véritable portail vers la femme sauvage !

La grand-mère est malade. Le portail peut se refermer à tout jamais.

La peur de perdre la possibilité de répondre un jour à cet appel est plus forte encore que la peur de mourir. Vaiana part donc à l'aventure (et de nuit, puisque les ténèbres sont le symbole de la féminité) et affronte la barrière de corail.

Rassurez-vous ! Souvent l'affrontement est moins terrible que ce qu'il nous paraissait d'abord... c'est avec une grande facilité que Vaiana passe les courants qui avaient faillit lui coûter la vie !

## *La quête initiatique de l'héroïne*

C'est à partir de ce moment là, que commence véritablement l'aventure. Lorsque nous sortons vainqueur de cette bataille avec ce qui nous faisait le plus peur et qui nous tenait sagement tranquille.

Quel que soit les évènements de notre vie qui peuvent nous faire affronter nos plus grandes peurs (que ce soit également une disparition d'êtres chers, un divorce, une perte d'emploi, etc...), il arrive toujours ce moment où nous prenons conscience que cette tranquillité n'était qu'un sacrifice.

Nous nous rendons compte alors que nous nous sommes sacrifiés pour rester \_\_\_\_\_ (la bonne épouse, la bonne mère, la bonne fille, je vous laisse remplir le vide...)

Cela peut prendre des années entre la perte de notre innocence originelle et cette prise de conscience. Dans le conte de la jeune fille sans mains, cela dure 3 ans (entre le marché conclu et l'arrivée du Diable).

3 ans et 3 essais infructueux (3 venues du Diable) ! Mais peu à peu, la psyché va trouver l'énergie nécessaire pour partir... Nous pouvons prendre le temps qu'il faut avant de comprendre le sacrifice que nous avons fait. Voyons l'exemple d'une femme qui a quitté (ou a été quittée) par son mari. Peut-être cette expérience est-elle née de la terreur qu'elle ressentait d'être seule (paradoxalement nous attirons ce que nous ne voulons pas à force d'y penser). Peut-être même, ne se sentait-elle toujours pas prête, au point de se remarier, encore et encore, avec les mauvaises personnes. Souvent, nous vivons le même schéma (quitter ou être quitté dans cet exemple), avant de nous montrer nue, face à notre plus grande terreur : la solitude.

Le temps peut filer avant de trouver le courage de nous lancer, mais un jour, tout devient limpide et nous sommes prêtes.

Car pendant cette attente, ce moment avant la grande bataille, nous sentons bien que « quelque chose ne va pas ». Nous nous ennuyons. Nous ne savons pas quoi faire dans les domaines de l'amour, du travail, des hobbies. Parfois, nous pleurons toutes les larmes de notre corps, sans comprendre les raisons de notre tristesse.

Par exemple, arrivées à la pointe du succès, au bout de grandes études... nous sommes nombreuses à ne pas nous sentir à notre place. A voir un grand vide.

Si la vie ne provoque de grands chamboulements, peut-être commençons-nous à vivre une période de déprime. Mais c'est à l'héroïne seule de prendre la décision d'affronter ses peurs et de lancer son aventure.

Après 3 tentatives pour prendre la jeune fille sans mains dans ses filets, le Diable lâche prise. Les parents de la jeune fille sans mains sont désormais riches, elle pourrait vivre chez elle luxe et oublier. Pourtant, elle ne fait plus l'erreur de rester et de sacrifier sa vie à l'ennui et aux pleurs, elle choisit de les quitter.

Car une héroïne n'est une héroïne que si elle répond à l'appel !

Beaucoup se « médicamentent » pour ne pas répondre à l'appel et tenir, tout de même, le coup. La plupart du temps, nos amies, nos voisines se serront les dents, prêtes au sacrifice... ou se trouveront un amant pour se sentir à nouveau vivantes.

Car, la beauté de notre condition humaine est la possibilité de choisir : rester ou partir.

## *La quête initiatique de l'héroïne*

Oui. Rester ou partir. Et ce à quoi une femme doit tourner le dos est toujours d'une grande importance pour elle : famille, faux-animus, « amis », salaire, ...

Dans mon cheminement personnel, il s'agissait de quitter non seulement mon emploi mais aussi un diplôme consacrant des années de sacrifice : un doctorat. Car ce que nous laissons derrière nous, nous coûte souvent cher.

Connaissez-vous la théorie de l'engagement ?

Un exemple nous permettra de parfaitement la comprendre. Imaginez un peu que vous attendiez le bus en ville. Le bus prévu à l'horaire prévu ne vient pas.

Encore une grève qui vous fait grincer des dents. Il fait froid et il pleut et vous vous voyiez déjà sur un canapé bien douillet, un plaid sur les épaules. Sur le tableau lumineux, est annoncé qu'un bus arrive et qu'il sera là dans 15 min.

Vous décidez d'attendre... seulement, 15 min plus tard, rien. Et le tableau lumineux indique qu'il vous faut désormais attendre 20 min.

Que faire ? Attendre ? Partir à pied ?

Les recherches en neurosciences indiquent que nous allons préférer attendre. Pourquoi ? Parce que si nous renonçons maintenant, nous nous mettons dans une posture mentale difficile. Partir maintenant indiquerait que nous avons fait un mauvais choix préalable. Et notre mental ne peut le reconnaître, il préfère au contraire s'enfoncer ! Il préfère attendre pour se prouver qu'il avait raison !

Notre mental est donc celui qui nous tient enchaîné à l'introduction de notre histoire. Avec entrain nous voulons démarrer notre histoire, puis nous avons heurté un mur. La douleur, la peur de survie nous a montré le danger qui ne nous ne soupçonnions même pas. Nous avons voulu oublier ce que nous prenions pour un échec dans le confort de notre passé et avons attendu. Parfois très longtemps, à cause de ce mental.

Ne le punissons pas trop. Après tout, il est là pour faire son boulot.

Je n'aimais pas ma thèse. Mais je me sacrifiais car y trouvais un certain confort (salaire et promesse d'emploi). J'avais peur de me retrouver sans argent, comme je l'avais été, petite. La vie a pris les choses en main avec une grosse surprise.

Mais je n'étais pas prête. Je suis retournée dans cette zone de sacrifice par peur de manquer. Et pour voir jusqu'où je pouvais tenir, j'ai eu droit, en plus, à être harcelée moralement à mon retour de maternité.

Là j'ai craqué. Et je me souviens parfaitement de la seconde précise où j'ai tout lâché. C'était dans le bureau du directeur de l'école doctorale, où j'avais été convoquée.

Pendant la séance, j'avais fait une curieuse expérience. Je m'étais retrouvée au fond de mon corps. Je regardais ce qu'il se passait comme à travers un espèce de périscope, de très loin. J'avais même l'impression d'être dans une grotte marron. A l'époque, je n'avais jamais entendu parler de descente. Mais j'avais immédiatement compris qu'il se déroulait là, un moment clé de mon existence et que je devais enfin, lâcher prise.

Je partais du bureau libérée. Là encore, j'avais eu le choix. Et j'ai choisit de manquer, d'avoir un salaire en moins... et pendant des années, notre foyer a vécu sous le poids de l'ombre financière. Mais ce fut la plus belle décision que je pris de toute ma vie !

A votre tour !

De quoi avez-vous peur ?

Faites une liste de toutes vos peurs, des plus grandes aux plus infimes.

Maintenant que se passerait-il si vous vous retrouviez à vivre ce qui vous fait le plus peur ? Imaginez-le et décrivez-le, le plus précisément possible.

Pensez-vous ne pas vous en sortir ? Y en a-t-il beaucoup où vous vous retrouvez en véritable danger de mort ? Est-ce finalement aussi terrible que ce que vous pensiez ?



## Guidée

Le grand départ a eu lieu et nous voici de véritables héroïnes. Qu'est-ce qui nous attend désormais de l'autre côté ?

Si cela peut paraître effrayant, il faut savoir que le saut dans l'aventure, dans l'inconnu ne se fait pas seul. Un jour, que nous soyons sûre ou pas de notre capacité à faire le grand saut, les événements de la vie s'organisent. Le diable arrive. Et curieusement nous sommes prêtes.

Nous prenons un bain, nous habillons de blanc, traçons un cercle de craie... comme si nous connaissions la voie pour aller rejoindre la Déesse. Quelque chose nous a été transmis (téléchargé lors d'une première descente dont nous n'avons même pas soupçonné l'existence) et nous tendons l'oreille vers ce que nos rêves ont à nous dire.

Car oui, à peine les héroïnes décident-elles de se lancer qu'elles sont immédiatement rejointes... pour Vaiana, c'est l'esprit de sa grand-mère. Pour la jeune fille sans main c'est l'esprit blanc. Dans Baba yaga, la jeune fille est aidée par des objets. Idem dans l'histoire des 3 princes (qui se font aider par les fourmis, les poissons, ...) Le prince dans Cendrillon est aidé par les oiseaux et par la maman décédée de Cendrillon. Pour Katty Perry, il s'agit d'animaux (singe, éléphant...)

L'aide magique apparait dans TOUS les contes, dans TOUTES les légendes.

Nous ne sommes pas abandonnés dans notre histoire, au contraire ! Nous sommes aimés, aidés, soutenus et guidés. Et chacun de ces guides sont de l'autre monde, le monde éthérique, celui que nos sens ne peuvent appréhender.

Chacun possède une équipe qui l'entoure, toujours prête à l'aider. Chaque civilisation les nomme selon leurs préférences : anges gardiens, maîtres ascensionnés, muses...

Actuellement il est de bon ton, de dénigrer leur présence et bien entendu, ceux qui y croient encore. Ce n'était pas le cas de la Grèce antique où les auteurs n'hésitaient pas à dédicacer leurs ouvrages à leur muse ou à les invoquer, tel Homère qui commence son Odyssée par un merveilleux « Ô Muse, conte-moi l'aventure de l'Inventif ».

D'après Clarissa Pinkola Estes, « l'initiation, c'est le processus par lequel nous abandonnons notre inclinaison naturelle à l'inconscience pour décider que, même si cela nécessite des souffrances, des efforts, de l'endurance, nous poursuivrons l'union consciente avec l'esprit profond, le Soi sauvage. »

Il s'agit donc bien de prendre conscience de l'existence de notre plan inconscient, au-delà du moi, au-delà de la réalité dans laquelle nous vivons jusqu'alors.

C'est par ce moi profond que nous pouvons communiquer avec ces guides extérieurs. Notre féminin sacré capte les informations des muses, des idées. Notre sphère émotionnel permet ensuite de pouvoir conscientiser, dans notre corps, ces informations. En admettant que d'autres plans invisibles existent, et qu'il soient, en plus, riches d'êtres invisibles ou de concepts inspirants, nous pouvons alors nous demander si nous pouvons faire confiance à tout ce que nous pourrions rencontrer... êtres et concepts flottants : tous positifs ?

## *La quête initiatique de l'héroïne*

C'est là que nous devons faire confiance en notre ressenti profond. En tant qu'humain, nous sommes tous dotés d'un cœur qui a la particularité d'avoir des neurones (si, si, c'est vrai !) au même titre que notre cerveau. Notre cœur est donc un organe sentant, biologiquement parlant !

Lorsque nous plaçons notre intention à l'écoute de nos guides, il suffit de placer également une part de nous, dans cet organe si important. Que ressentons-nous ? De la grandeur ? Une fermeture ? De la clarté ?

Nous devons obtenir un peu cette sensation que l'on éprouverait à côté du fantôme blanc de la jeune fille sans mains, ou de la joie lorsque l'esprit de la grand mère rejoint Vaiana. Oui, à l'écoute de nos véritables guides, il n'y a pas de doute possible : nous ressentons une véritable et profonde joie !

Et nous sommes toujours récompensés. L'esprit blanc de la jeune fille sans mains va l'aider à se nourrir en vidant les douves du château. L'esprit du poirier abaisse sa branche et une de ses poires. Et ce ne sont pas n'importe quelles poires. Ce sont les poires du roi.

Les guides ne nous conduisent pas n'importe où ! Ils nous conduisent directement dans le jardin du roi.



## A votre tour !

Avez-vous déjà suivi votre intuition ? Fait quelque chose sans aucune rationalité ?

Poursuivi une idée qui filait ?

Il peut être tellement difficile de faire la différence entre notre intuition et notre mental. Voici quelques astuces : la voix de notre intuition est beaucoup plus faible que celle de notre raison (comme un murmure). Elle est fugace, c'est à dire, qu'elle passe alors que les pensées que l'on ressassent et qui nous restent, sont elles le fruit de notre mental.

Voici un exemple tiré du blog de lulumineuse : vous avez envie de vous faire un thé. C'est très soudain. Puis vous vous dites que vous êtes bien assise dans votre canapé, bien au chaud et que vous n'avez pas envie de vous lever et d'aller dans la cuisine.

L'idée initiale c'est de vous faire du thé.

Les pensées qui viennent par la suite, sont de votre mental.

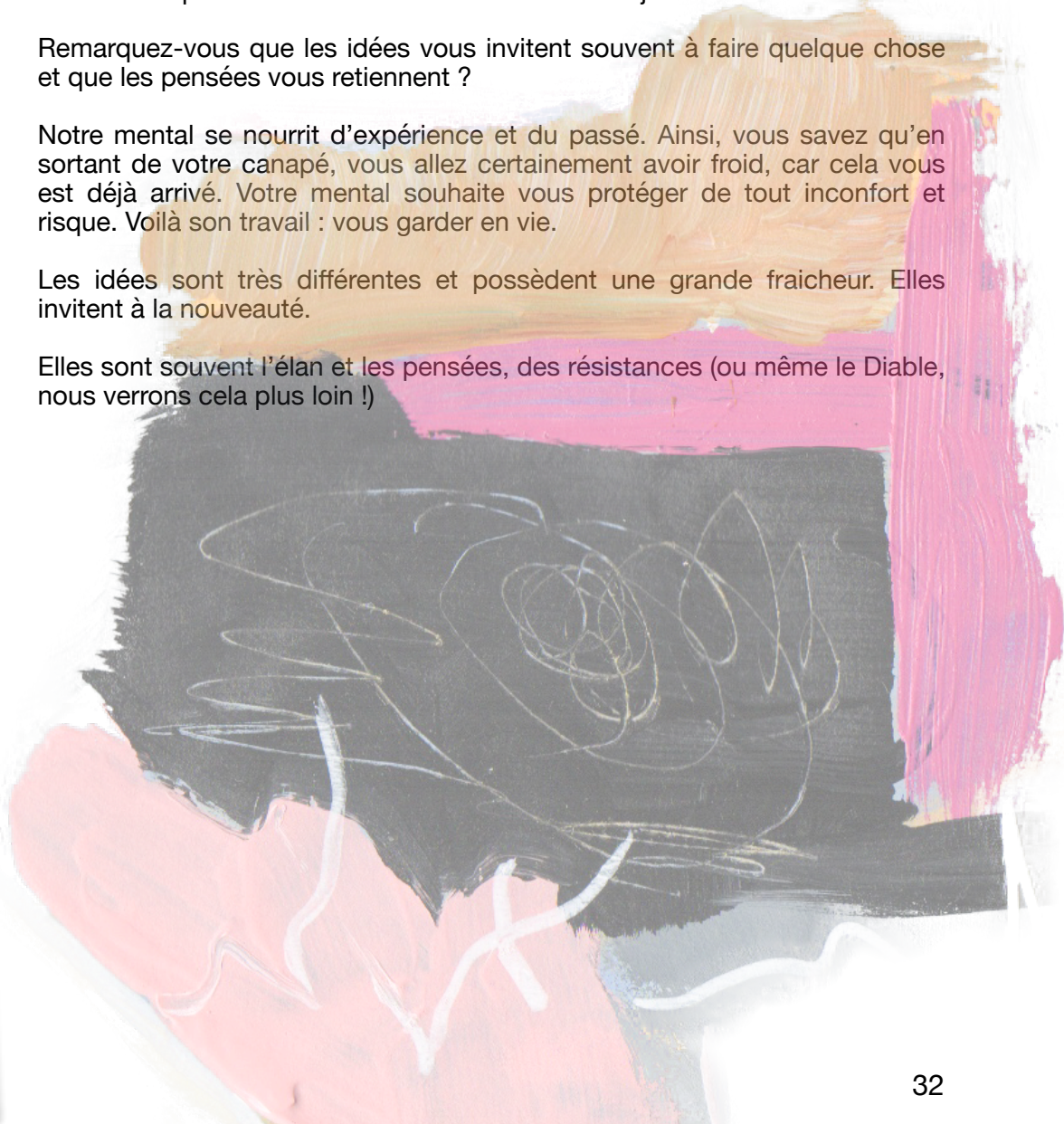
Tentez de repérer leur différence au cours de votre journée !

Remarquez-vous que les idées vous invitent souvent à faire quelque chose et que les pensées vous retiennent ?

Notre mental se nourrit d'expérience et du passé. Ainsi, vous savez qu'en sortant de votre canapé, vous allez certainement avoir froid, car cela vous est déjà arrivé. Votre mental souhaite vous protéger de tout inconfort et risque. Voilà son travail : vous garder en vie.

Les idées sont très différentes et possèdent une grande fraîcheur. Elles invitent à la nouveauté.

Elles sont souvent l'élan et les pensées, des résistances (ou même le Diable, nous verrons cela plus loin !)





## Ils se marièrent et eurent beaucoup d'enfants...

N'oublions pas que notre initiation a, avant tout, le but de nous rendre créateur, de réunifier nos parts féminine et masculine.

Pour les femmes, c'est le moment de rencontrer son animus (pour les hommes, son anima).

Vaiana, rejoint l'île du Dieu Maui.

La jeune fille sans main accède au jardin du roi.

Sur le plan symbolique, à quoi correspond un jeune Roi ou un jeune Dieu ?

Ce sont des figures masculines (donc actantes) et réalisées (il ne s'agit pas d'un prince en devenir qui a encore des choses à apprendre, ni d'un père maladroit prêt à échanger son enfant par méconnaissance de la duperie du monde.) Un roi est un fin stratège, il connaît le monde, il sait comment régner dessus. C'est donc un homme de sagesse, un protecteur, présent pour aider la jeune fille à mieux évoluer dans le monde inférieur et dans ses recherches de l'âme.

« Il compte ses poires non pas pour les garder jalousement, mais pour savoir si quelqu'un est arrivé dans le monde du dessous pour entamer son initiation. Le monde de l'âme attend toujours la novice. Le roi attend. Quand le roi apprend qu'un changement est intervenu, il vient voir et veut comprendre. » \*

Lorsqu'il l'aperçoit et comprend d'où elle vient, le roi, tombe immédiatement amoureux de la jeune fille, il veut la protéger et souhaite l'épouser. A quoi correspond ce mariage ? Le roi du dessous, soit donc le roi du pays des morts, et la jeune fille du monde des vivants, car ainsi qu'elle le dit au magicien du roi : elle voyage en bas, mais elle appartient au monde des vivants.

C'est le même mariage qui a lieu entre Hadès, le Dieu des morts et Perséphone, enlevée par ce dernier pour en faire sa reine. Reine des morts appartenant au monde des vivants.

Le monde du conscient et de l'inconscient sont désormais unis.

Nous comprenons que nous devons intégrer la part inconsciente de notre être et la conscientiser, l'utiliser tous les jours dans notre quotidien.

Nous naviguons ainsi dans les souterrains de notre psyché tout en vivant une vie quasi normale. Nous nous occupons du linge, des enfants, des repas, nous allons au travail tous les matins. Pourtant, nous nous trouvons également en bas et nous tentons d'équilibrer ces deux mondes.

Nous avons besoin d'authenticité, de vérité et de sens dans nos tâches les plus simples. Nous ne supportons plus le monde masculin, les joutes de langage, les jeux intellectuels, les stratégies manageriales.

*\*Clara Pinkola Estes*

## *La quête initiatique de l'héroïne*

Nous sommes reine des morts tout en appartenant aux vivants.

Et c'est alors que le miracle se produit. Notre roi nous offre des mains d'argent, c'est à dire que nous renouons avec notre dextérité et notre créativité. Nous reprenons notre vie en main, toujours dans le monde du dessous, ce qui signifie que nous apprenons à vivre nos dons extrasensoriels, nos pouvoirs extraordinaires : Vaiana, apprend à lire les étoiles, à connaître les courants. Maui lui offre des mains de navigatrices.

C'est un moment exquis dans lequel nous nous retrouvons.

Nous nous découvrons une passion nouvelle pour le jardinage, la marche en forêt ou dans les dunes, nous prenons plaisir au silence, nous reprenons l'écriture d'un roman commencé à l'adolescence ...

Nous quittons notre boulot, nous décidons de faire des enfants (alors que nous sommes directrices et n'en avons pas du tout le temps), ou au contraire, nous délaissions notre famille pour un intérêt soudain pour ... la vannerie !

Nous avons des envie subites et totalement irrépessibles comme de courir pieds nus dans l'herbe, d'aller voir la mer, d'apprendre à faire du levain et du pain par nous-même.

Notre entourage ne nous comprend pas. Nous même, nous nous voyons parfois comme une parfaite étrangère !

Peu après avoir décidé de laisser tomber ma thèse, je connus cette liesse véritable. Je pouvais « voir » une auréole de clarté vers ce qui comptait vraiment pour moi. Je semblais être passée du mode « auto-pilotage » au mode manuel. Je voulais découvrir qui j'étais vraiment. Ce en quoi j'étais douée.

Tout semblait paradoxalement facile.

Je m'épanouis alors comme jamais. J'expérimentais le végétarisme, l'instruction en famille, la peinture. Je dévalisais les librairies. Mes passions nourrissaient intensément mon âme et j'avais enfin, l'impression de ne plus avoir faim.

Le mariage avec notre inconscient, est un moment de pur joie comme pour tout mariage. Nous sommes désormais plongées dans une nouvelle vie aventureuse, pleine de joie et d'opportunités, d'aides providentielles. Nous nous sentons grisées par ce voyage et par nos nouvelles connaissances. Parfois même, nous attendons un enfant.

Un enfant-idée.

Une idée qui nous semble extraordinaire, révolutionnaire et qui germe en nous alors que nous sommes encore dans la forêt souterraine.

C'est une vie idéale que nous vivons. Mais nous ne pouvons rester indéfiniment dans cette liesse, il ne faudrait pas que nous perdions de vue, le sens de cette expédition. Il nous faut terminer notre voyage, et souvent c'est grâce à l'intervention du Diable que nous nous remettons en marche.

A votre tour !

Quelle est votre passion ? Votre flamme ?

Comment la décririez-vous ?

A-t-elle été toujours dans votre vie ? Dans votre enfance ? Adolescence ?

Avez-vous du un jour renoncé à votre passion ? Pourquoi ?



## Le diable et le temps des 7 épreuves

Sans doute attiré par la lumière de l'enfant mis au monde par la reine, de notre idée qui prend forme, le Diable apparaît.

Comme dans le conte de la jeune fille sans mains, il apparaît au moment où l'on s'y attend le moins, s'agitant en douce et opérant lorsque les messagers sont endormis.

Comme ces messagers, notre vigilance s'endort au bord de la rivière. Notre vie qui nous paraît si extraordinaire, est telle que nous ne pensons plus du tout à nous maintenir en état d'alerte.

C'est à ce moment que le Diable falsifie une merveilleuse nouvelle en une pure horreur.

Les artistes rencontrent fréquemment ce diable capable de saboter un projet génial en le dénigrant.

Le Diable, c'est le doute qui s'insinue.

Le Diable, c'est aussi le monde extérieur, les autres et la société en générale, lorsque que celle-ci cherche à faire taire nos nouveaux dons, car dans le monde d'en haut, il n'est pas souhaitable de savoir communiquer avec les morts, de connaître le futur, de parler avec les anges.

Nos dons extraordinaires nous paraissent alors honteux.

Nous avons honte de notre propre enfant-idée.

Pour le voyage de Vaiana, c'est la rencontre avec le crabe bling-bling, symbole éclatant de notre société matérialiste qui veut posséder pour l'acte seul de posséder. Il n'y a aucun sens à vivre dans un trou et accumuler des richesses dont nous ne faisons rien.

Le crabe a même volé le pouvoir de Maui, simplement pour le posséder, sans l'utiliser. Le couple affronte le crabe directement, et le combat est moins facile qu'il n'y paraît à première vue. Nos héros peuvent même tomber dans les filets des beaux discours de ce crabe qui se montre très malin.

Il ne faut pas douter de la ruse du crabe ou du diable !

D'ailleurs, la mère du roi, ne va même pas tenter de combattre le Diable de front. Elle va, tout comme lui, utiliser la ruse, en faisant tuer une biche et ramener ses organes comme preuve du meurtre de la jeune fille.

La mère du roi est le symbole de la vieille qui sait. Elle a suffisamment de connaissance dans le monde souterrain, qu'elle sait que combattre le Diable, lui donnera plus de pouvoir encore. Affronter nos peurs, ne fonctionne plus désormais. Le Diable était attiré par notre potentiel au début de notre vie mais le voici encore plus affamé, au regard de ce que nous avons créé. Il est plus intéressé que jamais ! Nous ne pouvons plus l'affronter en face. Nous devons, à la place, nous montrer maligne et les contourner.

Bien que le diable ait été encore vaincu, puisqu'il n'a pas eu ce qu'il avait demandé, voilà que la jeune fille sans mains semble tout perdre : son mari, sa nouvelle famille, ses nouvelles mains... elle redevient errante pour la 2e fois du conte.

## *La quête initiatique de l'héroïne*

Elle traverse la forêt la plus profonde qu'elle n'ai jamais vu. Nous avons bien reconnu là, ce symbole hautement féminin qu'est la forêt. Mais ici, elle est encore plus profonde. La jeune fille semble s'enfoncer d'avantage encore dans le monde d'en bas. Vers l'acquisition de savoirs encore plus difficiles d'accès.

Elle est recueillie dans une auberge, lieu dans lequel elle va rester 7 ans. Ses vraies mains vont repousser peu à peu, son enfant va grandir.

Pythagore, il y a bien longtemps, a révélé la science des nombres dans son académie (pour la première fois, des enfants hors sang royaux, pouvaient recevoir l'initiation. Ce savoir est passé au-delà des murs et nous pouvons encore en saisir des bribes.)

De nos jours, nous rencontrons et utilisons les chiffres en termes d'accumulation. Nous apprenons que 7 est l'addition de 7 unités.

Les chiffres n'ont pourtant pas eu qu'une notion de quantité, mais aussi de qualité, comme la numérologie d'aujourd'hui. 7 ne vaut donc pas "plus" que 6, 9 ou 3.

Regardons cela : le 1 c'est le tout. Et l'unique à la fois. Il n'y a qu'une seule Terre comme la notre. Et il n'y a qu'un seul soi... si nous sommes croyants, nous savons aussi qu'il n'y a qu' UN spécial (Dieu, Allah, La Source le Grand mystère, le Grand esprit,...) et que nous faisons tous partie de cette giga unité qu'est l'univers.

Petite, j'étais subjuguée par cette phrase : "tout est un, un est le tout."

Et puis, il y a eu l'émergence de 2 unités de ce tout : Gaia et Ouranos. Le tout venait de prendre 2 visages différents dans le but de créer. Et tout sur Terre a été réalisé sur ce modèle du 2. Nous vivons dans un monde de dualité (l'homme et la femme, le chaud et le froid, ... même les éléments unicellulaires que nous pourrions qualifier de 1 connaissent la mitose, la faculté de se dédoubler.)

Et le 7 dans tout ça ?

Le 7, c'est LE chiffre de l'initiation. Dans de nombreux contes, le héros (et surtout ici l'héroïne) doit traverser 7 épreuves ou comme dans le mythe d'Inana, 7 portes.

Inana, également connue sous le nom d'Ishtar, est une déesse mésopotamienne qui a fait la grande descente dans le monde des morts. Cette descente n'a pas été provoquée par des événements extérieurs, au contraire de la jeune fille sans mains, elle a été décidée par l'héroïne elle-même !

A chacune de ces traversées, elle devait se dévêtir de ses atours (bijoux, vêtements, ...) pour se retrouver totalement nue, devant sa soeur, la reine des morts.

Aujourd'hui encore, dans les temples indonésiens voués à Kali, les croyants doivent passer 7 salles séparées par 7 voiles\*.

Clara Pinkola Estès, suppose que le conte de la jeune fille sans mains comportait à l'origine, les 7 épreuves que l'héroïne devait traverser. Les histoires et mythes ont en effet été retravaillés par les différentes croyances sociétales qu'ils traversent... ainsi le diable a fait son apparition dans ce conte qui garde des traces païennes en sous couches, comme le voile ou les traces à la craie de la jeune fille qui s'habille en blanc.

## *La quête initiatique de l'héroïne*

La chrétienté n'a donc pas tout remplacé, car il aurait été dommage d'ôter les fragments païens révélant la Déesse.

La Déesse est là, mais les épreuves ont disparues... on sait simplement que la jeune fille a encore besoin de creuser et d'apprendre. Elle a déjà renoué avec son inconscient en le mariant avec le monde des vivants, mais ce ne sont que des mains d'argent qui lui ont été offertes. Elle doit retrouver ses véritables mains, bien en chair. Elle doit encore fouiller les parois de la grotte, travailler à son initiation profonde, développer sa conscience. Elle doit « s'armer » d'avantage pour pouvoir faire face, elle-même, aux futures apparitions du diable.

Et finalement, devenir elle-même, celle qui sait.

*\*Pablo Neruda, J'avoue que j'ai vécu*



## A votre tour !

Marie Louise von Franz, proche collaboratrice de Jung, indique dans son interprétation des contes de fées qu'il était fréquent pour elle de constater une phase de liesse chez ses patients lors de leur analyse.

Guérison miraculeuse, renouvellement du feu de leur passion pour leur hobby ou leur métier... puis, comme cela était apparu, tout s'arrêtait. C'est comme si le processus heurtait un mur.

Cette femme intelligente s'est d'abord fâchée contre cette nature qui donne pour ensuite reprendre. Mais peu à peu, elle en a compris le sens... le travail d'union avec notre inconscient, l'atteinte de l'équilibre parfait, est une chose compliquée à obtenir. Elle demande du travail et de la volonté. Le premier mariage qui intervient avec une facilité déconcertante n'est présent que pour nous montrer ce qu'il y a au bout du chemin. Nous savourons alors, notre victoire en avance.

C'est parce que nous avons goûté notre récompense en amont, que nous trouvons en nous le courage de retourner travailler à notre histoire. De nous enfoncer encore plus loin en terre inconnue dans les souterrains sombres. Et faire ce travail intérieur.

Avez-vous déjà connu un tel miracle ? Comment vous sentiez-vous ? Seriez-vous prêt à parcourir monts et vallées pour le retrouver ?



## Celle qui sait

Dans la jeune fille sans mains, comme dans tous les contes, une figure des plus importantes est présente : la vieille sage.

Oui, dans notre voyage dans les profondeurs, nous rencontrons LA sagesse, auprès de qui nous nous nourrissons. Mais nous ne pouvons rester indéfiniment à têter le lait de la sagesse. Notre but est de devenir la sagesse elle-même et de l'incarner dans le monde d'en haut.

Le roi part en guerre dans un autre pays en laissant la jeune fille sous la protection de sa mère, car lui-même sait qui elle est vraiment.

La vieille est maline, nous l'avons vu avec le cas du Diable qu'elle dupe facilement. Elle sait aussi comment transmettre les vieilles histoires aux futures générations, comme la grand-mère dans *Vaiana*, qui n'hésite pas à faire peur à de tout jeunes enfants. Car, elle sait bien que la peur est une émotion qui marque les esprits de son empreinte pour toujours.

Celle qui sait tout semble aussi connaître les tourments intérieurs de l'héroïne, comme si elles les vivaient elle-même. Elle connaît les cachettes secrètes des bateaux (dans une grotte, bien sûr puisqu'elle appartient au monde souterrain !)

Elle sait les anciens rites. Elle sait les secrets de nos coeurs. Elle sait comment nourrir un enfant, en le serrant contre le sein de sa mère, qu'elle prépare pour la suite du voyage.

Elle accomplit son rôle de protection et d'initiatrice, non seulement en nous envoyant à nouveau sur les chemins, mais nous guidant le long du voyage, ne se montrant au besoin que pour chasser nos

Dans le dessin animé *Vaiana*, son rôle de guide lorsqu'une nuit, notre héroïne n'en peut plus et voyage est trop lourd pour elle. Elle vient de se séparer de son roi, le Dieu Maui, et se fait assaillir par des hésitations (mais vous aurez bien entendu reconnu le Diable.) L'esprit de la grand-mère apparaît alors et *Vaiana* retrouve courage pour continuer. D'ailleurs, elle plonge, symbole d'une nouvelle descente dans le monde souterrain, prête à continuer son travail intérieur.

La vieille qui sait connaît les anciens rites magiques. Elle voile la jeune initiée (la jeune fille sans mains), pour son départ. Prendre le voile est l'acte de se plonger à l'intérieur de soi et d'effectuer un travail intérieur. La voilée ne peut pas être touchée. Elle est mystérieuse, mystique, car son travail est sacré.



aussi en  
doutes.

est flagrant  
décide que ce



## *La quête initiatique de l'héroïne*

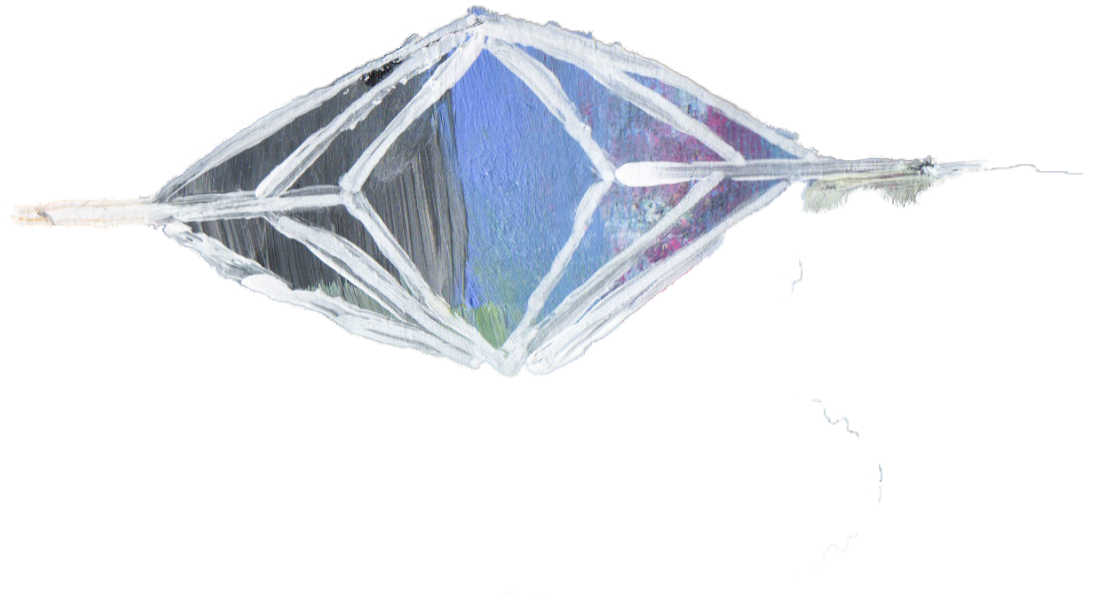
Par ce geste, la vieille révèle un autre de ces multiples visages.

Dans l'antiquité, ce sont les Déesse que l'on représente voilées. Ainsi, pour Clarissa Pinkola Estès, « dans l'inconscient féminin, la reine-mère représente à la fois Déméter et Hécate », c'est à dire la Déesse au double visage.

Déméter est en effet la Déesse de l'agriculture pour les grecs. Elle est vénérée pour l'abondance des récoltes qu'elle offre. Elle nourrit l'humanité. Elle est la pleine lune, la maturation, la fertilité.

Hécate est la Déesse de la lune noire, de l'ombre et des morts. Elle est fille du Tartare, mère de la terrible Scylla qu'affrontera Homère. Ses compagnes sont les Erynies, ces êtres nés du sang d'Ouranos. Elle est sorcière, amie d'Hadès, le roi des morts.

Hécate est la Déesse que « combat » Vaiana. Mais à la fin de l'histoire, l'héroïne se rend compte que Déesse est aussi Te fiti, déesse de la profusion de la nature. Hécate est Déméter. Déméter est Hécate. Ce sont les deux visages d'une même entité : la grande Déesse qui est tout.



## A votre tour !

Retour à mon témoignage de premier jour de mère : après cet accomplissement, je me sentais fière. Je savais là que j'avais réalisé quelque chose d'important dans ma vie. Un acte fort. Un acte sacré.

Je n'ai pourtant pas été célébrée. Qu'importe ! Je me sentais femme, plus que jamais auparavant. J'avais pourtant eu des premières fois de femme : mon premier soutien gorge, mon premier rouge à lèvres, mes premières chaussures à talons, ma première expérience sexuelle... mais pour la première fois de ma vie, j'avais eu l'impression d'avoir affronté la mort et d'en être sortie vainqueur.

Après cette épreuve et la joie de nos premiers regards croisés avec cet enfant, j'avais l'impression d'entrer dans une tribu, dans un clan. Celle des femmes qui sont passées par là. Ne cherchez pas sur Google. Ce clan n'existe pas vraiment. Il n'a pas de réunion mensuelle et ne vend pas de gâteaux aux kermesses.

Et pourtant, ailleurs et dans d'autres temps, ce clan a bel et bien existé. D'ailleurs, la nouvelle mère était autant choyée et félicitée que le nouvel enfant car tous deux venaient d'échapper à la mort. Bien qu'aujourd'hui les naissances se déroulent dans un halo de sécurité et de gel antibactérien, cet acte primaire reste un affrontement avec son contraire (la vie et la mort).

Gaia la fertile, nous l'avons vu, n'est qu'une des facettes de la Déesse. Hécate ou Décate, Kali ou encore la Muerte, toutes déesses de mort et de destruction représentent aussi la grande Déesse.

Oh, ne pensez pas que je sois à l'aise avec l'idée de la mort. C'est encore un long parcours pour moi. Je suis une fervente anti-chasse et je suis devenue végétarienne par souci de protection de la vie. Lors d'un voyage chamanique, j'ai demandé à la Déesse, pourquoi l'existence de la mort était nécessaire à notre monde. Pour toute réponse, celle-ci m'a transformé en biche... et vieillissant je me suis retrouvée prisonnière d'un corps, étendu, ne faisant rien, et contemplant l'éternité. Je me sentais piégée.

La Sagesse sait que l'élimination de ce qui ne doit plus être, permet à la vie de continuer. Mais au delà de cette connaissance, elle est la mort et elle est la vie. Elle n'a pas peur de détruire, que ce soit des mauvaises habitudes, des croyances désuètes ou encore, un animus négatif.

Avez-vous déjà été en contact avec la mort ? Peut-être lors du décès d'un proche ou lors d'un enfantement ?

Quelle est votre vision de la mort ?

Avez-vous déjà mis fin à une situation ? A une relation ? Est-ce une tâche qui vous a paru facile ou pénible ?

Y a-t-il des choses que vous voudriez changer dans votre vie ? Seriez-vous prête à les éliminer radicalement ?

## L'archétype sauvage

Clarissa Pinkola Estès est la première à reconnaître l'existence de l'archétype sauvage. Son essence, subtil et quasi insaisissable est pourtant partout. Elle est dans les contes, les mythologies.

Est-elle Gaïa ? Ou encore Isis, la déesse aux 100 visages ?

Elle est en tout cas la grande Déesse, reine du monde d'en dessous dans lequel elle nous accueille. Elle est Inana, c'est à dire l'initiée elle-même. Et elle est la vieille, celle qui sait.

La Terre, le monde de l'inconscient, la fertilité, la jeune fille, le pommier et l'arbre en général, la grand-mère, la mère du roi, chacune des Déeses d'Inana à Hécate... sont toutes, les visages de cet archétype qui sait tout.

Elle est présente dans chaque arbre de la forêt profonde dans laquelle s'enfonce la jeune fille sans mains et son enfant. Elle est la mère du roi qui l'a aidé de multiples fois, elle est l'aubergiste qui l'accueille et qui connaît son nom, « car le royaume de la forêt sait ces choses là. »

Elle est celle qui danse les pieds dans l'eau sans se soucier des qu'en-dira-t-on de la société.

Mais surtout, elle est en nous toutes.

Et notre quête initiatique qui nous a marié avec le roi des morts, fait naître un enfant-idée, fait pousser des mains, nous a permis d'apprendre à naviguer sur l'océan de nos émotions de femme.

Nous avons gagné en sagesse après de nombreuses épreuves, au point de comprendre que la Déesse noire et la Déesse fertile n'était qu'une même entité.

Ce voyage nous a propulsé sous les eaux, dans les forêts et les grottes... et n'avait que pour seul but de renouer avec notre Déesse sauvage.

*« Finalement, ce n'est pas à l'extérieur que les femmes trouveront le monde sauvage. Mais bien à l'intérieur, en renouant avec ses émotions, ses ressentis. Plonger en soi, creuser la terre à la recherche de la pépite d'or que ce soit, au détour d'un coup de pinceau, d'une rime, d'une pirouette, d'un chant, d'une méditation. Peu à peu, l'archétype de la femme sauvage se réveille. D'abord elle s'étire lentement, elle ouvre un oeil, puis l'autre... finalement, debout et puissante, elle sourit.*

*Et la vie, alors, jaillit d'elle.*

*Elle vie selon son intuition une vie pétillante, forte, amoureuse et continue de disposer à la fin de la journée de tout son potentiel créatif.*

*Elle est bien dans son corps, elle est débordante de vitalité.*

*Elle a le regard vif, elle va de l'avant, elle sait faire les bons choix.*

*Elle crée avec ses tripes, elle est l'artiste.*

*Elle est la sorcière, elle est la déesse.*

*Elle est la mère qui donne naissance.*

*Elle est l'amante passionnée.*

*Elle est celle qui cherche la vérité. »*

Elle est tous les visages que revêt la Déesse, le principe féminin. Elle est le yin primordial. Elle est le pendant féminin du « Tout est Un. Un est le tout. »

A votre tour !

Prenons quelques temps pour nous questionner sur l'archétype sauvage... il y a toujours du sauvage en nous ! Quel est votre animal sauvage préféré ?

Quel est votre lieu sauvage préféré ? Montagne ? Forêt ? Bois ? Océan ? Jungle ? Qu'est-ce que vous aimez particulièrement dans cet environnement ?

Comment vous représentez-vous la femme sauvage ? Comment est-elle vêtue ? De quelle couleur est sa peau ?

La couleur de la peau est un élément qui peut avoir son importance. Dans le christianisme existent en effet des vierges noires. Qui sont-elles réellement ? Ne pouvons-nous pas imaginer qu'elles puissent représenter l'ombre de la Vierge Marie, blanche et céleste ? Son pendant sous-terrain, recouverte de terre ?

Ces figurines sont particulièrement priées pour leur symbolisme fertile. Des statues d'Isis portant son enfant sont noires, comme celle d'Artemis à Ephèse, deux grandes Déeses au fort symbolisme sauvage. L'Eglise garderait-elle bien des restes sauvages ?



## Retour dans le monde

L'héroïne achève son aventure sur une note victorieuse. Après un dernier voyage solitaire et les 7 épreuves mystérieuses, ses véritables mains ont repoussé, son enfant a grandi et son roi l'a retrouvé.

Elle a rendu le cœur égaré de la double Déesse et son âme qui s'asséchait peu à peu (représentée par la stérilité de l'île), est redevenue fertile.

Elle a rétabli la connexion avec le monde sauvage du dessous, celui de la Déesse.

Elle a compris que ce monde inconscient était lui-même subdivisé. La figure de la Déesse est à la fois UNE et multiple. Elle se divise en 2 parties d'ombre et de lumière, mais aussi en 4, ce quaternaire que Jung a établi comme le symbole du Soi.

Son aventure n'est donc rien d'autre que la réalisation de son Soi (dans tous ses paradoxes !) et elle n'a plus qu'à remonter, c'est à dire à retourner dans le monde des vivants.

Vaiana revient sur son île et partage toutes ses connaissances nouvellement acquises avec sa communauté. Elle ne part alors plus seule à l'aventure, mais avec les siens.

Le retour de l'héroïne est souvent à peine esquissé dans les contes. Pourtant, ce n'est pas toujours la partie la plus simple du grand voyage ! Bouddha par exemple (qui a notamment atteint l'illumination, rien que ça !) a purement et simplement craint de revenir dans le monde et de partager son savoir avec les hommes. Les découvertes sont faites, le Diable a été dupé bien des fois et pourtant, nous avons peur de revenir dans le monde des vivants, le monde « réel », le monde extérieur et social. N'est-ce pas à priori très étrange ?

Aventurier et aventurière, effrayés tous deux, de la façon dont seront reçus par les autres, les leçons apprises si éloignées de l'ordinaire (extraordinaires !)

L'héroïne a vu des choses en elle, des choses parfois innommables. Nous, comme elle, avons dépassé nos peurs. Réunifié nos parts féminines et masculines. Créé. Compris que les 4 visages de la femme s'unissent dans l'archétype sauvage...

La principale interrogation de notre retour sera de savoir quelle sera désormais notre place dans le monde ? Dans les faits, nous sommes Ulysse. La guerre de Troie est terminée et il est temps de retourner à notre Terre et nous embarquons sans savoir que notre voyage durera des années et des années... oui, le retour n'est pas facile du tout. Charybe et Silla seront de la partie. Peut-être même serons-nous happés dans les bras d'une autre quête?

Car, au cours de notre vie, nous ne rendons pas qu'une seule et unique visite à la Déesse dans son antre. Bien au contraire ! Les descentes sont multiples.

## *La quête initiatique de l'héroïne*

Nous devons en effet d'abord assimiler ce que nous venons d'obtenir avant d'en apprendre encore plus. Intégrer et expérimenter le nouveau savoir pour le faire sien. Car ici, il ne s'agit pas d'apprendre par coeur pour recracher des connaissances à des tests, mais bien d'assimiler sur le long terme.

Peut-on dire que nous avons vécu qu'un seul apprentissage au cours de notre vie, ou de multiples apprentissages (apprentis sages que nous sommes) ? Si ce rendez-vous est bien l'accession à des connaissances au-delà de notre monde, le savoir nous y est délivré par tranches successives comme dans le concret. Nous seules, pouvons décider de nous engager encore et encore dans ces multiples aventures qui jalonnent notre vie.

C'est ce que j'appelle « devenir son propre capitaine. »

L'ère dans laquelle nous vivons fait la part belle aux découvertes autonomes. Vous pensez à toutes ces vidéos de tutoriels sur Youtube ? Vous n'êtes pas loin de la vérité ! Il ne s'agit plus de se confier corps et âme à un gourou pour accéder à « l'éveil » avec un grand E (avec tous les risques de dérives, elle est loin d'être la solution la plus saine).

Bref, nous sommes désormais capitaine de notre propre bateau et personne (de physique) ne viendra prendre la barre à votre place. Vous êtes responsable de votre développement personnel. Mais n'ayez pas peur devant la tâche à accomplir ! Ce n'est pas parce que vous êtes responsable et capitaine, que vous êtes seuls au monde... les marins ne comptent-ils par sur les étoiles pour se guider ? Ces étoiles, tout comme le fantôme de la jeune fille sans mains, apparaissent toujours.

Il existe bien des méthodes\* pour apprendre à conscientiser notre inconscient ! Le plus important est de suivre nos affinités, et de rester lucide.

---

### A votre tour !

Nous n'avons pas une mais plusieurs communautés, plus ou moins proches de nous. Nous pouvons les symboliser par des cercles qui nous entourent qui s'éloignent : au plus près, notre foyer, puis notre famille et nos amis, au-delà, nos voisins et connaissances, puis encore plus loin, les autres habitants de notre région, de notre pays, du monde...

Les visions que nous obtenons ne sont pas seulement les nôtres. Elles bénéficient aussi à nos différents cercles ! Tentez d'imaginer ce que vos visions peuvent apporter de positif à chacun d'eux. Puis voyiez que chaque cercle interagit avec l'autre cercle voisin... vouloir partager nos apprentissages, même à un seul cercle permet un partage plus grand, comme les vagues se diffusant lorsque nous lançons un cailloux dans un lac.

Avez-vous peur de partager vos connaissances ? Vous inquiétez-vous beaucoup de ce que pensera votre entourage ?

Etes-vous soutenue par vos proches dans vos différentes directions ?

\* Voir la section « A paraître »

## *Conclusion : trouver et entretenir notre Graal.*

D'après Marie Louise von Franz, les contes de fées auraient tous la même origine : des expériences inconscientes et/ou oniriques faites par des individus (des héros et héroïnes). Certaines visions si fortes, pousseraient les personnes à les partager au-delà de leur crainte d'aliénation et à les raconter tout d'abord localement.

Peu à peu, et selon le degré de sagesse qu'elles véhiculent, ces histoires se disperseraient, dans les lieux et dans le temps. Au point que plus aucun conteur n'en connaîtrait la racine. Les symboles deviennent plus forts que celle ou celui qui les a émis, et font leur chemin. La légende va au-delà de son lieu de naissance. Elle devient un conte.

Les contes se recourent et racontent finalement tous la même chose : comment harmoniser l'être humain. N'est-ce pas merveilleux que d'imaginer des expériences primitives, fournissant non seulement des solutions d'évolution à un individu mais aussi à des centaines de générations suivantes ?

Une légende qui n'a pas encore perdu ses racines (donc certainement encore assez « jeune ») est celle du Graal, coupe mythique qui aurait recueilli le sang du Christ. Et en admettant que le corps du Christ représente la part matériel et manifesté de Jésus, alors nous pouvons affirmer que son sang représente sa part spirituelle. C'est d'ailleurs la théorie avancée par Jung. Ainsi, la coupe serait le réceptacle de notre part spirituelle. Le Graal serait donc notre féminité, seule énergie capable de recevoir les informations des mondes célestes.

De nombreux chevaliers (des plus rustres aux plus courtois) participèrent à sa quête, mais seul Perceval réussit à trouver la coupe, soit donc à trouver et exploiter sa part féminine...

Ah ce Graal et ses multiples descriptions ! et pourtant toujours coupe (symbole représentant la femme), toujours sacré (encore une autre façon de la relier au féminin sacré !) ou même chaudron dans les premiers poèmes évoquant sa quête par le roi Arthur. Chaudron appartenant d'ailleurs au roi des morts, capable de redonner la vie, la vie symbolique, celle qui fertilise notre âme.

La recherche légendaire devient alors à la portée de tous (de quoi nourrir notre Indianna Jones intérieur !) A notre portée certes, mais oh combien difficile, alors que nous avons tellement besoin de la retrouver, de nous reconnecter à elle, de nous laisser aller à lui faire confiance. Accueillir ce que nous rencontrons, nous séparer de ce qui doit l'être : oser nous couper les mains pour en faire repousser de meilleures.

Aurons-nous assez de courage pour accepter de perdre le contrôle et de nous laisser flotter sur la rivière de la vie ? A la fin, nous deviendrons peut-être la vieille qui sait, prête à rouler le diable encore une fois s'il le faut. Nous incarnerons la sauvagerie. Nous conterons aux enfants les histoires-mode-d'emploi-de-la-vie ou peut-être même... nos propres visions ?

Ainsi, les expériences que nous ferons, dès aujourd'hui, deviendront les contes de fées de demain.

# Annexes

## Glossaire

**Soi** : le Soi désigne la totalité de la psyché, c'est à dire la psyché consciente et la psyché inconsciente.

**Individuation** : à la fois prise de conscience d'être distinct et différent des autres ainsi que l'acte de la réalisation de soi-même. Jung écrit : "Nous créons en quelque sorte le Soi par la prise de conscience de contenus inconscients" Le centre de la personnalité, explique Jung, "ne coïncidera plus avec le moi, mais sera figuré par un point à mi-chemin entre le conscient et l'inconscient. Ce point sera le centre de gravité du nouvel équilibre et correspondra à un recentrage de la personnalité globale"et également que l'"expérience du Soi", se fait à travers l'émergence du symbole.

**Inconscient** : Jung distingue deux zones de la psyché inconsciente : "une couche pour ainsi dire superficielle de l'inconscient", qu'il appelle "inconscient personnel", et une "couche plus profonde qui ne provient pas d'expériences ou d'acquisitions personnelles, mais qui est innée". "Cet inconscient plus profond a des contenus et des modes de comportement qui sont les mêmes partout et chez tous les individus. En d'autres termes, il est identique à lui-même chez tous les hommes et constitue un fondement psychique universel de nature supra-personnelle présent en chacun ».

**Archétype** : Dans les contenus de l'inconscient profond (également appelé inconscient collectif), ce sont des images universelles présentes depuis toujours. Voici quelques archétypes : le père, le sage, l'aventurier, la mère, la none, le professeur, l'artiste, le vampire, l'arnaqueur, le fou du roi, le protecteur, ...

**Ombre** : archétype représentant la moitié obscure de la personnalité, cette partie refoulée qui inclut tous les éléments dont nous trouvons l'existence pénible et regrettable. L'ennemi que le héros doit combattre (vengeance, boss final d'un jeu vidéo, ...) représente souvent l'ombre du héros et possède des qualités contraires.

**Animus** : archétype innée de l'homme chez la femme (à l'inverse, l'anima est l'image innée de la femme pour l'homme) qui évolue tout au long de la vie de la femme. Il ressemble tout d'abord au père, puis au frère et enfin au mari.





## Résumé de Vaiana

*Il y a des centaines d'années (peut-être même plus encore !) alors que le monde que nous connaissons n'était qu'une étendue infinie d'eau, la Déesse de la fertilité Te Fiti, se posa dans l'océan et se transforma en île. Elle donna la vie aux alentours, créant d'autres îles nourricières.*

*Un jour, le demi-Dieu Maui, convoita tant le coeur de la Déesse, qu'il lui vola. Alors qu'il arriva à ses fins, le coeur entre ses mains se transforma en émeraude et surgit alors un monstre de lave qui lui fit perdre la pierre, dans l'océan. Un véritable chaos commença alors à s'entendre, d'îles en îles, tandis que Maui, défait par le monstre nommé Te Ka, se retrouvait coincé sur île, sans le moindre espoir.*

*Vaiana naît longtemps après ces événements mythiques.*

*Elle est la fille unique du chef de l'île mais ne porte pas de véritable intérêt à cette vie terrestre, se sentant constamment appelée par l'océan. Océan craint par son père, qui n'aura alors de cesse d'empêcher sa fille d'approcher l'eau.*

*Pourtant, alors qu'elle était toute petite (portant encore des couches) la jeune princesse parvient à se libérer du regard de ses proches et court vers la plage. L'océan lui apparaît vivant et non seulement semble chercher à communiquer avec Vaiana, mais vouloir aussi lui donner le coeur perdu de la Déesse. Recherchée par ses parents paniqués, l'enfant laisse tomber la pierre, que reconnaît immédiatement sa grand-mère. Celle-ci va la garder précieusement, le temps que Vaiana grandisse.*

*Et elle grandit ! Toujours en vivant cette opposition en elle : son rêve bleu et ses responsabilités. Elle reste hautement surveillée et ses parents peinent à lui faire accepter son futur rôle de chef.*

*Bien entendu, Vaiana va tenter de partir vers l'horizon en pirogue, mais la barrière de corails semble infranchissable et elle manque de se noyer. C'est pourquoi elle décide finalement d'assumer totalement son identité. Elle s'occupe des problèmes agraires de main de maître, jusqu'au moment où les noix de coco ne sont plus que des coques vides et que les poissons disparaissent. L'île merveilleuse se meurt.*

*Sa grand-mère, très présente pour elle (elle lui enseigne la danse traditionnelle les pieds dans l'eau) est la détentrice des mythes qu'elle enseigne dans le petit village. C'est pourquoi il ne fait aucun doute pour elle : la malédiction de Te Fiti touche l'île. Vaiana doit retrouver le demi-Dieu Maui pour rendre la pierre, cette pierre qu'elle a gardé depuis si longtemps.*

*Elle révèle à sa petite fille, qu'une pirogue ne peut passer la barrière de corail à cause des courants trop dangereux, mais qu'un bateau véritable, lui le peut. C'est alors qu'elle fait découvrir à Vaiana, une grotte remplie de bateaux : ces ancêtres étaient des explorateurs ! Mais ceux-ci ont arrêté de parcourir les océans...*

## *La quête initiatique de l'héroïne*

*Plus que jamais Vaiana hésite. Jusqu'au jour où sa grand-mère se meurt et lui remet la pierre. En pleine nuit, elle prend le plus petit des bateaux et part en quête du légendaire demi-Dieu du vent et de la mer.*

*Bien que l'océan l'aide, il est difficile de naviguer sans aucune connaissance ! Le chemin est long pour Vaiana... mais elle finit par trouver Maui, plutôt réticent à vouloir l'accompagner.*

*Elle gagnera sa confiance en luttant contre les Kakamora (des esprits navigateurs malfaisants) et en l'aidant à récupérer son hameçon magique (qui lui permet de se changer en multiples figures animales) dans l'ancre de Tamatoa, le monstrueux crabe.*

*C'est Maui qui apprend les bases de la navigation à Vaiana (là aussi bien malgré lui, puisque l'océan vient constamment en aide à la jeune princesse quand celui-ci la rejette.)*

*Finalement, ils arrivent ensemble à destination : devant Te Ka. Malheureusement, Vaiana ne suit pas les instructions de Maui, et la Déesse de lave se débarrasse d'eux, en brisant l'hameçon du demi-Dieu métamorphe. Ils se séparent de colère et de désespoir.*

*Vaiana est saisie de doutes et ne se sent plus à la hauteur d'une telle mission. L'esprit de sa grand-mère ainsi que le personnage de l'océan, vont l'aider à reprendre confiance, au point de tenter seule, l'affrontement avec Te Ka.*

*Alors qu'elle trouve une astuce pour passer la barrière entourant l'île de Te Fiti (et que garde la gigantesque monstruosité de lave) elle est rejoint par Maui qui détourne l'attention de Te Ka. Elle trouve le lieu où gisait la Déesse de la fertilité, désormais vide. C'est alors que Vaiana comprend que Te Fiti, sans son cœur, s'est transformée en Te Ka. Les deux déesses sont le même visage d'une seule et unique entité.*

*Elle se livre alors courageusement à la monstrueuse Déesse, lui remettant son cœur. Celle-ci reprend immédiatement la forme de Te Fiti et remercie les deux héros.*

*Vaiana rentre chez elle et transmet ses nouvelles connaissances de navigatrice. Elle parcourt désormais les océans avec les siens, comme ses ancêtres explorateurs avant elle.*



## Bibliographie

### *Contes, mythes et interprétation*

- *Le Feuilleton d'Hermès : la mythologie grecque en cent épisodes* ; M. Sac, JM. Duvivier
- *La mythologie : ses dieux, ses héros, ses légendes* ; E. Hamilton
- *Contes ; les frères Grimm* (édition José Corti)
- *L'Interprétation des contes de fées* ; ML. Von Franz
- *l'individuation dans les contes de fées* ; ML. Von Franz
- *La sagesse cachée des contes de grimm* ; M. Kraneburg

### *Archétypes*

- *Femmes qui courent avec les loups* ; C. P. Estés
- *Le héros aux mille et un visages* ; J. Campbell et H. Trés
- *Archétypes : qui êtes-vous ?* ; C. Myss
- *Archétypes cards* ; C. Myss
- *Métamorphoses de l'âme et ses symboles* ; C. G. Jung
- *Four archetypes* ; C. G. Jung

### *Guides*

- *Le jardin de Perelandra, tome 1* ; M. S. Wright
- *Comme par magie* ; E. Gilbert
- *Libérez votre créativité* ; J. Cameron
- *Nous existons !* ; C. Beusch

### *Initiation*

- *Les grands initiés* ; E. Schuré
- *Le drame d'Eleusis* ; E. Schuré
- *L'énigme du Saint Graal* ; J. Markale
- *Awakening the heroes within* ; C. Pearson
- *The heroin's journey* ; M. Murdock



## A paraître

Pour travailler plus précisément les différents points de l'aventure de l'héroïne et intégrer les savoirs, des méditations et exercices créatifs filmés vont bientôt être accessibles sous forme d'ebook (afin de s'adapter au rythme de chacun).

Dans l'ordre prévisionnel de parution\* :

- **La sauvage** : classe créative d'intégration de l'archétype du féminin primordial.
- **Pouvoir de femme** : vers une meilleur estime de soi (programme d'acceptation de l'ombre et d'épanouissement du ying chez la femme, en 21 jours.)
- **Les 4 visages de la Déesse** : intégration au quotidien des archétypes divins.
- **Vaincre Barbe bleue** : trucs et astuces pour aller au delà de nos cicatrices et vivre une créativité épanouie.



\*Pour être tenu informé de la sortie de ces prochains ebook, vous pouvez vous inscrire à la newsletter de SheArtsWild <http://www.sheartswild.com/fr/inscription-newsletter/>

## Remerciements

Pour pouvoir écrire cet ouvrage, j'ai dû apprendre à faire confiance à mes guides. Je les remercie pour leur patience, quelques furent leurs visages : de ce connemara gris, à cette femme de Thaïlande, dont j'ai perdu le nom depuis des années, cette liseuse d'âme qui avait ce simple message pour moi : « tu es fatiguée ? Ah oui... peu importe. Trouve ton divin ! »

Merci à mes amis, anciens et nouveaux, qui alimentent mon âme par des discussions existentielles à n'en plus finir, qui me soutiennent, même de très loin. Merci de pouvoir faire entrer dans cette catégorie ma famille par alliance et ma belle maman, continuellement inspirée et subjuguée par les beautés du monde, qui m'encourage à oser d'avantage.

Merci à mes grands parents pour avoir été là quand j'en avais besoin (soit 90% de mon temps d'enfant !) A mon grand père pour avoir inlassablement réparé mon vélo, porté mon sac à dos après l'école et à avoir fait tant d'aller retour. A ma grand mère pour m'avoir transmis l'amour du fait main. Toutes ces heures à te regarder tricoter et crocheter, ta patience infinie à me montrer comment broder... alors que je n'y arrivais jamais. Vous incarnez pour moi le partage et la justice.

Merci à mes parents qui m'ont aidé à me construire et surtout à me connecter intensément à la nature. C'est par leur amour envers leur environnement qu'est né ma sensibilité et mon désir de protection. Merci à mon père, ce génie créateur, touche à tout et inventeur fou. Merci à ma maman adorée qui m'a transmis son goût de l'écriture bien faite et qui m'a tout appris : de la couture à la conduite d'une remorque ! Maman généreuse, indépendante et féministe qui m'a poussé à faire les mêmes boulots que les hommes (et qui me prête sa propre débrouilleuse !) Nul doute que tu sois une parfaite incarnation de la femme sauvage !

Merci à mes enfants, Romane et Lou, d'avoir choisi ce foyer pour apparaître. Et pour m'avoir permis de douter. De douter infatigablement de tout ce que j'avais appris jusqu'ici. On dit que les enfants apprennent par imitation. Pourtant, c'est en les imitant eux, que j'ai retrouvé tout mon pouvoir créateur.

Merci à mon cher et tendre qui a su s'adapter à toutes mes excentricités et à me faire confiance. Toi qui garde l'envie d'apprendre, qui enrichit ma vie de débats passionnant et d'éclats de rire. Toi surtout qui me permet de garder les pieds sur terre et qui corrige mes fautes de grammaire à chaque nouvelle version : je te dois tous les mercis.

