

# Naturo gynéco

La santé gynécologique par le biais des plantes-compagnes des femmes, des remèdes traditionnels et de la compréhension psychomotrice et spirituelle.

## Les brûlures intimes

**L**a muqueuse vaginale est une peau intérieure perméable ou réactive, délimitant notre frontière intime avec l'environnement du monde extérieur, tel que nous le percevons consciemment ou inconsciemment.

Le vagin est la voie d'accès aux profondeurs les plus intimes du soi. Chaque union des corps est une invitation à pénétrer cet antre de la Femme pour y goûter l'extase de l'infinitude. Cette offrande est un don de soi à l'autre, où la femme dévoile une part de sa vulnérabilité, comme un joyau précieux. Quand l'homme est invité à pénétrer cet espace sacré, mais que les deux partenaires ne sont pas en syntonie des corps et des âmes, la fluidité de l'union est rompue. La femme peut éprouver un sentiment d'envahissement de sa sphère la plus intime et le vivre comme une intrusion. C'est ainsi que peut se manifester une sensibilité aux mycoses ou autres infections vaginales, car le corps se met naturellement et parfois inconsciemment en mode de défense.

Le vagin n'est pas un milieu stérile, mais vit en co-habitation harmonieuse avec un grand nombre de bactéries qui servent au bon fonctionnement immunitaire. Il arrive parfois que certaines

bactéries ou champignons envahissent le territoire et créent un déséquilibre passager ou chronique de la flore endogène, aggravé par le stress et/ou par une alimentation déséquilibrée. A utiliser en application locale, un petit remède aux mille vertus : l'ail. C'est un puissant anti-bactérien, anti-fongique, anti-parasitaire et anti-viral. Il suffit de peler délicatement une gousse d'ail, sans la faire suinter en enlevant toutes les aspérités qui pourraient blesser la muqueuse et l'insérer profondément dans le vagin le soir au coucher et la retirer le lendemain matin, à répéter plusieurs jours de suite si nécessaire. Vous pouvez également mettre une goutte d'huile essentielle de Tea-tree sur la culotte durant la journée. Ensuite, réensemencer la flore vaginale avec des ovules de lactobacilles que vous pouvez obtenir en pharmacie. Vous pouvez faire ce traitement dès les premiers signes de démangeaisons ou d'odeurs fortes ou encore à la fin de vos lunes, si celles-ci ont fragilisé la flore vaginale. Eviter les tampons qui assèchent et perturbent la muqueuse et préférez les coupes menstruelles.

Prenez le temps de réfléchir à l'aspect émotionnel et au message transmis par le corps. Replongez-vous dans l'ambiance qui a précédé le premier épisode de votre affection et recherchez quel

événement aurait pu susciter un sentiment d'envahissement, de culpabilité, de peur, de retenue ou d'ambivalence, dans tous les domaines de votre vie (conjugale, familiale, professionnelle ou autre). De cette blessure originelle peut découler un état de chronicité répétitif à chaque événement qui ressemblerait de près ou de loin à ce souvenir. Le schéma de fonctionnement repéré, vous pouvez dès lors faire un rituel de deuil ou de pardon. Ecrivez toutes les émotions, colère, tristesse, refoulement, etc, qui vous habitent encore, afin de les évacuer sur papier avec toutes les larmes de votre corps, sans retenue. Brûlez ensuite cette lettre avec conscience, afin de purifier par le feu cette énergie du passé qui ne vous appartient plus dorénavant. Déposez les cendres dans un cours d'eau ou dispersez-les au vent, afin que la Terre-Mère puisse transmuter et régénérer ces scories en exprimant intérieurement : « Qu'il en soit ainsi et cela est ». ♀



© Karen Morand

Naturopathe en Santé des Femmes de la préadolescence à la ménopause. Le Sacre du Féminin, celui qui rend grâce à toutes les couleurs du Vivant, est au cœur de sa pratique. karenmorand@naturofemme.ch www.naturofemme.ch