

CAROLINE FACY
ILUSTRACIONES DE MARIE FÉLIX

CLITORÁCULO



EDICIONES OBELISCO

Si este libro le ha interesado y desea que le mantengamos informado de nuestras publicaciones, escribanos indicándonos qué temas son de su interés (Astrología, Autoayuda, Ciencias Ocultas, Artes Marciales, Naturismo, Espiritualidad, Tradición...) y gustosamente le complaceremos.
Puede consultar nuestro catálogo en www.edicionesobelisco.com

Colección Cartomancia y Tarot

CLITORÁCULO

Caroline Facy, Marie Félix (ilustraciones)

Título original: *Le clitoracle*

1.ª edición: enero de 2025

Traducción: *Susana Cantero*

Corrección: *M. Jesús Rodríguez*

Ilustraciones: *Marie Félix*

© 2024, Éditions First, sello editorial de Édi8, París.

© 2024, Ediciones Obelisco, S.L. (Reservados los derechos para la presente edición)

Edita: Ediciones Obelisco, S.L.

Collita, 23-25. Pol. Ind. Molí de la Bastida

08191 Rubí - Barcelona - España

Tel. 93 309 85 25 - E-mail: info@edicionesobelisco.com

ISBN: 978-84-1172-208-7 - DL B 13245-2024

Printed in China

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño de la cubierta, puede ser reproducida, almacenada, transmitida o utilizada en manera alguna por ningún medio, ya sea electrónico, químico, mecánico, óptico, de grabación o electrográfico, sin el previo consentimiento por escrito del editor. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

ÍNDICE

ACERCA DE LA AUTORA Y LA ILUSTRADORA	7
PREFACIO DE ALAIN HÉRIL	8
INTRODUCCIÓN	10
GUÍA DE TIRADA Y LIBRO DE EXPLICACIÓN	12
SALUD.....	15
Anatomía	16
Salud sexual.....	18
Ginecología	21
Reglas.....	23
Períneo.....	25
Anticoncepción	27
Orgasmo terapéutico	29
TEMPORALIDADES	31
Mil primeros días.....	32
Adolescencia.....	35
Menopausia.....	37
Embarazo.....	39
Transgeneracional	41
Individuación.....	43
Más allá	45
INTERACCIONES	47
Femenino-masculino.....	48
Consentimiento	50
Hombre clitoridiano	53
Vértigo del amor	55
En pareja.....	57
Emociones	60
Sororidad	62

SOCIEDAD	65
Íntimo y político	66
Carga mental	69
En el trabajo	71
Dinero	73
Inteligencia de género	75
Sistema incesto	77
Educación	79
PRUEBAS	83
Violencias	84
Tabús	86
Tierra ignota	89
Sumisión	91
Dominación	93
Reparación	96
Resiliencia	98
ERÓTICO-SEXO	101
Deseo	102
Fantasmas	104
Masturbación	106
Pluralidad	108
Orgasmos	110
Al límite	113
Sensualidad	115
ESPIRITUALIDAD	119
Yin Yang	120
Danza	122
Tantra	124
Amor incondicional	127
Éxtasis	129
Clítoris sagrado	131
Filosofía	134
AGRADECIMIENTOS	137

ACERCA DE LA AUTORA Y LA ILUSTRADORA

Caroline Facy

Especialista en cuestiones de género, instructora en conocimientos de género, psicoanalista integrativa y sexoterapeuta, ayuda a mujeres y a hombres a comprenderse mejor y a formar equipo desarrollando su sensibilidad íntima. Con el podcast Coclito, da la palabra a quienes trabajan por un mejor conocimiento del clítoris y transforman en profundidad nuestros equilibrios femenino-masculino. Imparte cursos de «Vida íntima y sexualidad sagrada», así como talleres de «Salud y poesía sexual» y «Sexualidad, dinero y consentimiento», para permitir a los jóvenes de ambos sexos abrir una era en la que las libertades, en la calle, en la escuela, en el trabajo, en familia y en la intimidad lleguen a ser el reflejo de una educación gozosa y sensual en el consentimiento.

atoutgenre.com

 **@coclito**

Marie Félix

Diseñadora gráfica e ilustradora independiente, su universo es onírico y colorido. Sus composiciones simétricas, sus decorados de flores y plantas exóticas por entre las que evolucionan mujeres y felinos crean atmósferas en las que se fantasea con lo real, dejando rienda suelta a la interpretación. Desde el inicio de su recorrido artístico, sus creaciones apoyan el compromiso feminista.

marie-felix.com

 **@creuser_meninges**

PREFACIO DE ALAIN HÉRIL

LA ENTRADA EN LA ERA CLITORIDIANA

En 1559, poco antes de morir, el anatomista veneciano Realdo Colombo (1516-1559) describe por primera vez el clítoris. Por desgracia, André Vésale (1514-1564) se impone en la misma época como anatomista de referencia y tilda de fantasiosos los trabajos de Colombo. En ese momento desaparece el clítoris de las láminas anatómicas. Tan sólo se conservará de él el capuchón, parte visible de este sublime iceberg femenino. Habrá que esperar a 1998 y a los trabajos de la uróloga australiana Helen O'Connell para que el clítoris se acepte científicamente como órgano específico con todas sus complejidades. Y he aquí que un estudio reciente demuestra que el clítoris no tiene 8000 terminaciones nerviosas, sino ¡10 280!

Henos aquí, pues, frente al único órgano humano dedicado al placer, como frente a un misterio cuyos arcanos vamos descubriendo poco a poco y al hilo del tiempo. Pero lo que está en juego no compete sólo a la anatomía, se trata también de algo simbólico. Al igual que el pene (y su representante simbólico, el falo) conquistó muy pronto sus credenciales en el corazón mismo de nuestras sociedades patriarcales, ha llegado el momento de concederle al clítoris todo su sitio, toda su medida.

El soberbio oráculo que tienes entre las manos viene a reparar esta carencia, este error, este escándalo. Le devuelve al clítoris su poder de evocación y su pertinencia simbólica y dinámica. A través de temas tan sorprendentes como necesarios, ofrece a cada una y a cada uno un viaje iniciático desde el corazón mismo de la pulsación femenina. Y no es cosa de creer que se trata de un nuevo oráculo destinado únicamente a las mujeres, sino que ¡es asimismo un oráculo para que los hombres busquen (¡y encuentren!) ellos también su dimensión clitoridiana!

Caroline Facy y Marie Félix nos ofrecen la posibilidad de abrir una maravillosa puerta para acceder a la cámara nupcial de los espon-sales entre lo femenino y lo masculino, por fin rebasados, por fin reconciliados.

Sé que vas a vivir un viaje sorprendente y suntuoso por el universo que se te propone. Sé también que de él saldrás crecido/a y lleno/a de gozo. ¡Bienvenidos y bienvenidas a esta palpitante era cli-toridiana que aquí se nos ofrece!

Alain Héril

Psicoanalista, analista sexual, formador, autor¹

1. *Désirer autrement*, Ediciones Leduc, 2023; *Oracle Sexualité sacrée*, Ediciones Leduc, 2021; *On ne fait pas l'amour, c'est l'amour qui nous fait*, Le Courrier du Livre, 2021; *Femme épanouie*, Ediciones Payot, 2016.

INTRODUCCIÓN

Este oráculo del clitoris tiene la intención de revolucionar y cuestionar nuestra relación con los cuerpos, con las sexualidades y con nuestra intimidad. Mediante un conocimiento más profundo del clitoris, ignorado durante demasiado tiempo, lo que vamos a reconsiderar es nuestro universo entero, tanto interior como exterior: nuestra relación con nosotros mismos, con el otro y con el mundo.

Nadie conoce verdaderamente el clitoris. Muy pocos saben utilizarlo y, no obstante, todos/as lo necesitamos. Lo que él, como órgano, nos enseña sobre nosotros mismos es de una potencia que no tiene más parangón que la energía que han puesto los seres humanos en ignorarlo. Si comprendemos su historia, nos haremos preguntas de manera distinta. Si le escuchamos, nuestros comportamientos se transformarán.

El falo está asentado como elemento constituyente de nuestra construcción en tanto en cuanto sujetos; de nuestro pensamiento; también está en el fundamento de nuestras organizaciones y estructuras psíquicas y sociales, lo cual influye sobre nuestros comportamientos y energías. La recentísima representación completa del clitoris es una revolución anatómico-comportamental. El clitoris plantea una cuestión existencial de equilibrio y de alteridad entre las mujeres y los hombres. ¿Y si fuera él la pasarela que nos permitiera salir de la estructura binaria y de la polaridad de los papeles repartidos entre mujeres y varones?

Ha llegado el momento de abrir la era clitoridiana con el fin de conectarnos con la potencia de este órgano, de descubrir una dimensión del ser, visible, invisible, inasible; de atrevernos por fin a explorarnos, a sexplorarnos. Atrévete a realizar esta revolución física y espiritual para salir de la banalización, de la demonización o de la

idealización, sal a la búsqueda de lo sutil. Desde este baricentro, vamos a agitar el núcleo de la Tierra, porque nuestros erotismos son mucho más hermosos y nuestros corazones mucho más amplios de lo que creemos.

Honar al clítoris pasa por la reapropiación corporal realizada con nuestra brújula de sensibilidad. El *Clitoráculo* propone visitar, gracias a esta brújula, todas las esferas de nuestra vida desde nuestro espacio íntimo. Este estuche consta de 49 cartas repartidas en 7 temáticas: salud, temporalidades, interacciones, sociedad, pruebas, erótico-sexo y espiritualidad. Cada carta es una invitación a la introspección, al diálogo, a la creatividad, a lo sensible.

Si tienes el Clitoráculo en las manos, si ha venido él a ti o tú a él, no es coincidencia ni casualidad. Tienes una cita para ir al encuentro de aquello que te constituye, te anima y te transforma en lo más hondo de tu intimidad. Este momento es un momento para ti. De modo que puedes crear un espacio de presencia en ti encendiendo una vela, quemando incienso o rodeándote de flores y de cristales. Ritualiza este momento para celebrar el encuentro. Date tiempo a respirar unas cuantas veces para reunir tus piezas aquí y ahora y hacerte la pregunta «¿Cómo me siento en este momento?».

GUÍA DE TIRADA Y LIBRO DE EXPLICACIÓN

En cada tirada, date tiempo a mirar atentamente las ilustraciones de las cartas, sus detalles, sus colores. Déjalas que te busquen, que te embarquen ellas en el viaje.

El libro propone una iluminación para cada carta: un mantra para que te lo repitas en voz alta o en la cabeza con el fin de anclar bien la energía de la carta, el mensaje de la carta; y, finalmente, unas pistas concretas para hacer y decir.

Tirada intuitiva para facilitar el diálogo emocional (en 1, 2 o 3 cartas)

Esta tirada puede realizarse en soledad, en pareja, entre amigos/as, con ocasión de talleres de sensibilización hacia la salud y la poesía sexual o en terapia. Es un momento para que te escuches mejor desde tu inestimable clítoris, para caminar, comprenderte, encontrarte tú contigo solo/a y en la relación con los demás.

Tirada clima clitoridiano (1 carta)

1

Puedes formular una pregunta que recibirá iluminación por parte de la carta o sacar una carta que te elija a ti. En ambos casos,

deja que venga lo que ella te inspire: «¿Qué me indica esta carta sobre mi vida, aquí y ahora?».

Tirada de anclaje (2 cartas)



1. En qué me anclo.
2. Hacia qué tiendo.

Tirada de alquimización (2 cartas)



1. Lo que estoy atravesando.
2. Lo que transformo.

Tirada femenino-masculino (3 cartas)



1. Mi femenino.
2. Mi masculino.
3. El puente que trabajar en la relación mujeres-hombres.

Anatomía



Dibújame un clitoris: ¿qué formas, qué texturas, qué colores, qué tamaño, qué perfume tiene mi clitoris?

Lo que revela la carta

Conocido como el epicentro del placer femenino en la época de Hipócrates (-400 a. de C.), quien por otro lado recomendaba encarecidamente la masturbación y el orgasmo para la salud y la reproducción, el clitoris desaparece, no obstante, de nuestras representaciones. La Inquisición podía justificar el genocidio de las brujas designando como prueba el tamaño estimado demasiado grande de su clitoris, que en ese caso se percibía como un dardo demoníaco capaz de inyectar veneno en el sexo del hombre. Hay que esperar al siglo xvi para tener una primera representación gráfica realizada por el anatomista italiano Matteo Colombo. Dado que el clitoris no desempeñaba ningún papel directo en la anticoncepción o en la procreación, desaparece de nuevo en el siglo xix. En 1998, Helen O'Connell, uróloga australiana, lo dibuja por fin completamente; más tarde, en 2016, Odile Fillod, investigadora francesa, lo imprime en 3D.

La mujer tiene, en efecto, algo entre las piernas; algo que tiene su especificidad, ni inferior ni superior a la del hombre. Y todos /as traemos el mismo

cableado en el inicio absoluto de nuestra concepción: clítoris y pene tienen el mismo origen embrionario. Hasta ocho semanas después de la fecundación, todos los embriones poseen un tubérculo genital que se parece a una seta. Después se desarrollará como pene o como clítoris según las hormonas presentes. En todo caso, seguirá estando compuesto por los mismos tejidos eréctiles: cuerpos esponjosos y también cuerpos cavernosos, situados respectivamente, en lo que respecta al clítoris, en los bulbos y en los pilares.

El clítoris posee de ocho mil a diez mil terminaciones nerviosas, el pene cuenta con cuatro mil. El clítoris mide, en reposo, entre nueve y once centímetros. Visible desde el exterior, su glánde está parcialmente recubierto por un capuchón, y está unido a los labios menores por un repliegue cutáneo: el frenillo. El tallo prolonga el glánde y se adentra hacia las profundidades del cuerpo. En el interior: sus dos ramas, que siguen la cara interna de los huesos de la pelvis; los cuerpos cavernosos de estas que se hinchán de sangre bajo el efecto de la excitación, y sus dos bulbos, constituidos por cuerpos esponjosos, eréctiles también, que bajan por ambos lados de la uretra y luego se rematan a ambos lados de la vagina para irradiar toda una zona erógena que cubre la uretra, la vagina y el ano (¡por lo menos!).

Es único, y hay tantos clítoris diferentes como mujeres. La escasa literatura científica sobre la anatomía del clítoris plantea no solamente la pregunta de la salud de las mujeres, sino también del lugar que ocupa el placer femenino en nuestras sociedades.

Esta carta te invita a abrir el telón y mirar al artista, a visualizar todos sus contornos, protuberancias y colores, a observar cómo funciona anatómicamente tu clítoris, a repensar el conjunto de tu cuerpo gracias a una imagen más completa, más cercana a lo real, y a escuchar sus delicados mensajes.

Hacer

Tomo un espejo y miro con atención mi vulva, mi sexo, mi cavidad. También puedo tomarlo en foto. Escueto todos sus contornos, sus colores; observo cómo reacciona. Puedo ayudarme con los dedos, tirar ligeramente del capuchón hacia arriba y acceder al glánde, ahí donde las terminaciones nerviosas son las más numerosas del cuerpo humano. Lo visualizo también en el interior. La manera en la que palpita, se engrosa, estalla, se asienta. ¿Qué imagino de él en mi interior? ¿Y qué encuentro en él que sea terriblemente hermoso y conmovedor?

Decir

Honro a mi inestimable vehículo, nombro en voz alta mi clítoris. ¿Qué me cuenta él y qué me apetece confiarle yo?

Salud sexual



**Mi salud sexual es esencial para mi vitalidad
y para mis relaciones con los demás, me permite
encontrar un equilibrio entre lo mental, lo corporal
y lo emocional, entre lo visible y lo invisible.**

Lo que revela la carta

El sexo es instintivo e innato, porque es reproductor. ¡Y no se limita a eso! La sexualidad y el bienestar íntimo son el reflejo de la salud en general. Una buena salud sexual pasa por un buen equilibrio en materia de alimentación, de actividad física y de gestión del estrés, y por la calidad de las relaciones.

Vivir una sexualidad armoniosa es fuente de realización y contribuye al bienestar de los individuos. Es nuestra área de vitalidad, el lugar en el que rebotamos de energía que intentamos comunicar al mundo exterior. La vitalidad es una energía que permite un equilibrio entre el cuerpo y la mente. A la vez energía desbordante y medio de encontrar la paz interior, nos invita a comprendernos y construirnos.

La noción de «salud sexual y reproductiva» entró en el Código de la salud pública en 2016, y se cuentan 2,5 miles de millones de orgasmos cada año en todo el mundo. El hecho de conocernos mejor contribuirá al bienestar y

a la serenidad colectiva. En temas de salud sexual, los poderes públicos se van movilizando poco a poco: educación, acompañamiento y consideración de la salud sexual en el centro de la salud íntima y pública.

Y ahora que sabemos que es la estimulación interna y externa del clítoris lo que provoca los orgasmos en la mujer, parece esencial reencontrarnos en torno a este órgano físico y simbólico, para comprendernos mejor. Son considerables las implicaciones que tiene emprender este viaje.

La salud sexual es reconocida como un derecho fundamental por la Organización mundial de la Salud (OMS), que la define como «un estado de bienestar físico, emocional, mental y social asociado a la sexualidad». No consiste únicamente en la ausencia de enfermedad, de disfunción o de discapacidad. La salud sexual necesita un acercamiento positivo y respetuoso a la sexualidad y a las relaciones sexuales, y la posibilidad de tener experiencias sexuales que aporten placer estando las personas en situación de seguridad total y sin coerciones, discriminación o violencia.

Con el fin de alcanzar y de mantener la salud sexual, deben respetarse, protegerse y garantizarse los derechos sexuales de todas las personas. La sexualidad es un aspecto central de la vida y comprende el sexo biológico, la identidad y los roles sexuales, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción.

La sexualidad se vive en forma de pensamientos, fantasmas, deseos, creencias, actitudes, valores, comportamientos, prácticas, roles y relaciones. No obstante, no siempre se viven o se expresan simultáneamente todas estas dimensiones. La sexualidad recibe influencia de factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, jurídicos, históricos, religiosos y espirituales.

Haciendo eco a la noción de derechos sexuales, la OMS sitúa a partir de ese momento la salud sexual en el campo político, afirmando que «necesita un enfoque positivo y respetuoso de la sexualidad y de las relaciones sexuales, así como de la posibilidad de tener experiencias sexuales que aporten placer sintiéndose uno en total seguridad y sin coerciones, discriminación ni violencia. Con el fin de alcanzar y de mantener la salud sexual, deben respetarse, protegerse y garantizarse los derechos sexuales de todas las personas».

Estos objetivos son determinantes para el futuro. Es inmenso el programa planteado para operar un cambio de paradigma respecto al lugar que ocupa la sexualidad en nuestras vidas y a la imagen que damos de ella. Se trata de aprender a aunar nuestras partes primitivas animales y nuestra educación; lo que bulle en lo más hondo de nosotros y nuestra organización social, la cual asienta un marco necesario para evolucionar colectivamente.

La salud sexual considera, así, al individuo en su conjunto y sus interacciones. Cómo nuestras hormonas se organizan entre ellas, cómo entran en

interrelación con nuestro sistema nervioso e inconsciente (que gestiona el cerebro, el vientre, la respiración, los latidos del corazón): cómo acude este sistema a ayudar. La asociación de unos con otros permite construir nuestra historia y la manera de coordinarlos.

Esta carta te propone que equilibres tus necesidades primarias, tu alimentación, tu sueño, tus recursos, tus placeres y tu realización, con el fin de mejorar tu salud sexual, terruño de tu vitalidad. ¡Una sexualidad expandida es buenísima para el cutis!

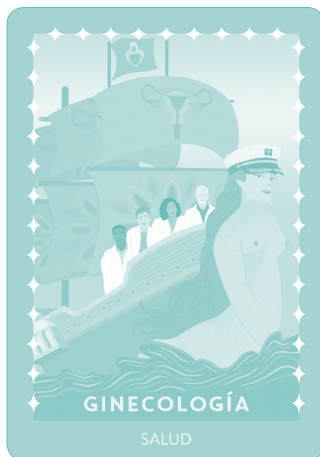
Hacer

Modifico mi rutina, por lo menos una cosa; hago una pausa, observo mis pensamientos, regreso al instante presente, a mis sensaciones, y respiro en el interior de ellas.

Decir

¿Cómo voy a hacer que vaya más despacio el hámster dentro de la jaula? ¿Cuál es mi intensidad vital? ¿En qué lugares de mi cuerpo la siento mejor? ¿Qué camino procuran mostrarme mis células para pulsar la vida?

Ginecología



Yo soy el centro, estoy la primera en mi equipo de personal sanitario. Espero que se me escuche, espero que se me tranquilice, espero que se me explique, espero que se me alivie, que se me sosiegue o se me consuele, a veces que se me den cuidados médicos.

Lo que revela la carta

Se recomienda un seguimiento ginecológico para acompañar a las mujeres, desde que baja la regla hasta la menopausia; anticoncepción, detección de las ETS (enfermedades de transmisión sexual) mediante muestras de sangre y frotis vaginales, seguimiento o tratamiento si fuera necesario, prevención del cáncer de mama o del cuello del útero, seguimiento de embarazo y parto, dolores en los ciclos, endometriosis, adenomiosis, sequedad vaginal, trastornos urinarios, IVE (interrupción voluntaria del embarazo) e IME (interrupción médica del embarazo). Muchas son las manifestaciones del cuerpo que se presentan a lo largo de la vida y nos impulsan a consultar. Hace falta una dosis tremenda de confianza en una misma para hacer como que te parece perfectamente normal lo de «Vamos a echar un vistazo a todo eso, ¡desnúdense!» y encontrarse con las piernas en alto, en posturas que no son real-

mente cómodas, para que te introduzcan espéculo, hisopo y sonda de ecografía intrapélvica. Algo queda en nosotras del orden de la sumisión a esa autoridad «de blanco» cuando dejamos que nos hagan todo eso sin expresar lo que sentimos ni lo que necesitamos para sentirnos respetadas y seguras. No obstante, como paciente, nosotras somos nuestro primer médico. Si escuchamos a nuestro cuerpo, tenemos la información.

Así pues, esperamos también de nuestro/a ginecólogo/a que cree un espacio de confianza para invitarnos a hablar de nuestra vida íntima y de nuestro confort sexual. Todavía se denuncian violencias ginecológicas y obstétricas que nos devuelven a los actos y a los comportamientos que no respetan la integridad física y psíquica de las mujeres. Ambas partes tenemos que hacer ese camino para lograr que evolucionen las posturas. El examen clínico no es sistemáticamente obligatorio en ausencia de síntomas o en el contexto de una prescripción de anticonceptivos para una menor, por ejemplo. Además, las posturas, durante los exámenes o el parto, si bien facilitan el trabajo del personal sanitario, pueden ser dolorosas. ¡Mientras que, antes que nada, deberían ser cómodas para las pacientes!

Ya habíamos pisado la Luna cuando llegó la primera representación anatómica detallada del clítoris, hecha por Helen O'Connell en 1998, y en la facultad de medicina sólo se enseña desde hace unos años. Qué locura, ¿no?

Nuestros ginecólogos, comadronas, especialistas en mayéutica, doulas y terapeutas holísticos (sofrólogos, hipnoterapeutas, naturópatas, terapeutas energéticos/as, etc.) tienen un papel junto a nosotros, pero no representan el alfa y el omega de nuestra salud ni de nuestro bienestar. Esta carta recuerda la importancia de elegir a nuestro propio equipo de cuidadores/as, de igual a igual.

Hacer

Elijo mi equipo de cuidadores/as y creo mi agenda de seguimiento de mi salud íntima. Soy la primera en la cordada de mis cuidados y de mi bienestar hechos con delicadeza. Me escucho, estoy en confianza.

Decir

¿Cómo he cuidado últimamente de mi intimidad? ¿Y cómo la voy a cuidar?