

Frédou Braun¹

Le corps : un ré-investissement de l'intime

Même si les origines de l'écoféminisme et du Self-Help ne puisent pas à la même source, nous avons fait rapidement le rapprochement entre ces deux mouvements, en termes de réappropriation du corps : le corps de la Terre et le corps des femmes étant intimement liés.

Nous avons abordé dans une autre analyse² comment l'écoféminisme permet une réappropriation du corps. En parallèle aux mouvements écoféministes, aux différents coins de la planète, qui ont dénoncé l'exploitation, tant de la nature que du corps des femmes, le Self-Help a lui aussi un long chemin derrière lui qui a permis à de nombreuses femmes de se reconnecter à leurs corps, à leurs droits et à leurs choix³.

Les MLACs⁴ en France par exemple pratiquaient dans les années 70 le Self-Help⁵ (auto-santé ou auto-gynécologie), en particulier pour répondre aux demandes des femmes en matière d'avortements, mais aussi pour d'autres questions concernant la santé sexuelle et reproductive : accouchements, choix contraceptifs, infections, sexualité, violences,...

Une émancipation collective

Le Self-Help a donc donné les outils aux femmes pour re-connaître leurs corps, jusqu'au plus intime, voire de pratiquer dans certains groupes des avortements et des accouchements de manière collective.

A partir des années 70, le mouvement pour la santé des femmes (Self-Help ou auto-santé) propose en effet une dynamique qui permet aux femmes de re-prendre en mains leur santé et de se réapproprier leur corps, et ce de manière collective.

Dans ces groupes non-mixtes, nés aux Etats-Unis, et largement développés par la suite en Europe, rendre le savoir gynécologique au plus grand nombre de femmes donne lieu à une intimité retrouvée avec soi-même et avec les autres avec qui cet instant éphémère est vécu et partagé, qu'il se répète ou non. Les rencontres ou ateliers qui fonctionnent le plus souvent dans l'horizontalité et l'auto-gestion sont des espace-temps qui permettent aux femmes de se raconter... et d'observer notamment leurs organes génitaux en groupe, ce qui permet d'autant plus de délier les langues autour de leurs expériences du corps et de la sexualité, des

¹ Chargée de projets chez Corps écrits

² Frédéric Braun, *En quoi l'écoféminisme participe à la réappropriation du corps ?*, analyse Corps écrits, 2023 - <https://www.corps-ecrits.be/en-quoi-lecofeminisme-participe-a-la-reappropriation-du-corps>

³ Cf. notre référentiel « Notre santé sexuelle et reproductive » - <https://www.corps-ecrits.be/notre-sante-sexuelle-et-reproductive/>

⁴ Cf. deux films : l'un plus récent « Annie Colère » (de Blandine Lenoir, 2022) - <https://www.youtube.com/watch?v=Bh67hz0eAww> – s'inspirant en partie d'un plus ancien documentaire « Regarde, elle a les yeux grands ouverts » (de Yann Le Masson, 1975) - http://www.film-documentaire.fr/4DACTION/w_fiche_film/4959_0

⁵ Lara Lalman, *Une histoire de sorcières*, analyse CEFA (Corps écrits), 2017 - <https://www.corps-ecrits.be/une-histoire-de-sorciere/>

difficultés et des violences vécues au quotidien, du rapport au partenaire ou au corps médical : un tremplin pour une reprise de pouvoir sur soi mais aussi un pouvoir d'agir ensemble⁶!

Ecouter les vécus des autres, partager des inquiétudes, faire des recherches ensemble, mettre des mots sur ce qui est difficile, découvrir notre ignorance avec bienveillance, mettre en place des rituels, expérimenter des pratiques artistiques ou physiques ... Tout cela permet de mieux connaître le fonctionnement de son corps et de son cycle pour poser les bons choix, en matière de contraception par exemple, mais aussi en cas d'infections, maladies ou autres pathologies.

Les rencontres ou les ateliers permettent par ailleurs de dégager la condition sociale commune à toutes les femmes en tant que catégorie opprimée, dans une démarche d'analyse et de déconstruction des systèmes de domination qui pèsent sur leurs conditions de vie et de choix. Cette démarche d'émancipation collective constitue encore aujourd'hui un outil d'autonomisation face aux normes sexuelles et face à la surmédicalisation.

Et plus loin encore que se réunir entre femmes, si la démarche entraine dans notre quotidien – si chacune prenait conscience qu'elle peut agir sur elle-même et sur son environnement –, si les ressources individuelles et collectives étaient valorisées, cette réappropriation collective des savoirs pourrait devenir une arme politique, pour une autre société, pour une autre médecine ... Et ce, dans le cadre de débats constructifs visant la conscience des choix à poser.

Tout comme l'écoféminisme est souvent dénigré par les mouvements féministes matérialistes, le Self-Help, indissociable des luttes pour l'accès à la contraception et à l'avortement, se situe également en marge. Et pour cause : il remet en question l'instrumentalisation des médecins pour exercer socialement une emprise sur le corps et la santé des femmes. Or, le corps médical restait un allié incontournable dans le combat pour l'accès à la contraception hormonale et la dépénalisation de l'avortement. Les femmes y ont certainement perdu en termes d'autonomie décisionnelle et une nouvelle forme de domination s'est instaurée.

Lorsque la loi Veil sur la dépénalisation de l'avortement est enfin passée en 1975, les féministes en ont pour ainsi dire oublié les autres questions liées aux corps. La santé retournant dans les mains des médecins, il s'agissait surtout de ne pas retomber dans les travers de l'essentialisme et de mettre le couvercle sur l'anatomie, les menstruations, les cycles, l'accouchement, l'allaitement, la ménopause...

Une condition incarnée

Beaucoup de femmes cherchent pourtant aujourd'hui à se ressaisir de leur condition incarnée, autant dans les mouvements écoféministes que dans le champ du développement personnel/spirituel « new age », et de vivre davantage en harmonie avec leurs cycles.

⁶ Lara Lalman, *op.cit.*

En dépit de l'émancipation socio-économique des femmes par le travail, des droits acquis (compte en banque, droit de vote), de l'accès à la contraception et à l'avortement, de la déssexualisation des rôles, des options sexuelles variées ... Il y avait donc un domaine de la vie des femmes qui avait échappé aux revendications féministes jusque récemment : le corps ! La soi-disant libération sexuelle des années 60-70 s'était réalisée paradoxalement sous conditions : les thématiques du corps ont disparu des luttes, ainsi que des études féministes.

Les femmes continuent en effet à être identifiées comme des corps définis par leurs deux fonctions : sexuelle et maternelle. Le corps des femmes est hyper-médicalisé et encore et toujours objectivé. Avec l'hétéronormativité et la disponibilité sexuelle, le dévouement maternel, la subordination sociale, le *care* à charge des femmes, le souci de l'apparence : le genre féminin reste disqualifié, dévalorisé.

Le rapport à soi, aux autres et au monde est cependant nécessairement incarné et déterminé par le corps, dont les femmes ignorent tout parfois, qui subissent des violences et des discriminations. Force est de constater qu'elles ont du mal à sortir de cette auto-objectivation de leur corps !

Une nouvelle génération de féministes s'est heureusement re-saisi depuis les années 2010 des thématiques corporelles aux différentes étapes de la vie : un réinvestissement de l'intime ou le « tournant génital » du féminisme, selon Camille Froidevaux Metterie⁷, dévoilé au grand jour : on ose enfin parler des règles, des seins, du clitoris, de l'endométriose ou autres maladies qu'on ignorait jusqu'ici, du plaisir, et diffuser des nouvelles représentations des organes génitaux, de la fertilité et des contraceptions non-hormonales, de la grossesse et de l'accouchement, de la puberté et de la péri-ménopause, mais aussi des violences sexuelles et gynécologiques, et des nombreuses discriminations.

Internet constitue à ce titre un excellent outil de transmission où de nombreux blogs, podcasts, et autres articles, se succèdent et se complètent pour des échanges horizontaux que les jeunes femmes s'approprient avec adresse : elles apprennent vite à maîtriser les NTIC⁸ ! Une manière de passer de l'action locale à une circulation plus globale⁹.

Il s'agit dès lors d'incarner une condition avec des nouvelles notions et interprétations du corps féminin. Le corps a une valeur intrinsèque : il n'est pas seulement là pour être regardé et touché ! Il est temps que les femmes disent stop également à la surmédicalisation de toutes ces étapes de vie et à la longue carrière de patientes qui soi-disant les attend ...

⁷ Parmi plusieurs de ses ouvrages : Camille Froidevaux-Metterie, *Un corps à soi*, Seuil, 2021

⁸ Nouvelles technologies de l'information et de la communication

⁹ Lara Lalman, *Nouvelles réappropriations*, analyse Corps écrits, 2020 - <https://www.corps-ecrits.be/nouvelles-reappropriations/>

L'exemple de l'accouchement

Le dénigrement du corps et de ses pouvoirs se retrouve dans la représentation commune à notre société faite à l'accouchement. Celui-ci semble être encore perçu comme un événement naturel (dangereux certes!), mais naturel, duquel le social serait exclu, alors même que chaque culture, chaque époque a socialisé l'accouchement d'une manière particulière liée aux croyances en vigueur.

A partir du 17e siècle, l'apparition de la gynécologie et de la médecine obstétricale ont fait de l'accouchement une affaire d'hommes, faisant des corps des femmes leurs terrains d'expérimentation. Les femmes, les sage-femmes, les « sorcières » ont été écartées et ont été dépossédées de leurs savoirs empiriques liés à la naissance. Les connaissances, les pratiques et les remèdes, transmises de générations en générations, acquises à force d'observations et d'expériences, ont été dénigrées, balayées, confisquées.

L'iconographie religieuse n'a jamais célébré celles qui donnent la vie, ni le processus de la naissance comme une expérience spirituelle. Les traditions juives et chrétiennes ont développé des tabous liés au sang de l'accouchement. On en trouve aujourd'hui un équivalent laïque : l'accouchement étant devenu une maladie, nécessitant une hospitalisation, les femmes sont désormais des objets passifs et anesthésiés.

Les fonctions physiologiques sont neutralisées et recrées artificiellement, avec une cascade de gestes techniques, voire violents à différents degrés, les uns entraînant les autres. Des rapports de pouvoir s'exercent dans les salles d'accouchement au point que le corps est façonné pour correspondre à une nouvelle norme d'enfantement qui prive les femmes de leur statut d'actrices, en les contraignant à devenir passives, et dès lors dépendantes du corps médical.

L'accouchement a d'abord été, chez les féministes, abandonné comme objet de lutte, car considéré justement comme naturel, ce qui leur a permis de lui dénier son caractère politique. Il y avait un danger de mener un débat à partir de la question du naturel, puisque cette conception pouvait être manipulée pour défendre des points de vue opposés qui invisibilisaient les rapports sociaux de genre autour de la reproduction. L'accouchement serait-il alors le cheval de Troie de l'idée de nature en milieu féministe ?

Les adeptes de l'accouchement « respecté », notamment à domicile, ont finalement été rejointes depuis les années 2000 par de nombreuses féministes, pour qui la surmédicalisation de l'accouchement doit cesser : son processus est naturel et revendiqué comme tel. Ce qui met en lumière la capacité des individus et des groupes sociaux à entrer en lutte et à subvertir le sens habituellement donné à l'accouchement : où les femmes seraient inaptes et en danger.

Dans une étude publiée chez Barricade, Elisabeth Meur-Poniris¹⁰ confirme que la pathologisation à outrance de la grossesse et de l'accouchement a conduit à une infantilisation des futures mères et à des abus de pouvoir menant parfois à des traumatismes durables. Il faut dès lors se réjouir que la vague post MeToo ait également conduit à une plus grande visibilité des récits de violences obstétricales¹¹.

Depuis petites, les femmes ont intégré que les médecins ont une autorité absolue sur nos corps, qu'ils savent mieux que nous et qu'ils ne sont pas censés nuire, au vu du serment d'Hippocrate. Comment « désapprendre » cette croyance, déconstruire ce mythe ? Le premier pas du chemin est de nous réapproprier notre corps !

C'est pourquoi il est essentiel que les femmes apprennent à se connaître, à s'observer, à comprendre le fonctionnement de leur corps et de leurs cycles afin de poser leurs propres choix, afin de passer d'un empowerment individuel à l'empowerment collectif.

¹⁰ *Maternités et féminismes*, Barricade, 2019 - <http://www.barricade.be/publications/analyses-etudes/maternite-feminismes-alienation-possible-reconciliation>

¹¹ Notamment à travers le blog de Marie-Hélène Lahaye : <https://marieaccouchela.net/index.php/a-propos/>