

Bonjour,

*Petit rappel : cet été, les NL sont un peu spéciales puisqu'elles aborderont toutes une question relative au féminisme.*

Et voilà, l'été touche à sa fin et les newsletters consacrées au féminisme également. Pour le dernier billet sur ce thème (sur lequel je reviendrai, de toutes façons, puisqu'il me touche particulièrement), j'ai décidé de m'interroger sur le concept de liberté (et ça fait le lien naturellement avec ce que je vais faire mi-septembre - *teaser d'enfer* ).

Plusieurs fois au cours de cet été (et peut-être avant), j'ai employé l'expression "femme libre". Aujourd'hui, j'aimerais apporter quelques précisions sur ce qui se cache derrière ce qualificatif.

Qu'est-ce que ça veut dire exactement "être libre" ? Je n'ai aucune définition stricte parce qu'il me semble que chacun d'entre nous a un positionnement personnel sur ce sujet. Ce que je peux en dire vient de mon expérience et aussi (comme souvent) de lectures de grand.es penseurs et penseuses qui ont pris le temps de s'interroger de manière approfondie.

Ce qui semble évident, c'est qu'être libre ce n'est pas du tout faire ce qu'on veut sans penser aux conséquences de nos actes. Ça, c'est de l'inconscience, pas de la liberté. En creux, on voit donc qu'être libre n'est possible que si l'on est conscient. Et pour être conscient, il faut avoir aiguisé ses outils de pensée et de perception ; sinon, on ne voit rien (ou pas ce qu'il faudrait) ou alors on est victime d'erreurs de perception (allez donc faire un tour du côté de Descartes et de son bâton brisé ; il vous en dira ce qu'il en pense, de la perception ).

Être une femme libre ne signifie donc pas, par exemple, de faire n'importe quoi avec son corps sans y avoir pensé avant, sans s'être questionnée sur son désir, sur son besoin, sur la manière dont on veut satisfaire l'un et l'autre. Et là malheureusement, les femmes (surtout les plus jeunes) se heurtent à des prescriptions sociales et sociétales qui ont été forgées et instituées (le plus souvent) par des hommes.

[Petite parenthèse importante : il me semble que les hommes modernes qui auraient envie d'être libres gagneraient eux aussi à entamer un travail de déconstruction. Est-ce que c'est vraiment à ce modèle (brutalité, violence et domination) qu'ils veulent véritablement correspondre ?]

Tout ça pour dire qu'on ne peut pas être libre quand on n'a qu'une seule option et quand on ne sait même pas qu'il y a d'autres manières de faire. En d'autres termes, la connaissance ouvre le champ des possibles.

Et la représentation des corps des femmes dans nos sociétés occidentales posent des problèmes de liberté. Dans les magazines, au cinéma, à la télévision, sur les panneaux d'affichage, sur Instagram ([voir ce très bon documentaire d'Arte](#)), les corps féminins sont, à d'encore trop rares exceptions près, blancs, jeunes (parfois pré-pubères), retouchés, minces ou athlétiques... Les femmes "normales", c'est-à-dire de toutes les couleurs, de tous les âges, de toutes les formes n'ont finalement qu'un seul modèle identificatoire, qu'une seule référence ! Ce n'est pas très étonnant que la plupart d'entre elles se trouvent trop comme ci ou pas assez comme ça. En fait, elles ne sont pas libres de choisir leur propre référence, leur propre "mètre étalon", leur propre modèle parce qu'elles sont bombardées par une seule et unique représentation de ce que "devrait" être un corps de femme.

---

Et c'est bien pratique ! Parce que les gens qui vont bien ne consomment rien pour aller mieux (ni cosmétique, ni magazine contenant le dernier régime à la mode, ni pilule du bonheur...).

Le chemin est encore long et on peut mesurer les efforts que nous avons encore toutes et tous à faire en s'intéressant également à la sexualité prescrite. Malheureusement pour elles, de trop nombreuses femmes (et pas uniquement chez les plus jeunes) pensent encore qu'être libre, c'est autoriser n'importe qui à faire n'importe quoi avec leur corps. Et qu'il est légitime de se soumettre à des modèles de relations scénarisés par le porno qui définit comme obligatoires des pratiques qu'elles ne sont pas en mesure d'assumer.

Alors qu'être libre, c'est tout le contraire. C'est savoir dire non. C'est mettre des limites entre les désirs des autres et les siens. C'est imposer que ces limites soient respectées. C'est trouver également la force de dénoncer la violation de celles-ci. Et cet apprentissage peut être long et difficile tant la pression extérieure est forte.

Si vous sentez que vous avez besoin d'aide pour formuler et faire respecter vos limites, n'oubliez pas que c'est mon métier de vous accompagner et que [vous pouvez réserver gratuitement un entretien de 45 min pour qu'on échange](#) à ce propos.

Mais il y a de l'espoir puisqu'on dirait que les choses commencent à bouger. Les jeunes femmes sont par exemple de plus en plus nombreuses à se saisir de la grossophobie et à revendiquer d'avoir tout simplement un corps.

J'espère que ces quelques excursions en féminisme vous ont plus et vous ont donné envie d'en savoir plus... Vendredi prochain, nous parlerons d'autre chose.

Mais en attendant, je vous souhaite une très bonne semaine.

Marie