



BRISONS LE TABOU... ET RÉINVENTONS LES RÈGLES!

Sophie PEREIRA

Chargée de projets à l'Université des Femmes

Les règles occupant un quart de la vie des femmes pendant une quarantaine d'années, de la puberté à la ménopause (ce qui représente 400 cycles si l'en enlève les éventuelles périodes de grossesse et les errances de la préménopause), cela signifie que pas moins de 2 400 jours (ou plus de 6 ans en moyenne) de leur vie sont marqués par l'écoulement du sang menstruel. Et pourtant, dès leur apparition, elles supposent des stratégies pour les cacher : il faut prendre ses dispositions pour faire du sport ou voyager, demander une protection le plus discrètement possible, etc. C'est pourquoi parler des règles, constitue bien un acte féministe. Car comment estimer l'impact sur soi quand ce qui ferait de vous une femme, est dans le même temps censé vous faire honte et être dissimulé pendant 40 ans ?

Le récent ouvrage d'Élise Thiébaud, judicieusement intitulé *Ceci est mon sang. Petite histoire des règles, de celles qui les ont et de ceux qui les font*¹, d'une écriture très personnelle et agréable, raconte l'histoire des menstruations et de leur perception sociale, entre malaise et répulsion, mais aussi, fascination.



Cet ouvrage est disponible à la Bibliothèque
Léonie La Fontaine de l'Université des Femmes

En dépit de leur banalité, les règles sont, en effet, le fil rouge d'une vaste histoire de **superstitions et de tabous**, de légendes, de non-dits et d'idées reçues dont la persistance à travers les siècles ne peut qu'étonner.

La femme réglée devenant même parfois une sorte de sorcière aux pouvoirs inquiétants. Voici le récit horrifié qu'en livre Plinie l'Ancien dans son *Histoire naturelle*, en 77 de notre ère :

« Une femme qui a ses règles fait aigrir le vin doux par son approche, en les touchant frappe de stérilité les céréales, de mort les greffes, brûle les plants des jardins ; les fruits de l'arbre contre lequel elle est assise, tombent ; son regard ternit le poli des miroirs, attaque l'acier et l'éclat de l'ivoire ; les abeilles meurent dans leur ruche ; la rouille s'empare aussitôt de l'airain et du fer, et une odeur fétide s'en exhale (...) »².

Plus sérieusement, Françoise Héritier, célèbre anthropologue féministe dont l'œuvre tourne autour de la « pensée de la différence », a signé un très beau texte intitulé « Le sang du guerrier et le sang des femmes, notes anthropologiques sur le rapport des sexes » qu'elle conclut ainsi :

« Ce qui est valorisé alors par l'homme, du côté de l'homme, est sans doute qu'il fait couler son sang, risque sa vie, prends celle

des autres, par décision de son libre arbitre ; la femme « voit » couler son sang hors de son corps et elle donne la vie sans nécessairement le vouloir ni pouvoir l'empêcher. Là est peut-être le ressort fondamental de tout le travail symbolique greffé aux origines sur le rapport des sexes »³.

Selon la thèse plus récente d'un autre anthropologue, Alain Testart⁴, ce serait même l'interdiction symbolique de 'mélanger les sangs' (à savoir, le sang menstruel 'des femmes', et le sang jaillissant 'des hommes'), qui a pu mener à la division sexuelle du travail, toujours bien présente aujourd'hui dans toute société humaine.

En résumé, l'idée est la suivante : Les armes que n'utilisent pas les femmes sont celles qui font couler le sang.

Aux hommes donc, les grands couteaux pointus, les épées, les sabres et autres haches, et le travail sur les matières dures comme le métal, le bois et la pierre. La chasse et la pêche aussi. Aux femmes les bâtons à fouir et les petites aiguilles, les travaux comme le tissage, la poterie ou la confection de paniers.

Dans tous les cas, que les idées reçues concernant les règles proviennent de la mythologie, de la religion ou de la médecine, elles continuent d'imprégner les mentalités, au point d'affecter la santé et le bien-être des femmes dans le monde entier. Car **on**

peut véritablement parler d' « inégalité menstruelle » : les femmes qui ont leurs règles et subissent ce tabou, subissent bien une forme d'oppression spécifique.

C'est parce que le sang menstruel est tabou qu'on a longtemps interdit aux femmes de prendre la mer, de chasser, de voter ou d'être élues, de parler en public ou d'assumer des responsabilités politiques ou religieuses. Et qu'on discrédite toujours leur parole aujourd'hui en leur disant : « Ben quoi, t'es de mauvais poil, t'aurais pas tes ragnagnas ? ».

C'est parce que le sang menstruel est tabou que les femmes souffrent sans remède depuis des millénaires. Certes les désordres liés à la menstruation ne sont pas mortels, mais l'on observerait par exemple un retard de sept à neuf ans (en France) dans le diagnostic de l'endométriose, une maladie douloureuse associée aux règles qui touche pourtant de 15 % à 20 % des femmes dans le monde.

Alors même que les laboratoires ont mis au point le Viagra pour résoudre un trouble masculin banal, la dysfonction érectile, qui frappe principalement les hommes âgés, jusqu'au début des années 1970, 70 % des cas d'endométriose n'étaient même pas détectés⁵.

C'est toujours parce que le sang menstruel est tabou que l'on vend, à prix d'or, des tampons et des serviettes surtaxés qui soulèvent des interrogations légitimes sur leur innocuité, étant donné que leur fabrication gardée secrète intègrerait de la dioxine et autres parfums toxiques (les protections périodiques ne devant pas répondre aux mêmes normes que celles qui s'appliquent à l'industrie cosmétique et ne faisant l'objet d'aucun contrôle sanitaire).

Comme l'écrivait avec humour la féministe Gloria Steinem au début des années 1980, si elles arrivaient aux hommes et non aux femmes, (je cite) « les règles deviendraient un événement enviable et digne de fierté. Les hommes se vanteraient de la durée, et du flot. Les garçons marqueraient l'arrivée de leurs règles, ce symbole tant attendu de virilité, avec des célébrations religieuses, et des fêtes strictement masculines. Le Congrès créerait un Institut national de dysménorrhée pour combattre les douleurs mensuelles et le gouvernement fournirait les fonds pour des protections sanitaires gratuites »⁶.

Quant à la **ménopause**, « comme le silence qui suit du Mozart est encore du Mozart » toujours selon les termes d'Élise Thiébaud

(qui ne manque pas d'humour), le silence qui entoure la ménopause, c'est encore une trace du **tabou** qui entoure les règles. La ménopause est immédiatement associée à la vieillesse. Alors que c'est avant tout une nouvelle (et longue) séquence qui s'ouvre, qui peut aussi être celle d'une liberté sexuelle débarrassée des peurs de l'enfantement, (ou de l'abandon d'une sexualité 'obligatoire' non désirée), et même, parfois, de l'avènement d'une puissance sociale des femmes dans leur communauté.

C'est dire si le sujet des menstruations est intimement lié à la condition des femmes, dans un monde où la domination patriarcale est toujours la norme.

C'est dire aussi, combien la non prise en compte sociale du processus physiologique des règles, met en péril le bien-être et la santé des femmes, que ce soit par défaut de recherche scientifique, d'éducation ou d'information, de protection et d'hygiène.

Avoir accès à des protections hygiéniques est un problème pour beaucoup de femmes dans le monde, ce qui engendre des risques sanitaires et sociaux réels. D'après l'Unesco, une jeune fille sur dix en Afrique ne va pas à l'école au moment de ses règles, ce qui entraîne un important décrochage scolaire. 48 % des jeunes filles en Iran pensent que les règles sont une maladie. Au Ghana, une étude a montré que la scolarisation des filles avait augmenté dès qu'elles avaient reçu des serviettes hygiéniques gratuites et une information sur le sujet.

La **protection hygiénique**, qui jusqu'il y a peu n'était pas considérée comme un produit de première nécessité, est pourtant une des premières choses que demandent les femmes qui vivent dans la rue, dans des zones de guerre ou de grande pauvreté.

(C'est pourquoi nous avons symboliquement, avec le soutien de la maison Amazone, organisé un point de collecte de protections hygiéniques à l'occasion de ce colloque, au bénéfice de l'**asbl BruZelle**, qui s'est donné pour mission leur redistribution gratuite et dans la dignité auprès de femmes fortement précarisées).

Le tabou des règles est donc bien un problème mondial, qui touche la capacité des femmes à être pleinement des sujets économiques, sociaux et politiques, concerne leurs droits sexuels et reproductifs, et plus largement la possibilité qui leur est faite (ou non) d'exercer de leur citoyenneté⁷.

C'est pourquoi favoriser des recherches, réaliser des articles, des livres, des projets artistiques, des études, des reportages, des animations⁸... des colloques sur les règles, c'est contribuer à prendre le pouvoir sur la représentation d'une partie importante de la vie des femmes, qui est tout sauf honteuse.

Car comme le dit si bien Élise Thiébaud, « **réinventer les règles, c'est trouver un espace de liberté à chacune pour se vivre mieux** ». ■

POUR ALLER PLUS LOIN...

Lors de notre journée de colloque consacrée aux règles, à la ménopause et à leur représentations sociales, nous avons également eu l'occasion d'écouter le passionnant exposé de Nahema Hanafi (Maîtresse de conférences en histoire moderne et contemporaine à l'Université d'Angers), consacré aux « discours

médicaux et expériences féminines au siècle des Lumières: le cas du sang menstruel ». Le texte complet en sera prochainement publié, dans un exemplaire de notre collection « Pensées féministes » reprenant les actes de notre formation longue consacrée aux « Femmes, leurs soins, leurs médecins ».

- 1 Élise Thiébaut, *Ceci est mon sang. Petite histoire des règles, de celles qui les ont et de ceux qui les font*, Editions La Découverte, Paris, 2017, 246p.
- 2 Plin l'Ancien, *Histoire naturelle*, Livre VII, chapitre XXI.
- 3 Françoise Héritier, « Le sang du guerrier et le sang des femmes », dans: *Masculin/Féminin. La pensée de la différence*, Odile Jacob Poche, p. 234.
- 4 Alain Testart, *L'Amazone et la Cuisinière. Anthropologie de la division sexuelle du travail*, Gallimard, Paris, 2014.

- 5 Ces chiffres sont mentionnés par Élise Thiébaut, p. 211.
- 6 Gloria Steinem, *Outrageous Acts and Everyday Rebellions*, Henry Holt and Company, New York, 1995 (1983), citée par Élise Thiébaut, p. 9.
- 7 Une journée internationale de l'hygiène menstruelle a d'ailleurs été instaurée annuellement le 28 mai, à l'initiative de l'ONG allemande WASH, en 2014.
- 8 De nombreux projets ont été réalisés ces

dernières années sur le thème des règles, dont une exposition des photographies de Marianne Rosenstiehl, à Paris. Voir notamment l'article de Camille Emmanuelle, *Les règles des femmes, un tabou ? C'est un terrain médiatique et artistique à conquérir*, 2014, <http://leplus.nouvelobs.com/contribution/1294460-les-regles-des-femmes-un-tabou-c-est-un-terrain-mediatique-et-artistique-a-conquerir.html>

ÊTRE SOLIDAIRE, C'EST AUSSI S'ENGAGER

À l'occasion du colloque Gynécologie et Féminisme, l'Université des Femmes a mis en place un point de collecte temporaire au rez-de-chaussée du bâtiment principal d'Amazone, afin de récolter des protections hygiéniques (emballées individuellement) destinées à l'asbl Bruzelle, qui aide les femmes précarisées ou SDF. Devant le succès rencontré, traduit par de très nombreux dons, il a été décidé de faire de rendre ce point de collecte définitif. Merci encore à toutes pour votre générosité ! Les règles, c'est toute l'année !

En savoir plus sur Bruzelle ?

<http://www.bruzelle.wixsite.com/home>



Collecte en faveur de Bruzelle à Amazone, 2017