

# DES TERRITOIRES OCCUPÉS : NOS CORPS

## Transformer nos relations avec nos corps

par Carla Rice

J'ai souvent ressenti une sensation physique pénible qui est liée, je pense, à la perception que j'ai de mon corps et de moi-même dans le monde. Cela provient d'un désir irrésistible de m'évader de ma peau. De vouloir littéralement m'éjecter de moi-même, de mon corps - fuir une présence honteuse et douloureuse. C'est un besoin de me délivrer moi-même d'une réalité inexprimée, sans mot, qui menace de m'envahir et de me consumer. Quand je pense au désir de vouloir m'évader de ma propre peau, je me demande si je suis seule à ressentir cela. Quand je regarde autour de moi et observe de nombreuses femmes souffrant en silence, je réalise que ces sentiments privés ne me sont pas personnels.

Chaque jour, partout, des millions de femmes sont responsables d'actes d'autodestruction chaotiques ou contrôlés, ritualisés et routiniers. Nous nous privons nous-mêmes tranquillement, nous nous affamons nous-mêmes, jeûnons et faisons de l'exercice de façon excessive, reliant le bien-être émotionnel à un idéal hors d'atteinte. Nous nous paralysons nous-mêmes également avec des drogues ou de l'alcool, nous coupant, nous couvrant d'hématomes et nous brûlant, ou nous divisant, dans l'espoir de survivre en nous échappant entièrement de nos corps. La plupart d'entre nous supportent cette souffrance en silence, craignant d'être considérées comme folles ou malades. Pourquoi sommes-nous si nombreuses à nous punir dans nos corps ? Quelles sont les origines de ces sentiments d'incomplétude, de ces efforts, de cette douleur ?

Je pense que ces sentiments proviennent des expériences de vie personnelles qui ont laissé un dégoût à l'égard de soi et du corps. En même temps, je pense que de telles expériences personnelles ont un sens politique profond. Je pense que ces sentiments proviennent d'un

déplacement collectif de tout ce qui est mauvais dans cette culture sur le terrain du corps des femmes, et que de tels sentiments ont leurs racines dans une vieille tentative de contrôler et de coloniser les femmes. Je pense que nos sentiments collectifs de dégoût, de honte et d'aliénation sont les retombées d'une guerre - un conflit payé sur le terrain de nos corps. Ce conflit, qui s'est joué sur le terrain de ce qui nous définit en tant que femme, est mené à travers la régulation, le contrôle, la suppression et l'occupation de pratiquement chaque aspect de notre être physique - sexualité, tenue, apparence, comportement, force, santé, reproduction, silhouette, taille, espace, expression et mouvement. Les effets d'une telle guerre sur nos corps, raisons et esprits sont semblables aux effets de violence sur le terrain de n'importe quelle autre guerre - souffrance, chaos, famine, mutilation, dévastation et même mort.

Si cette analyse paraît trop extrême, trop drastique, trop radicale, trop enragée, pensez aux legs culturels et personnels que nous nous partageons en tant que femmes. Pensez au nombre de femmes qui portent le joug et tombent sous la violence chaque jour, à celles qui sont écrasées par le poids de la honte et le mépris de soi, à celles qui ne peuvent vivre librement et pleinement dans les limites de leur peau, qui sont aliénées dans leur corps et vivent en-dehors d'elles-mêmes.

Souvenez-vous des 38 % de femmes qui marchent avec des cicatrices d'abus sexuels, des 25 % qui vivent blessées par le viol, des 80 % qui ont été incisées ou couvertes d'hématomes par des actes quotidiens de violence sexuelle, et souvenez-vous du nombre inconnu de femmes qui ont été violées, abusées et forcées pendant que vous lisiez cette phrase. Et pensez à l'hostilité qui nous entoure, aux images dégradantes, à la documentation existant sur notre prétendue infériorité, et à nos réactions privées, aux actes intimes d'autodépréciation dans lesquels nous nous engageons, et à la honte que nous portons dans nos corps comme un lourd fardeau qui nous lie et nous enchaîne à un ennemi inconnu.

Rappelez-vous celles d'entre nous pour qui la nourriture est du poison, qui ne peuvent vivre dans leur corps, qui se privent elles-mêmes, s'affament et font tout ce qui est en leur pouvoir pour atteindre un idéal

de plus en plus artificiel, changeant et réducteur. Pensez aux femmes qui ont trouvé refuge dans les vapeurs mornes et sombres de l'alcool et des drogues, perdues dans un cycle descendant d'autodestruction ; et à celles d'entre nous qui ont fui leur conscience, qui sont fragmentées, divisées, et qui ont sombré littéralement dans la folie. Et pensez à la femme qui a incisé sa propre peau, qui s'est blessée et brûlée elle-même dans la rage et la peur, parce qu'elle n'a pas les mots pour dire son tourment. Pensez à la femme qui se goinfre, qui vomit et s'affame elle-même parce qu'elle ne connaît pas d'autre moyen pour exprimer la douleur et le désespoir qu'elle ressent. Et souvenez-vous de la femme qui a survécu au viol mais qui a perdu cette guerre, qui a mis fin au cauchemar par l'acte définitif du suicide.

Rappelez vous ces femmes, vos sœurs, amies, voisines, connaissances, proches, collègues, mères, filles, vous-mêmes. Rappelez-vous ces femmes et réfléchissez à nouveau à la métaphore de l'occupation. La haine des femmes - qui s'exprime à la fois dans les images et les actes de violence quotidiens - nous entraîne hors de nos corps. Elle nous entraîne aussi en dehors de nos esprits. La haine des femmes qui se joue sur le terrain de nos corps, est dirigée contre nous précisément à cause de ces corps. En d'autres termes, une telle haine trouve ses racines et sa culture dans le corps féminin. Le corps féminin est devenu le champ de bataille de la guerre contre les femmes, et le champ de bataille lui-même est devenu notre pire ennemi.

## OCCUPER LA PLACE

La guerre menée sur le corps des femmes est d'abord un conflit sur la taille et la silhouette, sur le terrain et le territoire de nos corps, par l'usage de tabous culturels profondément ancrés et un diktat patriarcal puissant contre les femmes qui occupent la place et qui réclament une chambre à elles.

Ironiquement, alors que nous, femmes, avons gagné du terrain dans les sphères publiques de la vie au cours du XX<sup>ème</sup> siècle, dans la culture occidentale, nous avons de façon désespérée, urgente et sans

espoir, reculé, occupant de moins en moins d'espace réel, physique. De fait : 90 % d'entre nous n'aimons pas la taille et la silhouette de nos corps, 70 % font continuellement des régimes, près de 20 % d'entre nous menons de graves combats contre la nourriture et le poids. Alors que 50 % des Canadiennes font déjà un régime avant l'âge de neuf ans, et que beaucoup de filles, n'ayant pas plus de trois ans, expriment déjà une insatisfaction à l'égard de leur corps, nous léguons nos luttes à une nouvelle génération de femmes et ne leur apportons rien d'autre que le témoignage de notre douleur la plus intime.

Nous avons été élevées dans une culture où la taille du corps est d'une importance extrême, où la minceur est synonyme de santé, de séduction, de moralité et de sexualité. Où, en fait, la valeur essentielle d'une femme dépend de sa capacité à atteindre une taille fine. Marilyn Monroe, icône de la séduction féminine dans les années 1950, aurait sans doute quelques kilos de trop pour les standards d'aujourd'hui. C'est seulement à partir des années 1960 que l'idéal de beauté squelettique pour les femmes gagna en importance, avec l'explosion du top model Twiggy sur la scène de la mode. Ses mensurations étaient 1m74 pour 44 kilos. Aujourd'hui, l'idéal de beauté est toujours aussi squelettique, incarné par des modèles comme Kate Moss.

Les messages inculquant l'injonction à être mince sévissent dans la publicité populaire, en particulier dans les campagnes publicitaires des industries de la beauté et de la perte de poids. Il s'agit d'industries multi-billionnaires (en dollars) d'Amérique du Nord, dont les marchés peuvent être soutenus et étendus simplement par la propagation d'une idée insécurisante sur le corps parmi un nombre de plus en plus grand de consommatrices. Pas besoin d'exercer un œil averti pour remarquer que la publicité dans les magazines populaires, les journaux ou la télévision promeut un idéal de beauté jeune, blanc, robuste, parfait et, par dessus tout, mince. En particulier, les femmes sont continuellement assaillies par des publicités qui clament " vous n'êtes jamais assez riche ou assez mince ", " j'ai peur de le perdre si je ne perds pas du poids ", et " obtenez en deux semaines la silhouette que les mecs aiment ".

La recherche confirme ces observations. Une enquête a montré que presque 70 % des personnages féminins des trente-trois émissions télévisées les plus regardées, contre seulement 17 % des personnages masculins, étaient minces. Une enquête portant sur trois magazines féminins a montré que le pourcentage de modèles féminins minces est passé de 3 % dans les années 1950 à 46 % dans les années 1980. Une autre enquête portant sur cinq magazines féminins a montré que l'indice de grosseur des modèles féminins a baissé de 55 % entre les années 1950 et les années 1980, alors que la place consacrée aux articles concernant la perte de poids s'est multipliée par cinq. En fin de compte, la recherche a montré que l'idéal de beauté est devenu 23 % plus mince sur une période de vingt années tandis que, en moyenne, le poids des femmes a augmenté de 4 %.

Comment cette focalisation sur la minceur affecte-t-elle les femmes ? Une augmentation dans la propagation de l'anorexie et de la boulimie a été reliée de façon très claire aux pressions socio-culturelles que subissent les femmes pour réduire le poids de leur corps. L'anorexie était rare avant ce siècle, au cours duquel son incidence a augmenté dramatiquement. La boulimie, problème lié à l'anorexie, était en réalité inconnue avant les trente dernières années. L'anorexie et la boulimie n'apparaissent pas seulement comme des problèmes culturellement et historiquement déterminés, mais aussi comme des problèmes sexués : entre 90 et 95 % des personnes ayant de sérieux problèmes d'alimentation sont des femmes. Les premières recherches ont suggéré que l'anorexie et la boulimie étaient principalement des problèmes touchant les femmes blanches de la classe moyenne supérieure. En fait, ces statistiques étaient souvent collectées dans des centres de traitement, des écoles de quartiers et dans des zones géographiques qui n'étaient pas accessibles ou représentatives des femmes disposant de faibles revenus et non-blanches. La recherche montre maintenant une augmentation du nombre de femmes noires et asiatiques qui ont des difficultés d'alimentation. Ces nouvelles données recourent ma propre expérience professionnelle. J'ai réalisé que la plupart des luttes les plus dévastatrices liées à la nourriture et au poids sont l'expérience de groupes de femmes doublement marginalisées.

Beaucoup de femmes qui ne sont ni anorexiques ni boulimiques affrontent des problèmes apparentés tels que les régimes en accordéon, une alimentation compulsive ou une préoccupation constante concernant la nourriture et le poids. Au cours des dix dernières années, les chercheurs ont commencé à faire la liste des effets négatifs de l'engouement pour les régimes et portent un regard critique sur les déclarations des programmes de régimes. Le problème le plus flagrant est qu'en réalité tous les programmes de perte de poids obtiennent de piètres résultats. Des études montrent que près de 95 % des personnes au régime reprendront la totalité du poids perdu au cours de l'année suivante. Les régimes ne sont pas seulement inefficaces dans le long terme, mais il est désormais clair qu'ils reposent sur leur propre jeu de hasard. En plus d'une alimentation déséquilibrée, les régimes ont provoqué le développement de faiblesses, fatigues, vomissements, boulimie, prise de poids, obésité et mort subite due aux dommages que le cœur a subi. Les régimes peuvent aussi être associés au diabète et aux maladies cardiaques.

La plupart des femmes qui ont grandi en Amérique du Nord, quelque soit leur âge, leur appartenance ethnique, leur race ou leur classe, ont appris qu'il était indigne, malsain et même immoral, de ne pas être capable de garder " la ligne ". C'est une situation profondément ironique. Historiquement, beaucoup de sociétés ont associé la grosseur à un statut social désirable puisque être gros est un symbole de santé là où la nourriture n'abonde pas. Il y a environ 25 000 ans, les rondeurs des déesses étaient vénérées à peu près partout dans le monde. Dans beaucoup de cultures, la grosseur a été regardée avec admiration, comme un signe de fertilité, de force et de prospérité, un signe de tout ce qui est lié à la survie de l'humanité. Même dans la culture occidentale, la grosseur a été associée à la jeunesse et à la beauté, comme le démontraient au XIX<sup>ème</sup> siècle les peintures de femmes bien en chair, potelées, représentées par des artistes tels que Renoir. Il pourrait nous être difficile de le croire aujourd'hui mais les publicités des années 1930 faisaient en réalité la promotion de la prise de poids. Les publicistes des produits favorisant la prise de poids attiraient les consommatrices avec des slogans alléchants comme " Etre maigre, c'est dangereux " et " Les femmes maigres ne sont pas désirables ".

Malgré ces cultures, nous avons appris à mépriser la grosseur. Les personnes grosses, en particulier les femmes grosses, sont victimes de nombreuses moqueries de la part des humoristes et sont vulnérables à l'humiliation publique et au ridicule. Les professionnels de la santé considèrent les personnes grosses comme davantage " perturbées " que les personnes minces et ont une tendance insultante à blâmer l'ensemble des conditions de santé liées à la grosseur. Les personnes grosses ont un taux d'accès à l'université plus faible, une probabilité réduite d'être embauchées, et des salaires moins élevés. Pourquoi notre culture a-t-elle déclaré une guerre à la grosseur ? La haine de la grosseur est justifiée par des raisons de santé. La grosseur est méprisée parce qu'elle est vue comme dépendante du contrôle volontaire d'un individu. Pourtant, la grosseur n'est pas une maladie ou un symptôme de faiblesse et de déclin moral. Il s'agit d'un trait hérité génétiquement, davantage que la taille par exemple. Les femmes grosses peuvent être en aussi bonne santé que les femmes minces et les risques de santé liés à la grosseur ne sont pas seulement extrêmement surévalués, ils peuvent même être causés par les régimes. De plus, les femmes ont une probabilité plus forte d'être grosses que les hommes car la grosseur est nécessaire au fonctionnement menstruel et à la reproduction.

La guerre contre la grosseur peut être considérée comme un moyen invincible de saper notre confiance en nous, de détourner le pouvoir potentiel de nos corps et de dévaluer complètement nos capacités reproductives. Toutes les femmes, grosses, moyennes, ou minces, apprennent que la grosseur est certainement la cause fondamentale et justifiée de leur souffrance, et la minceur devient le moyen de sortir de l'oppression. Le culte de la minceur offre aux femmes un moyen alternatif et convaincant d'accéder au pouvoir - en manipulant leur corps, pour atteindre une silhouette pré-pubère, gamine, dans l'espoir de gagner le pouvoir que le fait d'être un homme aurait pu procurer. C'est un moyen illusoire d'atteindre ce pouvoir. Car, au lieu de nous libérer de la douleur et de la lutte, la recherche de la minceur nous rapproche encore plus de notre propre désespoir. Cela nous fait détourner un temps et une énergie qui pourraient être consacrés à la recherche d'un sens et d'une substance à nos vies, vers un sujet de préoccupation vide : notre apparence physique. Cela divise chacune d'entre nous en nous faisant mener une séparation destructrice entre nos corps et nos esprits,

en nous comparant à l'autre ; et cela nous enferme dans une prison invisible, un cycle austère d'autocritique et de punition sans fin.

## BLANCHE OPPRESSION

La guerre menée contre le corps des femmes est aussi un conflit sur la race et la couleur de peau. Conflit qui se joue à travers des stéréotypes, profondément ancrés, sur la valeur et la beauté de la blancheur qui imprègnent notre culture et notre langage, et qui sont utilisés pour la colonisation des personnes non-blanches et des sociétés non-occidentales.

Ceci est évident lorsqu'on ouvre n'importe quel magazine de mode populaire. Les femmes noires, les femmes latino-américaines, les femmes d'Asie du Sud-Est, les femmes d'Asie du Sud, les femmes Indiennes, sont quasi invisibles. L'image dominante promue dans la culture nord-américaine est, de façon écrasante, eurocentriste : une image dotée d'une peau blanche, de cheveux blonds, de yeux bleus et de traits faciaux européens. Lorsque des images de femmes de couleur apparaissent dans les principaux médias, elles sont aussi proches que possible de cet idéal blanc, ou alors elles sont des images qui renforcent des stéréotypes racistes. Pensez, par exemple, à un modèle comme Naomi Campbell et à des actrices comme Jasmine Guy ou Hallie Berry. Pourquoi Naomi apparaît-elle souvent portant de longues mèches blondes ? Pourquoi les femmes noires portent-elles des cheveux raides et une peau claire, dans leur immense majorité, lorsqu'elles sont représentées dans les magazines populaires ou à la télévision ? Pourquoi voit-on rarement de variations dans la texture des cheveux et dans l'ensemble de la gamme des couleurs de peau représentées ? Si des images de femmes noires, plus diverses et plus fortes, sont en train d'apparaître, ce mouvement ne se manifeste que dans les marges de la culture populaire.

Les fondements des conceptions de la beauté en Occident sont des stéréotypes profondément ancrés sur la signification de la blancheur et de la noirceur. La blancheur n'est pas seulement associée à l'attrait

physique, mais aussi à la pureté, à la bonté, à la richesse, à la supériorité intellectuelle et à la moralité. La noirceur, en revanche, est utilisée pour connoter la laideur, le mal, la pauvreté, l'infériorité et le manque de moralité. La culture et le langage anglais sont tous deux imprégnés de ces valeurs, tout comme d'ailleurs notre imagerie populaire. Pensez à la campagne de publicité menée il y a quelques années par une compagnie multinationale de vêtements pour la jeunesse. La publicité montrait un enfant blanc, blond, aux yeux bleus, vêtu comme un ange. À ses côtés, se tenait un enfant noir aux yeux bruns, dont les cheveux avaient été coupés de façon à ressembler à des cornes.

La publicité met aussi en scène les femmes non-occidentales dans des rôles de soumission à l'égard de personnes occidentales. Une publicité pour une compagnie aérienne déclare : " c'est vrai, nous formons nos hôtesse plutôt jeunes ". Elle montre des jeunes filles pakistanaises qui semblent avoir entre quatre et neuf ans, et qui paraissent ravies de servir les voyageurs et les hommes d'affaires. Cette publicité contient une allusion voilée au commerce sexuel international et à l'exploitation sexuelle des jeunes filles. L'image fait allusion, en même temps qu'elle y participe, aux processus parallèles de colonisation occidentale et masculine : l'occupation du corps des femmes du Tiers-Monde par les hommes occidentaux et la colonisation des économies et des cultures du Tiers-Monde par l'Ouest. Un autre exemple de cette tendance se trouve dans une publicité récente montrant une femme chinoise qui en est réduite à porter son " petit livre rouge pour porter un petit rouge à lèvres ". Cette publicité n'aurait pas semblé possible il y a seulement dix ans. De toutes façons, avec la conversion de la Chine à une économie de marché, cela ne semble pas seulement possible, mais inévitable.

Les sentiments de honte, de dégoût de soi, d'humiliation et d'indignité, sont ressentis communément par les femmes qui sont incitées à se conformer à un idéal renforçant un mythe d'infériorité non-blanche comme il renforce la supériorité de la culture blanche (lire Toni Morrison, Bell Hooks). Une femme noire que je connais m'a dit qu'elle se sentait tellement laide et honteuse dans son enfance, qu'elle avait souhaité que ses cheveux tombent et repoussent bouclés et doux. Une

autre jeune femme m'a dit combien elle avait été harcelée à l'école à cause de la taille de ses lèvres et de la forme de son nez. Et une autre encore m'a décrit comment elle avait été ridiculisée par d'autres enfants à l'école, ayant à endurer des appellations dégradantes à cause de la forme de son nez et de la texture de ses cheveux. Une amie hispanique s'est souvenue que ses conceptions de la beauté ont été bouleversées lors de sa socialisation à l'école quand elle a appris à avoir honte de sa ressemblance avec sa mère et ses tantes. Les idéaux occidentaux de la beauté créent plus qu'un système de valeurs ; ils recréent et perpétuent des stéréotypes qui détruisent la validité et l'intégrité des personnes non-occidentales et non-blanches. Enfin, ils renforcent la domination économique, sociale et politique de l'Occident.

## A LA RECHERCHE DE LA PERFECTION

La guerre menée contre le corps des femmes est une guerre menée contre notre droit d'exister telles que nous sommes, avec toutes nos imperfections et nos défauts, bosses, creux, rides et lignes, avec les traits avec lesquels nous sommes nées et qui se transforment, par l'évidence de la vie qui se déroule, avec l'âge et l'approche de la mort. La guerre contre le corps des femmes est aussi une guerre contre notre droit à exister tout simplement, avec toutes nos forces, nos limites, nos capacités et nos vulnérabilités, dans notre entière diversité et notre commune humanité.

Au cours de la dernière décennie, le nombre des femmes nord-américaines choisissant de passer sous le scalpel du chirurgien pour des raisons esthétiques a plus que doublé. Le nombre de femmes utilisant la chirurgie esthétique en 1991 était estimé à environ 1,5 million. Pourtant, la chirurgie esthétique n'est pas sans risque. Certaines en meurent. Beaucoup ont connu des complications débilantes. Une femme ayant eu une opération au ventre, par exemple, a eu une attaque cardiaque suite aux complications chirurgicales. Une autre a eu la vue endommagée de façon irréversible et le visage balafré à cause d'un masque chimique censé effacer les rides. Et puis il y a eu l'histoire d'une femme de Toronto

vraisemblablement décédée des complications d'une opération de liposuction ratée.

Dans un monde sensé, une seule mort suffirait pour soulever de sérieuses questions éthiques sur le fait de pratiquer des opérations non nécessaires comme les chirurgies esthétiques. Pourtant tel n'a pas été le cas. Les débats sur la chirurgie esthétique voient la question de la réglementation - définir qui est habilité à réaliser l'opération - comme la question cruciale, et ne se demandent pas si elle ne devrait pas être réalisée du tout. Les défauts d'apparence sont même devenus des "maladies", nécessitant une intervention médicale propre. Il y a quelques années, la Société Américaine des Chirurgiens Plastiques et Reconstitutifs a fait pression pour que l'implant du sein soit classé comme une opération nécessaire. " Il existe une fausse idée commune selon laquelle le développement du sein féminin n'est pas nécessaire au maintien de la santé ou au traitement de la maladie... Ces difformités (petits seins) sont réellement une maladie qui produit des sentiments d'insuffisance, un manque de confiance en soi, une distorsion de l'image du corps et une absence totale de bien-être due à un sentiment de manque de féminité. "

Dans cette industrie, les notions de beauté sont, comme l'idéal lui-même, basées sur des valeurs racistes. Une peau plus claire est préférable à une peau plus sombre, un nez droit est plus " raffiné " qu'un nez large et des yeux ovales plus beaux que des yeux en amande. Dans le film *Two lies*, l'un des personnages principaux décide de subir une opération de chirurgie esthétique afin de " mettre en valeur " la forme de ses yeux. Ses deux filles manifestent une gamme complexe de sentiments, allant de la rage à la honte puis à la tristesse, en voyant leur mère décider de modifier ses yeux. Le film montre avec quelles souffrances les conceptions occidentales de la beauté sont intériorisées par une femme asiatique. Dans une scène, les filles lisent un manuel de chirurgie esthétique qui suggère que les femmes " orientales " devraient réfléchir à ouvrir leurs fenêtres sur le monde en faisant enlever le " capuchon " de peau au dessus de leurs yeux. C'est ainsi que j'explique le fait que ces opérations sur les yeux ne sont pas seulement courantes

en Amérique du nord, mais qu'elles sont aussi la forme la plus populaire de chirurgie esthétique dans des pays comme le Japon.

La beauté est un maître et un juge extrêmement sévère de la valeur des femmes, et son idéal exige une perfection surhumaine. Par conséquent, ses effets sur les femmes handicapées sont encore amplifiés. En fait, les femmes handicapées sont perçues et représentées comme étant encore plus " imparfaites " que les femmes non-handicapées. Pour comprendre cela, pensez au nombre de femmes handicapées représentées à la télévision ou dans les films. Combien de fois voit-on une femme handicapée énergique et sexuellement attirante ? Apparaît-elle souvent comme une femme séduisante, désirable ? Il y a quelques mois, j'ai appris qu'un prospectus pour un magasin de Toronto avait représenté un modèle sur une chaise roulante. Alors qu'à première vue l'image semblait positive, la photo suivante montrait la même femme portant une nouvelle tenue, mais cette fois on la voyait debout !

Dans notre culture, les femmes handicapées sont presque complètement invisibles. Ceci est lié au fait qu'elles sont considérées comme des " biens endommagés ", comme des femmes tellement indésirables à cause de leurs défauts physiques qu'elles ne " séduiront jamais un homme " (Driedger & D'Audin). Quand des femmes handicapées sont représentées, elles sont montrées comme des enfants ou des victimes qui font pitié, que l'on doit traiter avec condescendance et dont il faut prendre soin. Pensez à la représentation de femmes ou de filles handicapées sur les posters pour des fêtes de charité. Les images sont faites pour inspirer la bienveillance et la générosité, alors qu'elles évoquent en même temps la culpabilité et la pitié. Cela a eu un impact absolument dévastateur sur les femmes handicapées, leur laissant un grand sentiment de médiocrité, de honte et d'asexualité.

La popularité de la chirurgie esthétique, le culte de la jeunesse et la difficulté de gérer le fait de vieillir sont des exemples de l'obsession de l'immortalité en Occident. Le traitement des femmes handicapées est un exemple de notre souci de la perfection et de notre négation collective de notre humanité commune. Les corps des femmes, en étant le lieu des conflits et désirs dominants, sont devenus le terrain où se joue la

poursuite illusoire de la jeunesse éternelle, de la perfection et de la beauté. Ainsi, il est tabou que les corps des femmes puissent vieillir, qu'ils soient moins que divins, et qu'ils révèlent que les femmes, comme tout individu, vieillissent et meurent, et qu'elles ont, en fait, peu de contrôle sur leur propre mort.

## LA GUERRE

Finalement, la guerre contre les corps des femmes est un conflit désespéré contre notre humanité et contre notre droit à exister en dehors de la domination et de la violation ; c'est littéralement un état de siège, l'invasion de nos " moi " les plus intimes, où nos corps sont des territoires occupés, où les risques encourus concernent nos esprits, cœurs et âmes, et l'enjeu notre existence même.

Pratiquement toutes les femmes dans notre société sont élevées en associant leur valeur personnelle à leur apparence. Dès la toute petite enfance, on nous encourage à investir dans notre apparence et on nous récompense quand nous atteignons avec succès l'idéal de beauté. En fait, la plupart des femmes en Amérique du Nord grandissent en apprenant que le fait d'avoir du pouvoir est intimement lié à la façon dont elles approchent au plus près des idéaux de beauté les plus courants. Nous apprenons que la beauté est à la fois notre principal but et notre mission spirituelle dans la vie, que notre pouvoir se situe dans nos corps et dans notre capacité à séduire les hommes. Le sous-titre d'une publicité dit : " Dave a sifflé une autre femme, alors je me suis vengée . " Comment se venge-t-elle ? Cette jeune femme noire achète une crème spéciale pour égaliser et éclaircir le ton de sa peau, en " se vengeant " contre son corps, sa couleur de peau et contre une autre femme. Ainsi, l'homme est absous de toute responsabilité dans le harcèlement, et une compétition se crée entre les deux femmes pour obtenir son attention et son approbation.

Dans son livre *Ways of seeing*, John Berger déclare : " Les hommes regardent les femmes. Les femmes se voient elles-mêmes en train d'être regardées. Ceci détermine non seulement la plupart des relations

entre hommes et femmes mais également la relation des femmes à elles-mêmes. " Berger suggère que les femmes apprennent à voir leur corps comme reflet de leur être et, en même temps, à considérer leur corps comme un objet. Pour beaucoup de femmes, le corps est un miroir du " moi ". C'est aussi un objet dont les femmes deviennent profondément aliénées. Ce paradoxe conduit la plupart d'entre nous à vivre notre corps comme un lieu fondamental de conflit et de détresse. Nous apprenons à être objectivées et à nous objectiver nous-mêmes. En devenant des objets, nous nous trouvons coupées de notre humanité. Encore et toujours, nous voyons le corps féminin morcelé, coupé et découpé ; dans une publicité, le corps féminin est utilisé comme support pour une bouteille de crème pour la peau ; dans une autre, nous voyons seulement le torse d'une femme ; dans une troisième, elle est masquée par un foulard ; et dans une quatrième, elle est réduite au silence par les mains d'un homme qui la bâillonne.

Chercher à embellir son corps peut être perçu comme un acte de violence érotisée contre soi. Se priver de nourriture, se lacérer, se goinfrer et se faire vomir, sont autant d'actes de souffrance que l'on s'impose à soi-même. Ce sont des formes culturellement cachées d'automutilation qui nous conditionnent à contrôler nos corps, et qui nous apprennent à prendre du plaisir dans notre propre objectivation, violation et souffrance. Une publicité pour un centre de perte de poids illustre ce point de façon graphique. On y voit le torse et les membres d'une femme attachés à une machine d'"exercice passif" (une machine destinée à envoyer des petits courants électriques à travers le corps, afin de stimuler passivement les muscles). Des plaques électriques sont fixées sur différentes " zones à problème " du corps de la femme, notamment ses seins, et des fils électriques partent de chaque plaque. Elle est debout, jambes écartées, et la photo est coupée juste sous les yeux. Quand on observe cette publicité, de nombreuses questions viennent immédiatement à l'esprit . Pourquoi les yeux sont-ils hors du cadrage de l'image ? (pour déshumaniser ?) Pourquoi ses jambes sont-elles écartées ? (pour la rendre sexuellement plus vulnérable ?) Pourquoi ne voyons-nous pas ses mains et ses pieds ? (est-elle attachée contre sa volonté ?) La photo fait évidemment allusion au bondage et au sadomasochisme. Mais elle relie

également la recherche de la beauté à la douleur et à la souffrance et, de plus, elle érotise les deux.

Je pense que ce thème est un fil conducteur commun tissé dans la production de nombreuses cultures à tradition patriarcale. Durant l'époque Victorienne, il y avait de grands débats publics sur les mérites et les dangers du corset. Les filles des classes moyennes et supérieures commençaient à porter des corsets dès l'âge de douze ou treize ans. Progressivement, après un certain temps, les lacets étaient serrés de plus en plus jusqu'à ce que la jeune femme ait une taille très fine. Cette pratique avait un effet nuisible évident sur le développement des os et du squelette, comme sur le développement des organes vitaux internes. Alors que les risques sur la santé et la douleur physique associés au corset étaient connus, pourquoi autant de femmes le supportaient-elles ? Fouiller dans le bas-ventre de la société victorienne fournit quelques indices troublants. On trouvait, dans la pornographie victorienne, des images de femmes débarrassées de leurs corsets, dont les tailles mesuraient entre 34 et 36 cm, ce qui suggère que les hommes victoriens étaient excités par ces tailles déformées, par ces formes de sablier. Bien que fanées et un peu ridicules, ces premières images pornographiques transcendent le temps et l'espace - violents rappels de coutumes banales par lesquelles la souffrance des femmes est sexualisée.

Le bandage du pied est un autre exemple sur le même thème. Pendant plus de mille ans en Chine Impériale, le bandage du pied était pratiqué par les femmes des classes supérieures. Les mères ou les femmes proches enveloppaient les pieds des fillettes dans des bandages, dès l'âge de trois ou quatre ans. Cette pratique était extrêmement douloureuse et beaucoup de jeunes filles mouraient de conséquences infectieuses. Pourtant, avoir un petit pied de lotus était essentiel pour toute fille qui n'était pas de classe paysanne ou dont les parents nourrissaient certaines aspirations sociales pour elle. Alors qu'il était très handicapant, le pied bandé constituait un symbole puissant de statut et de loisir. C'était aussi un signe irrémédiable de captivité et d'immobilité. On a fait l'hypothèse que cette pratique était également sexualisée. Récemment, j'ai eu l'occasion de tenir des chaussures qui avaient été portées par une femme chinoise dont les pieds avaient été bandés. Ne dépassant pas plus de 9,6

cm de long et seulement 3 ou 4 cm de large, elles témoignaient, comme un legs vide, de plus de mille ans de souffrance.

Pourtant, la violence perpétrée contre nos corps n'est pas uniquement ou même principalement auto-infligée. L'objectivation de nos corps et la sexualisation de nos souffrances créent une culture de tolérance à l'égard des violences contre les femmes. Il y a quelques années une célèbre compagnie de jeans a utilisé, dans une publicité, l'érotisation d'un viol comme moyen de vendre ses produits. Actuellement, une top-model célèbre est montrée dans une publicité, accroupie sur ses quatre membres, les seins presque complètement exposés aux spectateurs. Un homme est en train de monter sur elle, son visage et son torse sont coupés de l'image. Il tire ses cheveux. L'expression de son visage mêle douleur et extase. Voir des femmes ainsi étalées dans les magazines, comme des moins qu'humaines, comme des objets inanimés ou esclaves sexuels, incite les hommes à nous insulter, dégrader, user, abuser et même à nous tuer plus facilement (Rice & Langdon). La violence masculine est l'épicentre de ces violences - l'arme la plus réelle utilisée pour nous opprimer et nous soumettre.

Quel est le lien entre les problèmes que posent la représentation du corps et la violence sexuelle ? Les statistiques suggèrent qu'entre 55 % et 75 % de femmes qui ont des problèmes de nourriture ou de poids ont connu des formes de violence physique ou sexuelle, comme l'agression, le viol ou l'abus sexuel. Mais que veulent dire ces chiffres ? Pour mieux saisir le lien, il est nécessaire de comprendre la nature de la violence elle-même. L'objectif premier de tout acte de violence est de déshumaniser. C'est la tentative d'un humain pour conquérir, coloniser et réduire à l'esclavage un autre humain. Son but est de faire d'un humain un objet, une extension ou l'outil d'un autre humain. La violence sexuelle signifie l'invasion de notre " moi " le plus intime. Elle transforme notre corps en champ de bataille, nous obligeant à vivre en état de siège contre l'invasion et l'annihilation psychologique, qui est une forme de mort. Du fait de l'acte de violence, nous luttons pour maintenir notre intégrité et notre humanité, en nous retirant du champ de bataille. Du fait de l'acte de violence et de notre retraite, nos corps deviennent des territoires occupés, des possessions de nos agresseurs. L'invasion et l'occupation



créent une distance destructrice entre nos corps, nos esprits et âmes, une distance qui nous retire notre humanité (Chandler).

Nous apprenons à faire face à la violence et aux répercussions émotionnelles des traumatismes qu'elle provoque en utilisant nos corps pour dire notre douleur. La violence nous mène hors de nos corps. La douleur et l'horreur de ce crime s'expriment à travers les relations perturbées que nous avons à nos corps. Ainsi nous développons des luttes incessantes contre la nourriture et la prise de poids, des problèmes d'alcool et de drogues ; nous nous mutilons, nous brûlons, et refusons de vivre dans nos corps ou les quittons entièrement par dissociation. De cette façon, le lieu de notre violation est également devenu un véhicule par lequel nous donnons voix à des expériences de victimisation dans une culture où, sans cela, nous sommes réduites au silence (Rice & Langdon).

## TRANSFORMATION

À chaque fois que nous, femmes, nous regardons à travers l'œil de notre culture, nous nous voyons à travers l'œil dominant. Nous nous comparons à d'impossibles idéaux de beauté qui renforcent seulement un système sexiste, raciste et de compétition. Nous consommons des images qui nous occupent et nous retirent tout pouvoir. Quand nous regardons à travers l'œil dominant, nous devenons autocritiques et juges. Nous cessons de nous aimer et de prendre soin de nous. Nous finissons par nous sentir coupées en deux - nos corps deviennent des objets à manipuler et punir de façon à les rendre plus acceptables. Nous finissons engagées dans une guerre contre nos corps, une guerre que nous ne pourrions jamais gagner. La société habite nos corps, nous l'avons incorporée dans notre peau et dans nos os.

Comment échapper à cette guerre contre nos corps ? J'ai une expérience personnelle de cette lutte à la fois en tant que femme qui a été profondément touchée par les images populaires de dégradation, et en tant que femme qui a une expérience personnelle de la violence sexuelle. J'ai aussi passé de nombreuses années de ma vie à lutter pour rester en-dehors de mon corps, associant mon corps à un objet ;

essayant de me protéger en refusant d'habiter un corps que j'avais depuis longtemps cessé de m'approprier. Comment ai-je échappé à ces luttes ? Comment certaines d'entre nous vivent-elles au-delà de ces luttes ? Dans notre culture, la plupart des femmes ont peu fait l'expérience de l'intégrité corporelle et de l'affirmation de soi, ce qui rend difficile l'éventualité d'une libération. Peu d'entre nous ont été capables de survivre en conservant un sentiment d'intégrité corporelle dans un monde où existent des forces puissantes pour nous amoindrir et nous diviser.

Je vois la transformation dans les processus duels de résistance et d'affirmation. Dans beaucoup de cas, la transformation exige de nous que nous regardions nous-mêmes et le monde autour de nous à travers une double perspective - reconnaître la violence et l'oppression qui nous menacent et, en même temps, connaître notre pouvoir, nos forces et nos capacités. Si chacune d'entre nous pouvait construire ses propres ressources internes, apprendre à avoir confiance en son esprit créatif et expressif, et développer sa capacité à soutenir réellement et à respecter chacune d'entre nous malgré nos différences, nous pourrions collectivement trouver notre pouvoir. En rejetant la vision dominante, en luttant pour sortir de l'occupation, en trouvant le courage de raconter les vécus de traumatisme et d'oppression qui sont profondément enfouis dans nos corps, en gardant confiance dans nos forces individuelles et notre potentiel, en ravivant l'espoir de ce qui pourrait exister d'autre, et en apprenant à nouveau à rêver nos rêves bannis. Voilà de s façons de conquérir un territoire perdu, une histoire perdue, une mémoire perdue, une humanité perdue - des façons de reprendre ce qui nous a été retiré.

Carla Rice est auteure et avocate. Elle vit à Toronto.

Cet article est paru en anglais sous le titre " Out from Under Occupation. Transforming Our Relationships with Our Bodies " dans la revue Canadian Woman Studies/Les Cahiers de la Femme, Volume 14, Number 3 (Juillet 1994). Il comporte une liste importante de références bibliographiques.

---