

En finir avec les règles ?

Par [Stéphanie Torre](#)

Si deux femmes sur trois se disent prêtes à s'en affranchir, d'autres voix s'insurgent pour sauver ce mystère féminin. Alors, les avoir ou pas ? Un choix qui fait aujourd'hui polémique.

L y a dix ans, ce fut une révolution. Enfin, les femmes avaient le choix. Après avoir eu la possibilité d'enchaîner les plaquettes de pilules pour ne pas saigner tous les mois, la mise sur le marché d'un tout nouveau stérilet à la progestérone supprimant les règles apparaissait comme une réelle avancée. Exit serviettes, tampons et antispasmodiques. Bye bye douleurs, crampes, nausées... Pour la première fois dans l'histoire de l'humanité, « règles » et « féminité » n'étaient plus nécessairement liées, et l'opprobre jeté sur la personne menstruée allait enfin être levé... Pour de vrai ? Alors que la « pilule sans règles » est à son tour disponible, et que les députés refusent de reconnaître les protections hygiéniques comme des produits de première nécessité en maintenant la « taxe tampon¹ », le débat fait rage. En finir ou pas ? Les femmes prennent position.

1. Le 15 octobre dernier, l'Assemblée nationale a rejeté la proposition d'appliquer un taux de TVA à 5,5 %, au lieu des 20 % actuellement en vigueur, aux produits de protection hygiénique féminine.

>>

CHRISTINE MATHIEU/MILLENIUM/PLAINPICTURE



>> Oui, pour garder sa liberté

D'abord, il y a les chiffres. Selon un sondage national¹, aucun doute : les femmes seraient aujourd'hui très majoritaires à vivre leurs « choses » dans un réel confort. Parce qu'elles les rendent irritables (62 %), les contraignent dans le choix de leurs vêtements (65 %), les fatiguent (76 %), affectent leur vie sexuelle (79 %)... D'où ce chiffre vertigineux : deux Françaises sur trois préféreraient ne pas avoir leurs règles ! Sur les forums des sites féminins, les témoignages vont bon train : « embarrassantes », « épuisantes », « affaiblissantes », les menstruations sont même considérées comme un « handicap », notamment en matière d'égalité. « Jamais les hommes ne sont contraints par des maux de ventre qui les obligent à prendre des jours de congé et, donc, nuisent à leur carrière. Terrible injustice ! » y lit-on, accompagné de « Marre ! ». Marre du syndrome prémenstruel (SPM), du « débordement » toujours possible...

Du coup, pour beaucoup, puisqu'elles le peuvent désormais, basta les ragnagnas ! Pourquoi s'imposer quatre cent cinquante menstrues (en moyenne) au cours d'une vie, quand quelques-unes suffisent généralement si l'on souhaite enfanter ? D'autant que Béatrice Guigues, vice-présidente du Collège national des gynécologues et obstétriciens français, l'affirme : « Se priver de ce processus mensuel n'est pas dangereux pour la santé. » Alors, non merci ! Beaucoup n'ont plus envie de ce « gaspillage de ressources » qui leur apparaît « aussi inutile que malsain ». « S'il y a encore un tabou, disent-elles, ce n'est peut-être pas pour rien ! »

Auteure d'une étude érudite sur la question², la psychanalyste Marie-Hélène Brousse explique : « Si plus grand monde ne croit que le sang fémi-

nin a le pouvoir de « tarir les sources », comme disait Pline dans l'Antiquité, il faut bien voir que, du côté des règles, tout n'est pas réglé. Même au XXI^e siècle, celles-ci n'ont pas tout perdu de leur pouvoir imaginaire et symbolique. Pour certaines femmes, loin d'être le signe d'une saine capacité reproductive, elles sont un « fléau ». Récemment, une jeune patiente me racontait même que des copines ne lui avaient pas laissé faire un gâteau au prétexte que ses règles allaient le « faire foirer ». Comme la mayonnaise d'autrefois ! »

Une damnation, une menace, un châtement... C'est d'ailleurs dans ces termes que Séverine, 41 ans, piquante brunette, mère de deux enfants, évoque ce qui, pour elle, n'est plus qu'un mauvais souvenir. « Depuis huit ans, je respire ! Fini l'horreur de la dislocation des tissus de mon endomètre ! Si certaines ont réclamé un stérilet hormonal pour ne plus souffrir le martyr, moi, je l'ai exigé parce que ce sang me dégoûte ! » Pertes, fuites, odeurs, taches, mauvaise humeur... À l'instar de Séverine, nombre de femmes ressentent encore leurs règles comme une condamnation. Et la possibilité d'y échapper leur apparaît comme une prise de liberté.

1. Enquête Ipsos pour Tampax et Always (2012).

2. « Logique d'un fluide », de Marie-Hélène Brousse, dans *La Cause du désir* n° 89 (2015).

CE QU'EN DISENT LES HOMMES

Si les contraceptifs « antirègles » ont constitué une révolution pour les femmes, ils ont aussi poussé les hommes à vivre un changement de paradigme. Stéphane, 49 ans, parle même de « vertige » : « Je fais partie de la génération qui a connu l'avant, les "Non, pas ce soir, je suis embarrassée" ; et l'après, sans plus aucune restriction. Faut-il y voir un progrès ? J'avoue que j'ai déjà pensé que je préférerais l'ordre ancien : mêmes contraignantes, les règles font tellement partie du féminin... » Mais sur le Net, les plus jeunes, eux, se disent souvent « soulagés » : « Les poils, comme les règles, moi, ça me refroidit, témoigne Léo, tout juste 20 ans, sur un forum. Chez une fille, j'ai besoin que tout soit nickel ! » Bien sûr, il y a aussi les « fétichistes », ceux qui aiment ce flux et détestent qu'on les en prive... Comme le romancier Lorenzo Pestelli : « Que la femme que j'aime soit tout arrosée du vin de la lune ! Dans son sang je me baignerai comme s'il était la pluie du printemps. » Mais leurs propos sont tout de même loin d'être majoritaires. Moins nombreux, en tout cas, que ceux chez qui une belle indifférence prédomine : « Après tout, qu'elles se démerdent avec leurs "emmerdes" ! écrit par exemple Julien, trentenaire parisien, sur un autre forum. Souvent, elles s'en plaignent, prétendent que ce n'est pas juste. Mais savent-elles à quel point c'est chiant de se raser le matin ? »

Non, par respect de soi

Paradoxe de l'époque, celles qui voient dans leurs règles quelque chose de l'ordre du « naturel » ou du « sacré » font, sur le Net, (presque) autant de bruit que les « anti ». Qu'il pulse, batte et palpète, ce sang des « fleurs » ou des « lunes rouges » ! Elles l'accompagnent, ce saignement qui participe du mystère de la féminité corporelle. En tout cas, elles y veillent. « Certes, il y a des désagréments. Mais c'est aussi pour moi un moment de purification et de régénération, confie Anne, attachée culturelle de 33 ans. Juste avant, j'aime cette sorte de montée en puissance hormonale qui agit sur tout mon être. Puis cet apaisement de l'esprit quand elles surgissent. Alors, y mettre fin, sûrement pas ! Je respecte trop ce corps qui m'est offert. » En cela, la jeune femme incarne parfaitement une autre tendance récente, celle de transformer ses règles en un « moment d'intense créativité et de jouissance ». Ou l'art de faire quelque chose de son fluide... Ainsi la photo-

graphe Marianne Rosenstiehl a-t-elle exposé à Paris, en 2014, une collection de clichés consacrée aux règles intitulée « The Curse » (« la malédiction »). Quant à la poète féministe canadienne Rupi Kaur, on se rappelle le grabuge qu'a créé, en mars dernier, la suppression par Instagram, réseau social de partage de photos, de la fameuse image d'elle de dos, endormie, du sang transperçant son bas de pyjama...

Les signes de ce regain d'intérêt féminin pour le « dragon rouge » ne s'arrêtent pas là. Un nouveau marché se crée. Ainsi, des stages pour apprendre à maîtriser le « flux instinctif libre » voient le jour : il s'agit de vivre des règles écolos, sans serviettes ni tampons, en tentant de retenir le sang dans son corps et de ne le laisser s'écouler qu'une fois aux toilettes. Noëlle et Marie, Normandes de 30 et 35 ans, ont même imaginé un concept en lançant,

en 2014, Dans ma culotte¹, première entreprise à vendre des serviettes hygiéniques design et lavables, entièrement produites dans l'Hexagone « sous processus médical ». Et ça cartonne, au point qu'un an après son avènement la start-up embauche déjà du personnel. « Aujourd'hui, à cause des produits chimiques que contiennent les protections jetables, 30 % des femmes y sont devenues allergiques, précisent-elles. Et, très légitimement, cela inquiète. Les réseaux sociaux fonctionnant comme des caisses de résonance, elles sont donc de plus en plus nombreuses à chercher de nouvelles solutions pour respecter cette mystérieuse essence de leur féminité. » Une tendance émerge, via des blogs notamment, qui prônent le retour des *cups* et prodiguent moult conseils pour bien les utiliser. Ces coupes menstruelles, vieilles de 80 ans, s'avèrent, en version silicone, « la meilleure chose que vous puissiez faire pour votre vagin », lit-on.

1. dansmaculotte.fr.

Un choix intime pour chacune

« Se priver de son sang est-il vraiment si innocent ? » « Ai-je tort de ne pas profiter du progrès qui m'éviterait de souffrir ? »... Dans l'intimité de leur conscience, les femmes sont donc priées de choisir. Sans que leur partenaire vienne vraiment les éclairer : puisqu'il s'agit de leur corps, ne sont-elles pas les mieux placées pour « savoir » et « décider » ? « À cette question très personnelle, "Que dois-je faire de mes règles ?", il ne peut y avoir que des réponses singulières émanant elles-mêmes de l'histoire de chacune, nuance Marie-Hélène Brousse. Il convient donc de se méfier

des tendances, comme des discours, pour parvenir à se forger sa propre opinion. » Et les mots sont à peu près les mêmes du côté du Dr Béatrice Guigues : « Le questionnement des femmes n'est pas le même à 20, 30 ou 40 ans. Mais j'insiste toujours sur la nécessité de prendre une décision réfléchie, conseille-t-elle. Se priver de ses règles est-il souhaitable ou pas ? Rien ne prouve que cela pose problème de vivre sans, et certaines patientes ont plus avantage à s'en passer,

si leurs menstruations sont très irrégulières ou très douloureuses par exemple. Mais j'ai aussi reçu dans mon cabinet des femmes qui, traitées pour ne plus les avoir, changeaient finalement d'avis et préféreraient retrouver leurs cycles, car cela les rassurait... Il n'y a donc pas d'autre solution : à chacune de sonder sa propre situation. » « Paisiblement », comme le recommandait Marianne Rosenstiehl à l'heure d'inaugurer son exposition : « Consciente de la difficulté à penser ce sujet pour certains, je ne milite pas pour un passage en force. Mais plutôt dans l'espoir d'une réconciliation. »