

## PROLOGUE

Ce livre s'inspire profondément des femmes remarquables qui ont marqué ma vie, ainsi que des figures emblématiques du féminisme et de l'émancipation, telles qu'Olympe de Gouges, Colette, Simone Veil et Gisèle Halimi. Mon but est de rendre hommage à leur héritage tout en redonnant la parole à d'autres voix étouffées. Plus qu'un simple récit, cet ouvrage célèbre la vie et la résilience de ces femmes extraordinaires qui nous ont précédées, ainsi que de celles qui continuent de lutter pour la même cause, sachant que la victoire n'est jamais acquise. Treize femmes ont généreusement accepté de collaborer à l'écriture de ce livre, rendant ce projet possible en partageant leur monde intérieur. Leur engagement a été crucial pour donner vie à cette initiative. Je les ai accueillies, écoutées et encouragées à libérer une parole longtemps retenue. Mon objectif était de révéler leur essence profonde en établissant un dialogue basé sur la complicité et la confiance mutuelle.

Si la plupart étaient impatientes de parler d'elles-mêmes et de leur parcours de vie, quatre se sont finalement retirées malgré leur enthousiasme initial. Cela montre que se dévoiler, explorer ses profondeurs, et reconnaître ses vulnérabilités et ses erreurs n'est pas anodin. J'ai pris l'engagement de préserver l'anonymat de chacune tout en partageant leurs histoires de vie avec le public. Ces femmes, issues de divers milieux sociaux, professionnels et culturels, ont toutes partagé leurs histoires avec une sincérité touchante, malgré leurs différences d'âge, d'origine, et de statut

# LA MÉTAMORPHOSE

## Ménopause, andropause

La ménopause, bien qu'étant une étape normale et naturelle du vieillissement chez la femme, est souvent perçue négativement en raison des changements physiques, et de la fin de la fécondité qu'elle implique. Pourtant, elle marque une transition vers une nouvelle phase de vie. Lorsqu'elle se manifeste, le corps de la femme et ses fonctions biologiques se transforment, signalant ainsi un changement de statut. L'arrêt des règles marque la fin de la capacité reproductive, ce qui peut être vécu par certaines femmes comme une libération, tandis que d'autres y voient une source d'inquiétude en raison des stéréotypes associés au vieillissement féminin. Le rejet social et le sentiment d'invisibilité peuvent accroître leurs craintes et les rendre plus vulnérables.

Les manifestations physiques et les troubles liés aux carences hormonales modifient notre rapport au monde que l'on soit homme ou femme. Cependant, même si l'enveloppe corporelle se transforme, à l'intérieur de nous, une part reste inchangée, nous demeurons la même personne. La femme, cependant, doit également s'adapter au regard de la société, de son conjoint et de son propre reflet. Certaines subissent les diktats de l'extérieur, s'autocensurent, s'auto sabotent au lieu d'apprendre à se réadapter à ce corps qui ne fonctionne plus pareil. Et si elles acceptaient leur nouveau corps avec authenticité, en appréciant

Marthe – La déchéance physique, ce n'est pas pour moi. Je ne désespère pas de revivre une passion amoureuse car je ne souffre d'aucune entrave à réaliser ce rêve. Je désire aimer et être aimée en retour. Baiser comme à vingt ans, car j'en ai toujours envie. Je me projette dans l'avenir avec un partenaire sexuel qui va satisfaire mes besoins. Je suis restée une assoiffée de vie et d'amour.

Je dissimule mon étonnement pour ne pas la contrarier et l'empêcher de poursuivre son discours délicieux, que je savoure chaque minute à ses côtés.

Marthe – Je manque de partenaires. Même un cadre idyllique peut être un enfer quand on est seule. Alors que curieusement, j'aime ça être seule. Oui, je sais c'est contradictoire ! À mon âge, il faut les travailler longtemps au corps pour arriver à un résultat satisfaisant. Et encore, ils ne tiennent pas toujours la distance ! La peur de perdre à jamais leur virilité a un impact considérable sur leur mental, leur moral et donc leur érection. Et quand ça marche, après l'amour, souvent, ils s'endorment épuisés alors que moi, je suis insatisfaite. Ce n'est pas intéressant, tu sais ! Bon, tu ne répètes pas ça à personne, c'est entre nous !

Je cache ma surprise face à ses révélations spontanées et franches. Marthe glousse comme une adolescente. Nos échanges sont ponctués de rires. J'avais sous-estimé sa véritable nature.

Marthe – Bon, tu sais à mon âge, j'ai quatre-vingt-trois ans, je sais que le temps n'est pas mon allié, et que la course contre la montre est engagée. Donc, allons-y ! Je t'écoute. C'est quoi ta première question ? Faut que je te dise, mon premier amour, je l'ai rencontré à vingt ans, une parenthèse enchantée qui a souffert