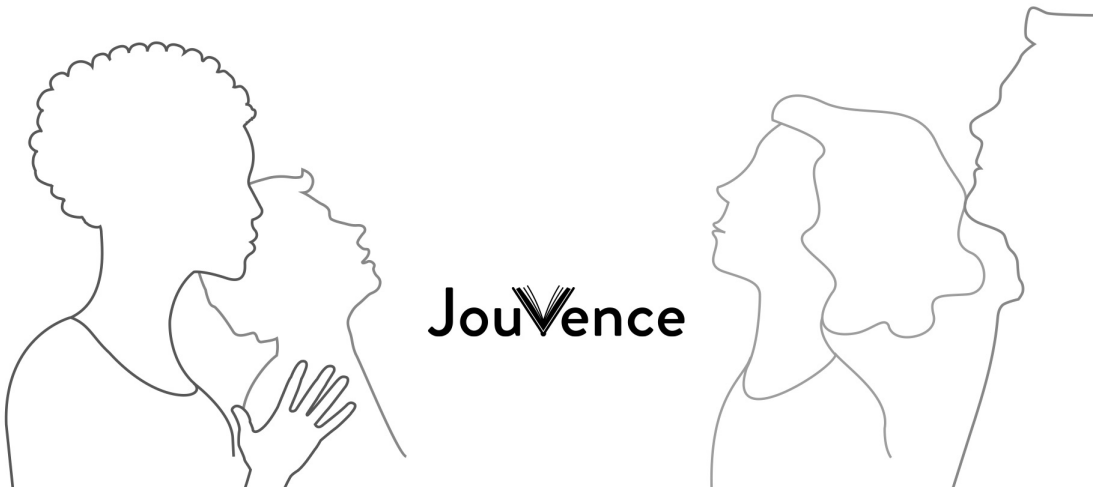


Caroline Lesire
Alexandra Ughetto

Préface de Frédéric Lenoir

DONNE-MOI DES *Elles*

En quête du matrimoine,
un héritage au féminin





Nous pensons que
la réhabilitation du matrimoine
est un outil critique essentiel
qui nous donne l'occasion,
en comprenant mieux le rôle
des femmes d'hier, de changer
la donne pour les femmes
et les hommes d'aujourd'hui.
Il s'agit d'un héritage précieux
dont dépend notre épanouissement
en tant qu'humain·es sur cette Terre.





Nous nous sommes toutes deux
engagées sur la voie du féminisme.



Qui sommes-nous ?

Alexandra Ughetto est philosophe de formation, sociologue et coach auprès d'entreprises et de particuliers pour les accompagner dans la réussite de leurs projets. Elle est aussi écrivaine.

Passionnée de développement personnel et portée par son engagement pour l'*empowerment* féminin, elle s'engage dans la transmission de ses connaissances afin que les femmes puissent y puiser des leviers d'émancipation.

Elle accompagne les femmes qui ont un projet entrepreneurial avec sa formation « Je me lance ! ». Elle crée un podcast « La p'tite chronique lumineuse » en 2018 et publie en 2019, chez Robert Laffont, un roman d'émancipation pour adolescentes *Chloé des loups*, dans lequel elle utilise la fiction pour proposer aux jeunes des méthodes et modes de raisonnement aidant à répondre aux questions de la vie.

Les femmes, elle les voudrait libres d'être elles-mêmes, affranchies des conditionnements sociétaux et des loyautés familiales.

Pour en savoir plus, vous pouvez la suivre sur Instagram, Facebook ou sur **<https://alexandraughetto.com>**

Caroline Lesire est diplômée en sciences politiques, en aide humanitaire internationale et en études de genre.

Après avoir coordonné des projets d'accès aux soins de santé dans différents pays d'Afrique francophone pendant sept ans, elle est aujourd'hui coordinatrice de l'association Émergences, qu'elle a cofondée en 2009.

Instructrice de pleine conscience, elle anime des ateliers à destination des futurs parents et a créé, avec Aurélie de Schoutheete, MamanCercle, une communauté de méditation en ligne pour les mamans.

Infatigable militante à l'enthousiasme contagieux, elle anime des stages d'écopsychologie et est à l'origine de la branche belge du mouvement Mères au Front.

Elle a coordonné et coécrit plusieurs ouvrages dont *Se changer, changer de monde* et *Transmettre* aux Éditions de l'Iconoclaste, ainsi que *Mon Cahier poche : Je me prépare à la naissance en pleine conscience* aux Éditions Jouvence.

Pour en savoir plus, vous pouvez la suivre sur Instagram et Facebook.

Sommaire

Préface de Frédéric Lenoir	13
<i>Donne-moi des Elles,</i> un triptyque au service du matrimoine	17
Introduction	21
Préambule	
Le matrimoine : derrière un mot, les maux	25

PARTIE 1

Petite histoire de la domination des femmes en Europe

Chap. 1. Quand l'Empire romain souffle le vent de la domination des femmes	35
Portrait d'Hatchepsout par Florence Quentin	39
Chap. 2. La Renaissance, ce temps de haine et d'oppression des femmes	46
Chap. 3. Les Lumières et au-delà, le comble de la misogynie ..	58
Portrait d'Olympe de Gouges par Bernard Campan	60
Chap. 4. Le xx^e siècle, un temps de combats pour les droits et pour l'égalité.	72

PARTIE 2

Invisibilité et préjugés, des maux d'aujourd'hui

Chap. 5. L'invisibilité des femmes, la prise de conscience	80
Invisibilité dans l'espace public	83

Invisibilité à l'école.	87
Invisibilité dans la production culturelle et les médias.	90
Portrait d'Elizabeth Gilbert par Florence Servan-Schreiber	93
Portrait de Etty Hillesum par Frédéric Lenoir	102
Invisibilité dans la recherche scientifique	107
Chap. 6. La force des stéréotypes de genre et leur impact...	112
Portrait de Beyoncé par Noémie de Lattre.	124

PARTIE 3

Le matrimoine enfin révélé !

Chap. 7. Le féminisme et l'histoire	137
Chap. 8. <i>Herstory</i>, quand les femmes révisent l'histoire	146
Chap. 9. Le matrimoine retrouvé	153
Le domaine de la création artistique.	154
Le domaine de la recherche scientifique	160
Portrait d'Hypatie d'Alexandrie par Christophe Fauré.	161

PARTIE 4

Le matrimoine, un tremplin vers la liberté

Chap. 10. Les ressorts de l'inspiration au féminin.	177
Premier bénéfice du matrimoine : croire en soi	178
Deuxième bénéfice du matrimoine : oser.	180
Portrait de Helena Rubinstein par Julie Mamou-Mani	181
Troisième bénéfice du matrimoine : briller	187
Portrait de Maya Angelou par Mai Hua.	189

Quatrième bénéfice du matrimoine : apprendre	194
Cinquième bénéfice du matrimoine :	
découvrir une vocation	196
Sixième bénéfice du matrimoine : s'élever.....	198
Portrait de Sœur Emmanuelle par Thierry Janssen ...	200
Chap. 11. Le guide des archétypes inspirationnels féminins. .	207
L'archétype de l'héroïne	209
L'archétype de la sœur/la double.....	210
L'archétype de la figure maternelle.....	211
Portrait de Joanna Macy par Ilios Kotsou	212
L'archétype de la juste	219
L'archétype de la guide spirituelle/la sage	220
Portrait de Jetsün Jampa Chökyi par Matthieu Ricard .	222
Portrait de Sœur Chân Không par Isabelle Filliozat. ...	227
Conclusion.....	235
Postface de Noémie de Lattre.....	239
Remerciements.....	243
Pour aller plus loin : un monde qui bouge.....	245
Notes	263
Pour mieux connaître les œuvres de nos invité-es	273
Pour mieux connaître les œuvres des femmes inspirantes présentées par nos invité-es	278
Bibliographie	283



Il est temps d'ouvrir les yeux
sur la manière dont est traitée
et considérée la moitié de l'humanité.



Préface de Frédéric Lenoir

À l'heure où j'écris ces lignes, des milliers de femmes iraniennes luttent au péril de leur vie pour tenter d'échapper à la domination d'un pouvoir politique et religieux tyrannique, qui constitue l'essence même de toutes les horreurs du patriarcat. Apparu il y a plusieurs millénaires à l'aube des premières civilisations, le patriarcat s'est imposé sur toute la planète comme un système de pensée et de pratiques sociales qui valorise le masculin aux dépens du féminin et qui légitime la domination de l'homme sur la femme, mais aussi de l'homme sur la nature et toutes les espèces vivantes soumises à son bon vouloir. C'est dire que le mouvement écologique ou celui de la libération des animaux sont liés à celui de l'émancipation de la femme : il s'agit de se libérer d'une volonté des hommes de dominer, d'exploiter, de piller, de détruire au nom de leur prétendue supériorité. C'est pour moi le combat le plus important de notre temps, car tous les déséquilibres et les injustices les plus criantes de notre monde proviennent de cette idéologie mortifère.

Dans cet excellent ouvrage, Alexandra Ughetto et Caroline Lesire montrent comment le patriarcat a gommé une immense partie de l'histoire des femmes, effaçant leurs réalisations et organisant leur invisibilisation ainsi que leur domination. De l'Empire romain à l'époque contemporaine, en passant par la Renaissance

DONNE-MOI DES ELLES

et la période des Lumières, elles retracent l'histoire de la condition des femmes et démontent les ressorts de cette invisibilisation. Elles illustrent aussi brillamment comment ces problématiques sont toujours présentes dans tous les domaines de notre société actuelle. Elles nous proposent enfin de (re)découvrir l'histoire des femmes et de leurs réalisations. C'est ce nouveau récit, vibrant, inspirant, qui est au cœur de leur livre.

À une époque où les défis sociétaux et écologiques sont immenses, il est temps d'ouvrir les yeux sur la manière dont est traitée et considérée la moitié de l'humanité. Solidement documenté sur le fond, cet essai est vivant et très agréable à lire sur la forme. Le fait d'avoir des témoins inspirant-es et l'utilisation très à-propos d'encarts théoriques et d'anecdotes de coulisses rendent cette lecture passionnante très fluide. Ce livre captivant se lit donc d'une traite et est aussi instructif et éclairant que stimulant.

Ce que j'ai également beaucoup apprécié, c'est que, tout en traitant de thèmes graves (comme l'oppression, la domination et les préjugés) de manière très engagée, c'est un ouvrage inspirant et plein d'espoir. « Changer notre récit, c'est changer le monde », nous disent les autrices. On sort de cette lecture avec la furieuse envie de participer à la réhabilitation du matrimoine et à la création d'un imaginaire qui leur rende justice, pour le plus grand bien des tous-tes. Et on se met à rêver d'un monde enfin débarrassé de l'idéologie patriarcale, fondé sur des valeurs non plus de domination et de performance, mais de collaboration et d'épanouissement, de justice et de solidarité.

Frédéric Lenoir



On sort de cette lecture
avec la furieuse envie de participer
à la réhabilitation du matrimoine.





Donne-moi des Elles trouve ses racines
dans notre volonté de mettre
en lumière le « matrimoine »,
notre héritage culturel au féminin.



Donne-moi des Elles, un triptyque au service du matrimoine

D*onne-moi des Elles* trouve ses racines dans notre volonté de mettre en lumière le « matrimoine », notre héritage culturel au féminin.

Bien que les femmes représentent la moitié de la population, leurs contributions sont peu valorisées. Elles sont invisibilisées et presque absentes de ce que l'on appelle aujourd'hui le « patri-moine » de l'humanité. C'est un fait.

Pourtant, les femmes ont œuvré. Et pas qu'un peu ! On pense, à tort, qu'elles n'ont participé au rayonnement collectif qu'en prenant soin de leur famille... mais de tout temps, les femmes ont inventé, pensé, écrit, peint et rayonné de tant d'autres manières !

Le matrimoine existe, apprenons à le dire haut et fort.

Selon nous, il pourrait être comparé à un immense continent englouti par l'oubli, le déni et l'invisibilité. Nous souhaitons être de celles et ceux qui se retroussent les manches pour qu'on puisse y accéder à nouveau. Cela nous semble être essentiel pour lever les préjugés qui visent les femmes, rééquilibrer notre récit collectif et surtout nous offrir des sources d'inspiration déclinées au féminin.

DONNE-MOI DES ELLES

Notre ambition ? Mettre en lumière des exemples inspirants qui nous serviront de tremplin vers plus de liberté.

Comme nous sommes convaincues de la puissance de l'expérience et des témoignages, nous menons cette enquête avec des allié-es, nos invité-es, qui ont eu la générosité de réfléchir avec nous sur le sujet et de nous présenter des femmes qui les inspirent, les élèvent et les font rêver. Leurs récits sont au cœur même de notre projet. Ils nous font entrevoir l'impact que ces femmes incroyables ont eu dans leur vie : leurs aventures, les interdits qu'elles ont bravés, ce qu'elles ont fait avancer dans la société. Nos invité-es sont pour moitié des hommes, car nous sommes convaincues que le chemin d'une humanité consciente et éveillée ne peut se faire qu'ensemble.

Au service de ce projet, nous avons trois propositions : ce livre, une rencontre mensuelle au format podcast et des conférences.

Dans cet ouvrage, vous pourrez découvrir nos recherches sur l'invisibilité des femmes et les ressorts de l'inspiration. Au fil des pages, les témoignages de nos invité-es viendront éclairer notre propos.

Dans le podcast, vous pourrez chaque mois écouter un-e invité-e nous présenter deux femmes qui ont influencé son parcours de vie.

Lors des conférences, nous vous raconterons notre cheminement, comment et grâce à qui nous avons ouvert les yeux. Nous verrons ensemble qu'une autre manière de raconter l'histoire est à même de nourrir notre souveraineté intérieure et, à l'aide d'exemples, nous soulignerons l'importance du matrimoine pour déployer ses ailes.

Pour prolonger la proposition du livre, vous pourrez écouter de nombreux autres témoignages dans le podcast, accessible à l'aide du code QR ci-dessous ou consulter notre site Internet :

www.donnemoideselles.com





Ce livre, les épisodes du podcast
et les conférences sont pensés
comme des boussoles pour partir
en quête de cette part
d'héritage humain qui nous manque :
le matrimoine.



Introduction

Nous sommes des êtres d'inspiration. Depuis l'enfance, nos pensées, nos comportements et nos choix sont le fruit de notre interprétation du monde. Mais que se passe-t-il lorsque nous ne connaissons qu'une version partielle de la réalité ? Que deviennent nos possibles lorsque les offres d'identification sont tronquées ?

Pour partir en quête du matrimoine, nous nous sommes appuyées sur les travaux de femmes formidables : des historiennes principalement, mais aussi des anthropologues, des sociologues, des journalistes, des essayistes... (et aussi sur les travaux de quelques hommes, bien sûr, mais comme ils sont moins nombreux à s'être emparés du sujet, ils sont moins cités, une fois n'est pas coutume !)

Bien que toutes deux engagées sur la voie du féminisme, nous avons, nous aussi, beaucoup de croyances à déconstruire et de vérités à découvrir. Il nous aura fallu, par exemple, des années pour réaliser – merci à celles et ceux qui contribuent à nous ouvrir les yeux – que les rues de nos villes portent environ dix fois moins de noms de femmes¹ que d'hommes. Que dans les livres ou sur les réseaux sociaux, les citations mises en exergue sont tirées dans leur grande majorité d'ouvrages écrits par des hommes. Et que, même si la prise de conscience est là et que les choses bougent, les rôles d'expert, d'écrivain, de peintre, de photographe, d'aventurier, de cinéaste, d'architecte, de designer se déclinent très

DONNE-MOI DES ELLES

majoritairement au masculin, tant dans les dictionnaires que sur la scène médiatique. Cette réalité culturelle genrée est si fortement ancrée en nous que nous n'avions même pas réalisé que nous manquions de femmes inspirantes et même d'un mot spécifique pour nommer cet héritage.

Mais pour autant, est-il bien utile d'ajouter un combat féministe de plus à ceux qui existent déjà ?

Oui, c'est utile. Nous en sommes convaincues.

Comment tous les autres combats, à l'évidence nécessaires, pourraient-ils être suffisants alors que notre conscience et notre identité se forgent chaque jour à partir d'une histoire tronquée ou incomplète ?

Ce livre, les épisodes du podcast et les conférences sont pensés comme des boussoles pour partir en quête de cette part d'héritage humain qui nous manque. Nous vous proposons pour ce voyage de faire un court détour par l'histoire, pour comprendre qu'en Europe les femmes ont été régulièrement et volontairement placées sous la domination masculine. Cette partie-là fait mal, on vous prévient, mais elle permet de mieux comprendre d'où l'on vient.

Puis nous reviendrons au présent pour constater que l'invisibilité est toujours de mise et qu'il reste encore du pain sur la planche pour atteindre l'égalité des représentations.

Ensuite, nous explorerons tout ce qui est à même de nous rendre à nouveau souveraines (là, on va respirer !). D'abord avec les historiennes et les sociologues qui dénoncent la partialité de leurs disciplines et lancent des recherches pour sortir les femmes de l'oubli, puis en examinant en quoi ces femmes constituent un trésor infini d'inspiration pour notre épanouissement.

Vous allez rencontrer au fil des pages trois types d'encarts. Des explications théoriques qui éclairent des notions utiles afin d'avancer dans le livre, des portraits de nos invité-es et de leur inspiratrice et quelques échos de l'écriture de ce livre depuis les coulisses.

Nous ne sommes pas des historiennes. Notre contribution comporte sans nul doute des approximations et des oublis. Nous avons fait le choix de privilégier certains angles d'investigation, la catégorie « femme^{*} » étant déjà multiple (origine ethnique, orientation sexuelle, classe sociale...). Même si nous avons veillé à ce que les exemples de femmes inspirantes présentés dans cet ouvrage soient variés, nos recherches sur l'histoire, elles, sont ciblées sur l'Europe occidentale. C'est un choix limitant certes, mais sous-tendu par une vision réaliste et pragmatique des ressources dont nous disposions.

Nous pensons que la réhabilitation du matrimoine est un outil critique essentiel qui nous donne l'occasion, en comprenant mieux le rôle des femmes d'hier, de changer la donne pour les femmes et les hommes d'aujourd'hui. Il s'agit d'un héritage précieux dont dépend notre épanouissement en tant qu'humain-es sur cette Terre.

Alors, prêt-es à partir à la recherche du matrimoine ? Bienvenue dans l'aventure !

.....
^{*} Les termes « femme » ou « elle » sont utilisés pour désigner toute personne qui s'identifie comme une femme ou se reconnaît dans cette identité.