

Clin d'œil



psycho
**Les jeunes
et l'amour**

voyage
Virée à Tokyo

cinéma
**Tête-à-tête avec
Monia Chokri**

mode et beauté

les tendances
de la rentrée



Renaître à soi (ou le *girl power* à 40 ans)

par Camilla Sironi

Je crois plus qu'avant – peut-être parce que le cœur ne vieillit pas – que les amitiés peuvent naître à tout moment, par un heureux croisement de trajectoires, une ouverture mutuelle et un désir de s'offrir.

Parfois, ces amitiés restent des années durant. Contre la distance et toute attente, portant avec elles les souvenirs de l'enfance révolue et des jeunes que nous étions. D'autres nous accompagnent seulement quelques mois, le temps d'appivoiser un passage, un changement, un point de bascule.

Aujourd'hui, à 40 ans, ma tribu s'élargit. Elle est composée de femmes qui ne dissimulent plus leurs «défauts» et qui assument un besoin plus fort de douceur et de partage sincère. On dirait qu'on se repère mieux, sans tous ces mensonges dont on se drapait jadis, par crainte de se faire juger ou de ne pas convenir.

On décrypte ce désir d'authenticité, cette folie assagie, cette volonté d'émancipation qui nous connectent à l'instant et jettent les bases pour la suite. C'est une grande libération d'abandonner cette présumée perfection, édifiée au fil des ans.

Car, pour plaire ou ne pas déplaire, on a baissé le volume de notre voix et accepté des uniformes trop serrés. On a cru à des standards et l'on s'est conformées à des pressions externes toujours plus envahissantes, qui pèsent lourd sur la condition d'être une fille, une femme, et ce, depuis longtemps.

À la longue, ces costumes deviennent étouffants.

Je sens que nous sommes nombreuses à marcher sur le chemin silencieux du retour vers soi, une

route parsemée de peurs et d'incertitudes, motivées seulement par l'intuition d'être plus que ça.

D'avancer avec l'envie de se reconnecter à un quotidien fondé sur le respect du corps, des émotions, des désirs profonds, des relations vraies; moins imprégnées de ces critiques et de cette compétitivité qui nous aplatissent. En acceptant nos parts d'ombre et de lumière, les journées noires, les moments de fragilité et les élans de courage.

La vie est plus belle quand on l'occupe entièrement. Et trouver ceux et celles qui nous offrent cet espace de confiance et de liberté est précieux.

C'est peut-être à cause de cette quarantaine qui rafle toutes les assises que je n'ai plus envie de me diminuer par peur de déranger. Plutôt l'inverse, en fait: je souhaite que chacune de nous embrasse pleinement sa voix, ses désirs et cet amour pour soi. C'est si libérateur de voir une femme devenir souveraine.

On a grandi avec cette idée que nous étions dotées d'un superpouvoir: celui de jongler au quart de tour avec les rôles de femme, de mère, de conjointe, de professionnelle. Il n'en est rien.

Notre superpouvoir est celui d'être uniques, chacune différente, entière et nécessaire. Et l'incarner peut inspirer d'autres à nous suivre dans nos pas.

Camilla est l'auteure du roman *Les femmes de bois*, récemment publié aux Éditions au Carré.