

Les femmes marocaines à l'horizon 2050 : entre espoirs et ruptures

SOMMAIRE

1. Naître fille au Maroc : les inégalités qui commencent au berceau
2. Le corps féminin : territoire social, quête de liberté
3. Intimité, sexualité et maternité : quand le corps devient silence
4. Éducation des filles : brillantes à l'école, freinées dans la vie
5. Les violences faites aux femmes : entre banalisation et résistances
6. Charge mentale et sphère domestique : le fardeau invisible des femmes
7. Femmes et emploi : des chiffres qui masquent l'injustice structurelle
8. Entreprendre pour survivre ou pour s'émanciper ?
L'illusion de l'autonomie
9. Vieillir femme : solitude, précarité et dignité oubliée
10. Femmes et réseaux sociaux : entre empowerment et violence numérique
11. Les Marocaines face à la crise climatique : invisibles mais en première ligne
12. L'intelligence artificielle a-t-elle un genre ? Algorithmes, biais et exclusions
13. Nouvelles masculinités : déconstruire pour mieux reconstruire
14. Les Marocaines en 2050 : vers une citoyenneté pleine et entière ?

PRÉAMBULE

Quand une jeune femme prend la plume pour raconter ce que vivent, ressentent et rêvent des millions de Marocaines à l'horizon 2050, ce n'est pas un simple exercice de style. C'est un acte d'engagement. Ce livre est né d'un besoin criant, d'une urgence sociale, mais aussi d'une conviction profonde : celle que la question des femmes n'est pas un chapitre secondaire dans l'histoire du Maroc. Elle en est le fil rouge.

Ce livre est le fruit d'un croisement de regards et d'expériences. Il rassemble deux sensibilités complémentaires : celle d'un vieil acteur médiatique, Adnane Benchakroun, qui observe depuis des années les mutations de la société marocaine, et celle d'une journaliste de terrain, Salma Labtar journaliste à L'ODJ Média, militante et chercheuse, qui interroge sans relâche les injustices, les espoirs et les ruptures vécues par les femmes marocaines dans leur diversité.

Pourquoi ce livre maintenant ?

Parce que 2050, ce n'est pas si loin à l'échelle d'une société.

C'est dans un peu plus de vingt ans. Le temps d'une génération. Celle qui a aujourd'hui quinze ans sera alors aux commandes. Elle sera médecin, ministre, travailleuse agricole, mère, ingénieure, enseignante, chômeuse, entrepreneure, ou militante. Et ce que cette génération dépendra des décisions que nous prenons aujourd'hui.

Nous avons choisi 2050 parce que cette date agit comme un miroir tendu vers l'avenir, une borne symbolique mais réaliste.

Elle nous oblige à penser le temps long, à sortir de l'urgence immédiate pour imaginer ce que pourrait être une société marocaine véritablement égalitaire, si nous avons le courage de transformer en profondeur les structures patriarcales encore à l'œuvre aujourd'hui. 2050, c'est l'horizon où les promesses non tenues devront enfin se traduire en actes, où les utopies d'aujourd'hui deviendront – espérons-le – les évidences de demain.

Parce que la condition des femmes marocaines est à la croisée des chemins. Oui, des avancées légales ont eu lieu : réforme du Code de la famille en 2004, Constitution de 2011, lois contre les violences faites aux femmes. Oui, des Marocaines brillent dans tous les domaines : sport, science, art, politique, business. Mais ces progrès ne doivent pas masquer les inégalités persistantes, ni faire oublier les reculs, les résistances, les zones grises.

Parce qu'il y a urgence à redéfinir le cadre. L'égalité ne peut pas être une promesse abstraite. Elle doit devenir un horizon concret, mesurable, vécu. Et pour cela, il faut interroger tous les pans de la vie sociale : le corps, l'éducation, le travail, la famille, la santé, la politique, l'environnement, la vieillesse. Ce livre propose une cartographie. Un état des lieux. Mais aussi une projection. Une alerte. Un rêve.

Une parole incarnée, plurielle, féministe

Ce livre ne parle pas "des femmes" comme d'une masse homogène. Il donne à voir les nuances : entre une adolescente rurale et une femme cadre en ville, entre une mère célibataire et une cheffe d'entreprise, entre une jeune diplômée et une femme âgée sans pension, les réalités sont multiples. Ce qui

les relie, c'est souvent une lutte invisible pour la reconnaissance, l'autonomie, la dignité.

À travers quatorze chapitres thématiques, nous interrogeons des territoires peu explorés : le travail invisible, la vieillesse féminine, la justice climatique vue par les femmes, l'entrepreneuriat au féminin, la santé mentale, la citoyenneté différenciée, les violences ordinaires, et bien d'autres sujets. nous le faisons sans détour, mais sans misérabilisme. Avec empathie, mais aussi avec colère quand il le faut. Nous écrivons pour dire, pour dénoncer, pour inspirer.

Et surtout, nous décrivons avec une vision profondément féministe. Pas un féminisme importé, hors sol, mais un féminisme marocain, ancré, en dialogue avec les réalités culturelles, religieuses, économiques du pays. Un féminisme qui ne cherche pas à exclure, mais à inclure. Qui ne veut pas dominer, mais équilibrer. Qui croit que l'égalité est une promesse de justice pour toutes et tous.

Un projet éditorial un peu militant

Ce livre s'adresse à toutes celles et ceux qui veulent comprendre, agir, changer. Il s'adresse aux jeunes filles qui cherchent leur place. Aux hommes qui veulent être alliés. Aux décideurs qui veulent faire mieux. Aux journalistes qui veulent écrire autrement. Aux militant.es qui doutent parfois. Aux enseignant.es, aux parents, aux élu.es, aux artistes.

Il s'adresse à toute une société qui, à l'horizon 2050, devra choisir : continuer à exclure la moitié de sa population, ou miser sur elle pour bâtir un avenir plus juste, plus libre, plus vivant. Pour conclure : écrire pour transformer

Ce livre est un outil. Mais aussi un acte de foi. Foi dans la parole, dans la transmission, dans la mémoire. Il ne règle pas tout. Il n'épuise pas la question. Mais il ouvre des pistes. Il trace des lignes. Il invite à penser autrement.

Aux lectrices et lecteurs, nous voulons dire : ce que vous tenez entre les mains n'est pas seulement un livre. C'est une invitation à voir, à ressentir, à agir.

L'avenir ne se décrète pas. Il s'écrit. Et les femmes marocaines ont déjà commencé à en rédiger les premières pages.

L'égalité en panne : pourquoi les lois ne suffisent pas à changer le quotidien des Marocaines

Des droits sur le papier, des pratiques figées

Au Maroc, le principe d'égalité entre les sexes n'est plus un tabou juridique. Depuis la réforme de la Moudawana en 2004, suivie par la Constitution de 2011, les textes reconnaissent aux femmes les mêmes droits que les hommes dans la majorité des domaines de la vie publique et privée.

Mais si ces avancées ont été saluées au niveau international, leur mise en œuvre dans la société marocaine reste fragile. Le droit progresse, mais les pratiques stagnent. L'article 19 de la Constitution, qui consacre la parité et prévoit un mécanisme de promotion de l'égalité, reste largement inopérant sur le terrain.

Dans les tribunaux, les juges disposent d'une marge d'interprétation qui reflète encore une vision patriarcale. Les décisions concernant la garde des enfants, la pension alimentaire ou le partage des biens restent souvent défavorables aux femmes. L'article 49 de la Moudawana, qui

permet un contrat de gestion des biens communs, est rarement appliqué, faute de sensibilisation ou de volonté.

L'application inégale du droit

Cette inégalité est encore plus marquée entre les milieux urbains et ruraux. En ville, une femme peut trouver un avocat, une association. À la campagne, elle est souvent seule face à la loi, isolée par la distance, la pauvreté ou la peur du qu'en-dira-t-on. Là, les traditions suppléent la loi, et les femmes doivent choisir entre leur sécurité et leur dignité.

L'État avance, la société freine

Même lorsque les lois existent, les mentalités les contournent. Le travail des femmes, par exemple, reste perçu comme secondaire, voire indésirable. Le taux d'activité féminine stagne à 20 %, un des plus bas de la région MENA. Les femmes sont surreprésentées dans les emplois précaires, informels, et très peu accèdent aux postes de pouvoir.

Même diplômées, elles se heurtent à une triple peine : stéréotypes sexistes à l'embauche, plafond de verre dans la hiérarchie, et double journée de travail à la maison. Le monde professionnel reste pensé par et pour les hommes.

Quand les inégalités se nichent dans les détails

Les inégalités ne sont pas toujours spectaculaires. Elles s'infiltrant dans les détails : une femme qui n'ose pas demander une promotion, une jeune fille déscolarisée pour aider à la maison, une veuve sans ressources faute de reconnaissance de son travail domestique.

La loi 103-13, adoptée en 2018 pour lutter contre les violences faites aux femmes, a été un signal fort. Mais sur le terrain, les femmes continuent de souffrir en silence. Les plaintes sont rares, les preuves difficiles à apporter, les dispositifs d'aide insuffisants. Le chemin reste long.

Le poids de la justice patriarcale

Le système judiciaire lui-même porte encore des biais. Des magistrats formés dans une vision conservatrice, des agents de police peu sensibilisés à la parole des femmes, des procédures complexes, des décisions humiliantes... Tout cela contribue à décourager les femmes de faire valoir leurs droits. Les femmes les plus vulnérables – analphabètes, pauvres, rurales – sont les plus pénalisées. Pour elles, le droit n'est pas un levier. Il est une abstraction lointaine, parfois une menace.

Changer la culture pour libérer les droits

L'égalité ne se décrète pas. Elle s'éduque. Elle se cultive. Elle se construit dans les écoles, les médias, les familles. Tant que les enfants verront leur mère se taire, leur sœur sacrifier ses études, ou leur professeure se faire interrompre en réunion, le droit restera lettre morte.

Il faut une révolution culturelle : des manuels scolaires qui valorisent les femmes, des médias qui racontent des héroïnes ordinaires, des lois qui s'appliquent sans discrimination, une justice qui protège sans humilier.

Ce livre s'inscrit dans ce mouvement. Il ne prétend pas tout dire. Mais il veut ouvrir un espace. Pour comprendre, pour réfléchir, pour imaginer. Et surtout, pour agir.

Car ce pays ne sera véritablement libre que lorsque ses femmes le seront aussi.

Chapitre 1 : Naître fille au Maroc : les inégalités qui commencent au berceau

Il suffit d'assister à une naissance pour comprendre la hiérarchie silencieuse qui structure notre société. Le cri du nouveau-né est le même, qu'il vienne d'un garçon ou d'une fille. La vie est là, entière, fragile, promesse pure. Et pourtant, dans bien des foyers marocains, la réception de cette vie dépend de ce que l'enfant porte entre les jambes. Il ne s'agit pas seulement d'une préférence ; il s'agit d'un système. D'une organisation du monde dans laquelle être fille, dès le départ, c'est être assignée à moins.

Ce n'est pas toujours brutal, ni méchant. C'est souvent dit avec tendresse : « Ce n'est pas grave, l'essentiel c'est qu'elle soit en bonne santé. » Mais cette phrase, dans sa douceur même, trahit quelque chose. Elle révèle que le cœur n'est pas aussi léger qu'il le serait pour un garçon. Elle dit que la fille est acceptée, mais que le garçon aurait été célébré.

J'ai grandi dans des milieux divers, des médinas ouvrières aux couloirs feutrés des élites culturelles. Et partout, cette préférence masculine se glisse. Dans les mots, dans les gestes, dans les attentes. Le garçon est vu comme celui qui portera le nom, qui protégera, qui assurera. La fille, elle, est perçue comme une responsabilité à protéger, un honneur à surveiller, un avenir à marier. Dès l'enfance, cette asymétrie façonne les esprits. Elle construit des filles conscientes d'avoir à prouver qu'elles méritent l'amour, l'écoute, l'espace. Elle construit des garçons convaincus d'y avoir droit de naissance.

Les inégalités ne commencent pas dans les institutions ; elles commencent dans les regards. Dans les jeux interdits aux filles. Dans les attentes sur leur tenue, leur posture, leur voix. Très tôt, la fille marocaine apprend à faire attention : attention à ne pas trop rire, attention à ne pas trop courir, attention à ce que les voisins ne disent rien. Le garçon, lui, est invité à explorer, à risquer, à s'imposer. Ce n'est pas un mal universel, c'est un privilège localement normalisé.

L'espace public est aussi codé. Une fille qui traîne seule dans la rue, même en plein jour, est l'objet de commentaires, parfois de harcèlement. L'école, censée être l'espace de la méritocratie, reproduit elle aussi ces biais. On attend des filles qu'elles soient sages, qu'elles s'appliquent. On pardonne plus facilement au garçon son agitation, son autorité naturelle. La société offre aux garçons des marges d'erreur ; elle demande aux filles d'être impeccables pour espérer l'égalité.

Mais au-delà des perceptions, ce sont des choix de vie qui sont préconfigurés. Une fille est rarement encouragée à faire du sport de compétition. Elle est rarement laissée libre de sortir tard. Sa réussite est toujours conditionnée à la « bonne réputation ». On ne parle pas ici de lois écrites, mais de règles sociales tenaces. La liberté masculine est considérée comme un droit ; la liberté féminine, comme une exception.

Et pourtant, ce sont souvent les filles qui se battent le plus durement. Elles excellent à l'école, malgré tout. Elles aident leurs mères, prennent soin des plus jeunes, gèrent parfois des foyers entiers à l'adolescence. Leur force est immense, mais invisible. On les félicite rarement. On les remercie peu. On les prépare au sacrifice, à la retenue, à l'attente.

Ce qui me frappe, c'est la profondeur de ces mécanismes. Ils traversent les générations. Des mères reproduisent, parfois inconsciemment, les schémas qu'elles ont subis. Des pères, même aimants, perpétuent une hiérarchie dans les tâches, dans les décisions, dans la reconnaissance. Le garçon est protégé. La fille est responsabilisée. L'un est encouragé à découvrir. L'autre, à se contenir.

Il ne s'agit pas ici de condamner les familles. Il s'agit de comprendre une culture. Une culture qui a longtemps posé la femme comme gardienne du foyer, et qui peine à la reconnaître comme citoyenne pleine et entière. Une culture qui sacralise la mère, mais infantilise la fille. Une culture où les femmes doivent être respectables avant d'être respectées.

Mais ce constat ne doit pas nous condamner à l'immobilisme. Il peut, au contraire, être le point de départ d'une réflexion nationale. Quelle société voulons-nous pour 2050 ? Une société où la naissance d'une fille est célébrée avec la même ferveur que celle d'un garçon ? Une société où les petites filles peuvent courir, rêver, choisir, sans craindre pour leur sécurité ou leur dignité ?

Ce changement commence dans les mentalités, dans l'éducation, dans les récits que l'on transmet. Il commence dans les berceuses, dans les manuels scolaires, dans les dessins animés. Il commence dans les gestes des pères, dans les silences brisés des mères, dans les exemples donnés aux enfants. Et surtout, il commence par une prise de conscience collective : celle que l'égalité ne commence pas à l'âge adulte.

Elle commence dès la naissance.

Naître fille ne doit plus être une déception muette. Ce doit être une chance, une force, un début parmi les autres. Offrir à chaque enfant la même dignité, les mêmes opportunités, le même amour – voilà l'horizon. Voilà ce que nous devons à nos filles, non en hommage, mais en justice.

Chapitre 2. Le corps féminin : territoire social, quête de liberté

Le corps féminin au Maroc n'est pas qu'une simple enveloppe biologique, une réalité neutre ou un simple objet matériel. Il est, dès sa naissance, investi d'une signification sociale puissante, d'une valeur politique et culturelle qui dépasse de loin sa simple existence charnelle. Le corps des femmes est un territoire que la société s'est approprié, une scène où s'écrivent des enjeux complexes de pouvoir, de contrôle et de résistance.

Entre normes imposées, tabous, attentes sociales et désirs intimes, le corps féminin devient le lieu d'un combat permanent : celui de la quête de liberté, individuelle et collective.

Dans les sociétés marocaines, comme dans de nombreuses autres cultures, le corps féminin est historiquement perçu comme un symbole de l'honneur familial, communautaire, et parfois même national. Cette perception n'est pas un fait neutre ; elle s'enracine dans des siècles d'organisation patriarcale où le corps de la femme, notamment sa sexualité, est un marqueur social. La virginité avant le mariage, la pudeur, la gestion des apparences sont autant de dispositifs sociaux qui visent à réglementer ce corps, à le discipliner.

L'importance accordée à la virginité, par exemple, est bien plus qu'une simple question personnelle : elle est au cœur d'une mécanique collective visant à préserver un ordre social où la femme est un bien à protéger, un vecteur d'honneur. Cette pression sociale s'exerce dès le plus jeune âge. Le corps de la fille devient alors le lieu de normes souvent strictes, destinées à en contrôler les mouvements, les comportements et à limiter

sa liberté. À travers les vêtements, le regard des autres, le langage corporel, la société façonne, oriente et limite l'expression du corps féminin.

La religion joue également un rôle crucial dans cette organisation sociale. Si l'islam, dans son essence spirituelle, prône la dignité humaine, certaines interprétations et pratiques culturelles ont transformé le corps féminin en un espace réglementé. La notion de « hijab » ne se réduit pas à un simple vêtement, mais s'inscrit dans une logique plus vaste où la visibilité du corps des femmes est strictement encadrée. Ce cadre normatif, parfois perçu comme protection, peut se transformer en prison invisible pour celles qui souhaitent s'en affranchir.

Cette appropriation sociale du corps féminin génère de nombreux tabous. En parler reste souvent difficile, voire impossible. Sexualité, menstruations, plaisir, maternité sont autant de sujets enveloppés d'un voile de silence qui interdit l'expression libre. Le corps devient alors une énigme, un secret bien gardé, même pour les femmes elles-mêmes.

Ce silence nourrit une méconnaissance profonde des réalités corporelles féminines. Par exemple, la douleur liée aux règles ou aux maladies gynécologiques est fréquemment banalisée ou ignorée, privant ainsi les femmes d'une reconnaissance pleine et entière de leur souffrance. Cette invisibilisation médicale est un reflet de l'état général des relations entre la société et le corps féminin : une relation marquée par le refus d'accorder à ce corps sa complexité et son humanité.

Pourtant, ce silence est parfois aussi le signe d'une résistance. Refuser de parler du corps, ou en parler à demi-mots, c'est

aussi une manière de garder un espace privé, un refuge contre la pression sociale. Mais ce refuge est fragile et ne peut empêcher les aspirations croissantes à briser les tabous et à ouvrir la parole.

Au Maroc, comme ailleurs, le corps des femmes est aussi un terrain politique où se jouent des batailles pour les droits, la reconnaissance et la liberté. Ces dernières décennies, on observe une montée des revendications féministes qui prennent pour cible précisément cette emprise sociale et politique sur le corps féminin.

Les mobilisations contre les violences sexuelles, la défense du droit à disposer de son corps, la lutte contre les pratiques telles que les mariages forcés ou précoces s'inscrivent dans une volonté claire de réappropriation du corps féminin. Ces combats ne sont pas uniquement symboliques : ils remettent en cause un ordre social établi, souvent profondément ancré.

Les réformes législatives récentes, telles que la modification du code de la famille (Moudawana) en 2004, ont constitué une avancée majeure. Elles reconnaissent plus clairement certains droits des femmes, notamment en matière de mariage, divorce et protection contre la violence. Cependant, la réalité montre que la loi seule ne suffit pas à libérer le corps des femmes du poids des normes sociales, ni à garantir l'égalité effective.

Cette emprise sociale génère chez beaucoup de femmes une double dynamique : celle d'une soumission subie, mais aussi celle d'une quête d'émancipation qui s'exprime de multiples manières. Le corps devient alors un lieu de rébellion, une revendication politique au quotidien.

On voit par exemple l'essor des débats autour du port du voile.

Loin d'être un simple choix vestimentaire, il symbolise pour certaines femmes une affirmation identitaire et spirituelle. Pour d'autres, au contraire, il est perçu comme une contrainte ou un obstacle à leur liberté. Ce débat reflète la complexité de la relation entre le corps féminin et la société marocaine : la liberté ne s'exprime pas toujours dans la même langue, et la diversité des parcours féminins rend caduque toute lecture univoque.

De même, la montée des mouvements féminins sur les réseaux sociaux, qui utilisent leur corps comme outil d'expression, démontre que le corps peut être un vecteur de pouvoir, un espace où s'affirme la dignité et l'autonomie. Par la photographie, la danse, la parole libérée, les femmes défient les normes, subvertissent les codes et inventent de nouvelles manières d'être et d'exister.

Par-delà les analyses et les discours, le corps des femmes marocaines est aussi le lieu d'expériences concrètes et de résistances silencieuses. Dans les quartiers populaires, dans les campagnes comme dans les villes, les femmes déploient une incroyable force d'adaptation et de lutte pour se réapproprier leur corps.

Certaines témoignent de la manière dont elles s'émancipent à travers des pratiques sportives, alors que longtemps ces espaces étaient réservés aux hommes. Le football féminin connaît ainsi un essor considérable, symbole d'une libération progressive du corps et d'une revendication à être visibles dans toutes les sphères.

D'autres expriment cette quête de liberté par des choix de vie qui peuvent sembler banals, mais qui sont en réalité des actes forts : choisir son maquillage, porter des vêtements jugés non conformes, circuler librement dans l'espace public sans craindre le harcèlement. Ces petits actes quotidiens sont autant de formes de résistance à l'emprise sociale.

À l'horizon 2050, le corps féminin marocain sera probablement au centre de transformations profondes, façonnées par les évolutions sociales, économiques et technologiques. Les jeunes générations, plus connectées, plus informées, plus mobilisées, sont porteuses d'espoirs forts. Elles revendiquent une liberté de corps et d'expression que leurs aînées n'ont souvent pu expérimenter.

Cependant, ces aspirations se heurtent encore à de nombreux défis : persistance des normes patriarcales, violence de genre, manque d'éducation sexuelle, inégalités économiques. La bataille pour le corps féminin est loin d'être terminée. Elle requiert un engagement collectif, une éducation à la liberté, au respect et à la diversité.

En définitive, le corps des femmes au Maroc est bien plus qu'un simple corps. C'est un miroir qui reflète les contradictions, les tensions et les espoirs de la société marocaine. Entre traditions et modernité, entre contrôle et autonomie, il incarne les luttes pour la dignité et la liberté. Comprendre cette complexité, reconnaître le corps féminin dans toute sa richesse et sa singularité, c'est une condition nécessaire pour construire un Maroc plus juste et plus égalitaire. Car c'est en libérant le corps des femmes que la société tout entière pourra avancer vers une véritable émancipation.

Chapitre 3. Intimité, sexualité et maternité : quand le corps devient silence

Je suis née dans un pays où le désir féminin se tait, se cache, se juge. Un pays où une jeune fille apprend très tôt que son corps est un danger, pour elle comme pour les autres. Où la sexualité féminine n'est pas enseignée, mais redoutée. Un pays où une adolescente rougit à la simple évocation du mot "sexe", non pas parce qu'elle ne comprend pas, mais parce qu'elle a compris trop vite qu'il fallait se taire.

Moi, Salma Labtar, j'ai grandi dans un silence immense. Un silence tissé de non-dits, de regards fuyants, de gestes interdits. Ce silence entoure le corps féminin comme une cage invisible. Il l'enveloppe dès la puberté, et parfois même avant. Il dit : "ne touche pas", "ne dis pas", "n'existe pas". Pourtant, malgré cette chape de plomb, malgré l'absence de mots, malgré la peur et la honte, le désir existe. Il palpite. Il réclame. Et il finit, un jour ou l'autre, par prendre la parole.

Ce chapitre est un cri. Un cri intime et collectif. Un cri de femmes qui refusent de vivre leur intimité dans la peur, la douleur ou la culpabilité. Un cri de femmes qui veulent aimer, ressentir, refuser, choisir — librement. Un cri pour briser le silence, enfin.

Tout commence dans l'enfance. Dès les premières années, les petites filles apprennent que leur corps est un problème à gérer. On ne leur dit pas qu'il est beau, vivant, capable de plaisir et de force. On leur dit qu'il est dangereux. Que leur corps attire le regard, qu'il doit être caché, maîtrisé, discipliné.

À l'école, on ne parle pas de sexualité. Pas un mot sur l'anatomie féminine, sur les émotions, sur le consentement. Et si le sujet s'invite, c'est souvent dans des termes vagues, culpabilisants, moralisateurs.

À la maison, c'est pire : la pudeur devient un devoir sacré, le silence une règle. On évite les questions, on détourne les regards, on interdit la parole.

Les garçons, eux, sont encouragés à explorer, à expérimenter, à "devenir des hommes". Les filles, elles, doivent "se préserver", "se respecter", "ne pas s'offrir". La sexualité n'est pas une dimension de leur vie à découvrir, mais un piège à éviter. Et ce piège, ce serait leur propre corps.

Ainsi, des générations entières de jeunes femmes grandissent en pensant que leur désir est une faute, leur plaisir un luxe, leur corps une bombe à retardement. Ce qu'on appelle "l'éducation à la pudeur" n'est en réalité qu'une stratégie de contrôle. Et ce contrôle commence très tôt.

Il y a au Maroc un mythe qui résiste à toutes les réformes, à toutes les luttes féministes, à toutes les évidences scientifiques : celui de la virginité. Cette idée qu'une femme n'est digne de respect que si elle arrive "intacte" au mariage. Une idée aussi ancienne qu'injuste, aussi violente que fausse.

L'hymen, ce petit pli de chair, est devenu une obsession nationale. On en parle dans les mariages, dans les conseils de mères à leurs filles, dans les sous-entendus des chansons populaires. Il est le juge suprême de la moralité féminine. Et pourtant, il n'est rien. Rien de fiable, rien de scientifique, rien de symbolique. Il peut se rompre sans pénétration, rester intact

après des rapports sexuels, ou ne pas exister du tout. Mais qu'importe la biologie, quand la société ne veut entendre que la morale.

Combien de jeunes femmes ont simulé la "preuve du sang" sur le drap de nocces ? Combien ont subi des tests humiliants, douloureux, parfois même imposés par leurs propres familles ?

Combien ont été battues, rejetées, brisées pour un doute, une rumeur, une simple rumeur ?

La virginité n'est pas une valeur : c'est un outil de contrôle. Une surveillance exercée sur les femmes, pour s'assurer qu'elles ne s'appartiennent pas. Pour leur rappeler que leur corps ne leur est jamais totalement permis.

On pourrait croire qu'une fois mariée, la femme marocaine accède à une sexualité libre, partagée, épanouie. Mais ce n'est souvent qu'un autre mensonge. Dans de nombreux foyers, le rapport sexuel reste un devoir. Une obligation. Une soumission silencieuse.

Le viol conjugal ? Le terme lui-même est à peine reconnu. Et pourtant, combien de femmes vivent des rapports forcés, non désirés, douloureux, dans leur propre lit ? Combien de fois le "devoir conjugal" est-il invoqué pour justifier la violence, la pression, la répétition de gestes non consentis ? Et combien de femmes osent en parler, oseraient porter plainte ? Presque aucune.

Dans les consultations médicales, on parle de fertilité, jamais de plaisir. Dans les discussions de famille, on conseille l'endurance, la patience, la résignation. Le plaisir féminin reste

une énigme, parfois une menace. Il dérange. Il trouble l'ordre patriarcal qui veut que l'homme prenne, et la femme accepte.

Et pourtant... certaines femmes résistent. Dans le secret, dans l'amitié, dans les livres, elles apprennent à se connaître, à se réapproprier leur corps. Elles osent parler de clitoris, de libido, de masturbation, de consentement. Elles redécouvrent leur corps, non comme un devoir, mais comme une joie. Cette réappropriation est discrète, fragile, mais elle est réelle. Et elle grandit.

Avoir une vie sexuelle en dehors du mariage au Maroc, c'est encore, en 2025, un délit. L'article 490 du Code pénal punit de prison toute relation sexuelle consentie entre adultes non mariés. Cette loi archaïque fait intrusion dans les chambres, transforme les policiers en juges de la morale, les juges en surveillants de l'intimité.

Mais au-delà de la loi, c'est toute la société qui punit. Une femme célibataire enceinte ? Honte. Une femme vivant avec un compagnon sans être mariée ? Débauche. Une femme qui assume ses désirs ? Provocatrice, "pas sérieuse", voire "pas marocaine".

La rue n'est pas un espace neutre. Les mots sifflés, les gestes déplacés, les regards accusateurs rappellent chaque jour à la femme "libre" qu'elle ne l'est pas vraiment. Et pourtant, cette liberté existe. Dans l'ombre, dans les marges, dans les failles de la loi.

Des femmes vivent leurs amours clandestines, leurs passions interdites, leurs désirs assumés. Elles inventent des codes, des refuges, des espaces de parole. Les groupes de discussion en

ligne, les cafés féminins, les cercles de confiance deviennent des lieux de respiration. Des oasis. Là où le désir cesse d'être une faute, et devient un droit.

La religion est souvent invoquée pour justifier le contrôle du corps des femmes. Et pourtant, peu de gens prennent la peine de lire les textes, de les comprendre, de les contextualiser. Trop souvent, l'islam est utilisé comme une arme patriarcale pour imposer la honte, la peur, la soumission.

Mais une autre voix s'élève. Celle de femmes musulmanes, croyantes, érudites, féministes. Elles relisent les textes avec un regard critique, sincère, engagé. Elles rappellent que l'islam originel reconnaît le plaisir féminin, le consentement, la douceur, le respect. Elles dénoncent l'usage politique, colonial, patriarcal de la religion contre les femmes.

Le Prophète lui-même, dans les hadiths authentiques, encourageait la tendresse, le respect mutuel, l'attention au plaisir féminin. Ce sont les interprétations culturelles, souvent masculines, qui ont transformé la foi en oppression.

Aujourd'hui, des femmes marocaines revendiquent une spiritualité libre. Elles disent : "Je suis croyante, et j'ai le droit d'aimer." Elles refusent le chantage à la piété. Elles veulent vivre une sexualité éthique, respectueuse, mais jamais soumise.

La libération sexuelle au Maroc ne passera pas uniquement par les lois. Elle passera par la parole. Par les récits. Par les témoignages. Par les confidences. Et cette parole existe déjà. Elle surgit dans les podcasts, dans les stories Instagram, dans les livres de jeunes autrices, dans les pièces de théâtre, dans

les documentaires. Elle parle de viols, de premières fois, d'orgasmes, de douleurs, de renaissance. Elle parle enfin.

Mais cette parole est souvent punie. Censurée. Moquée. Harcelée. Les femmes qui osent dire sont prises pour cible. Le patriarcat numérique est violent, brutal, organisé. Mais il ne suffit plus à faire taire.

Car le mouvement est lancé. Il est discret, souterrain, intime. Mais il est irréversible.

Être mère ou ne pas l'être : maternité choisie, maternité imposée

Le ventre des femmes n'appartient qu'à elles

Dans les conversations, on commence toujours par cette question : « Tu comptes avoir des enfants ? » Comme si l'évidence allait de soi. Comme si toute femme, en tant que telle, portait en elle un projet de maternité. Comme si c'était une trajectoire unique, linéaire, indiscutable. Une destinée.

Au Maroc, la maternité est pensée comme une finalité, un accomplissement, un devoir. Celles qui choisissent de ne pas enfanter sont vues comme égoïstes, cassées, contre-nature.

Celles qui en rêvent mais n'y arrivent pas sont priées de se taire. Et celles qui deviennent mères malgré elles doivent sourire, parce que "c'est le plus beau rôle d'une femme".

Mais derrière les clichés, les formules toutes faites, les photos Instagram de ventres ronds et de bébés endormis, il y a des silences, des douleurs, des ambivalences, des révoltes. Il y a

des femmes qui doutent. Qui refusent. Qui tombent enceintes par accident. Qui avortent. Qui regrettent. Qui aiment, mais souffrent.

Ce chapitre est pour elles. Celles qu'on n'entend jamais. Celles qui ne rentrent pas dans la case "mère heureuse". Celles pour qui la maternité n'est ni refusée ni adorée, mais questionnée.

Complexe. Ambiguë.

L'injonction à la maternité : norme ou prison ?

Au Maroc, être femme, c'est être mère potentielle. Et très vite, ce potentiel devient exigence. Dès l'adolescence, les règles sont surveillées, les retards inquiètent, le corps est observé à travers le prisme de sa fécondité.

Dans les familles, la maternité est souvent associée à la légitimité. Une épouse stérile devient un "problème". Une mariée qui tarde à avoir un enfant est accusée de ne pas "assumer". La belle-famille s'impatiente. La société soupçonne. Le regard social s'épaissit.

Les publicités, les feuilletons, les émissions télévisées glorifient la figure de la mère sacrificielle. Le discours religieux, souvent repris sans nuance, place la mère sur un piédestal... mais exige d'elle une soumission silencieuse. Elle doit tout donner. Sans jamais se plaindre.

La maternité est donc valorisée... à condition qu'elle soit silencieuse, performative et normative.

Les femmes qui doutent : entre peur et culpabilité

Mais toutes les femmes ne veulent pas d'enfants. Certaines n'en ont jamais rêvé. D'autres hésitent, parce qu'elles ont peur d'y perdre leur corps, leur autonomie, leur carrière. D'autres refusent d'enfanter dans un monde instable, violent, inégalitaire.

Et pourtant, au Maroc, dire qu'on ne veut pas d'enfants reste un tabou majeur. Cela suscite des regards de pitié ou d'agression. "Tu changeras d'avis". "Tu ne peux pas comprendre, tu n'as pas encore accouché." "C'est ton destin." "Tu passeras à côté de ta vie."

Ce refus ou ce doute sont rarement entendus comme des choix réfléchis. Ils sont pathologisés, psychologisés, parfois même diabolisés.

Il existe pourtant des milliers de Marocaines pour qui la maternité n'est pas un désir, mais un poids potentiel. Des femmes qui veulent vivre autrement. Voyager. Travailler. Aimer. Exister sans ce rôle.

Ces femmes ne sont pas des exceptions. Elles sont juste réduites au silence.

Parmi les récits les plus invisibles, il y a ceux des femmes qui sont devenues mères sans le vouloir.

Des mariages précipités. Des rapports non consentis. Des avortements impossibles. Des injonctions religieuses ou familiales. Des grossesses "accidentelles" dans une société qui

condamne la contraception, juge l'IVG, criminalise le sexe hors mariage (article 490).

Beaucoup de jeunes filles tombent enceintes avant même de comprendre ce qui leur arrive. Certaines sont exclues de l'école. D'autres sont chassées de leur famille. Celles qui accouchent dans la clandestinité risquent la prison, ou l'exil intérieur.

Le corps féminin devient alors le lieu d'une double violence : biologique et sociale.

Et même dans le cadre du mariage, le consentement n'est pas toujours respecté. Combien de femmes m'ont confié avoir eu un enfant "pour faire plaisir à leur mari" ou "parce qu'il l'exigeait" ? Et combien l'ont regretté, sans jamais oser le dire ?

La douleur qu'on tait : postpartum, épuisement, solitude
Une fois l'enfant né, la société exige l'amour inconditionnel.

L'attachement immédiat. Le bonheur maternel pur.
Mais la réalité est tout autre.

De nombreuses femmes vivent une forme de dépression post-partum non diagnostiquée, parce qu'au Maroc, la souffrance maternelle est encore perçue comme un échec.

Elles pleurent, seules, la nuit, dans des appartements exigus. Elles n'osent pas dire qu'elles ne se reconnaissent plus. Que leur corps est devenu étranger. Que leur désir s'est éteint. Certaines mères sont épuisées. Physiquement, mentalement, émotionnellement. Elles travaillent, élèvent, soignent,

nourrissent, éduquent. Souvent sans aide. Sans reconnaissance. Sans repos.

Et face à cela, aucune politique publique sérieuse. Pas de congé parental pour les pères. Peu de crèches accessibles. Un système de santé maternelle fragile. Des femmes à bout, qu'on accuse ensuite de "mal élever leurs enfants".

Celles qui regrettent, celles qui se reconstruisent

Il existe une parole encore plus taboue que celle du refus : la parole des mères qui regrettent.

Ces femmes aiment leurs enfants, parfois. Mais elles regrettent d'avoir accouché. Regrettent d'avoir cédé, d'avoir suivi le script social. Elles ne regrettent pas les êtres humains qu'elles ont mis au monde, mais le fait de ne pas avoir eu le choix. D'avoir vu leur identité se dissoudre dans la maternité imposée.

Dans les sociétés occidentales, ce discours commence à émerger, porté par des essais, des podcasts, des récits bruts.

Au Maroc, cette parole n'existe presque pas dans l'espace public. Trop de honte. Trop de peur. Trop de solitude.

Et pourtant, dans des cercles informels, entre amies, dans des forums anonymes, des femmes commencent à se confier. Elles racontent comment elles ont été transformées, brisées parfois, puis reconstruites. Elles réclament le droit de ne pas aimer la maternité, ou de ne pas s'y limiter.

Avorter au Maroc : la clandestinité comme seul refuge

La maternité imposée est aussi la conséquence d'une législation répressive et archaïque.

L'avortement est encore interdit au Maroc, sauf en cas de danger pour la vie de la mère. Ce qui force des milliers de femmes à avorter clandestinement, dans des conditions souvent indignes, risquées, humiliantes.

Les femmes pauvres en sont les premières victimes. Elles vendent leur or, contractent des dettes, ou prennent des

risques insensés pour interrompre une grossesse non désirée. Certaines perdent leur utérus. D'autres leur vie.

Et celles qui gardent l'enfant par contrainte sont souvent condamnées à la précarité, au rejet social, au silence.

Le combat pour la dépénalisation de l'avortement au Maroc est un combat pour le droit à disposer de son corps. Il ne s'agit pas de "tuer des enfants", comme aiment le caricaturer les conservateurs. Il s'agit de dire : une femme n'est pas un incubateur. Elle est un sujet politique. Un être pensant. Une personne entière.

On ne peut pas parler de maternité au Maroc sans parler de celles qui sont mères sans être épouses.

Les mères célibataires, souvent jeunes, souvent rejetées, sont parmi les femmes les plus vulnérables du pays. Elles doivent affronter le regard méprisant, la stigmatisation religieuse, l'abandon familial, la précarité économique.

Et pourtant, elles élèvent leurs enfants. Souvent dans la douleur. Mais aussi dans l'amour. Elles jonglent entre petits boulots, démarches administratives impossibles, violences symboliques et sacrifices constants.

Des associations comme INSAF à Casablanca tentent de leur offrir un accompagnement. Mais le système reste sourd. La loi les discrimine. Les écoles refusent parfois d'inscrire leurs enfants. Les hôpitaux les humilient.

Et malgré tout, elles tiennent. Elles construisent une maternité alternative. Résistante. Profondément politique.

La maternité choisie : un rêve à conquérir

Et si on réinventait la maternité ? Si on la pensait non pas comme une obligation biologique, mais comme une expérience choisie, consciente, accompagnée ?

Cela suppose de repenser tout un système :

- Offrir un accès gratuit et égal à la contraception dans toutes les régions.

- Légaliser et encadrer l'avortement.
- Déconstruire les stéréotypes dans les manuels scolaires et les médias.
- Impliquer les hommes dans la parentalité, pas comme aide, mais comme co-responsables.
- Soutenir les mères par des politiques publiques ambitieuses : congés, crèches, accès aux soins, aides sociales.

La maternité choisie, c'est aussi le droit de ne pas être mère. De ne jamais l'être. Ou de l'être plus tard. De l'être à sa manière.

Le droit au choix est le droit fondamental

Être mère, c'est un bouleversement. Un lien. Un acte de foi. Une responsabilité immense. Cela peut être magnifique. Ou dévastateur. Ou les deux.

Mais ce qui est certain, c'est que cela ne doit jamais être imposé. Ni par un homme. Ni par une famille. Ni par la société. Ni par l'État.

Le droit de choisir sa maternité est le socle de toute liberté féminine. Sans lui, il n'y a pas d'égalité possible. Il ne peut y avoir d'émancipation si le corps des femmes continue d'être un champ de bataille idéologique.

Alors, à toutes celles qui doutent, qui refusent, qui résistent : vous n'êtes pas seules. Vos choix sont légitimes. Votre liberté est politique. Et vos corps vous appartiennent.

2050 n'est pas un simple chiffre. C'est une projection. Un miroir tendu vers demain. Une invitation à imaginer ce que nous aurons accepté, ce que nous aurons combattu, et ce que nous

aurons construit. Dans un Maroc en perpétuelle mutation, où les tensions entre tradition et modernité se croisent à chaque carrefour, penser l'avenir des femmes devient un acte profondément politique.

Car poser la question de la femme marocaine en 2050, c'est interroger le type de société que nous sommes prêtes à tolérer, ou à refuser. Serons-nous encore à débattre du droit de circuler librement, d'aimer librement, de disposer de notre corps ? Ou aurons-nous, enfin, osé sortir du cadre imposé pour dessiner un pays à la hauteur de ses filles ? Ce chapitre est un exercice de lucidité autant que d'espoir. Il trace des lignes, des failles, mais aussi des possibles. Il refuse de se résigner à la répétition du présent. Il ose rêver, sans naïveté, que 2050 puisse être féministe.

À l'horizon 2050, je rêve d'un Maroc où une jeune fille puisse dire "JE" sans trembler. Où l'on parle d'intimité comme on parle d'éducation. Où le plaisir féminin est un droit, pas une provocation.

Je rêve d'un système scolaire où le corps n'est plus honte mais connaissance. Où les mères parlent à leurs filles non pour les faire taire, mais pour les outiller. Où les hommes apprennent à écouter, à respecter, à désirer sans dominer.

Réinventer l'intimité féminine, c'est construire une révolution douce mais radicale. Une révolution du cœur, de la peau, de la parole. Et cette révolution, elle a déjà commencé. Dans les silences brisés. Dans les confidences chuchotées. Dans les corps qui s'éveillent. Dans les voix qui osent.

Dans la certitude que le plaisir n'est pas un luxe. Mais un droit. Un droit fondamental.

4. Éducation des filles : brillantes à l'école, freinées dans la vie Par Adnane Bencheekroun

Je les ai vues. Je les ai croisées des dizaines, des centaines de fois. Ces petites filles qui marchent vers l'école au petit matin, sac à dos plus grand qu'elles, foulard attaché à la hâte, cartable usé, regard déterminé. Je les ai vues réciter des poèmes, aligner des équations, rêver tout haut à des métiers que personne dans leur entourage n'a jamais exercés. Je les ai vues briller. Mais je les ai aussi vues s'éteindre. Ralentir.

Renoncer.

L'histoire de l'éducation des filles au Maroc est celle d'une promesse souvent trahie. Une promesse d'égalité, d'ascension sociale, de liberté. Une promesse portée par les chiffres – plus de filles que de garçons réussissent au primaire, au collège, parfois même au lycée. Mais une promesse que la société, dans sa structure même, refuse d'honorer jusqu'au bout. Car entre l'école et la vie, il y a un gouffre. Et dans ce gouffre, les rêves des filles tombent trop souvent.

On dit souvent que l'école est l'ascenseur social. Et pour de nombreuses petites Marocaines, c'est encore vrai. L'école

publique reste, malgré ses failles, un refuge, un lieu de respiration. C'est parfois le seul endroit où une fille peut exister pleinement, par ses idées, sa voix, sa curiosité. Là où, à la maison, elle est priée de rester discrète, à l'école, elle est encouragée à parler, à répondre, à s'exprimer.

Elles sont nombreuses à être les premières de leur classe. À exceller en mathématiques, en physique, en langues. Les institutrices et instituteurs le disent tous : « Les filles sont plus appliquées, plus sérieuses, plus investies. » Ce constat est partout. Les chiffres du ministère de l'Éducation le confirment : les filles réussissent mieux, plus longtemps, plus régulièrement. Mais cette réussite ne suffit pas à les protéger.

Car voilà : si l'école est un monde à part, la société, elle, reste la même. Et tôt ou tard, les injonctions extérieures rattrapent les jeunes filles. Elles arrivent sous forme de phrases assassines : « Tu travailles trop », « Tu rêves trop », « Une femme ne doit pas être trop ambitieuse ». Elles arrivent par des décisions imposées : retirer la fille du collège pour la marier, lui refuser l'accès à l'université trop lointaine, la contraindre à s'occuper de ses frères.

La scolarisation des filles reste fragile, surtout en milieu rural. Il suffit d'un bus qui ne passe plus, d'un prof absent, d'un père malade ou d'une rumeur pour que la famille décide que « ça suffit ». Et la fille rentre à la maison. Elle raccroche son cartable. Elle rentre dans le rang.

Cette rupture est violente, même lorsqu'elle est silencieuse.

Elle ne fait pas de bruit, elle ne scandalise personne. Et pourtant, elle détruit des potentialités, des vocations, des promesses. Chaque jeune fille déscolarisée est une perte. Pas seulement pour elle, mais pour le pays tout entier.

Même celles qui poursuivent leurs études jusqu'au bout ne sont pas à l'abri des barrières. Car entre l'école et la vie active, il y a

des murs invisibles. Des plafonds de verre. Des pièges sociaux. Des attentes contradictoires.

Une jeune fille peut réussir brillamment sa licence, son master, son doctorat même — et se heurter à une société qui continue de la voir comme une potentielle épouse, pas comme une professionnelle. Elle sera interrogée sur son âge, sa situation matrimoniale, sa fertilité, avant même qu'on lui parle de ses compétences. Son CV passe après son alliance. Son diplôme après son voile — ou son absence de voile.

Le monde du travail est encore structuré par une vision genrée. Certains métiers restent "masculins". D'autres, dits "féminins", sont dévalorisés. L'écart salarial persiste. L'accès aux postes de décision reste marginal pour les femmes, même éduquées. Et dans le monde rural, l'école est parfois juste une parenthèse entre l'enfance et le mariage.

Il ne suffit pas d'éduquer une fille. Il faut aussi éduquer sa famille, son entourage, sa société. Trop souvent, les filles sont prises dans un tiraillement entre leurs aspirations personnelles et les attentes collectives. On leur dit : "Tu peux réussir", mais on leur dit aussi : "Tu dois rester à ta place".

Cette double injonction est destructrice. Elle fabrique de l'épuisement, de la frustration, du silence. Elle fabrique des vies à moitié vécues, des ambitions amputées, des parcours interrompus.

L'école donne des ailes, mais la société impose des chaînes. Et dans ce combat silencieux, nombreuses sont les filles qui finissent par renoncer à elles-mêmes, par culpabilité, par peur, par loyauté.

Et pourtant, l'école peut être un levier formidable de changement. Mais à une condition : qu'elle se donne pour mission de déconstruire les stéréotypes de genre, pas de les reproduire.

Il ne suffit pas d'enseigner aux filles à lire et à écrire. Il faut aussi leur apprendre qu'elles ont des droits. Il faut leur parler de consentement, d'égalité, d'histoire des femmes. Il faut leur montrer des modèles, des parcours féminins inspirants, des femmes marocaines qui ont osé et réussi. Il faut aussi former les enseignants à ces questions, repenser les manuels, rendre visible ce qui ne l'est pas.

Et il faut parler aux garçons. Leur apprendre que la réussite féminine n'est pas une menace, mais une richesse. Leur apprendre à collaborer, à respecter, à écouter. Le combat pour l'éducation des filles est aussi un combat pour une masculinité nouvelle.

À l'horizon 2050, l'enjeu n'est pas seulement de scolariser plus de filles. Il est de faire en sorte que cette scolarisation se traduise en liberté réelle. Cela suppose un accompagnement global : transport scolaire sécurisé, internats, bourses, mentorat, insertion professionnelle ciblée, lutte contre le harcèlement, et surtout, un changement profond de regard. Chaque fille brillante qui abandonne ses études est une claque au visage de l'égalité. Chaque diplômée sans emploi est une faille du système. Chaque rêve de petite fille étouffé dans un foyer trop étroit est une tragédie silencieuse.

Mais chaque réussite féminine est aussi une lumière. Une promesse tenue. Une victoire sur les obstacles. Il suffit de les écouter pour comprendre que l'école n'est pas une fin, mais un début.

L'éducation des filles marocaines est une fierté nationale — mais elle ne doit pas devenir une hypocrisie sociale. Les filles brillent à l'école. C'est un fait. Mais elles sont freinées dans la vie. C'est une réalité. Tant que l'on ne s'attaque pas à ce frein — social, culturel, économique, patriarcal —, l'école restera une promesse incomplète.

Il est temps de tenir cette promesse. Non seulement pour les filles, mais pour tout le pays. Car une fille libre, éduquée, soutenue, respectée, n'est pas une exception. Elle est la clé d'un avenir meilleur, plus juste, plus humain.

5. Les violences faites aux femmes : entre banalisation et résistances

Il y a des blessures qui ne saignent pas, mais qui hurlent. Des coups qu'on ne filme pas, mais qui marquent à vie. Des humiliations quotidiennes devenues presque banales tant elles se répètent sans qu'on les nomme. La violence faite aux femmes au Maroc ne se résume pas à quelques faits divers. Elle est structurelle. Elle est intime. Elle est publique. Elle est silencieuse. Elle est bruyante. Et surtout, elle est tolérée. Je parle ici de toutes les violences — celles qui laissent des bleus, mais aussi celles qui s'insinuent dans les mots, les regards, les lois. Celles qui empêchent une femme de sortir

seule, d'aimer librement, de s'habiller comme elle veut, de porter plainte, de respirer.

Mais je parle aussi des résistances. Car malgré la peur, malgré l'isolement, malgré l'indifférence, les femmes résistent. Elles se lèvent. Elles parlent. Elles dénoncent. Elles créent des espaces de soutien, de soin, de parole. Et dans ce combat, elles ne sont pas seules. Car chaque cri entendu, chaque main tendue, chaque loi arrachée de haute lutte est une victoire contre le silence.

Les violences faites aux femmes ne prennent pas une seule forme. Elles sont multiples, protéiformes, souvent imbriquées. Elles commencent dès l'enfance — une claque pour une robe jugée trop courte, une main aux fesses dans la rue, un regard gluant dans un taxi, un commentaire sexiste dans la cour d'école. Elles se poursuivent à l'adolescence la peur de sortir seule, l'inquiétude d'un "mauvais pas", la culpabilisation permanente.

À l'âge adulte, la violence change de visage mais persiste. Elle peut être conjugale : coups, insultes, menaces, contrôle. Elle peut être institutionnelle : une plainte ignorée, un médecin qui minimise, un policier qui décourage. Elle peut être économique : un salaire inférieur, une dépendance financière, un licenciement déguisé. Elle peut être numérique : cyberharcèlement, chantage, diffusion de photos intimes.

Et parfois, elle est mortelle.

Ce qui rend ces violences encore plus cruelles, c'est qu'elles sont souvent banalisées. Tolérées. Justifiées. On dira : "Elle l'a provoqué", "Elle aurait dû partir", "C'est leur affaire de couple",

"Un homme reste un homme". Ce discours traverse toutes les couches sociales, toutes les générations, toutes les institutions. Il protège les agresseurs et culpabilise les victimes.

Dans certains milieux, frapper sa femme est vu comme un droit. Dans d'autres, c'est une chose à cacher, mais pas forcément à condamner. Et dans beaucoup d'espaces — familles, tribunaux, cafés — on préfère ne pas s'en mêler. On laisse faire. On détourne le regard. Ce silence collectif devient complice.

La violence devient un langage accepté. Un outil de domination. Un rappel à l'ordre genré. Et les femmes finissent par intégrer ce discours. Elles se taisent, parfois par peur, souvent par honte. Elles se disent : "Ce n'est pas si grave", "Je l'ai mérité", "Je n'ai pas le choix". Ce conditionnement est le fruit de siècles de patriarcat, transmis de mère en fille, de père en fils.

Dans les commissariats, déposer plainte pour violences conjugales reste un parcours du combattant. Beaucoup de femmes sont découragées, interrogées de manière intrusive, invitées à "réfléchir", "revenir plus tard", voire à pardonner. Certaines se voient proposer une réconciliation avec leur agresseur, parfois même au poste.

Les lois ont évolué timidement. En 2018, la loi 103-13 sur la lutte contre les violences faites aux femmes a été votée. Elle reconnaît plusieurs formes de violence : physique, sexuelle, psychologique, économique. Mais son application reste faible. Le texte ne pénalise pas explicitement le viol conjugal. Il ne garantit pas un hébergement d'urgence pour les victimes. Et il

ne prévoit pas de mécanismes de protection rapides et efficaces.

La justice marocaine continue de porter une vision patriarcale. La femme victime doit prouver la violence, parfois avec des témoins, souvent au prix de son intimité. Les délais sont longs. Les peines sont légères. L'impunité règne. Et quand une femme trouve le courage de dénoncer, elle est très souvent seule.

Il est temps de dire que le foyer n'est pas toujours un refuge. Pour des milliers de femmes marocaines, il est une prison. Une zone de non-droit. Derrière les murs, les cris. Derrière les fenêtres closes, les coups. Chaque jour, des femmes vivent l'enfer dans leur propre maison. Et le pire, c'est que beaucoup s'y résignent. Par amour. Par devoir. Par peur pour leurs enfants. Ou parce qu'elles n'ont pas d'autre endroit où aller. Le viol conjugal n'est pas reconnu explicitement par la loi. Or, dans la réalité, il existe. Il se répète. Il brise. Mais il n'a pas de nom. Et ce qui n'a pas de nom n'a pas d'existence.

Le contrôle est une autre forme de violence : interdire à une femme de sortir, de travailler, de voir sa famille, de s'exprimer. La domination psychologique est lente, insidieuse, mais dévastatrice. Beaucoup de femmes ne se rendent même pas compte qu'elles vivent dans la violence. Elles pensent que "c'est comme ça", que "tous les hommes sont pareils", qu'il vaut mieux ne pas en parler.

Mais les femmes ne sont pas passives. Elles résistent. Elles parlent. Elles inventent des formes de solidarité. Des collectifs féministes comme "Tahadi", "Jossour", ou encore la Fédération de la Ligue des Droits des Femmes multiplient les campagnes

de sensibilisation, les permanences juridiques, les centres d'écoute.

Des femmes prennent la parole dans les médias, sur les réseaux sociaux. Certaines racontent leur histoire. D'autres dénoncent les agresseurs. Ces paroles sont courageuses. Parfois dangereuses. Elles exposent ces femmes à l'isolement, au harcèlement, à la diffamation. Mais elles existent. Et elles ouvrent des brèches.

Le mouvement #Stop490, par exemple, a remis la question de l'intimité, du consentement et de la justice au centre du débat public. Des podcasts marocains, des vidéos éducatives, des forums de discussion permettent aujourd'hui à des femmes de sortir du silence, de se nommer, de trouver du soutien. Cette résistance est discrète, mais elle gagne du terrain.

Aucune loi, aussi ambitieuse soit-elle, ne suffira si les mentalités ne changent pas. Il faut éduquer. Dès l'école. Dès la maison. Il faut parler d'égalité, de respect, de consentement. Il faut déconstruire les stéréotypes : non, une fille qui s'habille comme elle veut n'appelle pas à l'agression. Non, une femme ne provoque pas la violence qu'elle subit. Non, l'amour ne justifie pas les coups.

Les médias ont un rôle immense à jouer. Ils doivent cesser de relayer des récits qui culpabilisent les victimes. Ils doivent dénoncer, alerter, éduquer. Ils doivent montrer les visages de celles qui luttent. Et ne pas cacher ceux des agresseurs.

La famille aussi doit être un lieu d'apprentissage. Un père qui dit à son fils qu'il ne doit jamais lever la main. Une mère qui dit à sa fille qu'elle n'est pas obligée d'endurer. Une sœur qui

prend la main de l'autre et lui dit : « Ce que tu vis n'est pas normal. »

Les violences faites aux femmes ne sont pas une fatalité. Elles ne sont pas une tradition. Elles ne sont pas une affaire privée. Elles sont un problème politique. Un problème de justice. De droits humains.

À l'horizon 2050, j'ose espérer un Maroc où aucune femme n'aura à choisir entre sa sécurité et sa liberté. Où le mot "violence" ne sera plus associé à "tolérance". Où chaque plainte sera entendue. Où chaque femme, qu'elle soit riche ou pauvre, citadine ou rurale, voilée ou non, saura qu'elle a des droits, et qu'ils seront protégés.

Ce combat est long. Il est dur. Mais il est en cours. Dans les associations, dans les tribunaux, dans les écoles, dans les foyers. Il est porté par des femmes, mais aussi par des hommes. Et surtout, il est porté par une conviction : qu'une société qui maltraite ses femmes est une société qui se condamne elle-même.

Chapitre 6. Charge mentale et sphère domestique : le fardeau invisible des femmes

C'est une fatigue qui ne se voit pas, mais qui use. Une course mentale qui ne s'arrête jamais. Une responsabilité diffuse, constante, envahissante. Une charge qui ne dit pas son nom. On l'appelle charge mentale. Ce fardeau silencieux que portent des millions de femmes marocaines chaque jour, dans l'ombre de la sphère domestique. Ce n'est ni un concept abstrait, ni un luxe intellectuel. C'est une réalité vécue, jour après jour, minute après minute, pensée après pensée.

Elles ne se contentent pas de faire. Elles pensent à ce qu'il faut faire, à ce qui a été oublié, à ce qu'il faut anticiper. Elles planifient, organisent, gèrent, coordonnent. Elles sont les

agendas vivants des foyers. Les project-managers de l'invisible. Et ce travail, non reconnu, non rémunéré, non valorisé, pèse lourd. Très lourd.

La maison est souvent présentée comme un espace de repos, de chaleur, de tendresse. Mais pour beaucoup de femmes, elle est aussi un espace d'épuisement. Le foyer, tel qu'il est socialement structuré, repose encore largement sur une division sexuelle du travail : les hommes "aident", les femmes "gèrent". Il ne s'agit pas seulement de faire la vaisselle ou de laver le linge. Il s'agit de penser à l'avance aux menus de la semaine, aux vaccins des enfants, à l'anniversaire de belle-maman, au bouton de chemise à recoudre, à la lessive à racheter, au cartable à vérifier. Penser pour les autres.

Anticiper pour tous.

Ce travail invisible s'accumule. Et il ne s'arrête jamais. Même lorsqu'elle est au travail, la femme pense à ce qui l'attend en rentrant. Même lorsqu'elle se repose, une partie de son cerveau tourne encore. Elle pense pour elle, mais aussi et surtout pour les autres.

Le mythe de la femme "au foyer" n'a plus cours. Aujourd'hui, la majorité des femmes marocaines travaille à l'extérieur, surtout dans les grandes villes. Elles enseignent, soignent, codent, vendent, créent. Mais en rentrant, une seconde journée commence. Car les tâches domestiques ne s'évaporent pas avec l'émancipation économique. Elles persistent. Et la charge mentale, elle, s'intensifie.

Cette double journée parfois triple pour les mères célibataires est vécue comme une norme. Pire, comme un devoir. La société célèbre la "superwoman" qui réussit tout : la carrière, les enfants, le mari, le ménage. Mais elle oublie de dire à quel prix. Fatigue chronique, stress, anxiété, sentiment d'échec permanent. Car il suffit d'oublier un goûter scolaire, un rendez-vous médical, un appel familial... pour que la culpabilité ronge.

L'homme, lui, est souvent valorisé s'il "participe". Mais il reste en retrait sur l'aspect organisationnel. Il fait ce qu'on lui dit de faire. Il exécute, rarement il anticipe. C'est là que se joue la différence : le cœur de la charge mentale, ce n'est pas l'action, c'est la gestion.

Cette inégalité ne tombe pas du ciel. Elle est apprise, transmise, mimée, dès l'enfance. Les petites filles aident à mettre la table, pas leurs frères. Elles jouent à la dînette, pas au mécano. Elles sont félicitées pour leur souci du détail, leur attention, leur douceur. On leur apprend à penser à l'autre avant elles-mêmes. À anticiper les besoins de leur entourage.

On fait d'elles des gestionnaires naturelles du soin et du quotidien.

Et plus tard, elles s'installent dans ce rôle. Par automatisme. Par devoir. Par loyauté. Les hommes, eux, ne sont pas socialisés à ces réflexes. Ils découvrent souvent tardivement la complexité du quotidien domestique. Et parfois, ils s'y refusent. Parce qu'ils n'ont jamais été invités à y entrer. Parce que la société continue de les en dispenser.

La charge mentale n'est pas une simple gêne. Elle rentre dans le corps, s'y loge, s'y installe. De nombreuses femmes marocaines souffrent de troubles du sommeil, de fatigue inexpliquée, de douleurs chroniques, de baisse de libido, de crises d'angoisse... sans faire le lien avec l'épuisement domestique. Et pour cause : ce lien est rarement fait par les médecins, encore moins par les psys.

Le mot "burn-out maternel", "épuisement émotionnel", "charge cognitive" est rarement prononcé dans les cabinets médicaux. Et pourtant, la souffrance est bien là. Elle ne crie pas. Elle pleure en silence. Elle se cache dans les toilettes, entre deux lessives. Elle se manifeste par des crises de larmes qu'on ne comprend pas, des gestes brusques, des silences qui s'épaississent.

Dans le monde rural, la charge mentale se double d'une charge physique harassante. Les femmes y sont souvent les premières à se lever, les dernières à se coucher. Elles nourrissent les animaux, ramassent le bois, préparent les repas, lavent à la main, s'occupent des enfants, des champs, du mari, des anciens. Le tout dans l'indifférence générale. On les appelle "femmes au foyer", mais elles n'ont ni foyer pour elles seules, ni repos. Leur travail ne figure nulle part dans les statistiques économiques. Et pourtant, elles font tourner le pays.

L'un des grands défis de l'égalité, au Maroc comme ailleurs, est la redistribution réelle du travail domestique et parental. Il ne s'agit pas de faire semblant. Il ne s'agit pas que l'homme cuisine "de temps en temps" ou change une couche "pour aider". Il s'agit de repenser entièrement la place des hommes dans la sphère privée.

Cela suppose un travail de fond : une nouvelle éducation des garçons, une sensibilisation dans les écoles, des politiques publiques qui valorisent la parentalité partagée, des congés paternité dignes de ce nom. Cela suppose aussi de briser les tabous : non, un homme qui fait le ménage n'est pas "dominé". Il est simplement adulte, responsable, partenaire.

Cela suppose, enfin, de donner une valeur réelle au travail domestique. De le reconnaître. De le chiffrer. Car ce qui n'est pas reconnu reste exploité.

La bonne nouvelle, c'est que la parole se libère. Des comptes Instagram comme "Maroc Motherhood", "Femmes et Fatigue", des podcasts féminins, des articles de presse abordent enfin ce sujet. Des femmes osent dire qu'elles sont fatiguées. Qu'elles en ont marre. Qu'elles veulent partager. Qu'elles veulent respirer.

Des couples jeunes commencent à expérimenter d'autres formes d'organisation. Des hommes prennent conscience. Des enfants sont élevés autrement. La route est longue, mais une révolution douce est en marche. Une révolution du quotidien, du partage, de la cohabitation équitable.

À l'horizon 2050, je rêve d'un Maroc où la charge mentale ne sera plus une évidence féminine. Où les tâches domestiques seront vues pour ce qu'elles sont : un travail essentiel, mais surtout un travail à partager. Où chaque femme pourra rentrer chez elle sans que cela signifie entrer dans une nouvelle journée de labeur.

Je rêve d'une société où la valeur du soin, de la cuisine, du linge, des horaires, de la planification ne sera plus minimisée.

Où les femmes ne seront plus les seules à penser pour tous.
Où l'amour ne rimera plus avec sacrifice, mais avec équilibre.
Et ce rêve, il commence par une simple phrase qu'un homme
dira un jour à sa compagne : « Tu n'es pas seule. Je pense
avec toi. Je gère avec toi. Je vis avec toi. »

Chapitre 7 : Femmes et emploi : des chiffres qui masquent l'injustice structurelle

On pourrait croire que le Maroc avance. Les chiffres semblent
parfois le suggérer : plus de femmes diplômées, plus
d'entrepreneuses, plus de visages féminins dans les médias et
les espaces publics. Mais ces chiffres, aussi utiles soient-ils, ne
disent pas tout. Ils masquent l'essentiel : une injustice
structurelle profonde, ancrée, méthodique, silencieuse.

Car si l'on regarde de plus près, on découvre une réalité
brutale : moins d'une femme sur cinq travaille au Maroc. Moins
de 20 % de participation féminine à la vie économique, dans un
pays où les femmes représentent la moitié de la population. Le
Maroc figure parmi les plus faibles taux de participation

féminine au marché du travail dans le monde arabe, et même à l'échelle internationale. Ce n'est pas une anomalie statistique : c'est un échec collectif.

Depuis les années 90, la courbe ne bouge presque pas. Chaque année, les gouvernements promettent, les plans d'action s'accumulent, les conférences se succèdent... mais la participation des femmes au marché du travail stagne ou recule. Pourquoi ? Parce que la racine du problème est sociale, pas simplement économique. Parce que derrière la courbe, il y a des mentalités, des normes, des lois, des habitudes.

Le discours dominant célèbre l'autonomisation des femmes par le travail. Mais dans la pratique, tout est fait pour que leur insertion professionnelle soit entravée : manque de crèches, harcèlement dans les transports, absence de congés parentaux dignes, mépris des compétences féminines, persistance du modèle de la "femme au foyer" comme idéal.

Aujourd'hui, les femmes marocaines sont souvent plus diplômées que les hommes, notamment dans les universités. Elles réussissent mieux aux examens, elles brillent dans les filières scientifiques, juridiques, littéraires. Mais une fois le diplôme en main, le marché du travail leur claque la porte au nez.

Pourquoi ? Parce qu'elles sont perçues comme instables susceptibles de tomber enceintes, de "prioriser leur famille", d'être "moins disponibles". Les recruteurs posent des questions sur la vie personnelle : "Vous comptez vous marier ?", "Vous avez des enfants ?", "Vous comptez en avoir ?". Autant de filtres illégaux, mais socialement tolérés.

Le résultat ? Un gâchis de compétences. Des centaines de milliers de femmes formées, prêtes, disponibles... mais mises à l'écart. Ou cantonnées dans des emplois précaires, mal payés, sans perspectives.

Lorsqu'elles travaillent, la majorité des femmes marocaines sont dans l'informel. C'est-à-dire : pas de contrat, pas de sécurité sociale, pas de retraite, pas de droits. Elles vendent dans les souks, travaillent dans les maisons, cueillent les fraises, cousent à domicile. Invisibles dans les chiffres officiels, essentielles à l'économie réelle.

Le travail domestique est un cas emblématique. Des dizaines de milliers de jeunes filles et femmes travaillent comme employées de maison, souvent sans protection, parfois mineures, maltraitées, exploitées. La loi 19.12 est censée encadrer ce secteur, mais son application reste marginale. Dans l'agriculture, les femmes constituent près de 40 % de la main-d'œuvre, mais n'ont presque aucun droit foncier. Elles cultivent sans posséder, produisent sans bénéficier. Et dans les usines textiles, elles travaillent à la chaîne pour des salaires indécents, souvent sans syndicats, sans recours.

Même dans les secteurs plus structurés, les femmes rencontrent le plafond de verre. Ce mur transparent qu'on ne voit pas, mais qu'on ressent dès qu'on s'approche du pouvoir, de la décision, de la visibilité. Peu de femmes dirigent des entreprises. Peu accèdent aux postes à responsabilité dans les administrations. Peu siègent dans les conseils d'administration. Elles sont cantonnées à des fonctions d'exécution, rarement de direction. Et lorsqu'elles y parviennent, elles doivent en faire deux fois plus pour être respectées. Le doute pèse sur elles, la

suspicion d'avoir été choisies "par quota", "par chance", "par féminisme politique".

Et dans certains secteurs – technologie, finance, justice – elles doivent se battre non seulement contre le sexisme, mais contre une culture de la domination masculine profondément enracinée.

Le frein ne vient pas seulement du marché. Il vient aussi de la sphère domestique. De ce qui se joue à la maison, dans le couple, dans la famille. Car la femme marocaine, même active, reste assignée aux tâches ménagères, à la parentalité, à la gestion du foyer. Elle cumule deux, trois journées en une. Le travail salarié ne l'exonère pas du travail domestique. Et l'inverse est rarement vrai.

Les femmes réduisent leurs horaires, refusent des promotions, abandonnent des postes, par "choix" mais un choix conditionné, contraint, encadré par l'absence de partage des tâches et de soutien institutionnel.

La société continue de considérer que l'emploi féminin est secondaire, accessoire, facultatif. Un "bonus", mais jamais une priorité.

Paradoxalement, le discours sur l'autonomisation féminine est parfois lui aussi piégé. Il présente l'emploi comme une obligation morale, une finalité en soi. Or, travailler dans des conditions indécentes, pour un salaire de misère, sans sécurité ni reconnaissance, n'est pas une émancipation.

Certaines femmes rurales ou urbaines travaillent non pas pour s'émanciper, mais pour survivre. Elles n'ont pas le choix. Elles cumulent les petits boulots, les déplacements harassants, les

violences verbales et sexuelles sur les lieux de travail. Et tout cela pour maintenir leur foyer à flot.

Le travail n'est libérateur que lorsqu'il est digne. Et la dignité passe par le droit, la reconnaissance, le respect.

Le Maroc a multiplié les stratégies : Plan Ikram, Agenda pour l'égalité, politique de genre dans les ministères... Mais sur le terrain, les résultats sont maigres. Trop souvent, les politiques publiques ne sont pas accompagnées de budgets, de mécanismes de suivi, de volonté politique forte.

L'accès à l'emploi féminin nécessite une approche globale :

Crèches publiques accessibles et sûres

Transports sécurisés

Lutte contre le harcèlement au travail et sur le chemin du travail

Révision des lois du travail pour intégrer la dimension genrée

Incitations fiscales aux entreprises qui embauchent et promeuvent les femmes

Campagnes de sensibilisation sur les stéréotypes professionnels

Et surtout : refonte de l'éducation genrée dès l'école.

À l'horizon 2050, il ne suffit plus d'avoir des lois ou des déclarations. Il faut des actes. Une femme doit pouvoir choisir de travailler, sans être pénalisée par sa maternité, son genre, son apparence, sa situation familiale.

Elle doit pouvoir évoluer, diriger, innover, sans devoir se battre pour être entendue. Elle doit pouvoir être salariée, entrepreneuse, agricultrice, professeure, conductrice, ingénieure, ou même... simplement au foyer, si tel est son vrai choix.

L'égalité réelle, c'est le droit à toutes les options, pas l'obligation d'une seule voie.

C'est un monde où le genre ne détermine pas la place.
C'est un Maroc où chaque femme, quel que soit son parcours, puisse dire : "Je travaille parce que je le veux. Je vis comme je le choisis."

Chapitre 8 : Entreprendre pour survivre ou pour s'émanciper ? L'illusion de l'autonomie

Elle fabrique des gâteaux dans sa cuisine exiguë, les emballe avec soin, les vend via WhatsApp et livre elle-même, parfois à pied, parfois en taxi, avec l'espoir qu'on la recommande. Une autre coud des djellabas sur une vieille machine à coudre, qu'elle partage avec sa mère et ses sœurs, pour les vendre dans son quartier ou sur Instagram.

Une troisième répond aux messages de ses clientes tard le soir, après avoir couché ses enfants, les devoirs vérifiés, la vaisselle faite, la maison remise en ordre. Ces femmes ne sont ni salariées ni reconnues par le système fiscal, mais elles

travaillent. Et pourtant, elles ne se définissent pas toujours comme entrepreneures. Elles sont là, dans les marges de l'économie formelle, dans l'entre-deux, entre création de valeur et lutte pour la survie.

L'entrepreneuriat féminin est présenté comme une solution moderne à l'exclusion des femmes du marché de l'emploi. Dans un pays où moins de 20% des femmes participent à la vie économique, l'idée de créer sa propre activité semble évidente, presque naturelle. Mais cette idée cache une autre réalité : bien souvent, les femmes ne choisissent pas d'entreprendre, elles y sont contraintes.

Parce qu'elles ne trouvent pas d'emploi stable. Parce qu'elles sont rejetées des entreprises qui refusent de les embaucher en raison de leur statut marital, de leur potentiel maternel, de leur présumée instabilité. Parce qu'elles sont veuves, divorcées, ou simplement trop pauvres pour attendre qu'on leur ouvre les portes de l'emploi formel. L'entrepreneuriat devient alors un plan B, parfois un dernier recours, rarement un choix librement consenti.

Ce que l'on appelle aujourd'hui auto-entrepreneuriat féminin repose souvent sur une logique de débrouille. La création d'activités se fait sans capital, sans formation, sans accompagnement réel. Les femmes vendent des produits faits maison, offrent des services à domicile, gèrent des pages sur les réseaux sociaux, mais elles n'ont pas accès aux mêmes opportunités que les hommes. Elles ne peuvent pas toujours se déplacer, elles doivent concilier travail et tâches ménagères, elles sont jugées lorsqu'elles s'exposent publiquement. Leurs compétences sont souvent vues comme naturelles, jamais professionnelles. La cuisine, la couture, le soin, sont perçus

comme des prolongements du rôle domestique, non comme des métiers à part entière.

Cette invisibilisation du travail féminin entretient une forme de précarité permanente. L'entrepreneure « informelle » n'a pas de contrat, pas de sécurité sociale, pas de retraite, pas de protection juridique. Elle vend selon la demande, gère seule les approvisionnements, la logistique, la communication. Elle est multitâche, multitâches jusqu'à l'épuisement. Et si elle tombe malade, si un imprévu surgit, si les ventes chutent, tout s'arrête. Aucun filet de protection ne la soutient.

Dans les campagnes, le tableau est encore plus rude. Les femmes y produisent beaucoup, notamment dans l'agriculture, mais elles ne sont pas propriétaires. Elles n'ont pas accès aux crédits bancaires, aux coopératives formelles, aux marchés structurés. Lorsqu'elles tentent d'entreprendre, elles le font souvent en marge, dans l'ombre d'une autorisation masculine, sous le poids de la tradition. Certaines créent des produits extraordinaires, valorisant le patrimoine, l'artisanat, le terroir, mais elles restent confinées à des circuits restreints, à des foires occasionnelles, à des opportunités temporaires. Et lorsque les subventions s'arrêtent, que les ONG repartent, beaucoup replongent dans l'invisibilité.

L'accès au crédit est un autre obstacle majeur. Les banques exigent des garanties que la plupart des femmes ne peuvent fournir. Les propriétés sont rarement à leur nom. Les microcrédits, bien qu'accessibles, sont souvent assortis de taux d'intérêt élevés. Le résultat, c'est une pression permanente : devoir vendre pour rembourser, sans pouvoir investir, innover, respirer. Certaines femmes finissent par abandonner, endettées, épuisées, culpabilisées. D'autres s'obstinent, mais

au prix de leur santé mentale, de leur équilibre familial, de leur propre bien-être.

Dans ce contexte, l'émancipation par l'entrepreneuriat relève souvent du mythe. Car l'autonomie ne se limite pas à avoir un revenu. Elle suppose de pouvoir choisir, de pouvoir dire non, de pouvoir s'organiser, de pouvoir se projeter. Or, pour beaucoup de femmes marocaines, entreprendre est un acte de nécessité, non de liberté. C'est un moyen de ne pas sombrer, pas un outil d'épanouissement.

Et pourtant, certaines y arrivent. Par la force de leur résilience, par des alliances sororales, par des collectifs qui mutualisent les ressources, les idées, les réseaux. Elles dépassent les contraintes, inventent des modèles hybrides, apprennent à coder, à gérer, à vendre. Mais leurs histoires, aussi inspirantes soient-elles, ne doivent pas masquer l'essentiel : ce n'est pas aux femmes de s'adapter à un système injuste, c'est au système de se transformer pour les inclure équitablement. L'horizon 2050 doit être pensé comme une époque où l'entrepreneuriat ne sera plus une solution par défaut, mais un choix éclairé. Une période où les femmes auront accès au même capital, aux mêmes droits, au même respect. Un Maroc où une femme pourra dire : j'entreprends parce que j'en ai envie, pas parce que je n'ai pas le choix. Un Maroc où l'autonomie ne sera plus une illusion, mais une réalité partagée.

Chapitre 9 : Vieillir femme : solitude, précarité et dignité oubliée

Vieillir, pour beaucoup de femmes marocaines, n'est pas une traversée paisible du temps, mais une mise à l'écart progressive, souvent silencieuse, parfois brutale. Alors que la société glorifie la jeunesse, la beauté, la fécondité, les femmes âgées disparaissent des imaginaires collectifs, reléguées à des rôles d'appoint, réduites à des silhouettes discrètes. Leur présence est tolérée, mais leur voix rarement entendue. Leur expérience est riche, mais rarement sollicitée. Et leur dignité, peu à peu, se dilue dans une indifférence glaçante.

Dans les zones rurales, les femmes âgées sont souvent les gardiennes de la mémoire, des traditions, des savoirs

artisanaux et agricoles. Elles connaissent la terre, les cycles, les herbes, les remèdes. Pourtant, elles vivent dans des conditions de grande précarité. Sans retraite, sans sécurité sociale, sans accès aux soins, elles dépendent de leurs enfants, quand ceux-ci ne sont pas partis. Celles qui sont veuves, isolées ou sans descendance, sombrent dans une pauvreté extrême, aggravée par l'absence totale de services publics adaptés.

Dans les villes, la situation n'est guère plus enviable. Les femmes ayant travaillé dans l'informel ou dans la sphère domestique n'ont souvent aucun droit à une pension. Beaucoup ont été femmes de ménage, nourrices, couturières, sans jamais être déclarées. À la vieillesse, elles se retrouvent sans ressource, sans reconnaissance. Leurs corps usés racontent des vies de labeur, de sacrifices, de silences. Et pourtant, elles sont traitées comme des poids, des fardeaux, parfois même comme des gêneuses.

La solitude est l'un des fléaux majeurs du vieillissement au féminin. Beaucoup de femmes âgées vivent seules, dans des logements insalubres, sans visites, sans écoute. Le tissu familial se désagrège, les solidarités communautaires s'amenuisent. Le regard social se détourne. La vieillesse féminine devient une forme d'invisibilité sociale. Et avec elle, s'érode l'estime de soi, la joie, le sentiment d'exister.

Les politiques publiques restent dramatiquement insuffisantes. Les maisons de retraite sont peu nombreuses, mal financées, et souvent réservées aux personnes solvables. Les aides sociales sont maigres, bureaucratiques, humiliantes. Il n'existe pas de réelle stratégie nationale pour prendre soin des femmes

âgées. Leur santé mentale est ignorée, leur autonomie négligée, leur parole absente.

Et pourtant, vieillir ne devrait pas être une condamnation. Cela devrait être un droit à la tranquillité, à la reconnaissance, à la transmission. Les femmes âgées ont tant à donner, tant à raconter, tant à léguer. Elles devraient être au cœur des politiques de soin, de logement, de culture. Leur dignité ne devrait pas être négociable. Elle devrait être inscrite dans le pacte social.

En 2050, le Maroc comptera des millions de femmes âgées. Ignorer cette réalité serait une faute. Il faut dès aujourd'hui imaginer un pays où vieillir femme ne signifie plus être punie d'avoir vécu. Un pays où chaque ride est une mémoire, chaque cheveu blanc une médaille, chaque silence une page à écrire. Il est temps de restituer aux femmes âgées leur juste place : au centre. Là où l'on écoute, là où l'on protège, là où l'on honore. Car une société qui néglige ses vieilles femmes est une société qui trahit ses promesses, qui oublie ses racines, qui condamne son avenir.

Chapitre 10 : Femmes et réseaux sociaux : entre empowerment et violence numérique

À l'aube du XXI^e siècle, les réseaux sociaux ont redessiné les contours de nos sociétés, bouleversant les modes de communication, de mobilisation et d'expression. Pour les femmes marocaines, ces plateformes numériques sont devenues une nouvelle agora, un espace inédit où leur parole, longtemps confinée, s'est libérée. Mais cette liberté s'accompagne de défis majeurs, de violences insidieuses et d'une lutte pour la reconnaissance et la sécurité.

Pendant des décennies, la parole féminine publique au Maroc a été marginalisée, censurée ou moquée lorsqu'elle osait toucher à des sujets dits tabous : le corps, la sexualité, la violence, la religion, le pouvoir. Dans les médias traditionnels, les femmes étaient rarement invitées à s'exprimer librement.

Leur expérience était filtrée, tronquée, réduite à des clichés ou à des rôles secondaires. Pourtant, au cœur de cette répression, les femmes ont construit une résistance silencieuse, un terreau d'envie de dire « je », de raconter leurs histoires, de briser les silences.

L'arrivée du numérique a cassé ces barrières. Instagram, TikTok, Facebook, Twitter (ou X), YouTube... ces espaces sont devenus des lieux où des milliers de femmes marocaines, des jeunes filles aux mères célibataires, des étudiantes aux travailleuses domestiques, ont pu enfin s'exprimer en leur nom propre, sans passer par le filtre institutionnel patriarcal. Ce « je » numérique, spontané et non médié, a révélé des vécus insoupçonnés : les douleurs liées aux règles, les violences conjugales cachées, la pression sociale autour de la virginité, les mariages forcés, le harcèlement au travail, les traumatismes d'enfance. Par ces voix éclatées, la parole féminine collective a commencé à prendre forme.

Cette émergence s'est traduite par des mouvements puissants, portés par des hashtags devenus des symboles de lutte comme #Masaktach, #StopViolence, #OuKounRajel, ou #AnaZada. Ces slogans ont réveillé une colère longtemps enfouie dans l'intimité des foyers et dans la peur des rues. Les collectifs féminins, qu'ils soient militants comme Aji Nadwiw, ou artistiques comme Hchouma, ont créé des espaces virtuels d'entraide, de débat et d'éducation populaire. Ces communautés numériques ont permis de construire un féminisme accessible, connecté à la réalité marocaine, loin des discours élitistes.

Pourtant, cette conquête numérique de la parole féminine ne s'est pas faite sans heurts. Loin de là. Le cyberspace est

aussi un champ de bataille, où la visibilité s'accompagne souvent d'une violence décuplée. Le harcèlement en ligne, les menaces de viol, les campagnes coordonnées de haine sexiste, la diffusion non consentie d'informations personnelles le doxxing ou encore les montages pornographiques visant à humilier, sont autant d'armes utilisées pour faire taire les voix féminines.

Les femmes qui osent prendre la parole, surtout lorsqu'elles sont militantes, journalistes, artistes ou influenceuses, deviennent des cibles privilégiées. Elles subissent un déferlement d'insultes sexistes, de critiques infondées, de remises en question de leurs compétences et de leur légitimité. Face à cela, les outils de modération des plateformes sont souvent insuffisants, voire biaisés. Les algorithmes, sous prétexte de neutralité, tolèrent ces violences ou censurent les victimes. Parallèlement, les lois marocaines peinent à répondre efficacement à ces agressions numériques : les procédures sont longues, les preuves difficiles à rassembler, et les magistrats souvent peu formés à ces enjeux.

Cette réalité provoque des effets délétères : nombreuses sont les femmes qui s'auto-censurent, qui réduisent leur présence en ligne, ou qui abandonnent totalement le numérique par peur, fatigue ou isolement. Cette forme d'exil numérique est une nouvelle forme d'exclusion qui entrave leur pleine participation à la vie publique. Et ce sont souvent les hommes, encore majoritaires et moins harcelés dans ces espaces, qui dominent la parole en ligne.

Malgré ces obstacles, une résistance numérique féministe s'est imposée et s'organise. Ce « cyberféminisme marocain » est pluriel et dynamique. Des comptes comme Aji Nadwiw

abordent sans tabou la santé mentale, les violences sexistes, la sexualité, et déconstruisent les normes sociales genrées. D'autres vulgarisent les concepts féministes en darija, rendant le savoir accessible à toutes. Des collectifs créent des vidéos, podcasts, infographies ou clips musicaux qui célèbrent la sororité et décryptent les mécanismes du patriarcat. Des cercles d'entraide numérique se développent, où les femmes partagent leurs expériences, conseils et soutien, brisant l'isolement.

Cette révolution numérique féministe ne se limite pas aux grandes villes ou aux élites. Elle tend à inclure les femmes rurales, les jeunes filles dans les quartiers populaires, celles qui accèdent à Internet souvent via les smartphones de leurs proches masculins. Mais la fracture numérique demeure profonde, liée à des facteurs économiques, géographiques, linguistiques et culturels. Une connexion stable, un smartphone performant, un espace sécurisé pour créer du contenu sont des privilèges encore rares. Par ailleurs, la majorité des contenus militants restent en français ou en anglais, excluant une grande partie de la population féminine dont la langue maternelle est le darija ou l'amazigh.

Pour que cette parole féminine numérique devienne pleinement inclusive, plusieurs leviers doivent être activés. Il faut d'abord développer une alphabétisation digitale genrée, avec des campagnes de sensibilisation à la citoyenneté numérique. Il est aussi crucial de soutenir les créatrices de contenu en darija et en amazigh, pour élargir la portée du féminisme. Sur le plan juridique, la reconnaissance officielle du cyberharcèlement comme forme de violence sexiste est une urgence. Enfin, les plateformes doivent être tenues responsables, et les outils de modération améliorés pour protéger les victimes.

Le combat numérique des femmes marocaines ne s'arrête pas aux réseaux sociaux. L'intelligence artificielle, les algorithmes de recommandations, les assistants vocaux et autres technologies sont aussi des terrains où le patriarcat numérique s'impose. Pourquoi les assistants vocaux sont-ils presque toujours féminins et soumis ? Pourquoi les images qui circulent en ligne sexualisent-elles les femmes marocaines ? Pourquoi les filtres de beauté renforcent-ils des standards eurocentriques ?

Ces questions sont au cœur d'un débat sur la place des femmes dans le monde digital, et sur la nécessité de féminiser les métiers de la tech, de coder, de créer et de corriger des systèmes qui ne doivent plus perpétuer les biais sexistes.

L'horizon 2050 doit être pensé comme celui d'un Maroc où les espaces numériques seront des lieux sûrs, libres et accessibles à toutes. Où la parole des femmes ne sera plus rare ni punie, mais encouragée, protégée, amplifiée. Où la citoyenneté s'exercera pleinement aussi bien dans la rue que dans le virtuel. Le féminisme digital marocain est jeune, multiple, en pleine effervescence. Il est une toile de sororité, un espace d'émancipation, une révolution silencieuse mais puissante. Et surtout, il porte en lui l'espoir que la voix des femmes, portée par les réseaux sociaux, ne soit plus jamais réduite au silence.

11. Les Marocaines face à la crise climatique : invisibles mais en première ligne

La crise climatique mondiale est aujourd'hui une urgence indéniable, un défi qui touche toutes les populations et transforme profondément les modes de vie, les économies, les rapports sociaux et les territoires.

Au Maroc, pays à la géographie diverse et aux contrastes marqués, les effets du dérèglement climatique se font sentir avec une acuité particulière. Sécheresses récurrentes, canicules prolongées, désertification avancée, baisse des ressources en eau, érosion des sols, tempêtes et inondations soudaines sont désormais le quotidien de millions de Marocains. Mais au-delà de la vulnérabilité générale, un constat alarmant s'impose : ce sont les femmes marocaines qui, bien que souvent invisibilisées dans les discours officiels, les politiques publiques et les dispositifs d'adaptation, sont en première ligne face à ces bouleversements.

Cette invisibilité des femmes dans les réponses à la crise climatique ne doit pas masquer leur rôle central, leur souffrance accrue, ni leur contribution cruciale aux efforts de résilience. Dans ce contexte, interroger la place des Marocaines face au changement climatique, c'est avant tout poser la question des rapports de genre, des inégalités structurelles et des luttes pour une justice environnementale et sociale.

Dans les zones rurales, où vit une large majorité des femmes marocaines, les effets du changement climatique sont dramatiques. L'agriculture, activité principale des communautés, est la première touchée. Sécheresses successives, raréfaction de l'eau, dégradation des terres arables, perte de la biodiversité, tout concourt à fragiliser les moyens de subsistance. Les femmes, qui jouent un rôle central dans la gestion familiale de la production agricole, la cueillette

des plantes médicinales, la préparation des semences, sont contraintes d'assumer un double fardeau.

D'une part, elles doivent compenser les pertes de récoltes en intensifiant leur travail, souvent dans des conditions pénibles. D'autre part, elles doivent assurer les tâches domestiques et la gestion de la maison, y compris l'approvisionnement en eau potable et en bois de chauffage, ressources devenues plus rares et difficiles d'accès.

Cette charge accrue de travail, souvent non rémunérée et invisible, est lourde de conséquences : fatigue chronique, risques sanitaires, pertes économiques, marginalisation sociale. La précarité climatique vient renforcer les discriminations existantes, aggravant les inégalités entre les sexes. Pourtant, ces femmes sont rarement consultées dans la planification des politiques environnementales, ni reconnues dans les programmes de développement rural.

En milieu urbain, les défis sont tout aussi préoccupants. La pollution atmosphérique, la hausse des températures, les inondations liées à la mauvaise gestion des infrastructures pèsent sur les conditions de vie, notamment dans les quartiers populaires. Les femmes, souvent à la tête de familles monoparentales ou en situation de vulnérabilité économique, sont plus exposées aux risques sanitaires liés à la dégradation environnementale. Elles ont moins d'accès aux soins, aux espaces verts, aux moyens de prévention. De plus, leur participation aux débats publics et aux processus de décision environnementale demeure très limitée, renforçant leur invisibilité.

Paradoxalement, malgré leur invisibilité institutionnelle, les femmes marocaines sont aussi des actrices essentielles de la lutte contre la crise climatique. À travers des initiatives collectives, des coopératives agricoles, des associations environnementales, elles inventent des réponses adaptées, souvent basées sur des savoirs traditionnels et un rapport respectueux à la nature. Elles contribuent à la gestion durable des ressources, à la conservation des semences ancestrales, à la valorisation des pratiques agroécologiques. Leur rôle est aussi fondamental dans la transmission des savoirs aux générations futures, dans la sensibilisation aux enjeux écologiques, dans la promotion d'un mode de vie plus sobre et solidaire.

Cette dynamique féminine s'inscrit dans un mouvement plus large de revendication pour une justice climatique genrée. Les femmes militantes environnementales exigent une reconnaissance de leurs droits, une prise en compte des spécificités de genre dans les politiques publiques, un accès équitable aux ressources et aux financements pour les projets durables. Elles dénoncent aussi la dimension néocoloniale et extractiviste des politiques climatiques qui reproduisent les dominations et marginalisent les populations vulnérables.

L'enjeu est immense car, au-delà de l'adaptation et de la résilience, il s'agit de penser une transition écologique juste, démocratique et féministe, où les voix des femmes marocaines seront enfin entendues et valorisées. Cela implique de remettre en cause les modèles de développement dominants, d'intégrer la question du genre dans tous les secteurs concernés — agriculture, énergie, urbanisme, éducation — et de garantir une participation effective des femmes dans les instances décisionnelles.

À l'horizon 2050, on peut rêver d'un Maroc où les femmes ne seront plus des victimes invisibles de la crise climatique, mais des protagonistes reconnues d'un changement profond. Un Maroc où elles auront accès aux technologies vertes, aux terres, au crédit, à la formation. Un Maroc où les politiques environnementales seront co-construites avec elles, dans un dialogue égalitaire.

Un Maroc où la résilience climatique sera indissociable de la justice sociale et de l'égalité des sexes.

La lutte contre le changement climatique est indissociable de la lutte pour l'émancipation des femmes. C'est dans cette convergence des combats que réside l'espoir d'un avenir meilleur, solidaire et durable, pour toutes et tous.

Chapitre 12 : L'intelligence artificielle a-t-elle un genre ? Algorithmes, biais et exclusions

Il y a quelques mois, en tapant les mots « femme marocaine » dans un moteur de recherche très populaire, je suis tombée sur une série d'images. Des visages maquillés, des corps sexualisés, des clichés orientalistes d'un autre temps. Pas une seule femme berbère sur fond de montagnes, aucune enseignante en classe, pas une activiste en manifestation.

Juste ces fantasmes numériques qui circulent et se répètent, exportables à l'infini. Cette expérience m'a frappée : l'intelligence artificielle (IA) ne reflète pas la diversité, la richesse, la complexité de nos vies, mais reproduit le regard que le monde pose sur nous.

Nous vivons à l'ère des machines intelligentes, celles qui recommandent nos vidéos, évaluent notre solvabilité, surveillent nos maisons, lisent nos CV, suggèrent nos amis ou partenaires. Ces machines sont censées être neutres, objectives, impartiales.

Pourtant, elles ne font que reproduire des données humaines, elles ingèrent nos préjugés, nos biais, nos hiérarchies sociales. L'IA n'est jamais neutre parce qu'elle naît d'un monde sexiste, raciste, colonial, capitaliste.

On s'imagine souvent que l'algorithme est une formule magique, une recette parfaite, une vérité scientifique. Mais l'algorithme n'existe pas sans ses données. Or, ces données proviennent d'un monde imparfait, dominé par des rapports de force inégalitaires.

Un exemple célèbre illustre cela : une entreprise internationale a développé une IA pour le recrutement. Rapidement, le

système a été suspendu. Pourquoi ? Parce qu'il discriminait systématiquement les candidatures féminines. En se basant sur les anciens dossiers, où les hommes étaient privilégiés, il a appris à favoriser les profils masculins. Pas par haine, mais par un processus mécanique, méthodique, qui révèle la reproduction automatique des biais humains.

Ce sexisme codé dans l'IA n'est pas isolé. Il s'observe aussi en médecine, où les systèmes sous-diagnostiquent les pathologies féminines, ou dans les logiciels de reconnaissance faciale, où les visages des femmes noires sont plus souvent confondus ou rejetés. Dans les moteurs de recherche, taper « femme marocaine » ramène souvent des images sexualisées, déconnectées de la réalité sociale. Ce n'est pas que la machine nous déteste : c'est qu'elle nous ignore, nous invisibilise.

Cette invisibilité algorithmique reflète une autre réalité : les femmes sont absentes des lieux de conception de l'intelligence artificielle. Dans les écoles d'ingénierie et d'informatique, les promotions masculines dominant largement. Dans les startups marocaines spécialisées en IA, les fondatrices se comptent sur les doigts d'une main.

Sur les scènes des conférences tech, les femmes sont trop souvent seules, trop peu nombreuses. Dans les conseils d'administration des géants de la tech, la parité reste un mirage. Cette absence explique largement les angles morts des systèmes automatisés.

Pourtant, les femmes sont présentes. Mais elles restent marginalisées, invisibilisées, découragées. Elles doivent sans cesse prouver leur légitimité, affronter le stéréotype du « geek

masculin » dominant. Certaines étudiantes me confient qu'elles préfèrent ne pas poser de questions en classe, par peur d'être jugées. D'autres abandonnent leurs projets sous la pression sexiste. Le monde de la tech ne les attend pas, il les tolère à peine.

Mais ces femmes ne veulent plus être tolérées. Elles veulent construire, créer, déranger. Elles veulent coder leur avenir et celui des autres. Cette aspiration est cruciale car un autre exemple illustre parfaitement le sexisme codé dans l'IA : les assistantes vocales. Siri, Alexa, Google Assistant ont toutes une voix féminine par défaut. Douces, obéissantes, toujours prêtes à répondre gentiment, même face aux insultes.

Pourquoi ? Parce que les concepteurs pensent que les utilisateurs préfèrent une voix féminine servile. L'assistante vocale est une domestique numérique. Ce choix perpétue un imaginaire ancien : la femme comme servante invisible, docile et dévouée.

Cette image de la voix féminine au service pose une question majeure : pourquoi l'intelligence est-elle incarnée par une voix féminine, mais dirigée par des hommes ? Pourquoi le pouvoir demeure-t-il masculin alors que la soumission vocale est féminine ?

Dans les pays du Sud global, comme le nôtre, ces biais sont encore plus violents. Nos corps, nos langues, nos accents, nos cultures sont sous-représentés dans les bases de données qui nourrissent l'IA. Ces systèmes sont conçus sur des modèles occidentaux, souvent blancs, masculins, européens.

Un chatbot uniquement entraîné en anglais ne comprend ni le darija ni les codes sociaux marocains. Un logiciel de reconnaissance faciale ne reconnaît pas toujours les femmes voilées. Un système de sécurité, conçu selon des normes européennes, considère une jeune femme en djellaba comme une anomalie.

Cette invisibilisation algorithmique est une violence. Elle signifie : « tu n'existes pas dans ce modèle ». Et quand on n'existe pas dans le modèle, on ne compte pas dans les décisions qui nous concernent.

Le Maroc numérique ne peut pas être une pâle copie de la Silicon Valley. Il doit refléter nos visages, nos voix, nos histoires.

Face à cette domination codée, des résistances émergent. Des chercheuses comme Joy Buolamwini ou Timnit Gebru ont fondé des mouvements pour dénoncer les biais racistes et sexistes de l'IA. Des collectifs féministes militent pour des données plus justes, pour documenter ces violences numériques, pour créer des bases de données inclusives, pour faire entendre les récits oubliés.

Au Maroc, ce mouvement est encore jeune, fragile, mais il existe. Des jeunes femmes lancent des projets, des plateformes, des applications solidaires. Elles codent, cartographient, racontent. Elles réinventent une technologie au service de la justice sociale.

Nous devons les soutenir, leur offrir les moyens, les espaces et la reconnaissance. Il faut intégrer la question du genre à chaque étape de la conception numérique. Il faut enseigner le code comme une langue d'émancipation, un outil de libération.

Un féminisme technologique marocain doit naître. Pas seulement pour dénoncer, mais pour inventer : une IA en darija qui nous comprend, une assistante vocale respectueuse, une base de données sur les droits des femmes, une application contre le harcèlement, une plateforme d'éducation sexuelle, un filtre de beauté qui célèbre toutes les peaux, tous les âges, toutes les identités.

Nous sommes à un carrefour historique. L'intelligence artificielle peut être l'outil d'un nouveau patriarcat froid, automatisé, globalisé. Ou bien un levier puissant de transformation, de justice, d'égalité.

Mais pour cela, il faut que nous soyons là. Dans les classes, les laboratoires, les débats, derrière chaque ligne de code. Il faut refuser l'invisibilité, refuser d'être modélisées sans consentement, refuser ces voix programmées pour obéir. Je rêve d'un Maroc où chaque jeune fille pourra coder son avenir avec la même liberté qu'un poète, un astronaute ou une activiste. Où elle pourra dire fièrement : « Je suis data scientist, et féministe ». Où elle construira des intelligences capables d'écouter sans dominer, de reconnaître sans exclure, d'apprendre sans juger.

Car l'intelligence n'est pas seulement artificielle. Elle est politique. Elle est féministe.

13. Nouvelles masculinités : déconstruire pour mieux reconstruire

Le mot « féministe » provoque souvent un malaise. Il suffit qu'il soit prononcé devant un homme pour que les regards se détournent, que les bras se croisent, que la voix s'élève en protestation. Pourtant, depuis quelques années, quelque chose bouge, lentement, difficilement, mais sûrement. De plus en plus d'hommes marocains commencent à s'interroger sur leur place, leurs privilèges, leurs silences. Ils apprennent à écouter plutôt qu'à dominer, à douter des vérités qu'on leur a inculquées, à remettre en question la virilité telle qu'elle leur a été enseignée.

Cette transformation est nécessaire. On ne bâtira pas une société féministe sans déconstruire le masculin. Cette déconstruction ne peut pas reposer uniquement sur les femmes. Les hommes doivent eux aussi faire leur part, non pas en sauveurs, mais en alliés, en compagnons de lutte, en êtres humains libérés des carcans du patriarcat.

Au Maroc, comme dans de nombreuses sociétés, le modèle dominant de la masculinité repose sur des règles tacites : ne pleure pas, ne recule pas, ne montre pas tes failles, sois fort.

L'homme doit être conquérant, autoritaire, silencieux, actif sexuellement, protecteur, maître chez lui. Il doit posséder son corps et celui des autres, cadrer sa famille, éduquer ses enfants « à l'ancienne ». Il ne doit jamais demander d'aide, encore moins exprimer sa vulnérabilité.

Ce modèle, profondément ancré dans nos langues, nos religions mal interprétées, nos séries télévisées, nos cours de sport, nos blagues, et nos silences paternels, est toxique et dangereux. Il pèse lourd sur les femmes, victimes quotidiennes des violences, dominations et inégalités qui en découlent. Mais il est aussi une prison pour les hommes eux-mêmes, enfermés dans des rôles qu'ils ne peuvent toujours assumer et qui les dévorent de l'intérieur.

Beaucoup d'hommes marocains vivent un mal-être indicible, sans nom. N'ayant jamais appris à reconnaître leurs émotions, à exprimer leurs fragilités, à demander de l'aide, ils s'isolent, se durcissent, ou sombrent dans la violence. Addiction, violences conjugales, errance affective : derrière ces symptômes se cache souvent un enfant blessé, un adolescent à qui on a dit que la tendresse était « pour les filles ».

Mais un vent nouveau souffle. Certains hommes commencent à se poser des questions, à lire, à écouter, à douter. Ils s'interrogent sur leurs gestes, leurs silences, leurs habitudes. Ces hommes ne sont pas parfaits. Ils trébuchent, parfois tombent. Mais ils avancent. Et ce mouvement est précieux. Au Maroc, des collectifs comme Machi Rojola travaillent à promouvoir une masculinité positive. Des podcasts comme Jinspodcast ouvrent la parole autour du genre et de la sexualité. Des comptes Instagram permettent à des hommes

de parler autrement. Des artistes, des poètes, des cinéastes interrogent le rôle du père, du mari, du frère.

Il y a aussi ceux qu'on ne voit pas : ceux qui, à la maison, écoutent leurs compagnes, prennent soin de leurs enfants, remettent en question leur éducation, essayent, échouent, mais essayent encore.

Être un homme féministe est possible. Mais cela exige un travail de tous les instants. Ce n'est pas être un chevalier blanc. C'est reconnaître ses privilèges, apprendre à se taire, à laisser la place, à ne pas parler à la place des femmes. C'est accepter la critique sans la prendre pour une attaque personnelle. C'est lire des autrices féministes, écouter les récits des femmes sans les minimiser. C'est dénoncer les blagues sexistes, intervenir face au harcèlement, refuser de normaliser la violence.

Le féminisme n'est pas contre les hommes. Il est contre un système.

Mais changer de posture est difficile. Les hommes qui essaient de se transformer sont souvent moqués, traités de « lâches », de « femmes », de « dévirilisés ». Ils sont accusés de trahir « leur camp ». Dans une société où la masculinité est fragile, tout écart est suspect : pleurer, s'occuper d'un enfant, refuser la domination sont vus comme des faiblesses.

C'est pourquoi le changement doit être collectif. Un homme seul qui change est vulnérable. Il a besoin de cercles masculins alternatifs, d'espaces de parole, de reconnaissance.

On pense souvent aux hommes urbains, diplômés, « déconstruits », qui lisent bell hooks dans un café à Rabat. Mais

qu'en est-il des hommes des quartiers populaires, des campagnes, des périphéries ? Ces hommes subissent aussi le modèle viriliste, mais dans des conditions de précarité, de chômage, d'exclusion sociale qui renforcent leur sentiment d'impuissance. Pour eux, la domination masculine peut devenir le dernier bastion de pouvoir.

Il serait injuste de les accuser sans essayer de comprendre. Le combat féministe doit parler leur langue, prendre en compte leurs réalités, leur offrir des alternatives concrètes. Un autre modèle d'homme, un autre modèle de société.

Le féminisme ne doit pas être un luxe de classe, mais un projet populaire, collectif, inclusif.

La façon dont beaucoup d'hommes marocains apprennent à aimer est encore marquée par la possession et le contrôle. « Protéger » signifie souvent surveiller, « aimer » veut dire décider pour l'autre, « respecter » se traduit parfois par mépriser certaines femmes.

Or, une nouvelle masculinité suppose une nouvelle définition de l'amour : un amour sans domination, horizontal, fondé sur l'écoute, le respect et l'égalité.

Des hommes apprennent à aimer autrement. Ils lisent, pleurent, cuisinent pour leurs compagnes. Ils font des erreurs, mais ils désapprennent la possession. Dans ce désapprentissage naît une disponibilité à l'intimité véritable, au partage sincère.

Les nouvelles masculinités ne se décrètent pas. Elles s'éduquent. Tout commence à l'école, dans les manuels où la

maman fait la vaisselle et le papa travaille, dans les jeux où garçons et filles apprennent des rôles genrés, dans les mots des enseignants, dans les punitions, dans les attentes implicites.

L'éducation nationale a un rôle fondamental : introduire l'égalité de genre dès le primaire, former les enseignants à déconstruire les stéréotypes, valoriser des figures masculines sensibles, créer des espaces de parole pour les garçons, où ils peuvent exprimer leurs émotions et leurs blessures.

Changer les masculinités, c'est changer l'école, la langue, les récits que nous transmettons.

Le féminisme ne doit pas opposer hommes et femmes, mais les rassembler dans un pacte social nouveau, où chacun reconnaît que l'égalité est un projet d'humanité, pas seulement de genre.

Un homme nouveau est possible. Pas parfait, mais humain. Un homme qui ose s'écouter, pleurer, prendre soin, et lutter contre les violences. Un homme qui se relève après chaque chute, qui tente de nouvelles voies, qui construit avec les femmes un avenir commun.

14. Les Marocaines en 2050 : vers une citoyenneté pleine et entière ?

L'horizon 2050 semble à la fois proche et lointain. Pourtant, quand on y pense, il correspond à une génération entière qui aura grandi, évolué, et façonné le Maroc de demain. Que sera cette société pour les Marocaines ? Auront-elles enfin accès à une citoyenneté pleine et entière, non seulement inscrite dans les textes mais vécue dans la réalité quotidienne ?

Aujourd'hui, malgré les progrès accomplis, la citoyenneté des femmes au Maroc reste encore partielle, fragile, conditionnée. Elles disposent de droits constitutionnels, elles votent, elles participent à la vie publique, mais elles sont encore confrontées à de nombreuses barrières invisibles qui freinent leur pleine émancipation.

Les inégalités persistent dans presque tous les domaines : politique, économique, social, culturel, juridique. Les femmes marocaines ne jouissent pas encore d'une égalité réelle devant la loi, ni dans les faits. Elles sont encore victimes de discriminations systémiques, d'injustices, de violences. Leur voix est souvent marginalisée, leurs expériences sous-représentées.

La question de la citoyenneté féminine est donc aussi une question de reconnaissance. Reconnaissance du droit à exister pleinement dans l'espace public, à être entendue, à participer aux décisions qui façonnent la société. Reconnaissance de leurs savoirs, de leurs compétences, de leurs contributions économiques, culturelles et sociales.

À l'aube de 2050, l'enjeu principal sera de transformer cette citoyenneté formelle en une citoyenneté réelle et inclusive. Cela passe par plusieurs transformations profondes, à la fois institutionnelles, culturelles et sociales.

D'abord, l'accès effectif à la justice doit être garanti.

Aujourd'hui, les femmes rencontrent encore de nombreux obstacles pour faire valoir leurs droits, que ce soit face à la violence, à la discrimination, ou aux inégalités économiques. Les procédures judiciaires sont longues, complexes, et souvent intimidantes. Les lois doivent non seulement être renforcées, mais aussi appliquées avec rigueur. Un système judiciaire sensibilisé au genre et formé à l'écoute des femmes est une nécessité.

Ensuite, la participation politique des femmes doit se normaliser et se renforcer. Les quotas ont permis d'augmenter leur représentation, mais ils ne suffisent pas à garantir un véritable pouvoir d'influence. Il faut encourager leur accès à des postes décisionnels, soutenir les femmes leaders, favoriser les réseaux de mentorat et de solidarité. Une démocratie pleine est une démocratie paritaire, où les citoyennes ont un rôle égal dans la construction de la nation.

Sur le plan économique, l'égalité des chances et des salaires doit être la règle, non l'exception. Les femmes doivent pouvoir

accéder aux mêmes emplois, aux mêmes formations, aux mêmes perspectives que les hommes. Cela implique aussi de repenser le rôle du travail domestique et de la charge mentale, souvent invisibles mais fondamentaux. La reconnaissance sociale du travail des femmes, rémunéré ou non, est un pilier de la citoyenneté pleine.

L'éducation est un levier clé. En 2050, toutes les filles, quel que soit leur milieu social ou géographique, devront avoir accès à une éducation de qualité, libre de stéréotypes, qui valorise leur potentiel et nourrit leur confiance en elles. Une éducation qui forme à l'égalité, à la pensée critique, à la solidarité.

Mais au-delà des lois et des institutions, la citoyenneté féminine est aussi une question de culture et de mentalités. Les normes sociales patriarcales, les représentations figées des rôles de genre, les résistances familiales ou communautaires, sont autant de freins invisibles mais puissants. Pour que les femmes soient pleinement citoyennes, il faut déconstruire ces normes, changer les récits, valoriser des modèles féminins diversifiés et inspirants.

Les médias et les réseaux sociaux jouent un rôle fondamental dans cette transformation culturelle. Ils offrent des espaces de visibilité, d'expression et de mobilisation, mais aussi des terrains de luttes contre les stéréotypes et les violences symboliques. Le numérique, s'il est bien encadré et inclusif, peut être un outil puissant d'empowerment féminin.

Enfin, la citoyenneté pleine et entière des Marocaines en 2050 passera par une solidarité intergénérationnelle et intersectionnelle. Il s'agit de reconnaître que les femmes ne forment pas un groupe homogène, mais une pluralité d'expériences croisées par l'âge, l'ethnie, la classe sociale, la

région, la religion, la situation migratoire. La justice sociale et de genre ne pourra être atteinte que si ces différences sont prises en compte et si toutes les voix, y compris les plus marginalisées, sont entendues.

Alors, la question : les Marocaines auront-elles en 2050 une citoyenneté pleine et entière ?

La réponse ne peut être que conditionnelle. Elle dépendra de la volonté collective, politique et sociale. Elle dépendra des luttes menées aujourd'hui, des alliances tissées, des obstacles affrontés. Elle dépendra aussi de l'engagement de chaque citoyen et citoyenne à bâtir un Maroc plus juste, plus égalitaire, plus inclusif.

L'avenir s'écrit aujourd'hui. Les Marocaines sont en première ligne de cette écriture. Avec force, courage et résilience, elles réinventent sans cesse ce que signifie être femme et citoyenne dans leur pays.

Vers 2050, espérons qu'elles ne seront plus jamais réduites à des droits partiels ou à des rôles assignés. Qu'elles seront pleinement reconnues comme actrices et actrices essentielles du Maroc. Que leur citoyenneté ne sera plus une aspiration, mais une réalité vécue et partagée.

Un Maroc où l'égalité des genres ne sera pas une utopie, mais une évidence.

Conclusion

Nous avons parcouru ensemble un long chemin, explorant les réalités multiples, complexes, parfois douloureuses, mais aussi porteuses d'espoir, des femmes marocaines. De la naissance à la vieillesse, de l'école au travail, de la sphère domestique aux réseaux sociaux, des luttes quotidiennes aux rêves d'émancipation, ce livre est une invitation à regarder autrement, à écouter autrement, à comprendre autrement.

Ce que nous avons voulu montrer, c'est que la condition des femmes au Maroc ne peut être réduite à des chiffres ou à des clichés. Elle est le reflet d'un combat permanent contre des normes figées, des violences invisibles, des inégalités enracinées. Mais c'est aussi une histoire de résilience, de courage, d'inventivité et de solidarité.

Nous croyons profondément que le changement est possible, que l'avenir peut être transformé, que la citoyenneté pleine et entière des femmes marocaines est à portée de main. Cela demande du temps, du travail, des alliances entre femmes et hommes, entre générations, entre territoires.

Ce livre est aussi un appel à l'engagement collectif. À chacune et chacun d'entre nous, à nos institutions, à la société civile, à la jeunesse marocaine : construisons ensemble un Maroc plus juste, plus égalitaire, où les voix des femmes ne seront plus

jamais étouffées, où leurs droits seront respectés, où leurs aspirations seront pleinement reconnues.

Le chemin est encore long, mais il est jalonné de promesses. Continuons à marcher, à parler, à lutter.

Remerciements

Nous tenons à remercier toutes les femmes marocaines qui, par leur courage, leur force, leur créativité, nourrissent chaque jour ce combat pour l'égalité. Vous êtes la source d'inspiration la plus précieuse.

Nous remercions aussi les collectifs, les militant. es, les chercheur.es, les artistes, les activistes qui œuvrent sans relâche, souvent dans l'ombre, pour faire avancer la cause des femmes dans notre pays. Votre travail est vital.

Enfin, merci à vous, lectrices et lecteurs, pour votre attention, votre curiosité et votre engagement. Ce livre n'aurait pas de sens sans vous.

Ensemble, continuons à écrire l'histoire d'un Maroc où chacune et chacun a sa place.