



Глория Ориджи

ФИЛОСОФИЯ
МЕНО
ПОУЗЫ

ОСМЫСЛЕНИЕ
ЖЕНСКОГО ОПЫТА

Настоящая медицина

Глория Ориджи

**Философия менопаузы:
осмысление женского опыта**

«Издательство АСТ»

2025

УДК 618+1
ББК 5+87

Ориджи Г.

Философия менопаузы: осмысление женского опыта /
Г. Ориджи — «Издательство АСТ», 2025 — (Настоящая
медицина)

ISBN 978-5-17-183936-9

В середине жизни женщины наступает период различной продолжительности – порой тихий и плавный, а порой резкий и шокирующий. Это климактерический период, который обычно длится с 45 до 55 лет. Он представляет собой длительную гормональную трансформацию, завершающуюся менопаузой – прекращением менструаций и потерей фертильности. Книга поднимает две ключевые проблемы. Первая – дефицит знаний о процессах этой трансформации. Вторая – ее многогранная природа: биологическая, психологическая и социальная. Это глубокое путешествие, меняющее восприятие мира и самой себя, способное перевернуть все жизненные ориентиры. И все же эта тема остается табуированной. Но поскольку климакс – это опыт, радикально меняющий суть нашего бытия, нам необходимы новая философия, новая эпистемология и новое видение женской идентичности.

УДК 618+1

ББК 5+87

ISBN 978-5-17-183936-9

© Ориджи Г., 2025
© Издательство АСТ, 2025

Содержание

Сердце красавицы[1]	6
Конец ознакомительного фрагмента.	8

Глория Ориджи
Философия менопаузы:
осмысление женского опыта

La donna è mobile. Filosofia della menopausa Gloria Origgi

© 2025 Giulio Einaudi editore s.p.a., Torino

© Смалева С.Ю., перевод, 2026

© Издательство АСТ, 2026

* * *

*Посвящается моей матери,
которая не смогла мне об этом рассказать*

Сердце красавицы¹

* * *

Я – женщина в менопаузе. Женщина? Все еще женщина? Что во мне делало меня женщиной и больше не со мной? Между сорока пятью и пятьюдесятью пятью годами во мне что-то медленно и вместе с тем стремительно изменилось. Что именно? Ведь из-за этого я впервые за всю жизнь задалась таким вопросом.

Кто я теперь? Все еще тот же человек? Почему я чувствую себя настолько другой, настолько старой и новой одновременно, почему временами не узнаю себя и боюсь, что другие меня не узнают? Что со мной происходит?

Не каждая женщина становится матерью. Однако, пройдя через переходный возраст – иногда ошеломительный опыт гормональной перестройки, который получают и мальчики тоже, – каждая переживает эту паузу. Менопаузу. Каждая отправится в длительное и мрачное путешествие, «земную жизнь пройдя до половины»², доберется до другого берега и изменится навсегда.

Настоящие, способные изменить нас события в жизни случаются редко. Организмы вроде нас живут по гомеостатическому принципу. Из-за него система всякий раз, когда есть внешняя угроза, приходит в равновесие. На поиски равновесия мы тратим большую часть нашей энергии: успокаиваемся в защищенных местах, где можем быть собой, узнаём себя среди шума, запахов, людей, пространства вокруг нас. Формирование рутины – это первородная необходимость для каждого. Необходимость найтись. Узнать себя, чтобы познать.

Менопауза – одно из таких редких событий. Что такое событие? Согласно философам, это происшествие, что-то, что случается. Улыбка – событие, война – событие, болезнь – событие. Все события изменяют пространство и время вокруг нас, однако только некоторые потрясают и радикальным образом перестраивают определенную ситуацию. Раньше можно было совершать действия, практически не задумываясь о них, с высокой долей вероятности предсказывать ближайшее будущее, повторять одно и то же – и вдруг все ломается. Время останавливается, наш центр разрушается, жизнь переворачивается с ног на голову, и не остается места тоске по былому или надежде вернуть центр назад. Мозаика распалась. Менопауза – это не предмет. Если мы заглянем в тело женщины, то не найдем там менопаузы, зажатой в каком-то органе. Это событие, которое разворачивается практически десятилетие и меняет жизнь женщины, ее телосложение и основные функции. Для женщин это глубинный, едва ли понятый, плохо описанный даже лучшими писательницами, часто переживаемый в одиночестве чуть ли не со стыдом, опыт.

Веками на эту тему было наложено табу, однако сейчас менопаузу обсуждают все чаще, и она становится популярной темой в женских журналах, в печати и социальных сетях. В Америке по ней даже поставили мюзикл, в 2001 году текст для него написала Джейни Линдерс¹. Постановка рассказывает историю четырех крайне непохожих друг на друга женщин, которые встречаются в магазине нижнего белья и выясняют, что все находятся в одной и той же «критической» фазе жизни. Даже общая для обоих полов пресса посвящает несколько стра-

¹ Оригинальное название книги – «La donna è mobile» – отсылает к известной песенке герцога Мантуанского из оперы «Риголетто» Верди. По-русски она больше всего известна в переводе П.Калашникова («Сердце красавиц / Склонно к измене / И перемене, / Как ветер мая»), и мной было принято решение также оставить первую строчку. Иногда встречается версия «Сердце красавицы», которую многие могли слышать в кино. – *Прим. пер.*

² Цит. по переводу «Божественной комедии» Данте М. Л. Лозинского. – *Прим. пер.*

ниц менопаузе. С тех пор, как я заинтересовалась данной темой, практически каждый день я находила в ежедневной итальянской или зарубежной прессе по меньшей мере одну статью по теме. Это могли быть рассказы о личном опыте, советы, как избавиться от сопровождающих менопаузу неудобств, описания новых научных открытий, рецензии на книги. Книг же по самопомощи столько, что и не сосчитать, настолько тема «горячая» (во всех смыслах!) для нынешнего поколения женщин в менопаузе, так называемых «бумеров», как и для наиболее возрастных из поколения X, к которым принадлежу я сама. Знаменитые актрисы, например Наоми Уоттс, стали свидетельницами битвы за открытые разговоры о менопаузе. Ее недавняя книга «Осмелюсь сказать» – международный рекордсмен продаж. Причины просты: сейчас менопауза наступает у первого практически во всех западных странах поколения женщин с систематическим доступом к публичному пространству, свободе слова и карьере. Их социальный капитал больше, чем у всех предыдущих поколений, они массово включены в рынок труда. Сегодня женщины в менопаузе – больше не только отвергнутые мужьями домохозяйки, которые занимаются внуками. Зачастую это женщины на вершине своей карьеры. Столкнувшись с таким важным экзистенциальным событием, они оказываются не готовы к нему и хотят знать как можно больше. Чтобы говорить о менопаузе, чтобы требовать больше медицинской информации, чтобы обсуждать разные лекарства у них есть социальные и культурные средства. Конечно, не всегда женщины хотят высказываться или оповещать других о том, что переживают менопаузу, ведь ярлык «просроченной» женщины до сих пор повсеместно распространен как в общественной, так и в личной жизни. Однако все чаще и чаще женщины задаются вопросами об этой тайне, ищут ответы и хотят решений.

Данная книга – это не книга по самопомощи. Я не буду вам советовать, что есть, какие пищевые добавки принимать, какие упражнения помогут оставаться в форме в пятьдесят лет. Это также не научная книга. Я не эндокринолог и не гинеколог, я ограничусь пересказом лучшего из того, что медицина и наука в целом на сегодняшний день открыли о гормонах, особенно эстрогенах, и об их влиянии на нашу физическую, ментальную и эмоциональную стороны жизни. Я постараюсь критически рассмотреть позицию медицинского сообщества относительно менопаузы, однако я вовсе не собираюсь заменять собой врачей. Я бы сказала, что эта книга – о «философии менопаузы» или о феноменологии⁴ этого опыта. Это философское размышление о значении этой экзистенциальной трансформации для женщин. Судя по глубоким биологическим изменениям, которые она несет, это также социальная и психологическая трансформация нашего общения с собой и другими. Я хочу разобраться сама и помочь разобраться другим в том, какое значение придать этому главному опыту в жизни женщины. Не всякому существу дано изменяться в жизни настолько круто и стремительно, и хотя сама жизнь не что иное как длинная метаморфоза на пути к смерти, жестокость и скорость, с которой нас настигает менопауза, превращают ее в событие, где мы задерживаемся, чтобы осмыслить, кто мы есть после изменений, а также чтобы научиться видеть менопаузу не только как завершающую нашу жизнь главу, но как новый открывающийся горизонт, новую эпоху, разнообразную и насыщенную.

⁴ Феноменология – направление в философии XX в., которое предполагает обращение к опыту, его описание и выделение в нем сущностных черт. – *Прим. пер.*

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.