

Un Cambodgien que je connais bien, c'est le moins que je puisse dire ☺, décrit dans son livre témoignant de sa vie sous les Khmers rouges, *J'ai cru aux Khmers rouges, l'accouchement* la naissance [erreur-lapsus relevé par mon chéri] de sa fille sous le chapitre « Tu enfanteras dans la douleur »¹. Hé hé, ceux qui me connaissent savent combien ce livre me touche directement.

Bref, au moment de chercher un titre pour le récit de mon premier accouchement, c'est cette phrase de la Bible qui m'est revenue, et par là, le souvenir du bouquin cité plus haut.

La douleur qui fut la mienne fut surtout émotionnelle. L'émotion était intense. Tellement qu'il m'aura fallu près de deux ans pour la digérer. Aujourd'hui, je consens à replonger dedans pour livrer ici mes souvenirs de cette tranche de vie. Je m'étais toujours promis de me soumettre à cet exercice. Voilà qui sera chose faite d'ici quelques heures.

J'espère que mon homme se pliera à ce même exercice afin de recueillir par écrit sa vision des événements et de pouvoir laisser un tel témoignage à son fils.

Été 2009. Le soleil nous gratifie de sa présence. Les températures sont généreuses. Passé [le choc du triple test](#), ma grossesse se déroule à merveille. Lorsque j'apprends qu'une collègue a travaillé jusqu'à une semaine avant son terme prévu et que c'est le lendemain de son dernier jour que son bébé a décidé de pointer son bout du nez, les neurones s'agitent en moi. Je suis imprégnée des lectures d'Isabelle BRABANT, *Vivre sa grossesse et son accouchement* (un incontournable pour sortir des Pernoud, Ruffo et autres), de [Trois fées pour un plaidoyer](#) ainsi que des magnifiques témoignages de naissance parues dans *Intimes naissances. Choisir d'accoucher à la maison* (sous la dir. de Juliette et Cécile COLLONGE). Je prends donc la décision d'arrêter bien avant le congé de maternité prénatal obligatoire (une semaine avant terme).

Me voilà en congé dès le 10 août. Je profite calmement du quotidien qui se présente. J'ai une peur bleue de la douleur de l'accouchement et ne manque pas de relever le paradoxe entre, d'une part, cette peur qui m'effraie au point de repousser mentalement le moment d'accoucher et, d'autre part, ma détermination pour un [accouchement en maison de naissance](#), donc, sans péridurale.

Au fil des journées, ma sérénité est perturbée. C'est que, par choix, nous n'avons pas donné d'indication sur la date médicale du terme. Or après une ou deux semaines de

¹ ONG Thong Hoeung, *J'ai cru aux Khmers rouges*, Paris, Buchet/Chastel, 2003, pp. 171-190. En khmer, on énonce d'abord le nom de famille, ensuite le prénom. De sorte que s'il fallait l'appeler à l'occidental, il y aurait lieu de dire : Thong Hoeung ONG. Voy. son blog : <http://ongthonghoeung.over-blog.com/>

repos, mes rencontres sont ponctuées d'entrée de jeu par la question qui (me) tue : alors, pas encore accouché ?

Rien n'y fait. Ces questions ne changent en rien le fait que mon ventre demeure rond.

Après un certain temps, l'énerverment est de mise. J'en viens à refuser tout contact avec l'extérieur, tellement je me sens harcelée de ne pas encore avoir accouché. C'est une période très dure. Si pendant les deux semaines qui dépassent le terme, je conserve toute ma confiance et ma sérénité par rapport à moi-même, à ma grossesse et au petit que j'abrite, à mon homme, à mes sages-femmes, [Aline](#) et [Marloes](#), j'évite le plus possible les autres qui me pressent. Je multiplie les parties de scrabble, je joue contre moi-même. J'ai lu dans un livre (Isabelle Brabant ou naissance intime) qu'une femme avait effectué son travail en jouant calmement au scrabble. J'aime beaucoup cette image.

Toutefois, la plupart de ma famille s'inquiète. N'ayant pas donné d'indication sur le terme et refusant toute communication à ce niveau, je suis soupçonnée de refuser le médical au point de mettre ma vie et celle de mon enfant en danger. Comme écrit dans mon article sur le choix on-ne-peut-plus conscient de l'[accouchement en maison de naissance](#), mes parents me croient embrigadée dans une secte.

Or, si on peut s'attendre à ce qu'une donnée biologique, comme le délai de gestation d'une femme, soit universelle, une simple comparaison entre les « normes » belges et française étonne. En effet, en Belgique, on situe le terme à 40 semaines d'aménorrhée (SA), là où en France, il est poussé à 41 semaines². On considère qu'avant 42 SA, il n'est nulle raison de s'exciter. Or, après le 15 septembre, j'atteins ce stade fatidique.

J'entretiens des contacts quotidiens avec Aline. On est lundi. Elle m'indique qu'elle va réserver une salle à l'hôpital pour mon accouchement vendredi. Elle signale qu'avec un peu de chance, la clinique n'aura pas de disponibilité avant lundi, ce qui me laisserait deux jours supplémentaires pour éviter tant les couloirs d'une clinique que le déclenchement d'un enfantement que je désire sans artifice.

J'avale de l'huile de lin, j'ai droit à mon premier toucher vaginal (TV) depuis le début de ma grossesse. Aline procède à un décollement du placenta, histoire de signifier à mon petit qu'il est temps de sortir de son antre. Elle procède également à des frictions d'huile essentielle de sauge. Et je suis invitée à me mouvoir, monter, descendre des marches, marcher et marcher...

C'est ce que nous faisons, mon homme et moi. Je le prie de ne pas se rendre au travail et de rester auprès de moi. Mon moral décline sérieusement lorsque la 42^{ème}

² Voy. la fiche consacrée au dépassement de terme par le site [AlterNatives](#). Voy. aussi R. MAILLET, « Dépassement de terme : pour l'expectative armée », *J.T.A.*, 2001, disponible [ici](#).

SA est atteinte. Je ne dors plus bien. D'ailleurs, lui non plus. Nous savons que notre vie se trouvera bouleversée sous peu, mais nous ignorons quand. L'attente est longue.

En ce jour où Aline m'annonce son intention de réserver la salle d'accouchement, j'ai une conversation avec la tante de mon chéri, médecin généraliste, laquelle nous a énormément soutenus pendant ma grossesse, notamment suite à l'épreuve du triple test. Elle se dit inquiète. Elle aussi.

Cette conversation me touche énormément. La nuit même, je me réfugie dans la salle-de-bain pour offrir mes larmes à la lune. Des larmes de colère, d'impuissance et aussi de peur. Je dialogue avec mon enfant. Je le sais particulièrement à l'écoute. C'est que, dès le début de ma grossesse, je l'ai prié de rester le plus longtemps possible dans sa bulle, afin de soigner les détails de son être. Maintenant que nous sommes à la limite du « plus longtemps possible », je l'invite à nous rencontrer. Je sais que je suis intimement influencée par la peur de le voir sortir de moi, car, avec mon accouchement, je serai fixée sur son nombre de chromosomes (voy. [l'épreuve du triple test](#)). Je me sens nulle car ce que le déclenchement de sa naissance induit chez moi est le sentiment d'être incapable d'accoucher ~~sans assistance médicale~~ sans l'assistance de l'arsenal médical d'un médecin qui, à mes yeux, est présumé se croire tout-puissant (vu mon expérience du triple-test, mon image des médecins est pour le moins écornée). Et si tous ceux qui me « harcèlent » avaient raison ? Et si je n'étais pas capable d'accoucher sans les médecins ?

Bref, un torrent de larmes coule dans la nuit de mardi à mercredi. Ce monologue et ce tête-à-ventre sont déterminants. Des contractions se font plus présentes dès le lendemain. Elles ne présentent pas les signes d'une accélération du travail mais elles annoncent que cela bouge, à l'intérieur de mon corps. La journée est consacrée à déambuler, essentiellement pour atténuer les effets de la douleur, aussi pour faire quelque chose d'autre que de tourner en rond à la maison. Nous arpentons le parc du Cinquanteaire, la Rue des Tongres, les rues avoisinant notre appartement. Et, il n'y a pas photo, le mouvement réduit sensiblement le mal que je peux ressentir à chaque contraction.

Vient quand même le moment où nous avons envie de rentrer. Je décide de visionner *Princesse Mononoké*. Ce n'est pas mon favori de MIYAZAKI. Je préfère de loin *Mon voisin Totoro*, mais je viens de le (re)regarder quelques temps avant.

A peine le dessin animé commencé, voici que mes contractions se font pressantes. Je calcule (pour autant que mes capacités mathématiques me l'autorisent) et constate que celles-ci sont rapprochées. J'hésite à réveiller mon homme qui sommeille, lui dont les nuits sont perturbées depuis quelques jours. Au bout d'un moment - il est plus ou moins seize heures-, je me décide à lui suggérer que la fin approche, ou plutôt qu'une nouvelle aventure commence. Nous appelons Aline qui nous demande si nous préférons continuer le travail ici ou investir la chambre à la maison de naissance. J'opte pour cette dernière solution.

Nous voici en route. C'est l'heure de pointe. Quelle malchance ! Il nous faut plus d'une demie-heure pour relier un chemin qui, en d'autres circonstances, se parcourt en quinze minutes. J'ai le temps de vivre trois vagues dans la voiture. Si je crie lors de la première, je décide de laisser venir les autres sans nous imposer mes cris.

L'accueil d'Aline à la maison de naissance me marquera : « Bonjour Aline. Cela fait mal ». « Oui, *Alia*³, cela fait mal ». Enfin, c'était un échange de cette trempe.

Quelle douleur assourdissante ! J'atterris rapidement dans la baignoire. Je suis très concentrée, déjà dans ma bulle. Quelqu'un, Aline, mon homme, moi ?, observe, après bien dix minutes, qu'il serait opportun d'enlever la dernière chose qui orne mon anatomie : ma montre. Aucun des deux autres ne sait comment s'y prendre. Entre deux contractions, je retire donc ce bijou qui prend l'eau. Je suis contrariée de cette sortie de ma bulle.

A mon chéri, Aline demande s'il a mangé. Devant sa réponse négative, Aline est sans appel : « S., va manger ». Voici un conseil que mon amoureux souhaite prodiguer à tout père qui participe à la naissance de son enfant : remplir son estomac.

Je serre les dents à chaque contraction, j'imagine la vague qui arrive et je peste contre cette image de vague (sans doute lue chez BRABANT) qui me paraît à mille lieues de la douleur que je ressens. « Un peu de douceur pour ton bébé, *Alia* ». De la douceur pour mon petit, je lui en foutrais, de la douceur. Il me fait MAL, ce petit. Je veux que cela s'arrête. Aline se veut rassurante « tu fais cela très bien ». « Ouf, au moins, c'est déjà ça de bien fait ». Aline souhaite procéder à un TV. Je m'y oppose. La douleur est trop forte, je ne vois pas comment envisager une intrusion dans mon corps. Je désire abandonner la baignoire. Je mesure combien la douleur ressentie dans le bain s'apparente à une simple tapette comparée à ce qui m'anime à la sortie de l'eau.

Sur le lit, je claques des mains sur ma cuisse chaque fois qu'une contraction s'annonce, intimant à Aline de me masser les pieds. Ces massages simultanés à mes contractions atténuent le mal qui m'habite, qui envahit tout mon corps. Je me concentre sur le ressenti du massage, ce qui me détourne de la tempête qui envahit mon être. Au bout d'un temps, je m'endors. Là, sur le lit, sans crier gare, sans rien demander. Mon homme en est surpris (il m'avouera, quelques jours après, en avoir été inquiet).

Marloes arrive. Il est peu avant minuit. Aline la rejoint pour lui expliquer la situation. Alors que je suis seule avec mon chéri, je me réveille avec l'irrépressible besoin de pousser. J'ai beau avoir lu que le réflexe de pousser ressemble à l'envie de

³ *Alia* est un pseudonyme. J'ai du mal à rapporter des paroles en modifiant mon prénom.

d'aller à la selle, j'ai la tête dans le gaz et demande à mon chéri de m'accompagner là où, en principe, même le roi va seul.

A son retour, Aline demande depuis combien de temps, je ressens cette envie. Depuis combien de temps ? Aucune idée. Ici, le temps n'existe plus. Seule la douleur hante mon corps et ma tête.

Je change de nouveau de pièce pour rejoindre le pied du lit. Et là, accroupie, je prends appui sur les genoux de mon héros qui doit supporter et mon poids, mes cris dans ses oreilles et mes ongles dans sa main que je malaxe à chaque effort. Le doppler vérifie très très fréquemment le cœur de mon bébé. J'ai l'impression que ces vérifications incessantes sont signes d'une inquiétude. Aline m'expliquera plus tard qu'il n'en était rien. Qu'elles sont courantes lors de tout accouchement. Certes, je sens que la situation glisse. Aline me signale que cela fait plus deux heures que je pousse. « Seulement ». Ce « seulement » signifie : « quoi, seulement. J'ai l'impression que cela fait une éternité que je suis dans cette situation ». « Il y a quelque chose de bloquer entre mes jambes, Aline ». « Ce quelque chose, c'est ton bébé, *Alia* ». Pfff. C'est bien ce que je dis. Qu'il sorte, celui-là.

La fatigue est prégnante. La chambre respire la tension. C'est que le moment de la poussée dure. S'éternise même. Or, la tête de mon bébé butte. Elle est bloquée et refuse d'avancer au-delà du pubis. Marloes, Aline, les deux ?, suggère(nt) de changer de position. La position gynécologique pourrait aider dans le cas présent. Je ne veux pas bouger. Mais me laisse convaincre. Aline me persuade aussi qu'il pourrait être opportun de rompre la poche des eaux. Cela pourrait m'aider, accélérer la venue de mon petit. C'est ainsi que, sans que je ne ressente rien, Aline rompt la poche des eaux. J'apprendrai plus tard la présence de méconium. Heureusement, sur le moment, je ne me rends compte de rien. Cela aurait été complètement inutile de me donner cette information qui n'aurait pas manqué de me faire paniquer.

Après bien deux heures et demies de poussée, je suis maintenant suspendue à l'espalier, suivant ainsi la suggestion de mon super héros. Aline m'invite à envisager un transfert à l'hôpital. Je ne veux pas. Mon chéri me demande de le regarder dans les yeux. Il m'explique qu'il convient maintenant de rassembler mes dernières forces et de les mettre à contribution de manière efficace. Aline insiste aussi.

C'est que Bébé ne bouge pas d'un iota. Or, le temps avance. Je suis de plus en plus épuisée, mes poussées manquent d'efficacité. Bref, peut-être qu'il suffira d'une petite aide, comme les ventouses, pour venir à bout de cet accouchement. Je commence à paniquer. Dans quoi me suis-je embarquée ? Quel risque démesuré ai-je pris ? J'accepte contre mon gré l'idée de me rendre à la clinique. Mais lorsque je prends conscience de ce que cela implique concrètement, autrement dit, il s'agirait de me rhabiller, de marcher jusqu'à la voiture garée juste devant la maison, de m'allonger dans l'auto, de sortir de celle-ci, d'entrer dans une maternité, de voir des visages et lieux inconnus, je pousse une fois de toutes mes forces, la poussée du désespoir, suivie d'une plus petite poussée. Celle qui délivrera mon bébé de mon corps. J'entends un « poc ». « Aline, il y a quelque chose, là. Y a quelque chose ». « Mais,

Alia, c'est ton bébé ». Mon chéri pleure d'émotions. D'un coup, ce petit est arrivé ; son père en est tout bouleversé.

Voilà, c'est ainsi, après trois heures de poussée, mon enfant a quitté son premier giron pour rejoindre mes bras. Il est tout petit, ne bouge pas. Tout de suite, mon bébé est repris par Aline. Marloes s'en occupe. Il est bleu. Il ne respire pas. Vite, il faut lui aspirer le méconium. J'apprendrai plus tard comme mon bébé a bien fait les choses en ne respirant pas. S'il l'avait fait, il aurait sans doute aspiré du méconium, ce qui aurait engendré des complications sévères. Marloes appelle Aline à l'aide.

J'ai peur. Mon chéri a peur. A deux pas du lit où s'activent Aline et Marloes, il est près de moi, ses mains recueillent le sang qui s'écoule de moi. Il veut en déterminer la quantité. J'en perds beaucoup. On craint une hémorragie. Ma mère a eu une hémorragie. J'ai peur de mourir. J'ai peur pour mon bébé. Je veux me rhabiller. Je veux aller à l'hôpital.

Cette scène ne dure que quelques secondes mais qu'elles me paraissent longues ! Aline, en deux trois mouvements, permet à notre enfant de respirer. Mon chéri a retiré son T-shirt immaculé de sang pour déposer notre bébé sur son torse (peau à peau) tandis que les deux sages-femmes s'affairent autour de moi, à vérifier la nature de cette mare de sang qui s'écoule de mon corps. Rien de grave, en définitive. Plus de peur que de mal.

Je n'en reviens pas. Je suis comme hors du réel. Ce petit bout, c'est celui qui était dans mon ventre ? Mes premiers mots s'adressent aux deux sages-femmes : « il est trisomique ? ». Elles répondent toutes les deux par la négative. J'entends Marloes : « apparemment, non, il n'en a pas l'air, en tout cas ». « Ce n'est pas grave » est la phrase que je murmure à mon enfant à cette nouvelle qui me soulage pourtant.

On me suggère de m'installer sur la chaise pour allaiter mon nouveau-né. En voulant me lever, je perds conscience. Il paraît que cela n'a duré que quelques secondes. Mais à mon retour, j'ai l'impression d'être partie longtemps.

La suite sera plus classique. Mise au lit, mise au sein, etc.

Ceci dit, la fatigue, le stress, l'émotion, les relations conflictuelles qui ont suivi l'accouchement sont des ingrédients explosifs qui ont miné les premiers jours avec notre enfant. Le début de l'allaitement fut compliqué. Qui l'imaginerait quand on voit mon fils me réclamer la tétée à son réveil ?

Près de deux ans plus tard, la description de ces jours ne m'inspire plus du tout la même émotion que celle qui m'animait il y a encore quelques mois.

Je ne regrette pas cet accouchement. Je sais qu'à l'hôpital, on ne m'aurait pas laissée aller jusqu'au bout. On m'aurait ouvert le ventre, comme on a ouvert celui de ma maman pour me séparer d'elle.

Le long du travail, je n'ai eu aucune pensée pour mon enfant, tant j'étais accaparée par ma propre douleur. Quel soulagement que de savoir qu'Aline n'a jamais perdu la foi que ce bébé arriverait bien au monde ; qu'elle était restée connectée à lui. Je lui en suis reconnaissante d'avoir veillé sur lui, le temps pour moi de m'extraire du rôle de maman bienveillante pour celui de la femme qui accouche sans égard pour autrui excepté elle-même.

Mon seul regret est de m'être soumise au triple test. Car il est certain que la crainte d'un enfant trisomique a hanté la fin de ma grossesse et mon accouchement au point de le retarder le plus possible, et ce, jusqu'au dernier instant. Ce n'est qu'au moment de me visualiser en route vers l'hôpital que j'ai lâché prise, que j'ai lâché « le morceau ». Par conséquent, que mon enfant est né. Aujourd'hui, ce dernier partage autour de lui sa joie de vivre avec cette spontanéité qui caractérise tant les enfants.



[licence Creative Commons Paternité - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 2.0 Belgique](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.0/be/)