

À LA DÉCOUVERTE D'UN NOUVEL ÊTRE : JOURNAL DE BORD

23 juillet 2014

Nous sommes mercredi 23 juillet, il est 16 h 37.

Mon fils, je vais vivre ta naissance, et je ne veux rien oublier de toi. Nous sommes à la clinique et les infirmières viennent de déclencher l'accouchement, tu ne devrais plus tarder. Mon tout petit chéri, tu grandis en moi et je te sens bouger au fil des jours... Un vrai papillon... Tes ailes ont tendance à bien pousser mon ventre et tu sembles ne pas vouloir me laisser dormir beaucoup. Je me demande parfois si tu es préoccupé ou si tes rêves se passent dans le ciel, car tu voles et tu sautes !

23 h et toujours rien.

Le lit est très étroit, les fenêtres trop proches de la rue. J'avoue, j'ai peur de l'accouchement, de la douleur, et je ne trouve pas le sommeil.

Aujourd'hui, je suis enfin prête et je t'attends.

Ta maman.

24 juillet 2014

4 h 30 : ça y est, j'ai perdu les eaux. Ça fait tout drôle, mais il faut attendre : tu n'es pas encore prêt à sortir.

5 h 30 : je n'arrive pas à me rendormir, entre le stress et les contractions qui montent. Je perds maintenant pas mal de sang, mais les sages-femmes sont plutôt tranquilles et pas alarmistes, donc je relativise. Pourtant, j'ai tellement mal.

6 h 30 : les contractions sont à présent insupportables.

7 h 15 : on me donne un antidouleur afin de ne faire la péridurale ni trop tôt ni trop tard...

10 h 15 : je ne supporte plus les contractions qui me lancent de plus en plus fort.

À ce moment-là, en pleine douleur, on commence à vous communiquer des informations sur ce qui va se dérouler. Pendant toute ma grossesse, mon accoucheur m'a répété : tout va bien se passer, si tu n'as pas de questions, alors il n'y a rien à savoir. Tu parles ! Ce n'est pas en pleine douleur que tu peux écouter avec attention.

C'est drôle, mais une des anecdotes préférées de ma mère est celle de ma naissance. Elle m'avait eue au moment où elle regardait un film de Louis de Funès. Ainsi, c'est en riant qu'elle avait perdu les eaux et fait la moitié du travail à force de rire ! Une fois à l'hôpital, c'était bouclé en moins d'une heure ! Pas du tout mon cas !

Je peux vous dire que je n'ai pas envisagé d'accoucher dans cette ambiance chaotique. J'ai probablement vu trop de films où la femme est chouchoutée, prise en main et a le droit d'insulter son mari.

Le futur papa, lui, s'est levé comme une fleur vers 7 h du matin et s'est plaint d'avoir mal dormi à cause du bruit et du canapé mal adapté. Laissez-moi vous dire qu'à ce moment-là, j'ai eu envie de le tuer... Ça serait trop cliché ? Et pourtant...

La solidarité est somme toute relative. Adam décide d'aller prendre une douche chez nous et, au passage, de faire une « micro-sieste » avant l'accouchement. « Tu comprends, tes parents arriveront bientôt et je me sens sale », me dit-il. J'ai perdu les eaux et je n'ai pas pris de douche, je porte un enfant prêt à exploser de mon bidon, et toi, tu te sens trop mal ? Tu as besoin de te laver ailleurs ? Mais ouvre les yeux, il y a une douche devant toi... juste là. C'est à ce moment-là que je comprends pourquoi le port d'armes ne doit pas être autorisé en France... Moi qui suis d'habitude si indépendante, c'est la première fois que j'ai besoin d'être accompagnée et d'avoir le soutien physique et émotionnel de mes proches.

11 h 20 : ma famille arrive enfin !

11 h 45 : la péridurale est un miracle, merci !

Une telle fatigue me gagne, et sachant que ce n'est que le début, j'en profite pour faire une petite sieste. Les miens partent prendre un café et déjeuner... Oui, ils sont « détente » dans ma famille.

12 h 30 : une sage-femme me dit que, finalement, ça va aller beaucoup plus vite que prévu, car maintenant que je me suis décontractée, mon col s'est ouvert. Il va donc falloir commencer à pousser et accoucher rapidement, car l'effet de la péridurale ne durera plus qu'une petite heure.

Je demande à la sage-femme de contacter ma famille pour les faire revenir du resto.

L'accouchement se termine après une longue session de peur qui contamine tous les membres de l'équipe... Je vous passe les longues descriptions sanguinolentes, le cordon autour du cou, la peur du manque d'air, le passage à l'épisiotomie, puis les forceps et les ventouses, et une fracture du coccyx. Tout cela ressemble à une boucherie. Juste avant que mon fils montre le bout de son nez, ma mère et moi constatons que l'équipe médicale retient son souffle et me bouscule : « Poussez plus fort, poussez, allez ! Encore plus fort ! » Je le sens, mon docteur est anxieux. À voir le visage de ma mère qui se raidit, je comprends que la situation n'est pas aussi simple que prévu.

Lorsque mon fils apparaît enfin, c'est un moment spécial. Pas parce que je viens de le découvrir après qu'on me l'a délicatement posé entre mes bras. Non, cela n'a pas du tout été mon vécu. Je me rappelle seulement le docteur qui me le balance sur le ventre, tout blanc, livide, avec des traces de giclées de sang partout sur mon ventre. Je me rappelle l'image de son visage blanc. Ma première émotion est la peur. Je suis tétanisée. Il a l'air mort. Est-il en vie ? Le médecin n'a d'yeux que pour le cordon. Je ne l'ai même pas vu le trancher. Non, le docteur n'a toujours pas l'air serein, et mon fils m'est retiré rapidement.

Pas du tout ce que j'ai expérimenté à travers les naissances de mes amis. Oui, les nouveau-nés présentent toujours, pendant quelques heures, des déformations du crâne. Le crâne conique. Mon fils, lui, semble avoir beau-

coup souffert lors de son arrivée parmi nous. Il est bien amoché. J'en veux au médecin qui m'a si mal accompagnée et soutenue. Le médecin et la sage-femme me reprennent mon fils rapidement pour les vérifications de naissance et le mettent en couveuse pour quelques heures.

Ma mère et le papa se retrouvent ensemble pour découvrir ce nouvel être. On dirait que mon fils a été « maltraité », il porte les marques des forceps sur son crâne ainsi que celles des autres accessoires qui l'ont tiré vers la sortie. Encore aujourd'hui, je conserve la photo de ce petit être bloqué dans une position à la « Superman ». Lui pleurant, posé sur une balance, comme bloqué sur sa tranche, un bras en arrière, l'autre avec le poing levé en avant, ne semblant pas pouvoir se mouvoir. Ses yeux sont noirs et profonds, son regard est embrumé et mouillé.

Quand j'entends certaines mères dire que la naissance de leur enfant a été le plus beau jour de leur vie, on peut raisonnablement se demander à quoi les autres jours ressemblent...

De retour dans ma chambre, je dois attendre seule durant plusieurs heures avant de pouvoir voir mon fils ou ma famille. Je me sens seule et lasse. Je pleure beaucoup sans savoir pourquoi.

Une femme entre enfin avec mon fils endormi dans un couffin. Il a repris des couleurs. Je discerne les traits de son visage, il ressemble sans aucun doute à son papa. Une peau de porcelaine et des cheveux totalement platine, d'un gris lumineux. Une chevelure entre celle de l'homme âgé et celle d'une rock star qui aurait utilisé une teinture blanc métallisé. Je respire son odeur et cela m'apaise.

Sortir de l'autisme

Sans que je puisse m'y opposer, mon centre de gravité vient de basculer. Il n'y a plus de « moi », je viens de devenir un « nous ». Pas de sacrifice, juste une évidence. En l'espace de 24 h, j'ai perdu ma liberté, mis en danger ma carrière. J'ai pris conscience de ma mortalité, de mes responsabilités envers mon fils.

Mon fils, j'ai choisi de t'avoir, c'est la raison pour laquelle tu viens de devenir le centre de ma vie. Toi, mon enfant qui n'a pas demandé à naître, je dois te faire honneur.

2

LE BABY BLUES

Dans un premier temps, j'ai tout mis en place pour reprendre mon travail le plus rapidement possible. Je n'ai pris que trois semaines de congés avant l'accouchement prévu en août, parfait pour revenir au bureau en septembre ! Tout est bien planifié, et hors de question de devenir une femme au foyer financièrement dépendante de son mari ! Mais c'était compter sans le baby blues...

Au lendemain de l'accouchement, je suis épuisée. Il doit être 6 h du matin lorsqu'une sage-femme frappe à la porte pour nous ramener notre chérubin qui s'éveille à peine.

Mon fils est si petit, si frêle. Ses petits yeux essaient de s'ouvrir avec difficulté. Ses paupières semblent lourdes. Il les referme subitement, mais c'est pour fondre en larmes sans préavis : un volcan de pleurs. Adam me lance un « Tu veux pas le laisser tranquille ce môme », puis se retourne dans le lit et se rendort.

C'est une sensation étrange quand, pour la première fois, votre enfant se met à pleurer sans préavis et sans aucune raison apparente. On apprend, plus ou moins rapidement, que les enfants ne pleurent pas comme nous. Lorsqu'ils pleurent,

on souffre parce qu'on assimile notre façon de penser avec la leur. Ils ne sont pas forcément tristes, ils n'ont pas mal. Les pleurs sont leur seul moyen de communication. Ce sont juste des alarmes pour dire que quelque chose ne va pas. Pendant des semaines, des mois, je ne l'ai pas compris, et aucune bonne épaule n'est parvenue à me raisonner.

Pour la première fois de ma vie, je me sens totalement inadaptée et incompétente. Ça ne s'est pas passé comme au cinéma. Non, la réalité est très éloignée. Mon enfant hurle, et j'ai peur de le casser en le soulevant du couffin, il me semble si fragile. Des nouveau-nés, je n'en avais jamais tenu dans mes bras avant Sasha. Enfant, je n'ai pas joué longtemps à la poupée, de peur de perdre mes copains. Ma seule, et unique, Barbie avait fini par devenir l'os que je lançais à mon chien pour jouer. C'est donc d'une main incertaine que je serre mon enfant contre ma poitrine et mon corps encore douloureux. Il se met à pleurer encore plus fort.

De retour chez nous, j'essaie de prendre mes marques avec mon enfant. Contre toute attente, j'ai tout simplement flippé. Les bains, les couches, les cacas, les biberons toutes les 2 h, de jour comme de nuit. C'est pour cela que pendant toute votre grossesse, on ne cesse de vous répéter « Est-ce le premier ? » avec un sourire. Celui-ci indique clairement : « Je sais des choses que tu ne sais pas... tant de choses... », « c'est tellement plus simple à partir du deuxième »... Là, c'est du rodage. Traduction de leurs sourires : « Cocotte, *welcome* ! Tu vas prendre cher ! »

J'avais tout prévu, mais pas ça ! Le baby blues, des journées interminables qui suivent, pendant lesquelles il dort le jour et il pleure toute la nuit. Quant à moi, je déprime toute la journée.

Pendant que Sasha dort comme un loir, tous me disent : « Dis donc, tu as de la chance, il ne bronche pas ! » Puis, à la tombée de la nuit, j'angoisse, j'anticipe les pleurs et une nuit infinie. Je doute de mon habileté à lui venir en aide. Je commence même à le plaindre, lui, d'être tombé sur moi.

J'ai toujours été un garçon manqué, même si ma mère persiste à me répéter que je suis une fille parfaitement réussie. Peut-être aurais-je dû parler plus avec mes copines pour me conseiller avant la naissance ? Le baby blues, je n'y croyais pas une seconde... Je fais partie de ces femmes qui n'ont que peu de « reminder » de leur genre féminin. J'ai mes règles seulement deux jours par mois, aucune douleur ni aucun changement d'humeur. Je me comparais aux garçons inlassablement jusqu'à la grossesse. Pourtant, à présent, plus de doutes, je suis une femme, et mes hormones me jouent des tours. Ah, je fais moins ma maline, maintenant !

Le contrecoup de l'accouchement est de grande ampleur. Un effet papillon. En mode grossesse, j'ai pris « un peu » de poids. Oui, un peu... un total de 24 kilos ! Des chiffres hors contexte, ça ne veut pas dire grand-chose. Faisons le compte correctement, je mesure 1 m 54, mon poids moyen à l'époque devait être de 44 kilos. J'ai donc pris plus de la moitié de mon poids. Une boule littéralement. Je passe d'un 34 à un 42, d'un bonnet B à un bonnet F. Enceinte, ça passe, mais après ? J'ai l'air d'être enceinte, alors que je ne le suis plus. En gros, je ne suis plus qu'une grosse vache avec le coccyx fracturé, qui a du mal à se porter, et de surcroît, je me révèle une mère sans compétences... Une affaire, quoi !

Sortir de l'autisme

Je ne peux pas allaiter, car je suis sous antibiotiques depuis l'accouchement à cause d'une angine. Ce qui veut dire que je suis en plus une vache contre-productive ! Et pour couronner le tout, me voilà responsable de la vie d'un petit être magnifique qui n'a rien demandé à personne. Forcément, cela brosse d'ores et déjà le tableau de la mère idéale. Impossible de feindre des aptitudes en matière de maternité. À présent, tout le monde va pouvoir contempler mon incompetence.