

Début de l'écriture le 25 juin 2023

Fin de l'écriture le 30 août 2024

Mardi 11 avril 2023, 5h du matin.

Je suis réveillée par des petites douleurs. Nous sommes 6 jours avant le terme.

Je me demande si ces douleurs sont dues à l'énième déménagement de cartons que nous avons fait la veille.

Je me mets à penser à ma couture en cours, notre sac pour l'accouchement. Le premier réalisé était trop petit. C'est devenu le sac du bébé pour le séjour à la maternité.

6h, Victor se réveille. Je l'informe de mon état. Lui aussi se demande si c'est en lien avec les cartons que nous avons déplacés.

7h45, il part pour sa journée de travail. Je lui dis d'être vigilant à son téléphone. Même si je pense que la mise au monde de notre bébé se fera la nuit. La nuit me semble plus propice par son calme et ses lumières tamisées. C'est le temps de l'intime.

Je n'ai pas très faim, je ne petit-déjeune pas. Je me concentre sur ma couture. Je repense à ce qu'on m'a transmis, ne pas se concentrer, ni s'épuiser sur les premières contractions... si ça en est.

Fin de matinée, mon sac est fini. Je m'empresse de le mettre à laver puis de le faire sécher.

Je ressens le besoin de bouger. Je me lance dans un grand ménage pour l'arrivée de notre bébé. Je crois qu'il a commencé sa traversée ! Je lave en faisant le hula hoop avec mon bassin. Ça me fait du bien.

Je vais beaucoup aux toilettes. Le corps fait de la place. J'ai mal aux reins, comme des douleurs de règles. Ça me fait un peu peur. Mon bébé n'était pas bien positionné lors du dernier examen. Son dos était contre mon dos. J'ai retenu que ces accouchements « par les reins » sont plus douloureux. Une péridurale est nécessaire. Je relativise. Ce ne sont pas des

accouchements fréquents. Les statistiques de la casa de naissance indiquent que la majorité des accouchements se font sans péridurale. Le bébé bouge tellement. J'ai espoir qu'il se soit positionné différemment.

16h30, dernière pièce où faire le ménage, la salle de bain. Je m'apprête à laver la baignoire, puis à me laver. Mais plus d'eau ! Les voisins qui font des travaux viennent de couper l'eau. En pyjama, les cheveux en bataille, j'entrouvre ma porte d'entrée, tout en essayant de me cacher derrière. J'alpague l'ouvrier « Pour combien de temps coupez-vous l'eau ? Une demi-heure ? Ok mais pas plus, je suis enceinte et j'ai besoin de prendre un bain. » En attendant, j'envoie des messages et j'appelle ma mère. Elle me dit d'aller à la maternité. Je la rassure.

18h, le ménage est fini, je suis lavée. Victor rentre du travail. Je lui dis que notre bébé est en chemin. Nous finissons de préparer les différents sacs. Il est surpris par la quantité. Il faudra un peu de temps pour tout descendre à la voiture.

Je me sens bien. Les sacs sont prêts. Les documents pour l'accouchement sont soigneusement rangés. La playlist est préparée. Nous avons évoqué les souvenirs à se raconter pour passer les caps de désespérance. Je peux puiser, aussi, des forces dans mes souvenirs de rando avec mon chien. J'ai pu nommer et dire ce qui peut m'apparaître comme un frein pour la traversée à venir ; « je ne sais pas bien faire avec mon corps (là où les autres savent faire) », héritage d'un spectacle de danse, où l'on m'a fait danser derrière le rideau. Je suis confiante en le soutien que l'on m'apportera. Je me sens bien entourée.

Nous regardons le planning d'astreinte des sage-femmes. J'avais retenu que si notre bébé arrivait vendredi, Mathilde, notre sage-femme était de garde. Ce qu'on espérait en secret. Mais nous ne sommes pas vendredi.

Nous vérifions qui appeler le mardi et celle de la nuit du mardi au mercredi.

Nous nous apercevons que mercredi, nous serons le 12 avril, la saint Jules. Nous ne savons pas encore si nous allons accueillir une petite fille ou un petit garçon. Si c'est un petit garçon, nous avons choisi de le prénommer Jules.

Durant la grossesse, nous avons discuté de la possibilité d'avoir un petit garçon le jour de la saint Jules. Nous nous étions demandé si nous changerions de prénom, car en plus de cette contingence, nous habitons une rue qui se nomme Jules. Mais notre choix est là, c'est Jules que nous aimons. Peut-être que notre bébé ne naîtra pas le 12 avril. Peut-être que ça sera une fille. « Tu vas voir, ça va être un petit garçon le 12 avril » avait dit Victor en rigolant. En effet, ça sera le 12 avril. Si c'est un petit garçon, il ne pourra pas s'appeler autrement que Jules. Alignement des planètes.

18h30, la famille s'emballe, je les rassure. Les contractions sont régulières et courtes. Je me sens sereine, confiante en ce que ma sage-femme m'a transmis, et les témoignages de femmes. Le corps travaille, le corps sait faire, le bébé sait faire, tout va bien.

J'aime la photographie et je n'aime pas me prendre en photo. Mais là, je prends mon appareil photo et je tire des clichés de mon ventre que je trouve beau, gros, vivant ! Je le caresse de mes mains, de mon regard avec une certaine fierté et admiration.

C'est l'heure de manger. Victor me propose ce que nous avions prévu : du hachis parmentier. Je rigole ! Moi ça sera autre chose. Je prends la liste de la casa de naissance. Ce sera des pâtes nature.

20h, nous organisons notre appartement pour notre absence. Puis nous nous couchons. Je reste habillée. Mettre mon pyjama me semble couteux.

Dans le lit, nous nous collons l'un à l'autre. La chaleur de Victor me fait du bien, ses bras aussi. Je somnole entre deux contractions.

21h, je pleure. Je pleure, je suis en train de quitter notre vie à deux. Je dis à Victor que j'ai peur, j'ai peur de ne pas savoir faire, savoir devenir mère.

22h, le ressenti change et devient plus fort. « C'est le moment d'appeler la sage-femme. » Nous prenons le planning des sage-femmes. Nous lisons « Til ». Til, c'est Mathilde ? Notre sage-femme ! Nous nous y reprenons. Ce n'était pas ce qu'on avait lu dans la soirée. Mais si, c'est elle, notre sage-femme de nuit !

Moment de joie intense ! J'appelle Mathilde. Elle arrive. En attendant, Victor prépare la voiture, je sais que je peux rester seule quelques instants.

22h30, Mathilde est là. Nous faisons un monitoring, les contractions sont régulières et courtes. Elle m'examine. Mathilde pense que le bébé s'est un peu retourné, il n'est plus tout contre mon dos. Nous sommes dans la première phase du travail.

J'ai besoin de me rassurer auprès de Mathilde « - C'est bien en route ? - Oui ». Je lui fais part de ma tristesse. Je lui dis que je ne me sens pas excitée de mettre au monde notre bébé. Elle accueille ma parole et me dit que c'est d'accord.

Je m'aperçois que j'ai remis à l'envers mon jogging, je le dis à Mathilde en souriant « Tant pis, je le garde comme ça. »

Mathilde remarque notre baignoire et me dit que cela peut m'aider lors des contractions. Nous discutons et nous choisissons de rester chez nous. Nous nous sentons paisibles. J'arrive à me reposer entre les contractions. Mathilde repart.

12 avril, 1h30-2h du matin.

Je ne parviens plus à m'endormir entre les contractions. Je souhaite que Victor dorme un peu plus. Je décide de prendre un bain. Je ne sais pas trop combien de temps je tiendrai encore chez nous.

45 minutes plus tard, je n'arrive plus à faire face seule à l'intensité des contractions. J'ai besoin d'être entourée. Sortir de la baignoire, me sécher et m'habiller me semblent compliquer. Doucement j'y arrive.

Je réveille Victor et j'appelle Mathilde. Nous nous donnons rendez-vous à la maternité.

Descendre les deux étages, silencieusement pour les voisins, laisser aller-et-venir les contractions... Dans la voiture, je monte à quatre pattes sur la banquette arrière. La route ne m'a jamais semblée aussi cabossée, et les virages si serrés.

Les contractions sont plus fortes, j'essaie de chanter. La route me paraît longue. Heureusement c'est la nuit, la voie est libre.

3h du matin, nous sommes à la maternité. Victor m'aide à descendre de la voiture. Une contraction, j'attends qu'elle passe. Nous nous présentons devant les portes, moi accroupie.

Victor balbutie à l'interphone « je crois que ma femme est en train d'accoucher ». Je souris, nous ne sommes pas mariés.

Mathilde est présente. Elle fait couler le bain. Je sens quelque chose dans ma culotte. Victor repart garer la voiture. Je vais aux toilettes, le bouchon muqueux est parti. Victor revient. Mathilde propose que l'on se tutoie. Elle m'examine. La seconde phase du travail s'amorce. Je m'étais imaginée sur le ballon ou accroupie mais je vais dans la baignoire. L'eau chaude me fait du bien et enveloppe mon corps.

Victor ne savait pas trop s'il arriverait à trouver sa place dans ce moment. Il se met derrière moi, soutenant et doux. Mathilde se met à côté de moi. Je me sens bien, entre de bonnes mains, des mains que j'ai choisies. Je suis contente. Par moment, Mathilde se retire, nous laissant, Victor et moi, dans notre bulle.

La soif arrive. Nous avons apporté du jus de pomme. J'en bois. Je râle joyeusement car ce n'est pas à mon goût. Mathilde et Victor rigolent doucement.

Le travail s'intensifie. Avoir Victor et Mathilde à mes côtés m'est nécessaire. Mathilde m'encourage, me dit « c'est super ». Victor me rafraîchit le visage, s'assure de la bonne température du bain...

J'ai peur de la phase de la descente du bébé. J'en fais part à Mathilde. « C'est un ressenti différent, c'est après, ce n'est pas maintenant ». Je sens le bébé bouger. Pour lui aussi cela doit être éprouvant. Il cherche sa position. C'est une danse avec lui.

Mathilde m'aide à bien respirer, elle respire avec moi. Elle émet des sons graves, j'essaie de la suivre. Je me remémore que la douleur va et vient. Il faut la laisser nous traverser et passer. Les contractions s'enchaînent, vite. Entre deux contractions, il y a un mini répit où je somnole.

Ça pousse fortement. Un bouchon de champagne saute. Je demande à Mathilde ce qu'il se passe. La poche des eaux vient de rompre. Ça pousse, ça pousse.

Mathilde pose sa main sur mon cœur. Ça me calme. Ça me touche. Ça me reconnecte autrement à mon corps. C'est un geste simple, d'amour, tendre et doux. Et je me dis que ce geste existe depuis des millénaires.

Ça pousse fortement, « - Ça serait bien que le bébé s'engage – C'est bien de parler à ton bébé. »

Mathilde propose que je sorte de l'eau, que nous allions sur le lit. Elle m'examine. La dilatation n'est pas complète, or j'ai des contractions de poussée. Elle tente d'aider à l'ouverture totale. Victor devient mon dossier, il m'entoure, il nous enlace le bébé et moi. Je pousse, je m'appuie contre Victor. Le cœur du bébé ralentit. Après chaque contraction, son rythme cardiaque se stabilise mais il risque de se fatiguer.

Il est décidé d'avoir recours à une péridurale. Il faut ralentir le travail, pour que cela soit moins intense pour le bébé et que le col soit totalement dilaté.

Nous quittons la chambre de la casa de naissance pour une salle d'accouchement classique.

5h, arrivés dans la salle, une équipe est présente. On m'indique que je dois faire le tour de la table pour m'y asseoir. Cela me semble impossible. Je me demande « pourquoi moi et pas l'anesthésiste ? » On me dit que je vais y arriver, qu'ils vont m'aider. Nous y parvenons.

La salle ne me plaît pas. Trop d'instruments médicaux. On me branche à différents endroits. Je ferme les yeux pour rester dans ma bulle.

Une péridurale doit m'être posée. Je dois m'enrouler autour de mon ventre et rester immobile ... sauf que j'ai des contractions de poussée.

J'agrippe Mathilde par les épaules, je colle mon front contre son front. Victor est juste à côté. Plus en difficulté pour trouver sa place.

Maintenant, c'est l'équipe de la maternité d'Aubagne qui va prendre le relais. Mathilde décide de rester auprès de nous. Elle doit s'absenter pour aller chercher des documents. Je ne veux pas qu'elle s'en aille. Une auxiliaire de puériculture vient se placer comme Mathilde, front contre front. Elle se présente et me dit que nous allons traverser les contractions de poussée ensemble, par le souffle.

La pause de la péridurale est difficile. Je n'arrive pas à maintenir la position. L'anesthésiste n'arrive pas à me piquer. Le temps me semble long. Pour Victor aussi.

Une sage-femme se joint à nous, front contre front. J'ai l'image d'un cercle de femmes, comme il en existe depuis la nuit des temps. Victor et Mathilde sont aussi là. Ensemble, nous arrivons à faire que je ne pousse plus lors des contractions de poussée.

L'anesthésiste pique à un second endroit, cela fonctionne. Un peu de repos pour mon bébé. Et aussi pour nous.

Pendant l'accalmie, nous tentons de dormir. Par moment, Mathilde vient auprès de nous. Elle nous explique ce qu'il s'est passé et ce qui nous attend. Elle se soucie de notre vécu. Victor a eu peur. Il a cru tomber dans les pommes lors de la pause de la péridurale. Moi, je suis impressionnée de ce que j'ai su traverser avec eux ; de ce que j'ai su vivre avec mon corps. J'aurai aimé pouvoir aller jusqu'au bout, il en est autrement.

Nous discutons. Mathilde questionne le choix des prénoms. Jusqu'à présent ils étaient tenus secret. Nous lui dévoilons que si c'est un garçon nous souhaitons l'appeler Jules. Nous lui racontons l'histoire déjà existante autour de ce prénom.

Une sage-femme vient recueillir nos souhaits quant au projet de naissance. Je ne sais pas trop quoi répondre. La casa était un projet en soi. Je me remémore les documents sur la délivrance et le clampage du cordon. Nous discutons de ce qu'il est possible de faire et de ce qui n'est pas recommandé. Le regard de Mathilde m'aide à accepter les changements. Le clampage tardif du cordon pourra se faire. Victor ne souhaite pas couper le cordon (sinon c'est risquer qu'il tombe dans les pommes !)

Il y a un changement d'équipe, celles de la nuit nous disent au revoir, celles du jour viennent se présenter.

Avec la péridurale, une de mes jambes devient cotonneuse. Plus le temps avance, plus la sensation s'estompe. Je sens quelques petites contractions. Je les laisse faire leur travail.

8h, la dilatation est complète. Avec la sage-femme nous discutons de mes souhaits, l'importance pour moi de comprendre ce qu'il se passe, les différentes étapes de la descente du bébé et les positions possibles.

A ce moment-là, j'ai hâte de rencontrer mon bébé ! Je sais que c'est imminent, j'en suis heureuse.

Nous reprenons le travail. Mon problème est que je ne ressens plus grand-chose. C'est déroutant de passer au réflexe de poussée, à devoir pousser en essayant d'actionner les bons muscles. Nous tentons quelques positions mais sans succès. J'ai l'impression de pousser dans le vide. La sage-femme le confirme.

Position classique et travail avec le souffle. Je me concentre pour ressentir les contractions et pousser. Cela fonctionne. Victor est présent, assis sur un fauteuil, attentif. Cela ne doit pas être simple de vivre intensément le moment avec tout son cœur, et de rester calme, dans l'accueil de ce qu'il se passe. Mathilde est à côté de moi, elle m'aide, elle m'encourage.

La sage-femme et l'auxiliaire de puériculture voient les cheveux du bébé. Elles me proposent de toucher, je décline. Elles blaguent sur les cheveux de mon bébé en disant que ça va être une fille.

Les poussées fonctionnent mais ça coince aussi. Elles nous annoncent que l'on va devoir appeler la gynécologue. J'ai eu peur qu'elles m'annoncent une césarienne. Je fatigue face aux difficultés. Ma confiance que tout se passe bien est ébranlée.

La gynécologue arrive et s'exclame face à mon petit ventre.

Nous reprenons les poussées. Toutes m'encouragent « c'est super ce que vous faites » « continuez » « ne lâchez pas » « aller on y est presque ».

Je sens mon bébé descendre. C'est douloureux. Je le dis, c'est accueilli.

A un moment, il me semble m'être sentie submergée, dépassée. J'avais la sensation de sombrer dans de l'eau et de me débattre en vain. Je fatiguais. Toutes m'ont retenues, elles m'ont ramenée avec elles. À elles. Et nous avons continué à mettre au monde mon bébé.

Le bébé semble coincé. Victor sent la tension dans la salle. Il a peur pour le bébé, pour moi. Il commence à pleurer. Il me décrira ses pleurs comme ceux qu'il pouvait avoir petit, des sanglots irrépressibles.

La gynécologue m'explique et me demande si elle peut faire un acte chirurgical sur mon corps. Proposition qu'ils font au lieu de sortir le bébé avec un instrument. Je regarde

Mathilde, et j'ai juste le temps de dire qu'une contraction arrive. La gynécologue agit et je pousse.

9h36, le bébé est là. Sa tête est sortie. Il est dos contre mon dos. Au lieu de regarder vers le bas, il regarde vers le haut. Il regarde les visages qui l'accueillent. Je me rappelle vaguement qu'il m'est proposé de le sortir avec mes mains, ou de le laisser sortir tranquillement. Il sort tranquillement. Il prend ses premières respirations, il pleure. Je vois que c'est un petit garçon. Je le prends dans mes bras. Je le rencontre enfin, mon bébé, mon petit garçon ! Il est là ! Il ouvre un œil puis l'autre. Il est tout calme, blotti contre moi, et moi blottie contre lui. La traversée a dû être très intense pour lui. Je l'accueille avec le plus de douceur possible, avec tout mon amour. Victor est là, en pleurs de joie, d'amour.

Mathilde est là aussi, discrète.

Je suis celle qui coupera son cordon quand il aura cessé de battre.

« C'est un garçon, comment souhaitez-vous l'appeler ? » Je regarde Victor, puis Mathilde. Nous sourions. Jules