

Mon enfantement de rêve...

...au coin du feu



Le dimanche 6 décembre 2015, jour de la naissance de ma grande fille Maëlle 9 ans plus tôt, nous revenons d'un repas de famille à l'occasion de la Saint-Nicolas et de son anniversaire. Je m'entends encore dire ce jour-là : « Je suis, Nous sommes vraiment bien tous les deux (aucun signe n'annonce la venue imminente dans ce monde de mon BB). Je veux profiter jusqu'au bout du bout de cette grossesse. Je nous vois bien aller post-terme. Je suis tellement bien ☺ »

C'était sans compter sur le projet de mon fils : celui de choisir lui-même le jour de sa naissance plus tôt que ce que je m'étais imaginé et différent de celui de l'une de ses sœurs aînées. A chacun son jour ;-)

1H30 du matin : première

contraction

La nuit du dimanche au lundi 7 décembre, je suis réveillée par une contraction... une contraction pas comme les autres. Je regarde l'heure, il est 1H30 du matin. A partir de cette heure-là, les vagues sont plus ou moins régulières, toutes les 10 minutes, jusqu'à 8H. Comme pour les naissances de mes filles, je laisse dormir mon mari (Quelle belle attention n'est-ce pas LOL ;-). Comme pour son réveil, je commence par écouter mes séances habituelles : 5H45. En attendant d'écouter mes séances de natal (une hypnothérapeute française trouvée sur le net, que j'adore +++ et qui est devenue ma formatrice en hypnose SAJECE :-). Je gère les vagues grâce à la détente, affective à la naissance, de l'haptonomie), à ma respiration détendue et à des visualisations. Je me disais à chaque contraction passée que celle-là ne reviendrait plus, que je me reprochais toujours un peu plus de la rencontre d'avec mon BB.

Demain en main

Rue de Sûre, 8 à B-6860 Winville (Léglise)

Tél.: +32(0)63 / 601 400 GSM: +32(0)496 / 85 73 81

N° d'entreprise: 0836.050.621

info@demain-en-main.org www.demain-en-main.org

www.facebook.com/celineasselborn à « liker » & www.facebook.com/journaldeceline

5H45 Jean-Mi se réveille, je lui annonce qu'il n'ira pas au boulot, ni à l'hôpital d'ailleurs. J'ai choisi, nous avons choisi, de mettre notre BB au monde à la maison, au coin du feu. Je me sens calme, détendue et confiante, tellement bien là où je suis. Jean-Mi décide de quand même se lever, de préparer le petit déjeuner des filles et leurs boîtes à tartine. 6H30 les filles sont levées, elles viennent me faire des petits coucou entre 2 contractions. Elles ont tout de suite bien repéré les bons moments. A partir du réveil de Jean-Mi, j'ai commencé à faire des sons graves, le son principal était le prénom de mon fils NOAM sauf que je mangeais souvent les M (cela faisait donc NOAAAAAA) pour rester bouche ouverte comme appris en chant prénatal (bouche ouverte = périnée ouvert). Cela me semblait plus sympa d'appeler mon fils par son prénom en mangeant les M de temps en temps que de dire BOA par exemple hihhi. Les sons ont été le fil conducteur de mes 11H30 de travail ! Mes filles viennent donc quand je ne grogne pas le prénom de leur petit frère ;-) 7H30 Jean-Mi décide de conduire les filles à la garderie de l'école. Elles viennent me faire un au revoir... Maëlle me souhaite « Bon courage ». J'en ai les larmes aux yeux <3 <3 Elles se réjouissent de rencontrer leur petit frère à leur retour de l'école. C'est le premier jour d'examen de Maëlle qui est en 4^{ème} primaire. Je me tracasse un peu pour elle, comment va-t-elle se concentrer sachant que sa maman va mettre au monde son petit frère dans la journée (enfin je l'espérais toujours à ce moment-là, je n'en étais pas convaincue). J'ai appris à son retour d'école qu'elle avait super bien géré et que quand elle pensait à son petit frère, cela lui donnait du courage <3 <3 <3 Contrairement à ce qui s'est passé lors des naissances de mes filles à l'hôpital, ici, lorsque Jean-Mi est absent, ou pas très loin, (conduire les filles, fumer une cigarette, nous faire une bonne soupe pour après la naissance, ...) j'arrive à continuer à gérer les vagues, je suis animée d'une force impressionnante, je lâche prise, j'ai confiance en mon corps : il sait (les femmes mettent au monde depuis la nuit de temps et c'est mon troisième enfant), je suis mon instinct, ma force animale. Les vagues ne sont pas plus douloureuses en son absence... Je suis convaincue que le fait d'être dans nos murs fait toute la différence.

Jusqu'à-là, je suis restée dans ma chambre. Au retour de Jean-Mi, je décide de bouger, d'aller dans notre salon, au coin du feu. J'y installe un petit autel avec ce que j'ai reçu, entre autre, lors de mon blessingway (= célébration de la grossesse et de la naissance): des bougies parfumées, des orchidées, des bonbons violettes, mon collier unique fait de perles représentant chaque enfant de chaque femme présente pour cette célébration, jeu de cartes « l'oracle des déesses » dont je tire la carte « Eireen » (Paix) sur laquelle il est écrit « Vous n'avez aucun souci à vous faire, car tout se passe merveilleusement bien. », ... Je suis bien, vraiment bien, sereine, calme, détendue, heureuse de l'arrivée imminente de mon fils.

Entre 8H et 9H, petite pause récupératrice, je dors. Entre 10H30 et 11H30, pareille, pas de contraction, seulement un bon gros dodo. Entre les 2 pauses, je bois de l'eau, mange des fruits secs, j'utilise mon ballon de naissance +++

Demain en main

Rue de Sûre, 8 à B-6860 Winville (Léglise)

Tél.: +32(0)63 / 601 400 GSM: +32(0)496 / 85 73 81

N° d'entreprise: 0836.050.621

info@demain-en-main.org www.demain-en-main.org

www.facebook.com/celineasselborn à « liker » & www.facebook.com/journaldeceline

C'est à 10H15 que je contacte Violaine, ma sage-femme, pour la première fois, pour la prévenir que quelque chose se passe mais sans vraiment être convaincue que c'est un vrai travail. Mes connaissances autour de la naissance me font douter : entre la théorie, la pratique et ce que mon corps ressent, mon cœur balance. Mon corps sait que le travail a bel et bien commencé mais mon esprit doute : je parle, marche, rigole et puis, j'entre dans ma bulle pour accompagner mon BB lorsqu'une vague commence. J'ai le sentiment que le travail n'avance pas, les contractions sont toujours aussi éloignées (toutes les 10 minutes). C'est totalement gérable, j'ai le sentiment que je n'ai pas assez mal, que je ne souffre pas assez pour que le travail avance bien, que je ne suis pas dans l'état de conscience qu'il faudrait. D'ailleurs ma sage-femme me le confirme par téléphone. Je l'ai tenue au courant mais je ne lui demande pas encore de venir... c'est trop tôt.

En fin de matinée se fut ma phase de désespérance... la phase de transition: j'étais, toute la matinée, pleinement consciente, pas vraiment dans ma bulle sauf pendant les contractions bien sûr... à me dire que mon BB n'arriverait peut-être pas aujourd'hui parce que les contractions ne se rapprochaient pas. J'étais trop dans ma tête, dans mon néocortex. Je me tracassais pour mes filles et notamment pour ma fille aînée qui était en examen et qui espérait voir son petit frère en rentrant. Bref, je me suis mise une pression ... inutile :-). Pour finir par éclater en sanglot lorsque ma meilleure amie me téléphone inopinément pour avoir de mes nouvelles et sans savoir ce qui était en train de se passer. C'était une belle, belle, phase désespérance ☺

11H45 : je perds les eaux

En raccrochant d'avec mon amie fois de ma vie (moi qui avait peur pas de doute, c'est le déluge, à chaque mouvement, changement quart d'heure qui suivi, il n'y a pas Nous appelons Violaine pour lui dis que ça va, qu'elle peut encore ... Les vagues sont arrivées les unes bel et bien ce jour-là... fois la sage-femme afin qu'elle

à 11h45, je romps la poche des eaux pour la première de ne pas reconnaître cette rupture et bien, je n'ai j'ai l'impression que cela ne s'arrêtera pas : de position, cela continue de couler) ... pendant le d'autres signes annonciateurs, pas de douleur. la deuxième fois afin de la prévenir et, à nouveau, je attendre. Le quart d'heure passé, tout s'est accéléré sur les autres. J'ai enfin compris que Noam arriverait Je demande à Jean-Mi d'appeler pour la troisième parte tououout de suite. 1H plus tard, Noam était là.

12H45 : La sage-femme arrive

Elle est arrivée juste à temps n'est pas venue: route de chez moi façon pas arrivée la naissance s'est Jean-Mi et moi là...C'est finalement

pour réceptionner BB. La deuxième sage-femme, elle elle était sur un autre enfantement à domicile à 1H00 de où sa présence était nécessaire, ... elle ne serait de toute à temps. Cette situation a ravi mon mari et moi car vraiment faite en toute intimité, simplicité. avons l'envie secrète que la deuxième sage-femme ne soit pas ce qui s'est passé, tiens-donc... Merci la vie !

Demain en main

Rue de Sûre, 8 à B-6860 Winville (Léglise)
Tél.: +32(0)63 / 601 400 GSM: +32(0)496 / 85 73 81
N° d'entreprise: 0836.050.621

info@demain-en-main.org www.demain-en-main.org

www.facebook.com/celineasselborn à « liker » & www.facebook.com/journaldeceline

13H00 : Noam est là !

Jean-Mi a trouvé facilement sa place pour cette naissance à la maison. Après ma première sieste, il a pris les choses en main au niveau de la gestion de notre trousse d'huiles essentielles adaptée au travail de l'enfantement. Montre en main, il allait et venait entre la bonne préparation d'une soupe au potiron qu'il nous mijotait et les massages d'huile qu'il me faisait. Jusqu'au moment où, j'avais besoin de lui à temps plein à mes côtés. Ça place s'est faite tout naturellement au fil du travail :-)
Pour finir, par un peau à peau +++ avec notre fils <3 <3 <3

Un naissance on ne peut plus MAGNIFIQUE donc. Une naissance... on ne peut plus naturelle, physiologique. J'en garde des souvenirs et une force impérissable !!!

Une position monito, pas de déchirures animale : le 4 pattes, aucun geste médical (pas de cathéter, pas de toucher vaginaux, pas de lavement, pas de déchirures (après 2 pour mes filles et avec un BB encore plus gros qu'elles, ce n'est donc pas une fatalité mesdames, c'est une question de positions ;-), pas d'épiso, ...

Une naissance respectée, une naissance accompagnée affectivement, ... un beau, très beau, cadeau de la vie !

C'est lors de cette troisième naissance que j'ai contacté d'encore plus près :
Une force impressionnante
Une confiance en moi et en mon corps (il sait !)
Un guide appelé « l'instinct » « le lâcher prise »
Une expérience positive, enrichissante, puissante.

Les heures qui suivent...

Je passe de la position 4 pattes, mon fils au coin du feu, et je le garde contre moi d'en profiter un max pendant que

à la position semi-assise sur le matelas qui a vu naître pour l'accueillir contre ma poitrine. Les heures passent en peau à peau. Ensuite, se sera autour de Jean-Mi Violaine me choye.

16H30 Le retour des filles à la maison

Le bonheur à l'état pur !!! à ses côtés les heures qui suivent séparation avec mes aînées, nous avons ensuite, téléphoné pendant deux semaines deux semaines de congé.

Etre à la maison, avoir ses trois enfants et son mari une naissance, c'est juste génial. Pas de pleurs de je pouvais les voir quand je voulais, ... Tout était prêt, à belle-maman et à maman, qui se sont relayées pour m'aider à la maison. Puis s'est Jean-Mi qui a eu Cela ne pouvait pas mieux tomber. Encore merci la vie !

Les mots me manquent en famille ce jour-là. savais que enfantements sans Cette naissance,

pour exprimer les bonheurs que nous avons vécus Je me félicite de m'avoir fait confiance, de m'être écouté : je je pouvais y arriver, j'avais déjà connu, par choix, deux péri.
je l'ai vécue tellement différemment et tellement bien <3 <3 <3

Demain en main

Rue de Sûre, 8 à B-6860 Winville (Léglise)
Tél.: +32(0)63 / 601 400 GSM: +32(0)496 / 85 73 81
N° d'entreprise: 0836.050.621

info@demain-en-main.org www.demain-en-main.org

www.facebook.com/celineasselborn à « liker » & www.facebook.com/journaldeceline