

La sage-femme n'effectue pas ses gestes pour elle-même, elle les effectue pour la femme qu'elle accompagne. Et si certains sont déjà écrits à l'avance, ils le sont pour être partagés avec le corps de la femme. Rendez-vous secret et sacré. Expérience d'une conscience modifiée, clairvoyance de la connaissance. Coup de foudre, coup de cœur, coup de corps.

La sage-femme doit apprendre à jouer avec le geste libre et reconstruisant, en traduisant chacun de ses gestes dans chaque naissance, dans sa propre intentionnalité. Corps ouvert ? Créateur. Corps libre. Corps de lien entre l'existence et l'être.

Dans chaque geste appris, dans chaque geste mécanique appris, dans chaque action doit se créer un espace de liberté, de poésie où va pouvoir s'exprimer sa propre sensibilité. La sage-femme est une identité ouverte avec, dans la conscience de son identité, l'intégration de son existence. Le corps apparaît alors être une vraie articulation entre soi, le monde et l'autre, qui forme l'identité originaire de la sage-femme.

Mais cela s'enseigne, se transmet pour que la sage-femme n'ait pas peur d'entrer dans l'inconnu de ce que cela représente et ne se réfugie pas dans un corps et des gestes techniques et mécaniques conformes à ce qu'on lui a appris et les rendant de plus en plus précis. Il n'est pas simple pour tous d'être, par son corps, dans une relation à l'autre. Le corps-savoir est refuge, protection face à la réalisation que son propre corps est aussi jouissant, sensoriel.

Les frontières semblent pour certaines trop incertaines.

Il n'est pas enseigné à la future sage-femme de ne pas s'arrêter au cadre, de savoir y insuffler sa propre vision, ses découvertes, sa sensibilité, son abandon, pour que puisse se croiser la mécanique du geste, ce qu'on attend de sa retransmission et celle de la vision de la patiente. Un enseignement où la conscience du corps dans le développement de la conscience de soi et de son environnement peut amener à prendre sa fonction avec réflexion. Alors, tout le corps est présence. Voix, regard, toucher.

Un corps concentrant le mystère du don.

La sage-femme a un corps quand elle accepte cet écart entre soi et soi-même dans sa présence à la femme qu'elle assiste, cet espace de liberté où le geste créateur existe, transformation du geste commun en un geste qui acquiert une dimension autre. Un corps et un geste qui ont toujours été mais qui ne le sont plus tout à fait, développant, tout en gardant leur dimension objective et reconnaissable, une dimension de relation. Le corps de la sage-femme fait grandir le matériau initial. Elle ne représente plus mais présente la naissance.

Elle crée un double mouvement entre son corps professionnel et ce qu'elle est, elle-même, entre l'intime et le collectif. Alors, elle est médiation des êtres entre eux, s'affranchissant d'un discours protocolaire déjà écrit par la science en y mettant l'accueil de la singularité, du mystère, de l'indicible de chaque femme.

Le corps de la sage-femme permet ainsi à la femme de faire la différence entre l'histoire obstétricale et son histoire

familiale et personnelle, entre la médecine et sa propre vérité. C'est dans cet espace que la sage-femme prend corps pour la femme et permet de répondre, face au corps douloureux, à la demande de réparation émanant de sa plainte.

Comme une zone frontière. L'appui sur le corps de la sage-femme, corps de savoir et de rencontre, redonne de l'unité au corps morcelé, souffrant et jouissant de la femme. Il fait imaginativement dérivations entre elle et le bébé, entre elle et ses pulsions.

Il interdit l'affrontement brut et instaure la possibilité de continuité. Et la sage-femme, soutenue par son corps professionnel, peut s'y engager, personnifier cette zone de passage où peut surgir la parole de la femme, permettant la séparation sans perdre ses repères et ensuite l'attachement sécurisé.

Le corps de la sage-femme et ses gestes deviennent un ensemble de représentations, d'images, de croyances, de désirs, de symboles qui lui donnent toute une richesse et un sens.

Elle peut le saisir dans ses potentialités d'action. La manière dont elle se positionne et effectue son geste les rendent vivants.

Il en résulte pour elle aussi une pensée de l'ouverture, un ouvert à la relation, source permanente et féconde avec la femme, l'enfant, l'homme et le monde au moment de la naissance.

Vivre son corps dans son environnement, sa temporalité, son individualité et son professionnalisme est le dépasser, le transcender et vivre son engagement.

Le corps fait présence à soi dans l'expression d'un moment permettant l'incarnation de la présence du temps en lui. La sage-femme a un corps à ce moment-là, anonyme quand la femme qui accouche l'interpelle, dans un dialogue de sa présence au monde, à cet instant précis. Corps de sage-femme ouvrant les possibles de l'expérience saisie comme telle.

Co-appartenance au monde. Co-appartenance au langage. La femme se saisit du corps de la sage-femme comme une relation mouvante et dialectique, ying et yang, chacun ayant besoin de l'autre pour exister mais cherchant constamment à s'en libérer.

Le regard de la femme s'approprie le corps de la sage-femme. Celle-ci doit l'accepter au-delà de son propre corps, mais aller dans son corps de sage-femme. Le corps de la sage-femme est alors pour elle comme pour l'autre, non pas une simple logique pour donner un contenu à la connaissance, mais une réelle incarnation de leur présence dans le monde. Ouverture vers l'être. •

« C'est dans l'épreuve que je fais d'un corps explorateur voué aux choses et au monde d'un sensible qui m'investit jusqu'au plus individuel de moi-même et m'attire aussitôt de la qualité à l'espace, de l'espace à la chose et de la chose à l'horizon des choses, c'est-à-dire à un mode déjà là, que se noue une relation à l'Être ».

Maurice Merleau-Ponty

La sage-femme a-t-elle un corps? Mais qui accouche qui?

DANS CETTE COMMUNICATION, JE VAIS PARTIR D'EXPÉRIENCES VÉCUES.

Je tiens à signaler que l'écrit ne rendra peut-être pas compte de l'échange avec la salle (silences, rires, souffles), témoins de la charge émotionnelle présente lors de ces journées. Dans ce qui suit il sera question plus spécifiquement de la question de l'ancrage corporel des émotions. J'explore cette perspective à partir d'un point de vue particulier, le mien, mais j'espère qu'il pourra vous toucher.

Toucher le fond pour remonter et s'ouvrir

Après avoir réalisé un Master de Sociologie en parallèle de mon activité de sage-femme, j'étais épuisée. Je me suis ainsi retrouvée dans un centre de retraite de méditation et c'est là que je suis revenue à mon corps, après avoir été plutôt « dans la tête et les idées ».

Je n'ai pas choisi un sujet de recherche par hasard pour mon mémoire, j'ai étudié l'accouchement à domicile. Je remarque aujourd'hui que dans le choix de ce sujet, j'exprimais en fait le désir d'approcher l'accouchement à domicile tout en gardant une distance. Aujourd'hui j'accepte de me dire qu'à l'époque il ne pouvait pas en être autrement pour moi.

Ce travail m'a appris plusieurs choses :

J'ai appris les liens entre le corps et l'esprit. Nous avons tou.te.s, en tant que sage-femme, des anecdotes à ce sujet. Imaginons par exemple une femme souhaitant absolument que son conjoint soit là pour l'accouchement. Elle a des contractions toute la journée mais son col ne se dilate pas... À peine son conjoint est-il arrivé qu'elle met au monde son bébé.

Bien d'autres anecdotes, en rééducation du périnée par exemple, me viennent à l'esprit. J'ai fait la formation CMP (connaissance et maîtrise du périnée) dans laquelle, grâce à des visualisations en lien avec le périnée, des muscles périméaux bougent spécifiquement indépendamment de la volonté. Quand je me suis rendu compte que la seule visualisation activait un muscle, les liens entre le corps et l'esprit ont pris tous leur sens¹.

Je me suis alors dit que s'il y avait tant de liens, j'allais peut-être pouvoir guérir mon esprit avec mon corps et vice-versa.

LL

Je me suis alors dit que s'il y avait tant de liens, j'allais peut-être pouvoir guérir mon esprit avec mon corps et vice-versa.

77

Il existe une place pour toutes les dimensions de l'être

Quand je me suis trouvée auprès de collègues praticiennes en accouchement à domicile, j'ai senti qu'il y avait dans ce mode d'exercice une place pour mes émotions, tant dans la relation avec mes consœurs qu'avec les femmes.

J'ai pu aussi découvrir que le commencement de la vie – cet événement de la naissance – pouvait être tellement simple... Ceci a été extrêmement libérateur.

J'ai aussi compris que le corps des femmes n'était non pas « fait pour accoucher » – expression qui suggérerait une injonction à la maternité – mais qu'il était bien capable d'accoucher. Et ça, ça fait tellement diminuer la pression... « *Chouette je ne suis pas Dieu !* » (Sourires).

Peut-être avez-vous tou.te.s senti, en tant que professionnel.le.s, cette pression qui consiste à se dire que nous devons sauver ce bébé et cette femme. On ne sauve personne. Enfin, parfois si, mais j'entends par là qu'un organisme a les moyens en lui-même de se maintenir en vie. Et ça, qu'est-ce que c'est beau !

Lorsque la naissance est refusée

Pour reprendre mon histoire personnelle, je reviens donc à ma retraite de méditation. Cette retraite se faisait avec un contemporain d'Arnaud et Denise Desjardins.

Arnaud et Denise Desjardins étaient un couple français. Lui était réalisateur de films documentaires et elle, artiste. Tous deux ont écrit de nombreux livres de spiritualité suite à leurs nombreux séjours en Inde aux côtés du sage Svami Prajnapad. Ce maître indien parlait anglais, ce qui facilitait les échanges avec les Occidentaux. Il avait en outre suivi une formation de physique et avait eu connaissance des travaux de psychanalyse. Svami Prajnapad a intégré des

1. Pour moi ce n'est pas un hasard: Dominique Trihn Din, fondatrice de la méthode CMP, était une praticienne AAD (accouchement à domicile).

éléments de psychanalyse pour mettre au point une technique particulière, le « *lying* »². Cette technique a pour but de détruire le mental, l'ego³, parties de nous-même voulant tout contrôler et nous empêchant d'accepter ce qui est.

Voici un exemple pour imaginer le propos. En salle de naissance, un.e professionnel.le de santé s'exprime : « *Cette femme va accoucher en 2 heures ! (Ton péremptoire n'amenant pas de discussion). Elle va se dilater d'1 cm par heure et si ce n'est pas le cas, nous mettrons des ocytocines...* »

Quand nous voulons conformer à tout prix la réalité à ce que nous voulons, nous passons à côté de ce qui se passe vraiment : chaque processus est différent, avec une dynamique propre, qu'il convient de comprendre et de respecter avant d'intervenir pour l'accompagner.⁴

Le *lying* permet de retrouver l'événement originel qui fait que nous surréagissons à l'âge adulte dans certaines situations. Il s'agit souvent d'un refus face à un événement dans la prime enfance (moins de 6 ans). Certaines situations similaires à celles rencontrées provoqueront une réaction disproportionnée.

Un exemple concret. Arnaud Desjardins ne pouvait supporter certains changements inattendus. Après un reportage d'un an, lorsqu'il revint sur son lieu de travail, le plateau avait été réorganisé. Ce fut pour lui insupportable, lui provoquant des émotions disproportionnées : tristesse, colère, etc. Lors de séances de *lying*, Arnaud Desjardins revit une scène de son enfance, éprouvant des tensions dans son corps. Dans cette scène il vit son frère à sa naissance prendre le sein de sa mère et il s'en sentit alors dépossédé⁵.

Le fait d'avoir fait remonter à la conscience cet événement lui permit de débloquent des mécanismes sous-jacents l'empêchant de réagir avec justesse.

Lors des séances de *lying*, la personne est allongée et accompagnée d'un.e guide. Le cadre peut être celui d'un centre de retraite silencieux. Être au repos est en effet favorable à la remontée des émotions et des sensations.

Lors de ma retraite, j'ai rencontré une personne dont l'histoire a illustré l'importance de mon travail. Au début du séjour, cette femme était toute voûtée et bloquée dans son corps, n'arrivant pas même à tendre son bras vers l'arrière. Au bout de 4 à 5 jours, elle est venue me voir dans la salle du repas : « *Toi qui es sage-femme, dis-moi. Quand je suis sur le matelas, en séance, je fais ces mouvements-là (elle mime) et je pense que cela a un lien avec ma naissance* ».

2. Arnaud Desjardins « *À la recherche du Soi, III : Le vedanta et l'inconscient* » Broché, 1986.

3. Pour aller plus loin, par exemple « *ABC d'une sagesse, Paroles choisies de Svâmi prajnanpad* », Spiritualités vivantes, Albin Michel, 2009 ou encore : Sumangal Prakash (Auteur), Svami Prajnanpad (Auteur), Daniel Roumanoff (Préface), Colette Roumanoff (Traduction) « *L'expérience de l'unité* » Broché - 29 mars 2013.

4. Dans cette perspective, le consentement de la patiente vient confirmer nos hypothèses et en même temps nous rappeler à chaque étape quelle place nous occupons.

5. Voir Arnaud Desjardins « *À la recherche du Soi, III : Le vedanta et l'inconscient* » Broché, 1986.

LL

Je me suis alors dit qu'il était possible de passer toute une vie à tourner autour d'un événement fondateur.

77

Elle faisait des mouvements de tête et de rotation avec son bras. Je n'arrivais pas à comprendre la position dans laquelle elle était née : par la tête, les fesses ? Il m'a semblé qu'avec son bras, elle dessinait une manœuvre de Jacquemier et avec sa tête, un mouvement de déflexion. Manifestement, l'accouchement avait été difficile. J'étais médusée de voir cette femme faire des mouvements que je connaissais bien, pour les avoir appris dans ma formation de sage-femme. Cette femme était auxiliaire de puériculture... Je me suis alors dit qu'il était possible de passer toute une vie à tourner autour d'un événement fondateur. À la fin de la semaine, elle rayonnait et se mobilisait correctement.

Cette expérience m'a montré de manière très puissante que j'étais sur la bonne voie dans mon travail.

Le souffle, la vie et la présence aux corps : des remparts

Lors de ma retraite, j'ai pu pratiquer certaines techniques de méditation comme la présence aux sensations du corps et au va-et-vient du souffle⁶.

Grâce à ces enseignements, j'ai appris à réorganiser mon temps, prenant des temps de pause entre les patientes. Cela a été difficile, il y avait toujours une bonne raison de ne pas respecter cet engagement. Cependant, dans notre travail, nous voyons de nombreuses patientes, recevons leurs histoires. J'utilise désormais une pratique de respiration consciente pendant une minute entre chaque patiente pour « laisser partir » ce que j'ai reçu comme charge émotionnelle.

J'ai pu constater l'effet des respirations conscientes lors de mes premières gardes à la maternité des Bluets. J'accompagnais une femme dont l'accouchement se déroulait sans péridurale, c'était nouveau pour moi. On m'avait dit que le souffle, c'était génial pour soulager lors de l'accouchement. Je conseillais alors à cette femme de souffler et je me détendais en même temps !

Enfin, dernière anecdote à propos du souffle et de mon exercice professionnel. J'accompagnais une femme terrorisée par l'accouchement et cela jouait sur

6. Yongey Mingyur Rinpotché « *Bonheur de la méditation* » préface de Mathieu Ricard, collection Spiritualité, le livre de poche, 2015. Voir aussi tous les livres de Christophe André sur la méditation pleine conscience.