

L'UNE A L'AUTRE



Soins d'été pour enfants

Susun S. Weed, herboriste

Sages-femmes:

un trou dans l'histoire

0.0007
13 J
1984

Plein soleil!

par Sylvie Van Brabant

J'espère que je vous trouve au ralenti, rêvassant au soleil. L'été est là, les enfants peuvent finalement se dégourdir les jambes à leur goût, le réveil-matin peut aller se perdre avec les boules à mites et les boîtes à lunch – au fond de l'armoire! Dans une grande inspiration, on a l'impression d'être capable de puiser toute l'énergie de la terre et du soleil. N'oubliez pas d'expirer aussi, à fond, et de laisser aller la vieille chair de poule suscitée par les vents glacials, les innombrables habillages quotidiens compliqués par la fouille des mitaines et des tuches souvent égarées par des enfants et des adultes trop pressés.

Nous aussi, l'équipe de rédaction, on s'est fait prendre par le soleil et notre regard a suivi le cours normal du temps et des saisons. Nous ne pouvions pas faire autrement que de nous arrêter et voir l'abondance manifesté par les nouvelles

pousses, les bourgeons et les fleurs. Nous avons senti une odeur crue qui montait de la terre et petit à petit un souvenir a fait surface. Nous avons puisé dans notre mémoire collective pour découvrir que «les femmes ont toujours été guérisseuses (...) Elles ont soigné à l'aide de plantes et échangé entre elles les secrets de leurs pratiques. Sans accès ni aux livres ni à aucun enseignement, les femmes ont exercé pendant des siècles une médecine sans diplôme: elles ont formé leur savoir au contact les unes des autres, le transmettant dans l'espace et dans le temps, de voisine en voisine, de mère en fille.»¹

Notre connaissance de la guérison n'est pas très loin car il ne faut pas oublier qu'en Amérique la médecine ne contrôle ce savoir que depuis à peu près quatre-vingts ans. Chose frappante aussi, c'est que les femmes ont été exclues lors de l'élaboration de la médecine telle que nous la connaissons aujourd'hui. Les premières

écoles de médecine n'acceptaient que des hommes. Les femmes ne pouvant pas bien sûr, comprendre la nouveauté de l'ère industrielle – la guérison est devenue au nom de la SCIENCE un service marchandable que seulement une élite mâle, blanche et bourgeoise pouvait exercer. Petit à petit, nous avons perdu non seulement le droit d'être guérisseuses et sages-femmes mais aussi la connaissance de notre propre corps et de celui de nos enfants. Il n'est donc pas étonnant de noter qu'en ce qui a trait à la consommation des soins médicaux il existe une bonne différence entre les femmes et les hommes. «En 1978, 77.2% des femmes avaient reçu au moins un service médical comparativement à 68.1% pour les hommes.»²

Tout cela nous a donné le goût de partager avec vous l'enseignement de Susun Weed et Johanne Verdon, et de vous encourager à laisser parler votre côté instinctif, d'aller chercher dans votre cour arrière et dans votre entourage les secrets que vous commencez à découvrir.

1/ Fillipetti H. et Trotereau J. citées par M.F. Collière Promouvoir la vie, Paris, Interéditions, 1982.

2/ Conseil du Statut de la femme. Essai sur la santé des femmes, Gouvernement du Québec, 1981.

SOMMAIRE

vol. 1 no 3

La revue de Naissance-Renaissance juin été 1984

Les sages-femmes : une force sociale jusqu'en 1840	4
Du rêve à la réalité	6
Soins d'été-pour enfants	7
Susun S. Weed, ou l'herboriste de l'arc en ciel	8
Beauté au naturel	11
Problème de noms?	12
«Si vous ne demandez rien, vous n'obtiendrez rien	13
Revue de livre	14
Activités estivales, ici et ailleurs	16

Photo de la couverture :

Robert Beaudet

Éditeur : Naissance Renaissance

Coordination à la rédaction : Hélène Cornellier, Dhyane Iezzi, Dominique Langevin, Sylvie van Brabant.

Collaboration : Michèle Champagne, Louise Fortin-Nolin, Dhyane Iezzi, Hélène Laforce, Camille Larose, Gertrude Lavote, Céline Lemay, Sylvie Van Brabant, Paula McKeown.

Graphisme : Anne Morin

Composition : Concept Mediatexte inc.

Impression : Imprimerie Renaud ltée
Politique de la maison : Nous laissons aux auteurs l'entière responsabilité de leurs textes.

Tarifs d'abonnement pour 4 numéros :
individu(e)s 10\$; groupe 15\$; de soutien 20\$ ou plus ; corporations ou institutions 25\$; de soutien 40\$ ou plus ; étranger : ajouter 5\$.

Adresse postale : Naissance-Renaissance,
C.P. 249, Succursale E, Montréal H2T 3A7,
tél. (514) 845-3368.

Dépôt légal : 4^e trimestre 1983.

LES MOTS POUR LE DIRE

Au lieu d'un article, voici une lettre de la Gaspésie pour vous encourager, vous aussi, à nous écrire. Juste avant de se laisser pour l'été, j'ai envie de partager quelques réflexions avec vous, autant pour préparer la rentrée de nos membres (déjà !) que pour vous faire connaître notre état d'esprit.

Courrier

Écrivez-nous ! Nous avons besoin de vos commentaires et de vos suggestions afin de choisir les sujets qui vous intéressent, vous passionnent.

Bonjour,

Il y a quelques semaines, j'ai été bouleversée par la lecture d'un livre :

«Les mutilations sexuelles féminines.» par Frank Hosken, éditions Denoël-Gonthier, 1983.

J'avais déjà entendu parler de ces faits, mais je n'avais aucunement conscience de l'ampleur de la situation, des multiples conséquences de ces mutilations et du peu de collaboration que reçoivent les Africaines pour régler ce problème.

Aussi, j'ai pensé qu'un des moyens pour venir en aide à ces centaines de fillettes africaines qui subiront l'ablation du clitoris, cette année, était de faire connaître leur situation. Je vous invite à lire ce livre. Geste qui est déjà une aide car l'auteure est très active dans cette cause.

Bien vôtre,

Chantal Robert
Dunham

Comme beaucoup de groupes de femmes présentement Naissance-Renaissance se trouve à une croisée de chemins. On entend parler de tout bord, tout côté, du «virement à droite» dans le mouvement féministe. Même notre Ministre de la condition féminine se croit obligée de nous expliquer que le temps n'est plus à la revendication. En 1984, semble-t-il, il serait plus convenable de négocier...

Qu'est-ce que cela veut dire ? Moi, je vois dans ce prétendu virement une évidence toute simple : «Môman est pu capable!». La super-femme, à la fois mère, amante, travailleuse, militante et ménagère est morte d'épuisement ! À Naissance-Renaissance, on rencontre ce même phénomène chez nos groupes-membres. L'existence de certains groupes, toujours fragile, s'en trouve menacée. Mais ne vous trompez pas, nos idéaux et nos rêves, eux, n'ont pas changé !

En tenant compte de nos limites, il devient évident que certains choix s'imposent. Il importe de limiter le nombre de dossiers et surtout de choisir et de favoriser une approche de travail. Il serait peut-être utile, ici, de se rappeler que nous n'avons pas que des limites. Nous avons vieilli, c'est vrai, mais, nous avons aussi mûri. Peu à peu, à force de travail, de contacts, de chicanes même, nous sommes devenues un vrai regroupement. Nous avons acquis une crédibilité certaine auprès des gouvernements, des travailleuses en périnatalité et de la population en général. Sans s'en rendre compte, Naissance-Renaissance est devenu une force politique.

Si nous avons décidé de donner la priorité au dossier «SAGE-FEMME», soyons conscientes qu'il nous faudra utiliser cette force dans les années à venir. Beaucoup de questions me viennent à l'esprit quand je pense à notre implication politique : Sommes-nous prêtes à nous orienter davantage vers l'action que vers la formation ? Sommes-nous assez matures pour imaginer une stratégie commune pour réagir face aux développements possibles dans le dossier ? Avons-nous assez d'énergie pour exiger la qualité de la naissance à tous les niveaux, ou allons-nous nous contenter gentiment de ce qu'on voudra bien nous laisser ? Devons-nous continuer à être consultées sans revendiquer un pouvoir décisionnel ? Serons-nous capables d'imposer notre vision au delà de la bureaucratie de nos gouvernements ?

Cette année, Naissance-Renaissance s'est donné les moyens de se faire entendre. Nous avons établi des structures internes de communication et de fonctionnement, de façon à pouvoir mener une action concertée à travers le Québec. Tout est en place pour faire de l'année 1984-85, une année d'action solidaire. Nous avons des acquis, nous commençons à reconnaître nos limites et nous avons de bons outils pour travailler. Nous avons des choix à faire, nous avons encore le monde à inventer chaque jour. Pensez-y un peu, au beau milieu de votre été que je vous souhaite plein de soleil et de bonheur.

Amicalement vôtre,

Paula McKeown
Membre du conseil d'administration
de Naissance-Renaissance
St-Léandres

L'histoire des sages-femmes est celle d'un vide, d'un oubli. En soi ce n'est pas trop grave. Ce ne sera somme toute, pas la première fois qu'on aura oublié d'écrire une histoire. L'histoire étant davantage les conséquences écrites des préoccupations des historiens que l'assemblage des faits réellement vécus. Comme peu d'historiens étaient des femmes, l'histoire a donc tardé en tant que telle à changer de «genre», l'histoire des femmes se lisant à l'ombre de l'histoire officielle.

Les sages-femmes : une force sociale jusqu'en 1840

*par Hélène Laforce **

Pourtant depuis que des chercheuses ont commencé à dépoussiérer les archives, elles ont découvert une autre histoire. Elles s'aperçurent que celle qu'on leur avait servie était biaisée, tronquée.

Vue sous cet angle, l'histoire des sages-femmes prend une perspective différente. Différente même de l'histoire des femmes car si cette dernière avait été amoindrie, remaniée selon l'image officielle, elle n'en avait pas moins laissé des traces. Celle des sages-femmes suivait la voie de l'élimination. Bien sûr au début on s'interroge. Est-ce le seul hasard des sources qui font qu'elles sont si rares, si dispersées ou au contraire si bien localisées dans les «archives privées» des corporations, des institutions religieuses? Lentement, on réalise que ce vide a un sens. Qu'en fait l'oubli ne peut pas être venu si vite. Que la structure que nous découvrons, petit à petit, est trop présente dans toute notre histoire nationale, trop bien organisée, trop encore sentie dans le vécu populaire pour que cet oubli soit allé de soi.

Si l'on considère que les sages-femmes furent non seulement tolérées mais reconnues officiellement en Nouvelle-France pendant toute la période du régime français (1620-1760). Que toutes les archives paroissiales et les archives judiciaires sont truffées d'informations les concernant durant cette période. Si l'on considère qu'une partie de leur organisation (la partie rurale) fut contrôlée par l'Église jusqu'en 1920, que tous les actes médicaux ont légalisé cette pratique de 1788 à aujourd'hui,



que les sages-femmes étaient inscrites comme des fonctionnaires officielles dans la gazette de Québec (nommées par le lieutenant-gouverneur de 1780 à 1840). Si l'on considère que des cours de sage-femme furent dispensés jusqu'en 1973. Enseignement qui suivit, comme pour les médecins, la forme d'un apprentissage avec les chirurgiens tant qu'il n'y eut pas d'écoles de médecine, soit jusqu'aux environs de 1840. Études qui purent, par la suite, se poursuivre dans les maternités (McGill jusqu'en 1880, Ste-Pélagie à Montréal jusqu'en 1925) puis dans certains hôpitaux (Royal Victoria de 1930 à 1950, St-Sacrement à Québec de 1967 à 1973). Lorsqu'on sait que la Corporation des Médecins gardent encore des copies de certificats accordés à des sages-femmes de 1920 à 1940 et les procès-verbaux de procès contre des sages-femmes entre 1950 et 1970, l'on peut s'interroger sur le fait que tant d'historiens aient pu passer à côté sans jamais mentionner cette partie de notre histoire.

L'histoire du vainqueur est toujours la meilleure. Mais il ne fait pas ici seulement reporter nos foudres sur les médecins, historiens amateurs qui ont jusqu'ici écrit l'histoire de la médecine. L'enjeu est plus grand.

L'élimination de l'organisation des sages-femmes est allée de pair avec la construction du discours des médecins sur le corps des femmes, avec l'éloignement de ces dernières de tous les lieux du savoir. Celle-ci ne pouvait se faire qu'avec l'accord du consensus social. En déclarant la femme faible et en se faisant accorder le contrôle sur son corps, il préparait ainsi la soumission future de la femme dans tout son rôle social. Ce n'est pas quand l'État, l'Église ou les médecins l'ont décidé que la sage-femme a été éliminée, c'est quand les femmes ont abdiqué le droit de contrôle de leur corps, il y a de cela une centaine d'années. Cela n'est pas si loin.

C'est pourquoi l'élimination de la sage-femmerie dépasse les simples enjeux corporatifs même si les enjeux se sont joués au travers l'histoire d'une profession plus qu'à l'échelle idéologique. L'articulation de cette pratique s'est préparée dès les premiers temps de la colonie, dès les premiers choix des pratiquantes qui ont été effectué au travers de l'entraide féminine (1650) ; dès que la métropole eut garni sa colonie de sages-femmes entretenues (salarisées par le roi) et d'une compétence qui les favorisait même comparée à celles de France ; dès que chaque paroisse eut élu sa sage-femme approuvée (1710-1820) et que les habitants eurent continué à les élire peu importe les guerres, les changements de régime politique. En Nouvelle-France cette profession car c'est ainsi qu'on la nommait, s'est imposée par sa compétence (le seul procès retrouvé en obstétrique à cette époque était dirigé

contre un chirurgien).

Puis après la conquête, mais aussi à l'instar de toutes les organisations médicales occidentales, elle s'est trouvée ballotée entre les premières lois médicales (1788), parce que ceux qui les pensèrent étaient Anglais et que l'Angleterre, possédant déjà son propre système de «midwifery», les sages-femmes gardèrent leur place à côté des médecins, des apothicaires et des dentistes (1790-1840). Mais, quand vint le temps d'établir les piliers du pouvoir (éducation-1840, corporation-1847, représentation politique,...) les sages-femmes, puisque femmes, furent éloignées des lieux de décision. Les femmes ne purent s'inscrire qu'au début du XX^e siècle dans les facultés médicales. Le fait d'être sous le contrôle des médecins les empêcha sans doute de se regrouper. Mais il n'y a pas que cela. C'était toute la force du consensus social qui leur demandait de se soumettre et de se diriger vers une profession plus typiquement féminine comme celle de «garde-malade». La profession

de sage-femme demandant une autonomie hors de propos pour une femme de cette époque.

C'est pourquoi il valait mieux qu'on ne parle pas de l'histoire des sages-femmes. Peut-être pour que les femmes oublient qu'il avait existé autre chose. Parce que la sage-femmerie poursuivait et témoignait de l'entraide entre femmes, parce qu'elle témoignait d'une forme de travail spécifique à l'intérieur d'une communauté de femmes ayant une certaine autonomie, même si tout cela n'était sans doute pas idyllique, elles n'en possédaient pas moins, par la connaissance de leur corps, une force sociale. Et cette force était devenue trop dangereuse dans la nouvelle société qu'on préparait aux femmes.

* Historienne, auteure d'une thèse de maîtrise sur l'évolution de la pratique de la sage-femme au Québec de 1620-1840.

se peu de bence pour commission, que par le propre caution des paiements, à ceux qui l'auront conduit pour faire la levée des deniers provenant de leur propre. Lesdits Angars sont pareillement commodes pour y lever des Bleds, & feront, suivant l'occasion, louées pour ce fait. Les Caves sont très-convenables & étendues; elles pourront être louées aux Persones qui en auroient besoin, aux termes les plus raisonnables.

Montréal, 30 Août 1787.

AVIS AU PUBLIC.

ALEXANDRE SERRES, Maître en Chirurgie, reçu à Paris, donne Avis, qu'il se propose d'ouvrir un Cours d'Accouchements, en faveur des Chirurgiens de la Ville de Montréal & de la Campagne, ainsi que pour & en faveur des Sage femmes qui ne seront pas instruites par principes, dans cet Art si délicat qui demande autant de Théorie que de Pratique. Ceux ou celles qui se présenteront, seront dûment munis d'un Certificat de leur Curé, qui prouvera leur bonne conduite & mœurs : l'Enrégistrement se fera chez le Soussigné, rue St. Paul, vis à vis le Reverend Delisle, d'ici au 16 Novembre prochain, jour auquel il ouvrira ledit Cours d'Accouchements, suivant tous les Principes Anatomiques. Ces Leçons commenceront, depuis 2 Heures après midi jusqu'à 3 Heures, deux fois la Semaine; sçavoir, le Lundi & le Jeudi. Messieurs les Chirurgiens qui n'ont pas une entière connoissance de la Pratique de cet Art, & qui font journellement requis des nouvelles Sage-femmes, de donner des Conseils suivant l'état des Malades (sur-tout ceux de la Campagne), trouveront en le Soussigné, un vrai Contrere & un bon Patriote.

Montréal, 20 Sept. 1787.

Chirurgien Juré.

D E U X I E M E P A R T I E

Pendant mon cours d'infirmière, le lieu de pratique se concrétisa de plus en plus. Je travaillerais au Pérou, là, où déjà, des compagnes oeuvraient, ou bien dans le Nord québécois, mais jamais dans un hôpital de ville.

DU RÊVE À LA RÉALITÉ

par Gertrude Lavoie, sage-femme

Au préalable, je pris des ententes avec la Mission franciscaine et le S.U.C.O. ; ensuite, le cours de sage-femme était tout désigné pour parfaire ma formation. Destiné aux missionnaires, ce cours était, pour les besoins de la cause, assez bien structuré et approprié pour diriger des maternités en pays en voie de développement. À la fin, dans le stage pratique, on faisait ce que l'interne fait dans les hôpitaux ; je me souviens d'avoir réanimé des nouveau-nés, assisté à la naissance de jumeaux et de présentation podalique. En un mois, j'avais utilisé les forceps plusieurs fois et recousu bien des épisiotomies. Je croyais important de savoir tout ça pensant devoir m'en servir là-bas. Ce qui n'est jamais arrivé, dû, tout simplement, à la culture et à un mode de vie différents des nôtres.

Dans un petit village d'Amazonie (Indiana), j'étais à 30 kilomètres de la ville d'Iquitos, donc, d'un hôpital. La clientèle étant déjà établie, je continuai de pallier aux situations d'urgence tout en essayant de trouver de la place pour la prévention. En plus de ma préoccupation pour l'eau potable, je mis sur pied un suivi de grossesse et de nourrissons, de même que les adolescentes du secondaire reçurent des explications sur le cycle menstruel et les méthodes dites «naturelles» de planification des naissances.

Quant à la maternité en soi, peu d'emphase lui est accordée. Toutes les femmes ont des enfants sans se demander si elles en veulent ou pas. Elles sont toutes anémiques, dû aux parasites, aux grossesses répétées et au peu de sources nutritionnelles en fer. Le support social est, je dois le dire, très bon et personne n'est laissé pour compte. Sur demande, lors d'un réel besoin qui sortait de la normalité, on demandait mes services. Soit un travail long d'une très jeune mère ou bien la rétention placentaire, ou un foetus mort-né, ou des jumeaux ou bien un siège. C'était, pour le moins qu'on puisse dire, très



Indiana. Pérou. Tournée des malades, 1968.

intéressant. La plupart donnait le jour à l'enfant chez eux dans l'unique lit familial, sous le moustiquaire, et, la nuit, avec la lampe au kérosène et ma lampe de poche. Tout le processus était naturel et les cas d'infection et d'hémorragie étaient pratiquement inexistantes. L'anémie sévère ne les empêchait pas de vaquer tant bien que mal à leur tâche quotidienne.

C'est sûr, on en aurait long à dire sur la condition féminine, mais leur maternité, elles l'ont prise à charge.

En revenant d'Amérique latine, en septembre 1969, je suis allée rejoindre mon ami de coeur à Winnipeg. Le contraste de situation fut pénible. Avoir des enfants et rester chez moi fut vite un chemin intéressant pour éviter de travailler dans les hôpitaux. Je pensais sérieusement à sortir de ma cuisine lorsque j'ai assisté au colloque/81. Mon étonnement fut grand de constater que nombre de femmes comme moi refutaient ce qui se fait autour de la naissance.

Je me suis remise aux études : actualisation et certificat en santé communautaire, pensant trouver du travail dans cette voie. La réalité fut toute autre.

Enfinement, j'ai accepté, pendant les vacances d'été, de remplacer une partie du personnel en obstétrique dans un hôpital.

Ce qui devait, selon mes objectifs,

me retremper avec des femmes en travail et l'accouchement. Cela m'a demandé un effort inouï face à la paperasse, aux horaires de nuit et la dure réalité qu'il y a peu de choses qui ont changé. Que dire des protocoles irréversibles à l'intérieur d'une grosse boîte? Je n'aime toujours pas ça.

Mes contacts dans les comités post-colloques et mes études m'ont permis de me faire connaître facilement et des femmes faisaient déjà appel à mes services. Mon intérêt pour les médecines douces m'ameneront au C.E.P.C. J'ai décidé d'ouvrir un bureau après qu'Huguette B. m'eut confirmé le besoin réel et la survivance d'une sage-femme dans le bassin de population qu'est Québec. C'était le coup de pouce qu'il me fallait.

De la consultation que je voulais faire pour amener les femmes à concrétiser leurs attentes, je passai à l'inauguration de rencontres prénatales qui répondent de façons différentes à ce qui est offert dans les cours de masse. Voilà, vous avez là une sage-femme qui a pignon sur rue, qui a joint le rêve à la réalité. Je me sens bien avant mon temps comme dans les années 60 avec ma contraception douce. Mon rôle social, aujourd'hui, subit les contractions d'une phase de latence de laquelle naîtra prématurément un professionnalisme enrobé de «vernix caseosa».

Johanne Verdon est naturopathe diplômée et spécialisée dans les soins naturistes à donner aux enfants, aux adolescents et aux femmes enceintes. Nous l'avons rencontrée et elle nous a livré quelques trucs et recettes simples pour que vos enfants et vous-mêmes profitiez pleinement de l'été et pour contrer, sans chimie inutile, les petits malaises de la saison estivale.

SOINS D'ÉTÉ POUR ENFANTS

par Camille Larose

Les enfants sont proches de la nature et de leurs instincts. L'enfant d'aujourd'hui a particulièrement besoin d'air, de soleil, d'exercices et d'aliments sains. Lorsque l'enfant a souvent l'occasion de jouer librement en pleine nature, il retrouve sa bonne humeur, ses belles couleurs et son comportement général est actif et joyeux comme il se doit à cet âge tendre.

LE SOLEIL

Il ne faut pas hésiter à mettre les tout jeunes enfants dehors. Avant l'âge d'un an et demi, il vaut mieux cependant ne pas les exposer directement au soleil, sauf pour de très courtes périodes (de dix à vingt minutes) au début de la journée (vers dix heures) et en fin d'après midi (vers dix-sept heures). Il faut alors surveiller de très près les réactions du bébé. S'il pleure souvent ou que son sommeil est agité, on choisira de le laisser s'ébattre à l'ombre.

Mais dès l'âge de 18 mois, l'enfant peut et doit prendre des bains de soleil régulièrement, ce qui lui permet d'accumuler de la vitamine D et d'améliorer considérablement sa vitalité. Ne pas l'exposer trop longtemps cependant, y aller graduellement pendant les heures où le soleil est moins fort, ne pas oublier de toujours couvrir la tête, mais le reste du corps sera le plus souvent nu, si possible.

Si l'on veut éviter les produits chimiques des crèmes solaires, Johanne Verdon recommande cette huile très simple : bien mélanger ensemble **2 onces d'huile d'olive et 2 onces de jus de carottes**. Garder cette huile au réfrigérateur. En faire souvent et en petites quantités pour garder toute sa fraîcheur au jus de carottes.

S'il y a malgré tout coup de soleil, la **vitamine E naturelle** sous forme d'onguent pourra être appliquée sur la peau. Également excellent pour contrer les malaises des coups de soleil : la

vitamine E en capsules, l'aloès en gelée, les bains à la gélatine (on fait gonfler une masse de gélatine qu'on incorpore à l'eau du bain, c'est très doux pour la peau.)



photo : Gilles Lecomte

(suite page 10)

Dans la vague actuelle du mouvement d'auto-santé qui croît constamment, s'inscrivent plusieurs démarches. Que ce soit l'alimentation naturelle, le jeûne, l'art du massage ou le recours aux herbes médicinales, toutes ces tendances démontrent un désir réel de prendre sa santé en main et de cesser de dépendre inconditionnellement de la médecine moderne qui n'offre, en soi, pas beaucoup d'alternatives.

Susun S. Weed, ou l'herboriste de l'arc-en-ciel

par Dhyane Iezzi

Pourtant, malgré cet intérêt exprimé par de plus en plus de gens, il est parfois insécurisant de sortir des sentiers battus et d'expérimenter à tâtons toutes ces méthodes nouvelles pour nous. À force d'essayer depuis plusieurs années différentes recettes rassemblées un peu partout, je suis devenue, il n'y a pas très longtemps, un peu à bout d'inspiration face à ces traitements qui agissent d'une toute autre façon et avec un tout autre rythme.

À ce niveau, ma rencontre avec Susun Weed, une herboriste américaine de longue expérience et d'une grande authenticité, fut capitale pour moi. Par son enseignement d'une simplicité exemplaire et son approche globale des plantes, elle a su me rattacher de façon viscérale à mes convictions premières. Par ce témoignage sur la rencontre tenue avec elle à Sawyerville, à la pleine lune de mars, je tiens à lui exprimer ma reconnaissance. Par la même occasion, je souhaite aussi faire profiter toutes celles qui sont impliquées dans une démarche d'auto-santé, des fondements de sa pensée.

Avec Susun, il n'y a pas de prétention à un savoir médical : seulement la conviction que chacun de nous est capable de connaître son corps et d'être à l'écoute des messages qu'il nous transmet. Ainsi, avec un peu d'aide et un bon «back up», chacun de nous devrait pouvoir se soigner.

Souvent les herbes médicinales sont mal vues et même craintes. Pour beaucoup de monde, elles sont inutiles, au mieux, et dangereuses, au pire. Le **corps médical** a beaucoup contribué à nous convaincre que le corps humain est trop compliqué à comprendre pour que la moyenne des gens soit capable de le soigner ! Il a beaucoup fait aussi pour nous faire croire que les médecines modernes sont des médecines de choix partout dans le monde. Pourtant, l'Organisation Mondiale de la Santé qui est fermement en faveur de l'utilisation des herbes médicinales rapporte que 90% de la population rurale à travers le monde dépend exclusivement des herbes pour ses soins de santé, et ce, avec succès.

Les racines de notre héritage de



guérison par les plantes se sont toujours propagées oralement. En effet, nos connaissances se sont transmises de mères en filles, de voisines en voisines ou d'herboristes en apprenties. Une de nos difficultés d'ailleurs à comprendre les herbes, à leur faire confiance et à les utiliser de façon sage et efficace est sûrement due à l'interruption de ce courant d'information, de l'une à l'autre.

Par exemple, en Europe, cet héritage culturel s'évapore en fumée en même temps que les neuf millions de femmes (estimé officiel) brûlées vives, accusées d'être sorcières. La transmis-

sion orale de précieux conseils accumulés depuis longtemps cessa.

Maintenant, les plantes nous semblent étrangères et nous ne les traitons plus comme des «amies de la famille». Mais voilà justement où est notre tâche, première: reconstruire toute une nouvelle tradition de guérison par les plantes et renouveler connaissance avec des herbes médicinales simples et sécuritaires.

Susun ne conseille pas des trucs ramassés dans les livres mais elle insiste plutôt sur les pratiques qui ont été testées dans plusieurs situations, sur un grand nombre de personnes, et

qui se sont avérées efficaces. Cette méthode est préférée à toute autre puisque, à travers ce processus, nous continuons toutes d'apprendre: l'une de l'autre, de nos sœurs de Chine ou de quelque autre endroit ou la médecine des herbes et une tradition ininterrompue, de la Terre et des plantes elles-mêmes.

Pour le moment, c'est un bon départ sur le chemin plein de récompenses qu'offre le contrôle sur son corps, sa santé, ses maladies, ses grossesses, ses accouchements, sa mort.

**«Ce n'est pas tout de parler aux plantes...
reste-t-il qu'il faut savoir les écouter...»** Sawyerville, pleine lune de mars

Mais comment se rapprocher de ce monde des plantes devenu quasi secret et mystérieux mais, pourtant, à la portée de la main. D'abord, aller dans les champs et observer. Puis, prendre contact avec les sensations et impressions qui montent en soi, automatiquement. Se laisser guider. Plus on a de l'intuition dans son observation, plus l'essence de la plante se révélera à nous.

Tout a une signification. Il faut apprendre à regarder de loin. Aborder les champs, et les bords de chemin, d'un point de vue globale puis laisser parler les détails.

*** Cette plante pousse-t-elle près de nous ?**

Elle aura tendance à nous être plus utile.

*** Vit-elle loin dans le bois ?**

Elle risque d'être très efficace. (donc, en utiliser moins)

*** Est-elle dans un lieu sauvage ou est-elle cultivée ?**

Dans ce dernier cas elle peut être dangereuse car elle n'est pas en harmonie avec son environnement, cultivée là pour la parure.

*** Quelle est la qualité de son sol ?**

Un sol rocailleux indiquera une plante de survie, forte, contenant des minéraux.

*** Grandit-elle à l'ombre ou en plein soleil ?**

Ces deux types de plantes auront des énergies différentes: on donnera une plante d'ombre pour calmer une personne très nerveuse, par exemple, tandis que la plante de plein soleil en stimulera une autre plus lymphatique.

*** Pousse-t-elle en groupe ou seule ?**

Si elle pousse seule, elle peut avoir plus de pouvoir de guérison.

La réponse à toutes ces questions en dira déjà long, presque au premier coup d'oeil.

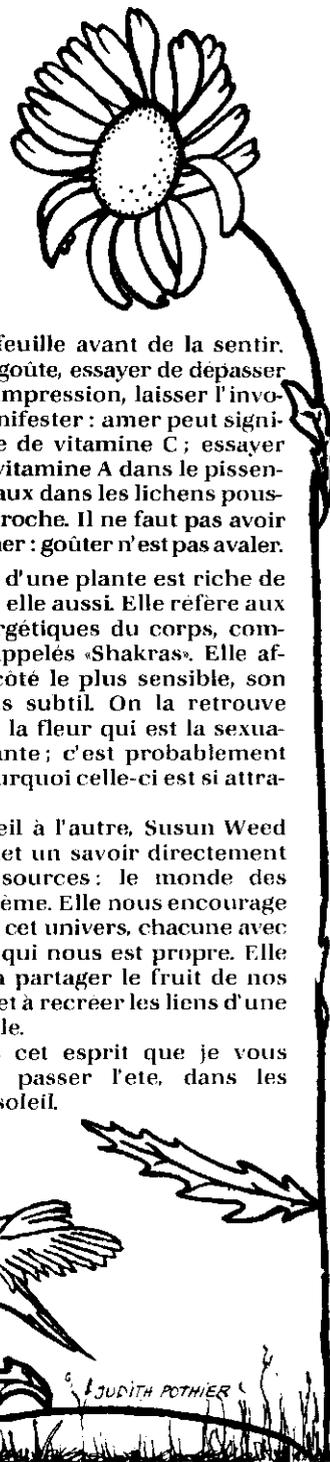
Utiliser tous les sens

Un autre excellent conseil pour favoriser une rencontre heureuse avec les plantes est de les approcher avec tous les sens. Chacun d'eux fournira de précieuses informations: on pourra toucher, sentir et goûter la fleur, la feuille et la racine.

* Les différentes sensations du **toucher** nous mettront sur certaines pistes: est-ce qu'elle pique, brûle, irrite ou a-t-elle des épines ?

* **L'odorat** et le **goût** nous ramèneront à notre inconscient collectif en évoquant des images («ça sent la fraise...»), en rendant l'expérience vivante. L'information ainsi devenue familière, on comprendra l'usage que l'on peut faire de la plante.

Susun Weed
pleine lune de mars



Broyer la feuille avant de la sentir. Lorsque l'on goûte, essayer de dépasser le stade de l'impression, laisser l'invocation se manifester: amer peut signifier présence de vitamine C; essayer de goûter la vitamine A dans le pissenlit, les minéraux dans les lichens poussant sur une roche. Il ne faut pas avoir peur de cracher: goûter n'est pas avaler.

* **La couleur** d'une plante est riche de signification, elle aussi. Elle réfère aux champs énergétiques du corps, communément appelés «Shakras». Elle affecte notre côté le plus sensible, son effet est plus subtil. On la retrouve surtout dans la fleur qui est la sexualité de la plante; c'est probablement d'ailleurs pourquoi celle-ci est si attrayante!

D'un conseil à l'autre, Susun Weed nous transmet un savoir directement relié à ses sources: le monde des herbes lui-même. Elle nous encourage à apprivoiser cet univers, chacune avec l'inspiration qui nous est propre. Elle nous incite à partager le fruit de nos expériences et à recréer les liens d'une tradition orale.

C'est dans cet esprit que je vous souhaite de passer l'été, dans les champs, au soleil.



LES PIQÛRE D'INSECTES

Sur une piqûre d'insectes, le **vinaigre de cidre** fait des merveilles. On peut en faire des compresses ou en ajouter 1/2 tasse à l'eau du bain, surtout dans les cas où l'enfant est très piqué.

On peut aussi couper un oignon en deux et appliquer une moitié directement sur la piqûre. Le vinaigre de cidre et l'oignon sont tous deux désinfectants. Pour éviter d'attirer les insectes, dans les régions où il y en a beaucoup, il faut réduire le sucre dans l'alimentation ainsi que le calcium.



LES PROBLÈMES DIGESTIFS

S'il y a gastro-entérite ou dyarrhée, il faut couper immédiatement les produits laitiers et les jus de fruits. On soignera les intestins à l'aide

1. de **tisanes douces**, camomille et verveine par exemple
2. d'**eau de riz** : qu'on obtiendra en faisant cuire 1/2 tasse de riz brun dans 3 tasses d'eau pendant environ 3/4 d'heure après ébullition. Si l'enfant refuse d'en boire, on pourra se servir de cette eau dans la préparation de potages et soupes de légumes d'été (courges par exemple).
3. un mélange de **caroube, de miel**, et d'eau est aussi un excellent purificateur des intestins.
4. les **comprimés de bactéries de yogourt** s'avèrent souvent une aide précieuse.

LA PEAU, LES OREILLES ET LES RHUMES D'ÉTÉ

La surconsommation des fruits est fréquente en été et est souvent la cause de l'apparition de petits boutons. Les citrus (orange-pamplemousse-citron) doivent alors être retirés de la diète et ne devraient d'ailleurs apparaître que rarement dans les menus d'été. Les poires et les pommes jaunes sont préférables. Le jus de carottes est excellent pour la peau. S'en rappeler lorsque des problèmes de boutons apparaissent.

Si l'enfant a l'oreille irritée par le chlore des piscines une goutte d'huile d'olive ou d'huile d'amande légèrement chaude pourra soulager. Il faut consulter un spécialiste pour tout autre problème d'oreille.

Au moment d'un rhume, il faut couper les farineux et les produits laitiers et généralement baser la diète sur des aliments riches en hydrates de carbone tels le poisson, les oeufs, le poulet. La tisane de thym est alors fortement recommandée.

L'ALIMENTATION

En été, on peut couper la plupart du temps les suppléments vitaminiques, notamment le calcium parce que l'exposition au soleil fait augmenter le taux de calcium dans le sang et la vitamine C, qu'on trouve en abondance dans les fruits.

Les céréales d'avoine, très lourdes, seront avantageusement remplacées

par celles de maïs. Les viandes blanches apparaissent plus souvent au menu que les viandes rouges et les recettes végétariennes peuvent être multipliées.

POUR REMPLACER LA CRÈME GLACÉE DU COMMERCE :

- 1 casseau de fraises pilées
- 1 livre de fromage cottage à 2% (ou mieux du fromage quark à 1/2 de 1% de gras)
- 2 c. à soupe de graines de tournesols (facultatif)
- miel ou sucre brun au goût

Passez tous les ingrédients dans le mélangeur. Faites raffermir au congélateur une heure ou deux. Servir sur des cornets. Utilisez toute la recette car le mélange devient très dur.

Vos enfants ne sont pas vos enfants.
Ils sont les fils et les filles de l'appel de la Vie à elle-même.
Ils viennent à travers vous mais non de vous.
Et bien qu'ils soient avec vous, ils ne vous appartiennent pas.

Vous pouvez leur donner votre amour mais non point vos pensées,
Car ils ont leurs propres pensées.
Vous pouvez accueillir leurs corps mais pas leurs âmes.

Car leurs âmes habitent la maison de demain, que vous ne pouvez visiter, pas même dans vos rêves.
Vous pouvez vous efforcer d'être comme eux, mais ne tentez pas de les faire comme vous.
Car la vie ne va pas en arrière, ni ne s'attarde avec hier.

Vous êtes les arcs par qui vos enfants, comme des flèches vivantes, sont projetés.

.....
Que votre tension par la main de l'Archer soit pour la joie.

Kahlil GIBRAN.

La grossesse est un moment privilégié pour prendre soin de son corps. LOUISE LATRAVERSE, championne radiophonique des petits trucs-maison nous a livré quelques recettes intéressantes.

BEAUTÉ AU NATUREL

par Camille Larose

SOLEIL ET BRONZAGE :

Toutes les manières d'être au soleil sont recommandables, pas seulement les séances de bronzage. Ne pas oublier donc, quand c'est possible, de faire des exercices dehors, de se baigner, de prendre de longues marches. Évitez à tout prix le soleil entre 11 h 30 et 15 h. Ne pas s'exposer au soleil plus de 15 minutes à la fois. Toujours porter un chapeau. Il faut éviter de porter parfum ou déodorant au moment du bronzage qui peuvent causer des plaques sur la peau, ainsi que les savons parfumés. Se rappeler que souvent le ventre de grossesse devient plus sombre que le reste quand il reprend sa forme après l'accouchement.

À LA MER :

ajoutez à de l'eau de mer de l'huile d'olive verte et quelques gouttes de citron. S'en mettre souvent.

SUR LE BALCON :

mélanger moitié jus de carottes et moitié huile d'olive. Indispensable pour un bon bronzage.

SÉANCES PROLONGÉES :

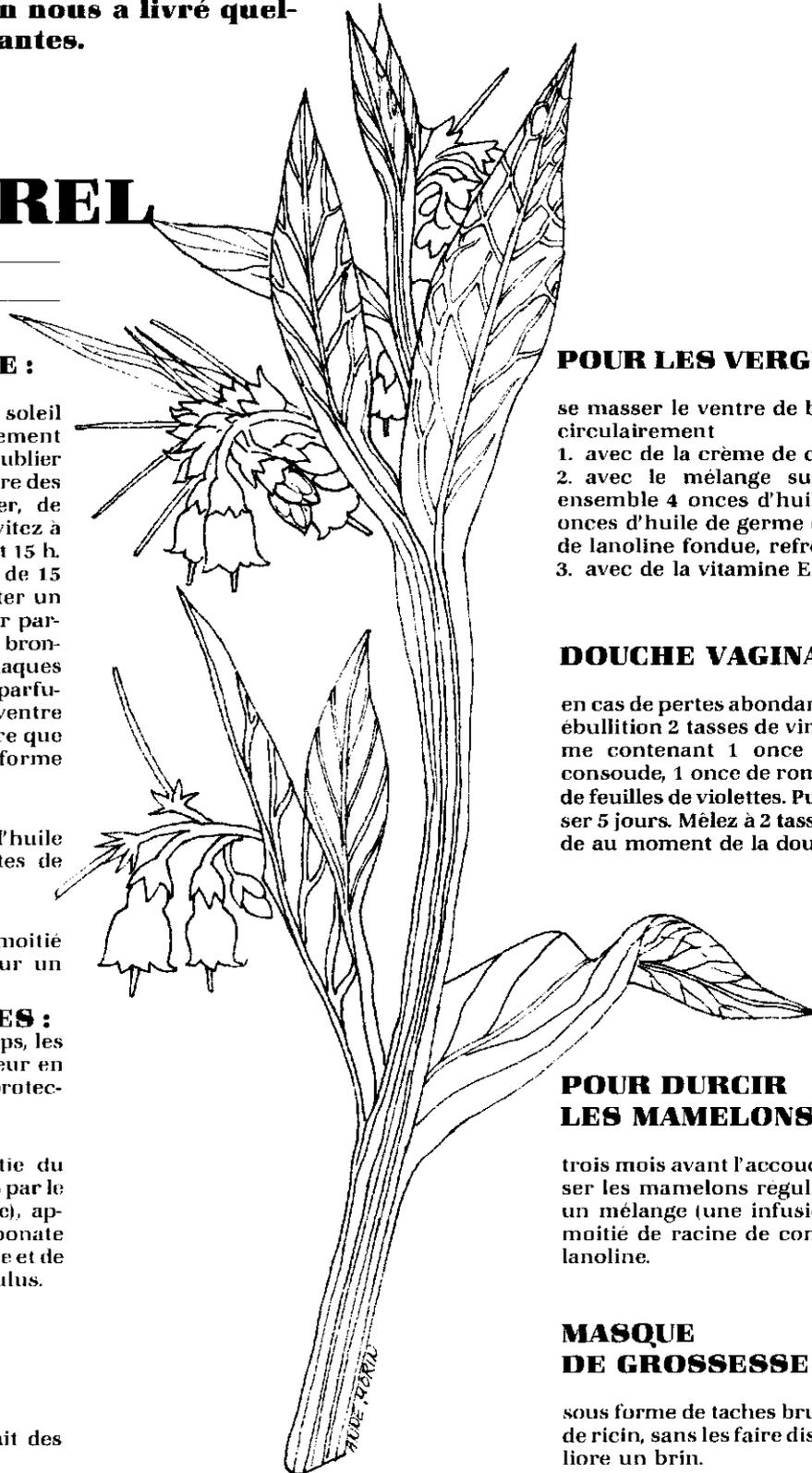
si on reste sous le soleil longtemps, les crèmes solaires avec haute teneur en PABA assurent une meilleure protection.

COUPS DE SOLEIL :

si l'on veut protéger une partie du corps, plus touchée que d'autres par le soleil (nez, épaules par exemple), appliquez une pâte à base de bicarbonate de soude, d'huile d'amande douce et de jus de carottes aux endroits voulus.

CRAMPES DANS LES JAMBES :

un massage à l'huile d'oeillet fait des merveilles.



POUR LES VERGETURES :

se masser le ventre de bas en haut et circulairement

1. avec de la crème de cacao
2. avec le mélange suivant : battez ensemble 4 onces d'huile de sauge, 2 onces d'huile de germe de blé, 1 once de lanoline fondue, refroidir.
3. avec de la vitamine E en huile.

DOUCHE VAGINALE :

en cas de pertes abondantes. Amenez à ébullition 2 tasses de vinaigre de pomme contenant 1 once de racine de consoude, 1 once de romarin et 1 once de feuilles de violettes. Puis laissez infuser 5 jours. Mélez à 2 tasses d'eau chaude au moment de la douche.

POUR DURCIR LES MAMELONS :

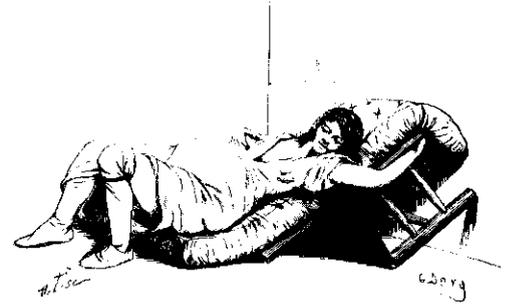
trois mois avant l'accouchement, masser les mamelons régulièrement avec un mélange (une infusion) contenant moitié de racine de consoude, moitié lanoline.

MASQUE DE GROSSESSE :

sous forme de taches brunâtres. L'huile de ricin, sans les faire disparaître, améliore un brin.

Suite à la confirmation de ma deuxième grossesse tant convoitée, je suis submergée de joie. Nous échangeons à maintes reprises, mon mari et moi, nos désirs profonds de vivre pleinement et intimement la naissance de notre enfant. Nous désirons par-dessus tout que l'on respecte le déroulement normal et naturel de la naissance, sans intervention. Que l'on nous permette d'accueillir notre enfant dans la simplicité et la chaleur humaine. Nous souhaitons ardemment vivre cette naissance dans la joie, la confiance et l'amour.

tiré de l'Histoire des Accouchements chez tous les peuples, ed. : G. Steinhil, Paris.



Position favorite de la Canadienne-française

«SI VOUS NE DEMANDEZ RIEN, VOUS N'OBTIENDREZ RIEN...»

par Louise Fortin Nolin *

Nous sommes alors en mars 1980 et un premier battement d'humanisation se fait entendre à l'intérieur de la première chambre de naissance au Canada, soit à l'hôpital Saint-Joseph de Beauceville. Quelques semaines plus tard, je donne naissance à une fille dans cette même chambre qui comble mes attentes de femme et de mère. Mon mari vit pleinement la naissance de notre fille. Lorsque sa tête surgit de mon corps, il la saisit doucement pour compléter sa venue au monde. Nous restons longtemps ensemble à la caresser et à nous remémorer cette merveilleuse expérience.

Suite à mon vécu, je désire partager mes émotions et mes convictions ainsi que la possibilité d'enfanter en pleine liberté d'action et d'expression. Ayant ce goût de l'écrit et étant encouragée de part et d'autre, je travaille donc à la publication d'un manuscrit. Je perçois tout autour de moi ce grand besoin d'améliorer et d'humaniser le vécu à l'accouchement. Depuis trop longtemps, les intervenants considèrent l'accouchement comme pathologique ce qui, à leurs yeux, justifie l'emploi de façon systématique de nombreuses interventions dignes de notre technologie médicale moderne. Ce que les femmes et/ou les couples demandent, c'est tout autre. La femme désire enfanter dans un milieu où règne la confiance et le respect. Et ce respect, quel est-il ? C'est celui du déroulement normal du travail et de la naissance sans intervention injustifiée ; du choix de la

position à la naissance et des accompagnateurs ; choix du suivi : allaitement, bain de l'enfant, cohabitation ; respect de l'autonomie de la femme, tant au niveau physique qu'émotif et psychique.

On s'interroge sur le peu d'utilisation des chambres de naissance ! Il y a différentes raisons à cela : politiques internes variant d'un hôpital à l'autre. Souvent la primipare ne peut accoucher dans la chambre, - mais pour quels motifs sérieux ? L'utilisation fréquente de soluté, de forceps, de moniteur, d'épisiotomie, etc. ne répond pas aux demandes des femmes... Mais la véritable raison est que l'on a insisté sur l'aménagement des lieux physiques avec de gros sous (lit à bascule et à boutons, bain tourbillon, berceau) plutôt que sur un changement de mentalités et d'attitudes, nécessaire à la compréhension de la naissance. Il nous faut alors revenir à la véritable raison d'être de l'aménagement de notre chambre de naissance « pionnière » dans la Beauce. Et alors là, il y a tant et tant à dire !

Nous nous devons d'être clairvoyantes face aux promesses d'instauration d'une chambre de naissance. Demandons-nous si les intervenants ont bien compris le message des femmes et des couples ! Leur pratique médicale et leur changement de philosophie face à l'accouchement sont-ils véridiques et sincères ? Et pour combien de temps ? Quoi qu'on en dise et quoi qu'on en pense, on a franchi un grand pas ; mais la route qui mène vers l'humanisation

de la naissance est encore bien longue et pleine d'embûches. Des moyens radicaux s'imposent et l'un des plus simples est de demander, d'exiger. Une sérieuse prise en charge et une analyse de leurs véritables besoins amèneront les couples à réclamer la réalisation de leurs désirs les plus chers. Il ne faut pas se leurrer, tout cela demande beaucoup de démarches et de négociations auprès des médecins et des centres hospitaliers.

Mon livre dévoile plusieurs aspects de nos pratiques obstétricales au Québec. Il informe les lectrices et les lecteurs des interventions exercées de façon générale et de leurs implications possibles. Plusieurs sujets vous inciteront à la réflexion. Nous vivons sans contredit une période importante de transition. Or, les chambres de naissance ne sont que la pointe de l'iceberg. Elles répondent à une demande et à un besoin urgent des femmes et des couples. Leur nécessité nous conduira, sans doute, vers les maisons ou les cliniques de maternité qui nous offriront la possibilité de vivre pleinement la naissance dans tout son naturel et dans toute sa simplicité et non en tant qu'événement pathologique, teinté d'artificiel.

* Auteure du livre : «Un enfant naît... dans la chambre de naissance».

Le 2 avril 1981, c'était la date officielle de l'entrée en vigueur du nouveau Code civil réformant les droits des personnes et des familles. Parmi les nouveaux articles de cette loi, ceux statuant sur le nom de l'enfant et de la femme mariée ont été profondément modifiés.

Problème de noms?

par Camille Larose

Le nom de l'enfant

C'était l'usage, et non la loi, qui autrefois (avant le 2 avril 1981) voulait que le mari donne son nom à tous les enfants du couple. Depuis cette date, le Code civil permet au père et à la mère, ensemble, de choisir quel nom l'enfant portera. Les parents peuvent donc choisir parmi ces possibilités. L'enfant portera soit

1. le nom de la mère ou
2. le nom du père ou
3. un composé des deux noms, mais alors le nom de l'enfant ne peut comporter plus de deux parties.

Exemples

Jacques est l'enfant de Renée Laurent et Pierre Proulx. On pourra l'appeler

1. Jacques Laurent (le nom de sa mère)
2. Jacques Proulx (le nom de son père)
3. Jacques Laurent-Proulx ou

Jacques Proulx-Laurent (un composé des deux noms)

Un autre exemple, un peu plus complexe: Pierre est l'enfant de Josette Trépanier-Daoust et de Carl Pelletier-Tremblay. On a le choix entre

1. Pierre Trépanier-Daoust (le nom de la mère)
2. Pierre Pelletier-Tremblay (le nom du père)
3. Pierre Trépanier-Pelletier
4. Pierre Trépanier-Tremblay
5. Pierre Daoust-Pelletier
6. Pierre Daoust-Tremblay

Les exemples 3, 4, 5, 6, peuvent également être inversés et on l'aura compris, forment un nom composé provenant d'un des noms du père et de la mère.

Inclure le nom de la mère

On se rappellera peut-être que la nouvelle loi prévoyait qu'on pouvait ajouter le nom de la mère à celui du père au nom des enfants mineurs nés avant le 2



photo: Michèle Laroque

avril 1981. Les parents avaient jusqu'au 2 avril 1983 pour faire effectuer un tel changement. Il s'agissait simplement de remplir un formulaire prévu à cet effet et de payer 50\$ en frais. Est-ce encore possible?

Depuis le 2 avril 1983, les formulaires de requêtes en changement de nom ne sont plus disponibles sur demande. Il faut s'adjoindre les services d'un avocat qui lui, fera une requête en changement de nom. Les 50\$ de frais y sont toujours, auxquels il faudra ajouter les frais de l'avocat. Donc ça coûte plus cher maintenant.

De plus, il faut invoquer un motif sérieux, ce qui n'était pas nécessaire pendant les deux ans qu'a accordés le ministère de la Justice pour servir de transition. Il est plus facile de faire ajouter le nom de la mère que de faire supprimer le nom du père, quoique, légalement, cela soit possible aussi. Tout dépend des motifs impliqués. La procédure est longue toutefois, un minimum de deux ans.

Un pensez-y bien

C'est dans les cas de séparation, de divorce, de disparition d'un des conjoints, qu'un tel règlement prend tout son sens. La mère notamment, puisque c'est elle qui est visée par la nouvelle loi, pourra regretter, lors d'un divorce ou d'un remariage que ces enfants ne portent pas son nom. Les nouveaux règlements ont-ils entraîné de vives discussions au sein des couples? Vaut-il mieux inclure les deux noms tout de suite et prévenir les regrets futurs? Les femmes profiteront-elles de ce nouveau privilège ou est-ce l'usage ancien qui prévaudra? Toutes questions auxquelles il est difficile de répondre pour l'instant. C'est en tout cas un pensez-y bien au moment d'enregistrer civilement l'enfant.

Le nom de la femme mariée

La loi est très claire en ce qui concerne le nom de la femme mariée. Depuis le 2 avril 1981, «chacun des époux conserve en mariage ses noms et prénoms; exerce ses droits civils sous ses noms et prénoms.» (art. 442)

Cette réforme découle du principe de l'égalité de l'homme et de la femme entre eux et devant la loi. Elle n'empêche cependant pas les épouses de porter le nom de leur mari ou de faire accompagner leur nom de celui de leur mari pour la vie sociale. Mais pour tous les cas d'affaires (permis de conduire, rapport d'impôt, carte d'assurance-maladie, etc.) les femmes mariées depuis le 2 avril 1981 conservent leur nom de naissance.

La femme mariée avant le 2 avril 1981 peut cependant garder le nom de son mari, reprendre son nom de naissance, ou choisir de garder celui de son mari, précède du sien.

Pour tous renseignements supplémentaires: Ministère de la Justice, Direction des Communications: (514) 873-6743 (Montréal) ou à Québec au Service du Changement de Nom: (418) 643-2545.

par Michèle Champagne



L'ENFANT MAGIQUE

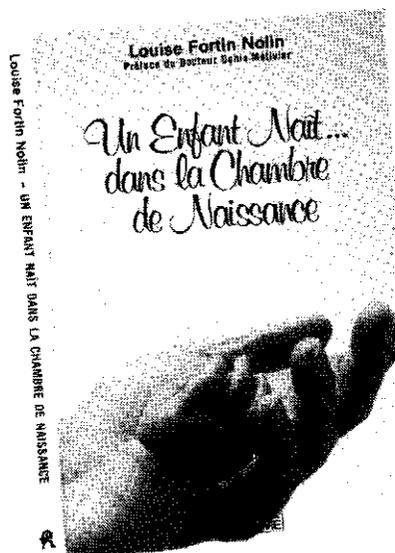
J.C. Pearce - France - Amérique - 1982.

L'enfant magique qui se cache en chacune de nous, celui que nous avons déjà, que nous portons ou que nous concevrons. L'enfant qui est près de la terre, dont le cerveau est un hologramme du cosmos lui-même et qui participe à la pensée universelle. Le plan naturel de développement devrait être respecté par l'espèce humaine de la même façon qu'il l'est par toutes les autres, car la nature ne fait habituellement pas d'erreur. L'homme possède deux cerveaux, un cerveau ancien, reptilien et mammalier et un nouveau cerveau, le néo-cortex. Les tendances actuelles en éducation sont de développer l'intellect sans tenir compte du cerveau ancien qui, lui, suit quand même son propre plan d'évolution et amène l'enfant à se retourner, à s'asseoir, à ramper... selon un ordre établi indépendant de la culture. Ce n'est qu'en respectant cette part de l'homme que nous parviendrons à enrayer la maladie mentale chez les enfants de notre siècle, que ce soit l'hyper-activité, l'autisme ou l'anorexie aussi bien que les troubles mineurs de comportement.

Garder les liens avec la matrice mère d'abord puis, de plus en plus, s'orienter vers la matrice terre. Jouer pour assurer sa survie et prendre contact, ne pas avoir à performer, mais être respecté, passer de l'utérus au ventre

de la mère puis à ses bras, percevoir le monde à travers elle et se situer par elle est le lien logique et naturel. Adieu berceaux, chambres d'enfants, parcs, jouets éducatifs! Les exemples que l'auteur donne des bébés ougandais portés par leur mère nuit et jour, allaités à volonté, qui vivent au rythme des adultes et qui se développent étonnamment vite sont saisissants mais que d'exigences pour une mère occidentale qui n'a pas le support de sa communauté, qui vit seule ou avec son conjoint les moments parfois angoissants d'une maternité. Faut-il que le fardeau retombe encore sur la femme? La mère, en tant que matrice première et seconde, est indispensable, bien sûr, mais quelle aide notre société apporte-t-elle aux nombreuses années d'abnégation qui découlent de cette approche? L'idée de la «désintellectualisation» de nos rapports avec nos petits est séduisante et peut bouleverser plusieurs de nos concepts mais elle est dangereuse car elle tend à cantonner la femme dans son rôle biologique pour le mieux-être de son enfant sans tenir compte de ses besoins personnels. Que de culpabilités peuvent être liées à la lecture de ce livre!

Voici donc un livre aux idées nouvelles et fascinantes dans une langue parfois hermétique qui ne réussit cependant pas à diminuer l'intérêt du lecteur, et qui marquera peut-être un tournant dans l'histoire de la maternité et de l'humanité.



UN ENFANT NAÎT DANS LA CHAMBRE DE NAISSANCE

Louise Fortin-Nolin

- Les Éditions de l'Homme - 1984

De plus en plus, les hôpitaux du Québec tente de s'équiper d'une ou de plusieurs chambres de naissance. Est-ce pour répondre à un besoin, pour prouver leur bonne volonté, pour redonner aux couples leur(s) accouchement(s), pour récupérer les mouvements alternatifs, ou pour suivre une mode? Les motivations et les utilisations varient d'un endroit à l'autre. Il convient d'être vigilant cependant car un danger demeure : celui de se doter d'un outil, de l'utiliser mais d'oublier les raisons profondes qui ont présidé à sa création, c'est-à-dire donner un espace plus intime aux couples qui viennent accoucher, faire de la naissance un événement amoureux, humain, et permettre, dans un cadre sécuritaire, le déroulement du processus normal de l'accouchement.

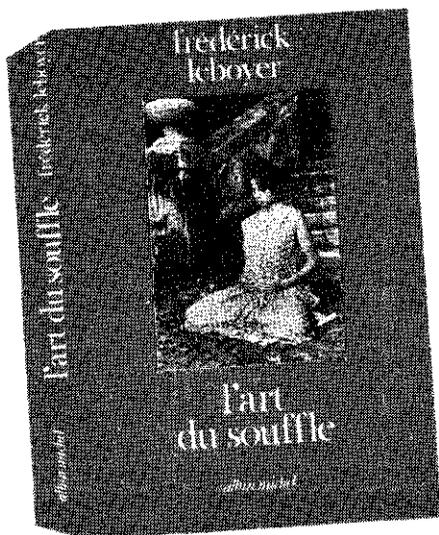
Louise Fortin-Nolin s'adresse à la fois aux parents et aux intervenants et tente de démystifier la chambre de naissance. L'attitude du personnel hospitalier, la détermination de la mère et de ceux qui l'assistent sont des facteurs fondamentaux au bon fonctionnement d'une telle chambre. Il n'est pas question de coûts élevés ni d'investissements matériels importants ; le lit utilisé en Beauce n'est pas un lit coûteux mais ingénieux, il permet le choix des positions de travail, de poussée et d'accouchement ; il n'est pas question non plus de formation spéciale mais bien de vigilance, de confiance, et de tendresse. Aussi, dans un langage très juste, ce livre explique les termes scientifiques (ce qui rend le livre accessible à tous) et décrit l'accouchement «normal», le pourquoi des interventions, leurs effets sur le fœtus et sur la mère, leur non-nécessité la plupart du temps, tout en laissant place aux cas exceptionnels, cet infime pourcentage qui existe cependant, et au libre choix des parturientes.

L'auteure met aussi l'accent sur le post-partum et sur la «liaison» (bonding) parents-enfants qu'il est essentiel de respecter durant les premières heures. Elle insiste sur la vigueur et l'énergie que se découvrent les femmes qui ont accouché sans interventions, sur le désir qu'elles ont d'allaiter et de prendre soin de leur petit durant leur séjour à l'hôpital : aussi est-il étonnant de voir des hôpitaux posséder des chambres de naissance et un très faible taux de cohabitation...

Des témoignages des utilisateurs et utilisatrices de la chambre de naissance de l'hôpital Saint-Joseph de Beauce-

ville à la fois simples et touchants étoffent ce livre-outil qui devrait avoir une grande diffusion, tant auprès de la population en général que des milieux concernés.

par Céline Lemay



L'ART DU SOUFFLE

Frédérick Leboyer, Éditions Albin-Michel, 1984.

Dans son livre le plus récent, Frédérick Leboyer veut nous faire comprendre et expérimenter «l'art du souffle», et non pas une nouvelle méthode de respiration. C'est au moyen de nombreuses photos et surtout par son texte qu'il nous y amène. Ce dernier, bâti comme un dialogue entre deux femmes, exprime la démarche d'apprentissage de l'une, l'autre étant son guide.

Leboyer nous amène à réfléchir et à découvrir un autre sens, sinon le vrai sens du mot «relaxation». Il nous parle de l'art d'être assise, de trouver une posture qui convient, sans être trop raide ou trop molle. Il nous propose de respirer en chantant i.e. faire un son en expirant; expérimenter le vide au bout du souffle et de le savourer, respirer dans son ventre, le sentir avec ses mains, être consciente de son enfant... Leboyer explique longuement, il revient sur des détails (bien illustrés), corrige les erreurs de pensée et de geste.

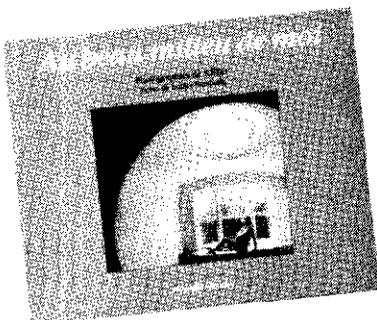
L'auteur nous parle aussi de deux voies : accoucher dans la douleur, ou dans la joie. Pour lui, la libération du souffle va mener la femme à la joie de l'accouchement. Il explique comment traverser la tempête, comment «naviguer dans l'ouragan» de l'accouchement. Enfin il parle de «la poussée» en des termes radicalement différents de

ceux qui nous sont enseignés : il n'est pas question de pousser, ni de faire sortir l'enfant, ni de bloquer sa respiration; il s'agit plutôt de s'ouvrir, céder, s'abandonner, laisser passer l'enfant...

Il est évident qu'à côté de la méthode Lamaze, ce livre est un baume pour les femmes qui vont accoucher. Il est un très bon outil pour aborder l'accouchement.

MAIS, pourquoi, encore se faire dire comment accoucher par un homme? Pourquoi nous donne-t-il l'ordre d'accoucher dans la joie? (p. 153). Comme il y a le jour ET la nuit, il y a la douleur ET la joie de l'enfantement. Je ne crois pas non plus qu'une femme sorte de l'accouchement «indestructible, invincible» (p. 167).

Finalement c'est un peu comme si le livre était écrit en dehors d'un contexte temporel, spatial, culturel. Il est difficile, voire impossible d'isoler les femmes de leur histoire, de leur culture. Une femme qui accouche n'est pas seule : elle a parfois un mari en chômage, ou à la guerre, d'autres enfants qui ont faim etc. Il n'y a pas que les femmes occidentales et de classe moyenne...



AU BEAU MILIEU DE MOI

Photographies de Kero, textes de Louki Bersianik Éditions Nouvelle Optique, 1983.

Enfin des photos, des images qui parlent. Elles parlent de ces femmes qui sont habitées, qui portent la vie. Les corps sont tout en courbes, nus, simples, puissants, portant le mystère. C'est beau, impressionnant. C'est un apprivoisement à la beauté d'un corps enceint : car il n'est pas si loin le temps où les femmes, durant la grossesse, devaient «s'arranger pour pas que ça paraisse».

On voit aussi des petits enfants nouveau-nés, qui étaient «au beau milieu» d'une femme, comme des milliers d'autres, comme chacun et chacune d'entre nous...

Le texte qui accompagne ces images semble vouloir expliquer le dedans de ces ventres. L'infiniment petit, le début,

la conscience et la matière intérieure.

Les mots sont poétiques, recherchés, mais aucun ne se transforme en parole. Comme ce langage est hermétique, compliqué! Le texte ne va pas avec la simplicité de l'image; d'ailleurs il a fallu rajouter un microglossaire pour s'y retrouver. C'est tout dire.

Le livre vaut surtout la peine d'être vu...

VIENT DE PARAÎTRE :

par Michèle Champagne

UNE MÈRE RACONTE – UNE SI LONGUE NAISSANCE

Françoise Loux – Les éditions de l'homme – 1984.

Dans ce livre-témoignage, Françoise Loux raconte la «longue naissance» de son enfant Valentin, né trois mois et demi avant terme, et leur commun apprentissage de la vie durant les quatre mois de sa gestation à l'hôpital.

ERRATUM :

Dans le dernier numéro, Michèle Champagne signait la critique du livre «Des experts et des femmes». Son nom ayant été omis, nous nous en excusons.

ACTIVITÉS ESTIVALES, ici et ailleurs

WATERLOO, Québec

RASSEMBLEMENT DE SORCIÈRES ORDINAIRES

Semaine d'ateliers et activités pour femmes seulement au bénéfice de l'école d'études sacrées Sunray.

Date : 20 au 27 juillet 1984.

Coût : contribution volontaire.

Endroit : Waterloo, les femmes camperont sur place, apportez votre matériel. Garderie sur place.

Ateliers : astrologie, herbologie, guérison, auto-protection (self-defense), cinéma, menstruation, massage, musique, danse et chant sacrés, conscience par le mouvement (Feldenkrais), symbolisme dans le dessin, construction d'une maison, méditation, rituel de purification, économie et d'autres.

Pour de plus amples informations :

avant le 1/7/84 :

Sapho (514) 521-8110 (Mtl),

Tournesolle (514) 791-2243

(St-Hyacinthe)

après le 1/7/84 :

(514) 539-1548 (Waterloo) entre 19 h et 20 h tous les soirs ou écrivez à «Une terre», Waterloo, Québec, JOE 2N0.

Un peu d'avance, mais... il faut s'y préparer :

TORONTO, Ontario

ASSOCIATION DES SAGES-FEMMES DE L'AMÉRIQUE DU NORD (ASFAN)

2^e assemblée générale annuelle sous le thème «Créer l'unité».

Date : 1^{er} au 4 novembre 1984.

Coût : environ 130,00\$, plus la nourriture et l'hébergement.

Ateliers : kiosques, conférences.

Invités : Dr. Kloosterman, David Stewart (NAPSAC), Dorothea Lang,...

Pour de plus amples informations et/ou enrégistrement :

Rena Porteus, 1323 Sherwood Ct., Burlington, Ontario, Canada, L7M 1C8.

WOODSTOCK, New-York

LES HERBES MÉDICINALES

Ateliers offerts par Susun S. Weed.

Chaque atelier comprend un travail théorique et pratique, un repas recherché à base d'herbes et une marche dans la nature.

Les coûts sont de 35\$ à 50\$... Pour enrégistrement : envoyer vos noms, adresses et numéro de téléphone ainsi qu'un dépôt de 25\$.

Vendredi 27 juillet 1984 : usage quotidien des herbes.

Cet atelier portera sur les herbes utilisées pour les soins des dents, de la peau et des cheveux, les cosmétiques à base d'herbes comme déodorant, gargarisme, masque facial...

Samedi 28 juillet 1984 : la pharmacie à base d'herbes.

Cet atelier se centre sur les herbes qui peuvent remplacer les médicaments comme tranquillisants, remontants, antibiotiques, laxatifs,...

Samedi et dimanche 1^{er} et 2 septembre 1984 : les femmes, les sorcières et les plantes (atelier pour femmes seulement).

Cet atelier porte sur les herbes et les rituels prévenant et guérissant les problèmes de menstruation et de ménopause, les infections vaginales et de vessie, les kystes et cancers du système reproductif, la fertilité, la grossesse et le contrôle des naissances par les plantes.

Pour informations :

Susun S. Weed, P.O. Box 64,
Woodstock, New-York 12498.

Tél. : (914) 246-8081.

COUPON D'ABONNEMENT

Je désire m'abonner à la revue L'UNE À L'AUTRE (4 numéros)

Individu-e-s :	\$10.
Groupes :	\$15.
De soutien :	\$20. ou plus
Corporations et institutions :	\$25.
De soutien :	\$40. ou plus
Étranger, ajouter \$5.	

Ci-joint la somme de : _____

RELAIS-FEMMES DE MONTRÉAL

506 STÉ-CATHERINE E. SUITE 800

MONTRÉAL Q.C. H2T 2S7

NOM : _____

TÉL. : 844-4509

ADRESSE : _____

Retourner à :
Naissance-Renaissance
C.P. 249
Succursale E
Montréal, Qué. H2T 3A7