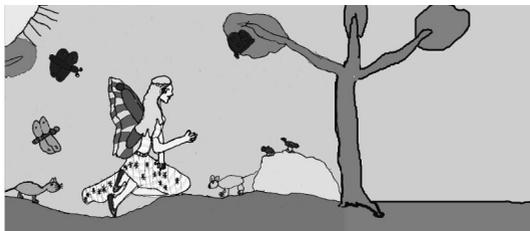


## 2. Un enfant accueilli dans la joie



### *Une merveille s'éveille*

Dans une famille dont les parents pratiquent l'Accouchement Naturel Autonome, les frères et sœurs peuvent très vite être les témoins de la naissance. Celle-ci n'a rien de traumatisant. Ils découvrent le nouveau-né tranquillement endormi dans le lit des parents, si la naissance a eu lieu la nuit ou à l'aube. Ils le trouvent dans les bras de sa mère, quelques minutes après être sorti du ventre, dormant encore ou à peine réveillé, si la naissance a lieu pendant la journée.



**Quatre de nos enfants  
contemplant leur petite sœur qui vient de naître**

Tous les enfants se rassemblent autour des parents et du bébé. C'est la joie sur les visages. Le nouveau venu est le bienvenu. Les plus petits se demandent d'où il peut bien sortir ! Et les plus grands ont tôt fait de leur expliquer ! Les premiers temps sont à l'observation, la découverte, la contemplation. Le nouveau-né devient un pôle d'attraction.



### **Les enfants autour de Valloelle qui va prendre son bain**

Chaque naissance enrichit l'univers relationnel familial. Cela est source de toujours plus de joie et de bonheur partagés. On parle du nouveau-né. On le dévisage. On le décrit. On lui donne un prénom. On se familiarise avec lui. On lui apporte des présents, des fleurs.

Tous les enfants veulent le prendre dans les bras. Même s'ils ne savent pas trop comment le lui dire, il fera bientôt partie de la bande, il rejoindra la fratrie dès qu'il le pourra !



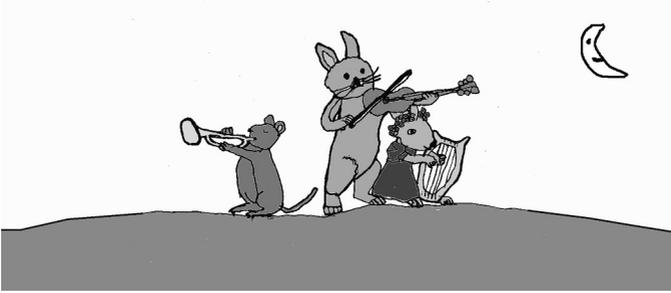
**Denis avec bébé Sylvain et Fabienne avec bébé Amsya**

On a envie de communiquer la joie liée à sa naissance. On l'annonce dans la famille, auprès d'amis, de voisins. On se rappellera de sa venue en la fêtant chaque année à son anniversaire, les parents et les plus grands évoquant leurs souvenirs des instants vécus, les plus petits apprenant comment cela s'est passé, tous célébrant ensemble cet heureux évènement.



**Les 13 ans de Benoît en Australie**

### 3. Des circonstances de naissance source de satisfaction



*Un virtuose à l'œuvre*

Une naissance est un moment fort de la vie, tout particulièrement pour les parents, qui se souviendront pour toujours des circonstances de la naissance de chacun de leurs enfants. Aussi, accordent-ils généralement beaucoup d'attention à l'évènement qu'est une naissance.

Les parents peuvent vouloir offrir à leur bébé la « meilleure » naissance possible. Et comme chacun a sa propre idée de ce qu'il souhaite pour son enfant, ils en parlent en couple et décident, dans l'idéal, à deux.

C'est pour cela que les circonstances de la naissance d'un enfant sont un peu le reflet de l'état d'esprit du couple à ce moment-là. Elles montrent ce qui est important pour lui dans la vie.

Pour un couple qui fait le choix particulier de l'Accouchement Naturel Autonome, l'important c'est d'être ensemble, à la fois acteur et bénéficiaire direct de ce choix.

Ce couple vit la naissance à sa façon, comme il l'avait imaginée, comme il a osé la penser et la préparer, comme il a su la conduire et la mener à son terme : dans l'amour et le respect, le calme et la pénombre, l'intimité et la proximité conjugale.

En assumant l'entière responsabilité de la naissance de ses enfants, le couple se donne la liberté de pouvoir apprendre à accompagner un processus naturel, celui de la naissance, afin de contribuer à créer les circonstances d'un événement heureux.

Quand il y parvient, il éprouve alors une profonde satisfaction. Il se sent heureux d'avoir créé lui-même le contexte d'accueil idéal qu'il désirait pour son enfant.

## TÉMOIGNAGE

### Notre satisfaction de naissances vécues en couple

La vie nous a peu à peu amenés à choisir l'Accouchement Naturel Autonome vécu en couple.

Ce choix, nous l'avons fait, au nom de nos enfants, au nom de l'immense respect que nous portons à leur personne, à leur dimension divine venue humblement s'incarner dans un petit corps humain.

Ce choix, nous l'avons fait d'abord timidement, discrètement, puis avec de plus en plus d'assurance et de confiance en nous et en la vie, au fil des naissances et des années.

Les circonstances de naissance ont pu varier d'un enfant à l'autre, selon le pays où nous vivions – au Cameroun, en France, en Nouvelle-Calédonie, en Australie ou en Bolivie – et les conditions de vie que nous avons alors : une pièce de vie, une maison avec baignoire, une tente de camping au bord d'un ruisseau, un mobile home, une suite d'hôtel.

Mais toujours sont restées constantes notre proximité conjugale et la volonté de laisser le processus de naissance se produire naturellement.

À chaque naissance, nous nous sommes organisés à notre façon, tout en nous adaptant aux circonstances de la vie.

C'est le fait de nous sentir libres dans nos choix, décisions et actions, à chaque instant, avant, pendant et après chaque accouchement, qui nous a procuré tant de satisfaction, la satisfaction de créer nous-mêmes les circonstances d'une naissance naturelle et paisible vécue au cœur de notre intimité conjugale et partagée avec les autres enfants.



***Chaque AUTONOMIE gagnée  
est une victoire sur soi-même.***

## . Chapitre C – Les bénéfices de l’AUTONOMIE acquise



Quand un couple vit un accouchement dans l’intimité conjugale, dans le respect du processus naturel et la liberté du choix des circonstances de la naissance, il entre à l’école de la Vie.

La Vie devient son maître. Elle enseigne au couple attentif et désireux d’apprendre comment prendre part harmonieusement à son œuvre créatrice. Elle lui insuffle Conscience, Confiance et Courage, pour devenir autonome dans l’accueil des enfants qui lui sont confiés.

Cette autonomie grandit au fil des naissances, qui sont autant d’occasions pour approfondir l’apprentissage et maîtriser davantage cette capacité potentielle des êtres humains à engendrer une descendance d’une manière naturelle et paisible.

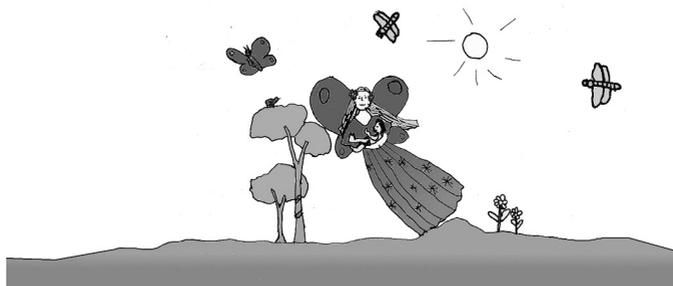


**Notre couple avec Joviel,  
onzième enfant de la famille**

L'acquisition de l'autonomie en matière d'accouchement apporte plusieurs bénéfices :

- ◆ elle est source d'**épanouissement pour le couple** qui a su conduire seul l'accouchement
- ◆ elle **influence positivement le modèle éducatif parental**
- ◆ elle motive le couple à **poursuivre son œuvre divine d'enfantement**

# 1. L'épanouissement procuré par la conduite autonome de l'accouchement



*La grandeur d'être mère*

## a. Acteur de sa vie

Un couple qui réussit à vivre un accouchement naturel de façon autonome est un couple qui a gagné en maîtrise de sa puissance créatrice et du meilleur qu'il peut engendrer : de nouveaux êtres humains.



L'homme et la femme engrangent le succès résultant d'efforts sur eux-mêmes, du dépassement d'appréhensions et de craintes intérieures avouées ou non. Cette victoire est source d'épanouissement pour les parents qui vivent alors une expérience semblable à celle d'un enfant qui fait ses premiers pas ou conduit son vélo en lâchant les mains.

Le couple qui parvient à conduire un accouchement de façon autonome est un couple qui devient pleinement acteur de sa vie à un instant particulier de l'existence, à l'instant de transmettre la vie, de devenir parents.



**Une mère comblée**

## **b. Élève de la Vie**

En vivant l'accouchement de façon autonome, le couple de futurs parents se donne l'opportunité d'apprendre de la Vie.

Et ce sont ces leçons de la Vie qui, ramenées à la conscience, intériorisées, assimilées, font évoluer, grandir et quelque part renaître.

## TÉMOIGNAGE

### Ce que ces onze naissances nous ont enseigné

Nous avons vécu chaque naissance en couple, animés d'un fort désir d'autonomie. C'est pourquoi, à chaque accouchement, la Vie a été notre maître. Nous l'avions voulu. Elle nous a alors dévoilé quelques-uns de ses secrets, dont la connaissance nous aide aujourd'hui dans notre vie. Les voici, résumés en quelques mots :

- la Vie est un don précieux et fragile, prenons-en soin
- donner la vie est un art, une discipline, presque une vocation
- chaque évènement vient à son heure, ni avant, ni après
- la patience et la confiance sont les clés de l'acte juste
- la paix intérieure est l'état d'être le plus efficace dans la vie
- après toute épreuve il y a la joie, la joie d'avoir osé
- nous ne devons écouter et suivre que nous-mêmes, notre guidance intérieure, notre intuition première
- le détachement vis-à-vis du résultat de nos actes laisse à la Vie la liberté de manifester ce qui doit l'être, au-delà de ce que nous voulons
- la Vie est une initiation, un champ d'apprentissage

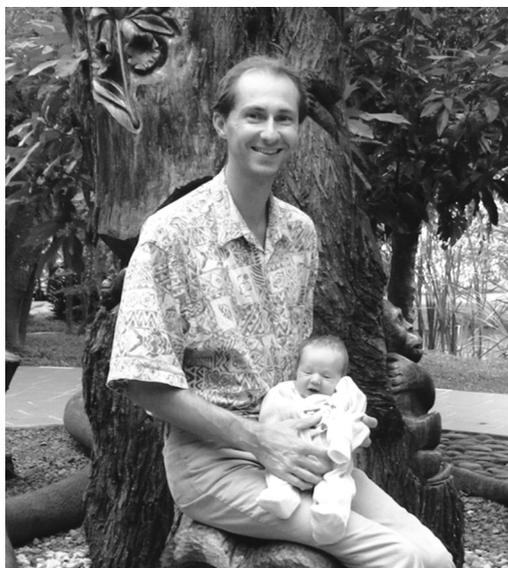
### **c. Agent du destin**

Vivre en couple des naissances, de manière naturelle et paisible, est l'une des formes que peut prendre l'apprentissage de la manière d'accompagner un processus naturel en vue de son bon déroulement.

C'est l'apprentissage de la manière d'aider la Nature à accoucher d'elle-même.

C'est l'apprentissage de la manière de prendre part à la dynamique de création universelle, humblement, à sa juste place.

C'est, autrement dit, apprendre à devenir un agent du destin, un libre instrument de la volonté de Dieu.



**Un père protecteur de l'œuvre divine**

## 2. La naissance d'êtres humains élevés dans cet esprit d'autonomie



*Je marche seul !*

### a. L'esprit des parents

Tout enfant est marqué dès sa naissance par l'état d'esprit de ses parents. Le couple devenu autonome pour mettre au monde ses enfants les élève dans le même état d'esprit. Il a fait sien l'apprentissage de la naissance, pour l'appliquer en matière d'éducation.



## **b. L'esprit des enfants**

Les enfants nés naturellement et paisiblement, au sein de l'intimité conjugale, apprennent et progressent dans leur vie, de façon libre et autonome. Ils ont confiance en eux-mêmes. Ils avancent dans la vie avec assurance et avec un sens inné de ce qu'ils sont venus vivre sur cette Terre. Bref, « ils font leur vie », comme nous aimons l'exprimer en résumé.

Ces enfants se laissent guider de l'intérieur et selon l'âge, par leurs instincts (manger/dormir, temps actif/temps réceptif, activités d'intérieur/d'extérieur, ...), par leur enthousiasme et leur énergie, par leurs réflexions et leurs pensées, ou encore par leur conscience et leur intuition.



**Valloelle au milieu d'un parterre de fleurs**

### **c. Préparer le monde de demain**

La famille étant la cellule de base de toute société humaine, c'est en son sein que s'ébauche le monde de demain et se préparent les transformations du monde d'aujourd'hui.

Quand de plus en plus d'enfants naissent naturellement et paisiblement, dans l'amour de leurs parents devenus autonomes pour l'accouchement, une nouvelle société peu à peu émerge alors.

C'est une société d'individus paisibles et autonomes, guidés par leur conscience, prêts dès leur naissance à « vivre leur vie », à créer leur légende personnelle, à écrire leur propre histoire.

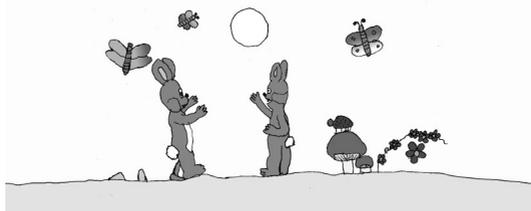
Ces individus sont prêts à vivre naturellement dans le respect d'eux-mêmes et des autres, habités par la confiance en eux-mêmes et en la vie, aptes à prendre leur place dans la société, selon ce qui les anime de l'intérieur et conduit à leur propre épanouissement.

Ces personnes, restées reliées à leur âme depuis leur naissance, sont les artisans d'un monde nouveau, un monde aligné sur le plan divin.

**Page suivante : l'exemple de Denis,  
attiré très tôt par les outils, les machines, la technique,  
passionné par la conduite,  
qui trouve jeune sa vocation  
de pilote d'avion et mécanicien d'aviation.**



### 3. L'élargissement envisageable vers d'autres divines naissances



*L'envie de croître*

#### a. Aller jusqu'au bout dans la maîtrise

Quand on réussit quelque chose pour la première fois, on a bien souvent envie de renouveler l'expérience, afin de pouvoir consolider le nouvel apprentissage, de pouvoir le maîtriser complètement. C'est vrai pour le coloriage d'un dessin, le jonglage à quatre ou cinq boules, la prononciation de son propre prénom ou encore l'interprétation d'un morceau de musique au violon !



C'est également vrai pour le premier accouchement naturel vécu en couple. Le couple ressort motivé de cette première victoire sur lui-même. Il ressort stimulé par cette première tentative concluante. Il veut recommencer. Il veut s'appropriier définitivement la naissance de ses enfants.

Une fois l'autonomie acquise, le couple peut avoir envie d'aller plus loin et de progresser encore, afin d'élargir son champ d'expérience et d'apprentissage. Il peut avoir envie de se préparer à un accouchement sans douleur, puis peut-être chercher à aller vers un accouchement orgasmique ou extatique.

Le chemin est tracé. La progression dépend alors du bien-être que la femme est capable d'atteindre dans son corps, notamment par une vie sexuelle épanouissante, permettant relaxation profonde et ouverture au plaisir.

## **b. Partager son expérience**

### **TÉMOIGNAGE**

#### **Filmer une naissance vécue en couple**

Après avoir vécu notre premier Accouchement Naturel Autonome, nous nous sommes dit que c'était possible et que nous étions capables de vivre une naissance de cette façon. C'est pourquoi, pour les naissances suivantes, nous nous sommes encore

mieux organisés et préparés à les vivre dans notre intimité conjugale. Cela est devenu quelque chose de naturel et d'acquis pour notre couple.

Lorsque Claire est enceinte de notre neuvième enfant, nous voulons aller plus loin, pour améliorer encore notre façon de mettre au monde un enfant. C'est pourquoi, nous nous intéressons au site internet « Orgasmic Birth », dont l'idée est que l'on peut chercher à vivre l'accouchement en orgasmant. Cela nous intéresse. Dans un premier temps, Claire aimerait au minimum parvenir à diminuer, voire supprimer les douleurs de l'enfantement. Nous achetons plusieurs DVD en anglais présentés sur ce site : *Birth into Being*, *Birth Day*, *Birth as we know it* et *Birth of a family*.

Ces DVDs sont très instructifs. Nous admirons à quel point les femmes russes filmées paraissent, par leur tonicité, avoir la maîtrise de leurs accouchements.

Malgré nos recherches, nous ne trouvons pas de DVD montrant pas à pas le déroulement d'une naissance naturelle vécue en couple. L'idée nous vient alors de partager notre expérience dans ce domaine en réalisant nous-mêmes un documentaire sur notre façon d'accueillir un enfant au cœur de l'intimité conjugale.

Nous décidons de nous organiser, afin que cette idée devienne un projet, puis une réalité.

Aux cinq mois de grossesse de Claire, la famille déménage sur un terrain récemment acquis dans une région de moyenne montagne en Bolivie, où elle est venue pour s'établir quelques mois auparavant. Nous appelons le lieu Angelica.

Nous y vivons encore en camping, sans électricité, avec comme seule commodité l'eau de la rivière attenante. Nous manquons de temps pour faire construire une habitation avant la naissance.

Afin de pouvoir réaliser le documentaire projeté dans de bonnes conditions, nous avons besoin d'électricité pour les caméras, et d'un lieu agréable et adapté à des prises de vue.

C'est pourquoi, nous décidons de louer un appartement dans un complexe touristique que nous connaissons, et où nos huit enfants se plaisent bien.

La date du terme de la grossesse étant le 5 janvier 2010, nous déménageons notre grande famille dans ce complexe hôtelier dès le 8 décembre 2009.

Nous pensons que la naissance pourrait avoir lieu vers la mi-décembre et réservons un appartement comportant cinq chambres pour deux semaines.

L'enfant n'est pas pressé. Deux semaines plus tard, il n'est toujours pas né. Nous prolongeons notre séjour et passons Noël dans l'établissement.

La réception nous prévient alors qu'à l'occasion des festivités du Nouvel An, toutes les chambres du complexe ont été réservées et qu'il n'y a pas moyen de rester plus longtemps. Nous devons impérativement quitter les lieux avant le 28 décembre à midi.



### **À la piscine en famille**

Les jours passent, le bébé reste au chaud dans le ventre de sa mère. L'échéance approche. Nous cherchons par internet un endroit pour loger notre famille à partir du 28. Beaucoup d'endroits sont réservés à l'occasion des fêtes du Nouvel An.

Un autre centre touristique veut bien nous recevoir pour trois jours, jusqu'au 31 décembre, mais pas plus. Nous réservons.

Le 27 décembre vers 14 heures, Claire sent que l'enfant va venir dans les 24 heures. Enfin !

Nous sommes contents que la naissance puisse se dérouler là où nous sommes, ayant prévu de nous occuper, en plus de la naissance proprement dite, de faire des captures vidéo pour le documentaire.

Étant donné que nous devons quitter les lieux rapidement, il nous faudra en même temps préparer les bagages.



**Le rangement des bagages**

Le bébé prend son temps. Le lendemain, 28 décembre, vers 10 heures du matin, le bébé n'est toujours pas là, et nous sommes censés libérer l'appartement avant midi. Que faire ? N'étant pas encore capable d'écrire correctement en espagnol, Christophe rédige une note en anglais pour la réception. Il explique que le bébé vient de naître, et que pour cette raison, nous demandons l'autorisation de rester jusqu'à 15 heures. Il est sous-entendu que la naissance a eu lieu à l'hôpital, comme il se doit. C'est un mensonge, mais peu importe, nous voulons à tout prix éviter une naissance dans le taxi.

Notre fils aîné, âgé de 14 ans, est chargé de porter la note au réceptionniste. Bien sûr, il n'en dira pas plus.

Les heures passent. Les captures se succèdent. À 14 heures, l'enfant arrive. Le temps de sectionner le cordon, attendre la délivrance, enterrer discrètement le placenta dans le parc, nous habiller, ranger le matériel vidéo, boucler les bagages, commander un taxi et laisser les lieux en ordre, nous quittons l'hôtel finalement à 17 heures avec notre nouveau-né, Valoelle, portée dans les bras de sa mère, en direction du second centre touristique.

Seul un employé de l'hôtel, qui nous connaissait déjà, aura compris que l'enfant est en fait né sur place.

### **c. Enfanter selon la volonté de Dieu**

Le Créateur a voulu que les humains puissent se reproduire et se multiplier à la surface de notre planète. Mais enfanter reste un don de Dieu, comme nous l'avons compris après la première fausse-couche de Claire en 1995. Désirer un enfant n'est pas toujours suffisant dans un couple. Il est nécessaire que physiologiquement la fécondation se produise, puis que l'embryogenèse ait lieu et que la gestation se poursuive jusqu'à son terme. Or, cela se fait selon des processus dont nous n'avons pas la maîtrise. C'est en cela qu'une naissance relève du divin.

Aussi, avoir beaucoup d'enfants, c'est être honoré par Dieu, qui permet au couple de parents d'avoir une large descendance, à qui seront transmis certains attributs physiques, psychiques, mentaux, culturels, spirituels. Avec cette descendance, le couple va établir une relation privilégiée, une relation parentale.

Par ailleurs, chaque enfant, quel que soit son âge, est un être unique, engagé sur son propre chemin d'évolution et doté d'une personnalité humaine et divine à la fois. Il peut donc être considéré comme l'une des facettes de Dieu. Avec ce regard, les parents s'attachent à découvrir peu à peu l'âme de l'être qui s'incarne dans cet enfant, afin de le guider au mieux, dans cette vie, sur son propre chemin, dans le respect de sa liberté souveraine et dans le respect de la loi universelle d'innocuité envers lui-même, autrui et le monde.

Dans cette famille, les personnalités individuelles peuvent se manifester à leur état naturel. Cette famille devient une mini-société, riche de la diversité et complémentarité entre chacun de ses membres, et creuset d'un art de vivre dans lequel chacun trouve naturellement sa place et son épanouissement.

Le couple, conscient de son pouvoir créateur et de sa responsabilité, enfante alors selon la volonté de Dieu. Il a fait sien le commandement divin « croissez » spirituellement « et multipliez-vous » afin que vos progrès spirituels fassent avancer l'humanité à travers votre nombreuse descendance. Le couple participe ainsi au plan divin pour l'humanité, emplir le monde d'êtres reliés à leur âme et spirituellement tournés vers Dieu, c'est-à-dire vers les forces de Paix, de Joie et d'Amour naturellement présentes dans le cœur de chaque être humain .





# CONCLUSION GÉNÉRALE

## **L'Accouchement en couple, manifestation de l'Amour envers les générations futures**

C'est tout un cheminement, à travers de multiples naissances, qui nous a conduits à l'Accouchement Naturel Autonome vécu en couple.

Dans cet ouvrage, nous avons voulu partager notre expérience et traiter des aspects essentiels, afin d'en montrer l'intérêt et d'en faciliter l'appropriation par tous les couples femme-homme désireux, comme nous, d'offrir à leurs enfants **la meilleure naissance** qu'il soit possible de vivre : **un instant sacré**.

L'arrivée d'un nouvel enfant est un événement à la fois unique et universel. Chaque être humain a sa propre histoire de naissance, liée au jour et au lieu où il est né. Les circonstances de cette naissance dépendent à la fois de lui et de ceux qui l'accueillent.

Pour vivre une naissance naturellement et paisiblement, le couple doit apprendre à développer la **Conscience**, la **Confiance** et le **Courage** nécessaires.

Il doit aussi comprendre les étapes d'une naissance naturelle : l'**Ouverture** du corps de la femme parturiente, le **Passage** de l'enfant vers le monde extérieur et le **Nouveau Départ** pour la trilogie nouveau-né – mère – père.

Une fois cela acquis, la naissance devient le moment où le couple récolte **les fruits de son amour** : non seulement **l'enfant** que la Vie veut bien lui confier, mais aussi **les valeurs** que la Vie lui enseigne à cet instant de la naissance et qui lui serviront dans l'art d'être parents : le **Respect**, la **Liberté** et l'**Autonomie**.

\* \* \*

L'enfant étant marqué à jamais par la manière dont on l'a accueilli dans ce monde, c'est la responsabilité et même le devoir des adultes de **faire de chaque naissance un évènement heureux**.

L'enfant né naturellement et paisiblement reste capable de **manifester abondamment l'Amour** qui l'habite, ce don de Dieu qu'il introduit avec lui dans ce monde en naissant. Il reste capable de participer aux flots d'Amour qui inondent naturellement le monde de naissance en naissance, génération après génération.

Cet Amour est d'abord innocence, dépendance et fragilité. Puis il devient tendresse, affection, regard et relation, avant

de devenir sourire, rire, et autres expressions de joie et de bien-être, tout au long de sa vie.

\* \* \*

La vie végétale et animale sur notre planète est un miracle dont nous pouvons nous émerveiller. S'ils ne sont pas perturbés, les écosystèmes se reproduisent d'eux-mêmes, depuis la plus petite plante insignifiante jusqu'au bel arbre majestueux, depuis le plus modeste insecte jusqu'au gros mammifère, chacun ayant sa place, son rôle à jouer dans la dynamique évolutionnaire du monde.

La vie humaine est un cadeau du Créateur. Chacun d'entre nous dispose de plusieurs années pour écrire sa propre histoire, vivre sa vie à sa façon et éventuellement engendrer de nouveaux êtres humains. Ceux-ci seront ses enfants, qui lui survivront sans doute, et pourront un jour se reproduire à leur tour, afin que la chaîne des humains se perpétue sur Terre.

\* \* \*

Chaque être humain a aussi **le pouvoir de vouloir** transmettre la Vie en se laissant guider par l'Amour. **Enfanter** devient alors **une expérience transcendante** qui nous relie au cœur de la génération suivante.

En maintenant un état de **Paix** et de **Respect** au moment de la naissance, on permet à l'enfant qui arrive dans ce monde de vivre ses premiers instants dans un **état d'Amour**.

Quand ces instants sont l'œuvre de l'amour conjugal dont il est issu, **l'enfant engramme l'expérience de sa naissance comme la forme-première sous laquelle se manifeste l'amour d'une génération pour la suivante.**

Nous pensons que les enfants accueillis ainsi, au cœur de l'amour parental, portent en eux les germes nécessaires pour devenir les courageux bâtisseurs d'un Monde Nouveau, **un monde gouverné par l'Amour.**

# ANNEXES

## Bébéscope

- Benoît
- Denis
- Blandine
- Fabienne
- Samuel
- Sylvain
- Maévangéline
- Amsya
- Valoelle
- Valloelle
- Joviel

## Hommage à Valoelle

- Les deux portes de la vie
- Poème pour Valoelle
- Lettre à Valoelle

# BÉBÉSCOPE

De janvier 1996 à août 2015, nous avons accueilli onze bébés, nés sur les quatre continents où nous avons vécu.

Chaque naissance fut unique, de par le lieu où elle s'est déroulée, les circonstances dans lesquelles elle a eu lieu, et certaines particularités propres à l'enfant.

En voici résumées les principales caractéristiques.

# Benoît

janvier 1996 – Montpellier (France)



**CONTEXTE** : Claire termine la rédaction de son mémoire d'ingénieur, Christophe finit son objection de conscience.

**CIRCONSTANCES** : Visite du 9<sup>e</sup> mois à la gynécologue la veille. Une amie en visite est présente. Accouchement dans la voiture, avant l'aube, sur le chemin de la clinique.

**DURÉE** : 7 heures.

**PARTICULARITÉS** : Accouchement non assisté inopiné ; expulsion brusque de l'enfant réceptionné par sa maman, enfant né en dormant. Puis, en clinique : couveuse pour l'enfant et délivrance de la mère.

**DÉCLARATION** : En mairie par le père, sur présentation d'un certificat de naissance délivré par la clinique.

# Denis

avril 1997 – Maroua (Cameroun)



**CONTEXTE :** Nous travaillons tous les deux à plein temps comme volontaires dans une ONG. Claire n'a pas le droit à des congés de maternité payés

**CIRCONSTANCES :** Accouchement à domicile, dans la chambre parentale, dans l'après-midi. Une voisine camerounaise et un accoucheur traditionnel sont présents pour assister le couple.

**DURÉE :** 12 heures.

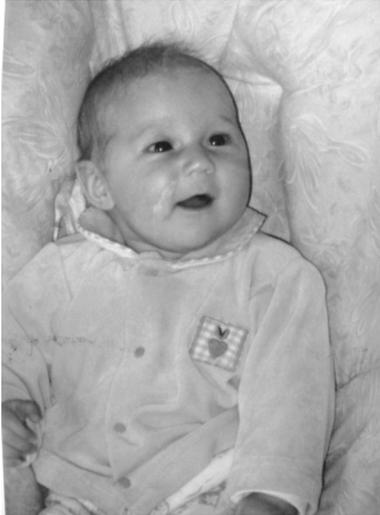
**PARTICULARITÉS :** Claire épuisée par 12 heures de travail. Enfant né en dormant, paisible et doux de caractère.

**GARDE DES ENFANTS :** Benoît est à domicile avec sa nourrice habituelle.

**DÉCLARATION :** En mairie par le père, sur présentation d'un certificat de naissance délivré par une infirmière, puis transcription sur les registres de l'état civil français.

# **Blandine**

février 1999 – Aubigné-sur-Layon (France)



**CONTEXTE** : Nous vivons en Anjou. Claire s'occupe des enfants, Un emploi en banlieue parisienne est proposé à Christophe lors d'un entretien fixé le jour de la naissance.

**CIRCONSTANCES** : Préparation avec une sage-femme pratiquant des accouchements à domicile. Jeûne en début de grossesse et cure de désintoxication. Accouchement à domicile, en couple, dans la salle de bains, après l'aube.

**DURÉE** : 3 heures.

**PARTICULARITÉS** : Se déclenche après une bonne nuit ; Claire a le dessus de son accouchement. L'enfant arrive en dormant et dort encore 10 minutes après la naissance.

**GARDE DES ENFANTS** : Une amie récupère Benoît et Denis une heure avant la naissance, pour les emmener.

**DÉCLARATION** : En mairie, sur certificat délivré par une sage-femme venue à domicile.

# Fabienne

octobre 2000 – Aubigné-sur-Layon (France)



**CONTEXTE :** Christophe travaille à 35 km du domicile familial. Claire est à la maison. Elle emmène les enfants à l'école quatre fois par jour.

**CIRCONSTANCES :** Préparation et suivi d'un traitement avec une sage-femme homéopathe. Accouchement en couple, dans salle de bains, en pleine nuit.

**DURÉE :** 3 heures.

**PARTICULARITÉS :** Union conjugale avant le déclenchement de l'accouchement qui est rapide. L'enfant arrive en dormant et dort encore vingt minutes après la naissance.

**GARDE DES ENFANTS :** Une amie vient à la maison trente minutes après la naissance pour emmener les enfants.

**DÉCLARATION :** En mairie, sur certificat délivré par un médecin homéopathe venu à domicile.

# Samuel

août 2002 – Aubigné-sur-Layon (France)



**CONTEXTE :** Arrêt de l'entreprise (laboratoire), démarrage de la rénovation de notre ferme. Grandes vacances des enfants

**CIRCONSTANCES :** Préparation avec un homéopathe pratiquant la digito-pression ou shiatsu. Accouchement en couple, dans la salle de bain, en pleine nuit.

**DURÉE :** 4 heures.

**PARTICULARITÉS :** L'enfant arrive en dormant, le cordon enroulé deux fois autour du cou ; expulsion et délivrance simultanées.

**GARDE DES ENFANTS :** Une amie vient à domicile pour coucher les enfants le soir avant la naissance.

**DÉCLARATION :** En mairie, sur certificat de naissance délivré par un médecin généraliste de garde pendant les grandes vacances.

# Sylvain

mars 2004 – Aubigné-sur-Layon (France)



**CONTEXTE :** Les travaux de rénovation ont avancé. Naissance dans la nouvelle chambre parentale tout juste terminée.

**CIRCONSTANCES :** Grossesse en hiver, vécue en partie au lit à tricoter, lire et écouter la radio. Accouchement en couple, avant l'aube.

**DURÉE :** 3 heures.

**PARTICULARITÉS :** Claire se recouche et se rendort presque au moment de l'expulsion, pensant que la naissance est pour plus tard. L'enfant arrive en dormant et dort encore 10 minutes après la naissance.

**GARDE DES ENFANTS :** Les enfants dorment et découvrent le bébé à leur réveil.

**DÉCLARATION :** En mairie, sur constat de naissance à domicile effectué par l'officier de l'état civil.

## Maévane

janvier 2006 – Pô (Nouvelle-Calédonie)



**CONTEXTE :** La famille vient juste de se déplacer pour établir un nouveau campement sur la propriété d'un Caldoche qui accepte sa présence comme gardiens. Les enfants dorment dans une cabane, les parents sous tente.

**CIRCONSTANCES :** Claire se baigne fréquemment dans la rivière de montagne adjacente. Accouchement en couple, sous tente, le matin.

**DURÉE :** 3 heures.

**PARTICULARITÉS :** L'enfant est éveillée à sa naissance, cyanosée avec le cordon ombilical enroulé autour du cou.

**GARDE DES ENFANTS :** Les enfants s'autogèrent, les plus grands s'occupent des plus petits.

**DÉCLARATION :** À la mairie, sur présentation d'un certificat de naissance délivré par une sage-femme venue constater la naissance sur place.

# Amsya

août 2007 – Mount Warning (Australie)



**CONTEXTE** : Nous louons un mobile home dans un parc de caravanes, pour passer l'hiver.

**CIRCONSTANCES** : Déclenchement le matin après une bonne nuit. Accouchement en couple, dans la salle de bains, appuyée sur le bord de la cuvette des toilettes.

**DURÉE** : 3 heures.

**PARTICULARITÉS** : Perte des eaux trois heures avant la naissance, dans la nuit. L'enfant arrive en dormant et dort encore dix minutes après la naissance.

**GARDE DES ENFANTS** : Auto-prise en charge, les grands s'occupent des petits. Une voisine emmène les grands à l'école, le matin, juste après la naissance.

**DÉCLARATION** : Aux registres de l'état civil australien, sur présentation d'un certificat délivré par une sage-femme, puis transcription sur les registres de l'état civil français.

# Valoelle

décembre 2009 – Santa Cruz (Bolivie)



**CONTEXTE :** Nous avons prévu de filmer la naissance. Nous louons un grand appartement, pour toute la famille, dans un complexe touristique de la ville.

**CIRCONSTANCES:** La direction nous demande de quitter l'hôtel réservé pour les fêtes de fin d'année. Le déclenchement a lieu le jour du départ, différé de quelques heures du fait de la naissance imminente. Accouchement en couple, au bord de la baignoire, en milieu de journée. Transfert de la famille dans un autre centre de tourisme trois heures après la naissance.

**DURÉE :** 24 heures.

**PARTICULARITÉS :** Poche des eaux rompue trente minutes avant la naissance ; l'enfant est éveillée.

**GARDE DES ENFANTS :** Auto-prise en charge des enfants, les grands s'occupent des petits.

**DÉCLARATION :** Aux registres boliviens avec deux témoins, puis transcription sur les registres de l'état civil français.

# Valloelle

novembre 2011 – Paredones (Bolivie)



**CONTEXTE :** Nous résidons en Bolivie depuis deux ans et possédons un terrain en zone montagneuse mais pas encore de logement pour les parents.

**CIRCONSTANCES :** Accouchement en été en couple, dans le jardin, sous moustiquaire, en bordure de ruisseau, à la tombée de la nuit.

**DURÉE :** 6 heures.

**PARTICULARITÉS :** Les autres enfants arrivent juste après l'expulsion et sont témoins du bébé qui dort encore vingt minutes après sa naissance. Réalisation d'un clip vidéo.

**GARDE DES ENFANTS :** Les grands s'occupent des petits. Les enfants font chauffer de l'eau au feu de bois pour le premier bain du bébé.

**DÉCLARATION :** Aux registres boliviens, avec deux témoins, puis transcription sur les registres de l'état civil français.

# **Joviel**

août 2015 – Paredones (Bolivie)



**CONTEXTE :** Nous vivons depuis cinq ans au même endroit, un lieu entouré de nature, calme et énergisant.

**CIRCONSTANCES :** Accouchement en hiver en couple, dans une pièce des sanitaires, au bord du lit, le matin.

**DURÉE :** 2 heures.

**PARTICULARITÉS :** Joviel pousse un cri en naissant. Valloelle arrive juste après. Elle est témoin du bébé qui dort encore vingt minutes après sa naissance ; réalisation d'un clip vidéo.

**GARDE DES ENFANTS :** Les petits s'autogèrent. Les grands ne vivent plus sur le lieu depuis longtemps.

**DÉCLARATION :** Aux registres boliviens avec deux témoins.



**Valoelle**

décembre 2009 – avril 2010

## **HOMMAGE À VALOELLE**

Valoelle est notre neuvième enfant. Sa naissance et ses premiers mois ont été filmés afin de partager notre expérience en matière d'Accouchement Naturel Autonome vécu en couple.

Elle nous a subitement quittés à l'âge de trois mois.

Nous lui dédions cet ouvrage et lui rendons ici hommage.

# LES DEUX PORTES DE LA VIE

## Naître, c'est mourir un jour

Toute naissance est liée, à travers l'existence, à la mort inévitable, qui surviendra tôt ou tard. Naissance et Mort sont les deux portes de la Vie. La première est la porte d'entrée et la seconde la porte de sortie !

L'au-delà étant entouré de mystère, il est raisonnable de s'attacher à la vie et donc à la valeur de ce qui est vécu. Concevoir un enfant est un heureux présage. Attendre un enfant est un temps de bonheur. Enfanter devient merveilleux. La Vie est un prodige de la nature, dont on peut s'émerveiller chaque jour, comme le font les enfants.

## Accueillir la mort comme on accueille la vie

Accepter la vie, c'est accepter la mort éventuelle, à tout instant. Vie et mort étant liées, aimer l'une, c'est déjà apprendre à aimer l'autre comme faisant partie du jeu de l'existence.

Découvrir le sens de la vie aide aussi à découvrir le sens de la mort : c'est de renaître un jour quelque part, sous une forme ou sous une autre, comme une plante meurt après avoir donné du fruit, dont la semence attend son heure pour germer un jour.

## Valoelle et les papillons

C'est vraiment sous l'hospice des papillons que Valoelle est née. Elle a vécu ses premiers jours dans un centre consacré aux papillons tropicaux, le BioCentro Güembé de Santa Cruz (Bolivie).

Les papillons y sont visibles en liberté dans une volière, présentés au public et exposés également en collection mise sous verre. Vêtue d'un « body papillon », Valoelle n'a pas cessé de ravir son entourage par sa présence, son éveil précoce et sa promptitude à entrer en relation.

Elle nous a quittés subitement pour ses trois mois...un peu comme ce magnifique papillon monarque, dont c'est la durée de vie maximale. Valoelle est reparti vivre parmi les Anges. Son vêtement ne nous le disait-il pas déjà en présage ?

### Un ange christique

Valoelle est née trois jours après Noël, dans des conditions rappelant celles de la naissance de Jésus : pas de place pour les parents dans les hébergements, du fait de la période de festivités. Elle est décédée trois jours après le Vendredi Saint. Par sa vie tellement courte, Valoelle nous a fait vivre une expérience christique, nous ramenant à l'Essentiel, à ce qui reste au-delà de la Mort, la vibration d'Amour inconditionnel réciproque.

Désormais, nous nous retrouvons séparés de cet enfant que nous avons attendu avec Joie, accueilli dans la Paix, choyé avec Tendresse, cet enfant qui s'est éveillé avec Émerveillement, qui nous a souri avec Vivacité, qui nous a comblés chaque jour par sa présence et par ses rires... jusqu'au jour où elle nous a quittés subitement.

Nous garderons à jamais dans nos cœurs et dans nos vies ce fort sentiment d'Amour partagé.

## POÈME POUR VALOELLE

*Un Ange est passé.  
Il nous a laissé l'Amour.  
Puisse cet Amour habiter nos cœurs...*



*Un Ange est reparti  
au royaume de la Paix.  
Puisse cette Paix pacifier nos âmes...*



*Un Ange est présent à chaque instant.  
Il nous éclaire par sa lumière.  
Puisse cette lumière illuminer nos vies...*



*Un Ange nous donne chaque jour  
la Joie d'être vivants.  
Puisse cette Joie remplir nos êtres...*



*Un Ange reviendra  
Il nous apprendra l'essentiel  
Puisse cet essentiel guider nos existences...*



*Un Ange nous comblera  
Des Richesses de son Esprit  
Puisse ces Richesses enrichir  
nos chemins d'évolution...*



## LETTRE À VALOELLE

*Valoelle, mon petit bébé chéri,*

*Ton âme a quitté ce petit corps tout mignon, qui a pu prendre forme et puis grandir grâce à l'énergie de mon corps pendant ces neuf mois de grossesse et ces trois mois d'allaitement complet.*

*Mes yeux embués de larmes s'unissent à mes seins engorgés et douloureux qui pleurent abondamment ce lait, dont désormais ton petit corps inerte et inanimé n'a plus besoin.*

*Ce sevrage brutal, qui va laisser le lait s'écouler et mouiller mes vêtements pendant près de deux semaines après ton départ, me rappelle douloureusement combien ta vie bien fragile dépendait encore étroitement de la mienne. Habituee à rythmer mes journées entre tes tétées, tes soins et tes plages de sommeil, je ressens le vide de ton absence. J'ai encore gardé le réflexe de vérifier si tu dors bien, si tu*

*as déjà besoin de ta prochaine tétée, si tu veux te promener...*

*Mes bras vides ressentent le manque de ta présence et de ta chaleur à mes côtés.*



*Merci d'être venue  
passer ces quelques mois  
parmi nous. Comme ces  
magnifiques papillons  
amazoniens qui nous  
côtoient  
quotidiennement, tu  
nous as réjouis par la  
beauté de ton âme et les  
couleurs de ton regard.  
Puis ton esprit s'est*



*envolé vers le ciel... Merci pour ton calme et ta  
sérénité qui faisaient de toi un bébé tranquille et  
paisible. Merci pour tous ces sourires qui nous ont  
remplis de ta joie de vivre chaque jour. Merci de nous  
avoir montré par ta présence que dans nos vies  
l'essentiel, c'est vraiment la vibration d'amour qui  
habite en nos cœurs. Merci de rester en esprit proche  
de nous, au-delà de ton  
absence de notre  
champ d'existence et  
de conscience.*



*Adieu mon enfant  
chéri.*

*Te amo mi amor.*

*Ta maman chérie qui  
t'aime bien au-delà de  
cette mort inattendue  
et prématurée.*

# TABLE DES MATIÈRES

. Notre chemin vers une autonomie de l'accouchement pleinement respecté.....	13
<b>Partie 1.....</b>	<b>17</b>
<b>LES SEMENCES D'UN ACCOUCHEMENT NATUREL AUTONOME VÉCU EN COUPLE....</b>	<b>17</b>
<b>Introduction – Un bon jardinier reproduit lui-même ses propres semences.....</b>	<b>20</b>
<b>Chapitre A – Éveiller sa CONSCIENCE pour s'approprier la naissance de son enfant.....</b>	<b>25</b>
1. Choisir de mettre au monde à deux un enfant conçu à deux.....	27
2. Comprendre qu'une naissance naturelle se déroule à son heure et à sa façon.....	36
a. Le temps et l'heure.....	36
b. La façon de naître.....	41
3. Imaginer ce que vit l'être sur le point de naître...	43
<b>. Chapitre B Renforcer la CONFIANCE en soi et en la vie.....</b>	<b>47</b>
1. Décider d'assumer en couple l'entière responsabilité de la naissance de son enfant.....	49
2. Cultiver la paix intérieure en vue d'un accouchement serein.....	63
3. Préparer son cœur à accueillir l'enfant tel qu'il est	

.....	66
a. S'attacher à la vie.....	67
b. Accepter la mort.....	68
<b>. Chapitre C Développer le COURAGE de préparer efficacement l'accouchement.....</b>	<b>71</b>
1. Intensifier l'harmonie conjugale à l'approche de la naissance.....	74
2. Tonifier son organisme en vue de l'effort d'endurance qu'est un accouchement.....	80
a. Entretenir la capacité respiratoire.....	80
b. Détoxifier le corps.....	81
c. Assouplir articulation du bassin et muscles du périnée.....	83
3. Se mettre à l'écoute de son corps et de son enfant .....	88
a. Bien se reposer.....	88
b. Écouter son corps.....	89
c. Écouter son enfant.....	90
<b>Partie 2.....</b>	<b>95</b>
<b>LES ÉTAPES D'UNE NAISSANCE NATURELLE ET PAISIBLE.....</b>	<b>95</b>
<b>. Introduction – Un bon jardinier collabore avec la Nature.....</b>	<b>98</b>
<b>. Chapitre A – L'OUVERTURE.....</b>	<b>103</b>
1. Les signes précurseurs.....	106
a. Accouchement psychologique.....	106

b. Forte envie de dormir.....	107
c. Pertes vaginales.....	107
d. Rupture de la membrane amniotique.....	107
2. Le début de l'ouverture.....	111
3. Les vagues de l'ouverture.....	116
a. Se mouvoir spontanément.....	117
b. Se libérer des tensions.....	118
c. S'approprier l'alternance.....	120
4. L'apogée de l'ouverture.....	124
a. La respiration haletante.....	125
b. La récupération concentrée.....	125
c. L'expression vocale.....	127
<b>. Chapitre B – Le PASSAGE.....</b>	<b>131</b>
1. La descente de l'enfant.....	133
2. L'arrivée de l'enfant.....	136
a. Assister la naissance.....	136
b. Contempler l'enfant.....	140
3. Le rite du cordon ombilical.....	141
a. Le clampage du cordon.....	142
b. La section du cordon.....	143
c. Les premiers soins au cordon.....	145
4. La délivrance de la mère.....	146
a. L'expulsion du placenta.....	146
b. La vérification du placenta.....	147
c. La limitation des pertes de sang.....	148
d. L'enterrement du placenta.....	150
<b>. Chapitre C – Le NOUVEAU DÉPART.....</b>	<b>153</b>

1. Le repos après l'effort.....	155
a. La mère.....	155
b. L'enfant.....	156
2. Le démarrage de l'allaitement.....	157
a. Les tranchées.....	158
b. L'ajustement mère – enfant.....	159
c. Le point alpha.....	160
d. L'alimentation de la mère.....	161
3. Les soins post-partum.....	162
a. Les soins à la mère.....	163
b. Les soins à l'enfant.....	165
4. La vie avec un nouveau-né.....	168
a. Les rythmes.....	168
b. L'accueil par les frères et sœurs.....	169
c. L'éveil progressif.....	171

**Partie 3.....175**

**LES FRUITS D'UNE NAISSANCE VÉCUE AU  
CŒUR DE L'INTIMITÉ CONJUGALE.....175**

**. Introduction – Un bon jardinier connaît la patience  
..... 178**

**. Chapitre A – Les bienfaits du RESPECT gagné...183**

1. La préservation de l'intégrité du corps de la mère  
..... 186

2. La sérénité et la tranquillité confiante du  
nouveau-né..... 189

3. L'harmonie du processus de naissance..... 194

**. Chapitre B – Les avantages de la LIBERTÉ exercée**  
.....201

- 1. Un accouchement vécu dans la paix.....203
- 2. Un enfant accueilli dans la joie.....207
- 3. Des circonstances de naissance source de satisfaction.....210

**. Chapitre C – Les bénéfices de l'AUTONOMIE acquise.....215**

- 1. L'épanouissement procuré par la conduite autonome de l'accouchement.....217
  - a. Acteur de sa vie.....217
  - b. Élève de la Vie.....218
  - c. Agent du destin.....220
- 2. La naissance d'êtres humains élevés dans cet esprit d'autonomie.....221
  - a. L'esprit des parents.....221
  - b. L'esprit des enfants.....222
  - c. Préparer le monde de demain.....223
- 3. L'élargissement envisageable vers d'autres divines naissances.....225
  - a. Aller jusqu'au bout dans la maîtrise.....225
  - b. Partager son expérience.....226
  - c. Enfanter selon la volonté de Dieu.....232

**CONCLUSION GÉNÉRALE.....235**

**ANNEXES.....239**



Merci d'avoir lu cet ouvrage. Nous espérons qu'il vous a apporté beaucoup de valeur et qu'il vous aidera sur votre propre chemin.

Si ce livre vous a plu, n'hésitez pas à en faire la promotion dans votre entourage et même au travers de vos réseaux sociaux.

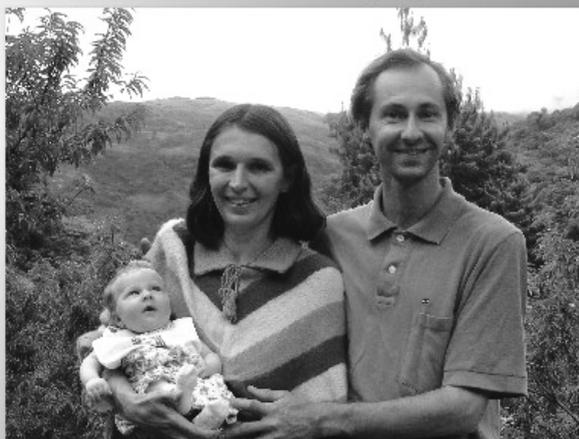
Comme promis, le DVD **VIVRE NATURELLEMENT ET PAISIBLEMENT LA NAISSANCE** est offert à toute personne ayant acheté ce présent livre.



Vivre naturellement  
et paisiblement

la naissance

La magie d'une naissance vécue  
dans la douceur, la paix et l'intimité  
de l'amour conjugal



Témoignage de Claire et Christophe  
à l'occasion de la naissance  
de leur neuvième enfant  
- décembre 2009 -

Claire et Christophe ont choisi de vivre chaque naissance au cœur de l'intimité conjugale, afin de préserver le bien-être et le plein respect de la mère et du bébé, et de donner à cet évènement un caractère sacré.

Ce DVD a été réalisé à l'attention des futurs parents qui recherchent l'autonomie dans l'accueil de leurs enfants. Il est à la fois pédagogique et pratique, abordant les différentes phases de la naissance : préparation, premiers signes, contractions, relaxation, accompagnement et rôle du père, descente et arrivée de l'enfant, section du cordon ombilical, premières tétées, premières promenades...

DVD au format 16:9 - 90 minutes

Pour recevoir un lien de téléchargement de cette magnifique vidéo, il vous suffit d'envoyer une preuve d'achat du présent livre à l'adresse suivante :

[claire.loiseleur@pangaiialoveabundancia.org](mailto:claire.loiseleur@pangaiialoveabundancia.org)