

ALESSANDRA
SUBLET

T'as le blues,
baby?

RÉCIT



Flammarion

Extrait de la publication

ALESSANDRA
SUBLET

T'as le blues, baby?

« À bien y réfléchir, je pense que mon baby blues a commencé avant même la naissance de ma fille.

Devant un étalage de pommes très exactement.

À un moment, tu ne sais pas pourquoi, tu commences à te prendre la tête pour des trucs complètement débiles.

Ce jour-là, on était au supermarché et mon homme n'avait pas choisi les bonnes pommes. Ce n'était pas les pommes que je voulais. Et je me suis mise à pleurer comme une madeleine.

Mais après l'accouchement, en retrouvant le sommeil et ma ligne, enfin familiarisée avec les gestes et toute cette logistique compliquée de la parfaite jeune maman, je pensais le baby blues chassé à jamais. Je me disais que voilà, ça avait été un moment difficile à passer et qu'à présent, j'allais à nouveau croquer la vie à pleines dents.

Tu parles! »

ALESSANDRA SUBLET est l'animatrice de *C à Vous*, talk show à succès diffusé quotidiennement sur France 5.

Flammarion

T'as le blues, baby ?

Alessandra Sublet

T'as le blues, baby ?

*À l'usage de toutes celles qui, comme moi,
n'ont pas été prévenues...*

Flammarion

© Flammarion, 2013.
ISBN : 978-2-0813-0299-0

À ma fille, Charlie.

*« Il n'y a aucune recette pour devenir
une mère parfaite, mais il y a mille
et une façons d'être une bonne mère. »*

Jill CHURCHILL, *Grime and Punishment*

J'ai soixante ans. Une belle maison. Toujours les mêmes amis. Une vie pleine, riche, trépidante. Une vie à l'image de celle dont je rêvais enfant.

L'homme que j'ai épousé un jour d'été est près de moi, beau comme ce vendredi où je l'ai rencontré sur une plage du bout du monde. Nous étions jeunes, bronzés, libres. Il est là. Fort, à mes côtés.

Ensemble, nous avons traversé les années.

Ensemble nous avons tout affronté et tout construit, en commençant par l'essentiel : un enfant.

On a tout fait à l'envers. On a commencé par le plus beau, le plus dur aussi. Car faire une place à un petit être est une aventure inouïe, extraordinaire, mais difficile aussi.

T'AS LE BLUES, BABY ?

À partir du jour où l'on donne la vie à un enfant, on ne dort plus jamais du même sommeil, on ne part plus jamais travailler avec la même légèreté, on garde au fond de soi, chaque jour, une vague inquiétude.

On perd son insouciance.

J'ai soixante ans, le temps ne m'a pas trop mal servie, merci.

J'ai soixante ans et je sais que le moment est imminent. Celui où ma fille, aujourd'hui grande, va entrer dans ma chambre. Ma fille chérie. Ma fille adorée. Elle va ouvrir la porte et elle va me dire : « Maman, je suis enceinte ! »

Ce jour-là, il faudra que je la serre dans mes bras.

Ce jour-là, il faudra, surtout, que je ne fasse pas comme ma mère, ma grand-mère et toutes ces femmes avant moi : lui raconter que ce qu'elle va vivre, ce ne sera que du bonheur.

Le jour où elle ouvrira la porte de ma chambre, où elle s'assiéra sur le bord de mon lit, il faudra que je lui explique qu'il est très possible que, comme moi, elle pleure beaucoup, de joie et pas que de joie. Qu'elle pleure pour un rien, et même moins que ça.

T'AS LE BLUES, BABY ?

Que lorsque l'on devient mère, on se transforme, on devient une autre, une mutante, une étrangère à soi. On doit tout réapprendre. Trouver son rythme.

On est débordée d'amour, d'hormones et de fatigue, débordée de tout. Qu'elle verra la vie en rose et en noir aussi. Et que tout cela, eh bien, ce sera juste normal.

Quand ma fille viendra me parler, il faudra que je la prévienne.

Que je lui raconte...

Première partie

COMME DANS LES FILMS... ENFIN PRESQUE

28 juin 2012, 14 h 30,
salle de travail

« On ne bouge surtout pas... On respire... On respire... Inspirez maintenant... C'est bien... Voilà, l'anesthésie locale est faite, maintenant on va pouvoir poser la péridurale... Ne bougez surtout pas... Restez bien penchée en avant... C'est bien... »

Je regarde comme un chiot qui supplie qu'on l'adopte mon homme dans sa blouse en feutrine, sa charlotte sur la tête, les deux pieds dans d'improbables chaussons verts. Moi, je suis orange-bétadine. Et c'est ainsi que nous allons accueillir notre fille.

Penchée en avant, docile, je souffle comme je peux. Je ne sais pas si vous avez déjà essayé de souffler, pliée en deux, avec un ventre gros comme une montgolfière que vous auriez avalée et... C'est juste impossible.

À ce moment-là, je ne pleure pas. Je ne ris pas non plus. J'obéis.

T'AS LE BLUES, BABY ?

J'ai pris le top des gynécos, le top des anesthésistes. Ce sont des professionnels. Ils ne peuvent pas se gourer. Je suis entre de bonnes mains. Répète après moi : « Je suis entre de bonnes mains. »

« Bon alors, on va la refaire. Je vais piquer une deuxième fois. Là, faut que ce soit la bonne... »

Quoi ?!

La bonne ? Comment ça, la bonne ? Et si c'est pas la bonne, ça veut dire quoi ?

L'avis de la Bonne Copine

Ce n'est pas parce que ton anesthésiste est un grand professionnel qu'il ne peut pas te rater. Statistiquement, les chances qu'il ait fait la bringue toute la nuit, se soit fait plaquer par sa femme la veille, ait cartonné sa voiture avant de venir te piquer, voire soit inscrit aux alcooliques anonymes, sont les mêmes.

J'ai peur, mais si je le montre, tout le monde va flipper, et l'autre là, payé juste pour planter sa putain d'aiguille dans mon dos, il va réussir à me louper. Une césarienne sans péridurale, t'as vu ça où ?

COMME DANS LES FILMS... ENFIN PRESQUE

Dans ma tête, une vision d'horreur : ma fille qui grossit en moi sans jamais sortir. Je souffle. Je suis un robot.

Mon homme pose sur moi une main compatissante, je hurle : « C'est pas le moment ! »

« Ça y est, c'est posé. »

15 h 08

« Est-ce que vous pouvez baisser un peu le drap s'il vous plaît ? »

Je veux la voir. Je veux la voir sortir.

Et si elle ouvre les yeux, je veux être la première sur laquelle ses petits yeux bouffis se poseront. Qu'elle se souvienne que j'étais là, le jour où elle a vu le jour.

La sage-femme baisse le drap... Mon tout petit bébé apparaît, pour la toute première fois, minuscule, si belle, tellement belle... magnifique. Parfaite. Ma fille. Ma fille. Tu es là. Je te regarde et je répète sans fin : « C'est dingue, c'est dingue. »

Je n'en reviens pas. Je rêve. Comment est-il possible qu'une telle perfection puisse venir de moi, de mon ventre, naître de nous deux ?

On te pose sur moi, contre ma peau. Tu es toute collante, tu as encore sur le corps ce mélange

T'AS LE BLUES, BABY ?

chaud de sang, de liquide amniotique, de ce vernis blanc pâteux des nouveau-nés. Ça ne me dérange pas. Au contraire.

C'est même étrange. Je te serre contre ma peau, je respire ton odeur. Je crois que je te dis que tu es mon amour, que tu es magnifique, que je t'aime.

Ton père a vacillé lorsqu'il t'a vue. Sa main a glissé. Je l'ai perdu un instant. À présent, il attend patiemment que je lui tende notre bébé. Il va t'emmener dans ses bras pour tes premiers soins.

Tu es là.

Et rien n'est plus pareil.

Rien, jamais, ne sera plus pareil.

Neuf mois plus tôt,
un soir de septembre

ÉPILOGUE

jamais pu achever mon « œuvre ». Virginie, tu es l'une des plus chouettes rencontres que j'aie faites ces dernières années. Merci pour ta patience, tes idées et ta plume. Merci pour avoir de nombreuses fois corrigé mes fautes ! Merci pour ces bons moments passés en tête à tête, pour ces fous rires et ces confidences partagés. Merci à toi, mère de trois enfants !

Un autre merci à mon éditrice Sophie Charnavel, sans qui je n'aurais jamais eu l'audace d'écrire. Merci à elle pour sa confiance et pour m'avoir permis de m'épanouir dans une toute nouvelle discipline. N'empêche que tu devras quand même faire dix fois le tour de la place de l'Odéon à cloche-pied !

Au fond en écrivant ce livre, je me suis rendu compte à quel point ma vie de mère et d'épouse avait pris le pas sur ma vie professionnelle. À quel point il est important d'attendre le bon partenaire et le bon moment.

Désormais, rien ne sera jamais plus pareil, et même si j'affectionne mon travail et que je réalise la chance que j'ai de pouvoir l'exercer comme il me plaît, être mère est le plus beau métier du monde.

La maternité change le cours de la vie et en bien. Ce n'est pas un handicap et encore moins un frein pour ses envies. Au contraire, c'est un

T'AS LE BLUES, BABY ?

moteur digne des plus belles cylindrées, un moteur qui vous transporte et vous fait grandir chaque jour.

Cette aventure, je la souhaite à chacune d'entre vous. Cette aventure c'est la vie, la vraie. Cette aventure, c'est aussi le début d'une autre. Une nouvelle page se tourne, et je n'ai plus peur qu'elle soit toute blanche. Je sais maintenant qu'il est possible de l'écrire soi-même, je sais maintenant que les clefs du bonheur sont entre mes mains. Alors...
Carpe diem.

N° d'édition : L.01ELKN000469.N001
Dépôt légal : mai 2013