

Premières fois

Amorcer un projet de grossesse, c'est expérimenter des premières fois. Des plus réjouissantes aux plus déstabilisantes. Avant de les passer en revue, j'aimerais d'abord vous raconter une dernière fois, dont je me souviens bien. La prise du dernier comprimé de ma dernière plaquette de pilules contraceptives.

Une fois nos diplômes en poche, je ne me suis pas fait prier pour mettre un terme à mon dispositif contraceptif. J'ai patiemment – ou plutôt impatientement – vidé ma dernière plaquette de pilules. J'avais 26 ans. Je le sais, car j'ai scotché et daté son emballage dans mon carnet de souvenirs. Celui dans lequel je conserve des tickets de cinéma, billets d'avion ou encore mots doux de l'amoureux griffonnés sur un Post-it déposé sur le miroir embué de la salle de bains avant de partir au petit matin. J'avais 26 ans, et je ne suis pas surprise. Car ma mère est tombée enceinte à 26 ans. Combien d'entre nous ont reproduit ce schéma familial, ou tout au moins tenté de le faire ?

Toujours est-il que nous étions fin prêts pour les « premières fois ». Enfin.

Pendant une dizaine d'années, j'ai fait l'amour en espérant ne pas tomber enceinte. En serrant les fesses, si j'ose dire. J'ai osé, trop tard. Désormais, nous ne faisons plus l'amour. Enfin, si. Mais pas uniquement. Nous faisons un bébé. Enfin, nous essayions.

Le sexe avait une dimension nouvelle. Une raison supplémentaire d'exister. Nos premiers rapports sans dispositif contraceptif m'ont semblé différents, inédits, presque « augmentés ». J'ai trouvé ces « premières fois » exaltantes, excitantes, jouissives. Selon tous les sens du terme. Je ressentais une joie profonde, avant, pendant et après. J'ai le souvenir de m'être allongée sur notre lit, ce dimanche après-midi du mois de mai, après avoir fait l'amour. Tandis que mon amoureux me dessinait du bout des doigts des *je t'aime* sur mon corps encore enivré de plaisir, je rêvassais, les mains posées sur mon ventre réchauffé par les timides rayons de soleil du printemps. Comme si leur lumière allait faire pousser les petites graines semées dans mon ventre.

Rendez-vous compte : de nos unions amoureuses et charnelles pouvait naître un petit être. Jouir pour faire jaillir la vie, quel jeu réjouissant ! Quelle folie ! Une belle folie. Un projet vertigineux.

S'ensuivirent 14 jours durant lesquels j'ai espéré un « retard de règles ». Ce « retard de règles », qui m'a déjà inquiétée plus d'une fois par le passé, était désormais attendu comme le Messie. Pour la première fois, mon vœu le plus cher était de ne pas voir le fond de ma culotte se parer de pourpre. À l'affût du moindre indice, comptant les jours, je me voyais déjà annoncer ma grossesse à mon mari. Avec une chasse au trésor dans l'appartement, peut-être. Ou une petite paire de chaussons pour petits pieds, emballée sans prise de tête. La joie de l'annoncer à mes parents et à ma famille était déjà palpable. La fierté de surprendre nos amis, qui n'étaient pas au fait de notre projet, était grande ; nous serions parmi les premiers à devenir parents. Je rêvais de me précipiter au guichet de la pharmacie, sourire suspicieux aux lèvres, yeux brillants d'espoir et de certitude, pour acheter un test de grossesse. Voire deux. Puis courir aux toilettes sans plus attendre, pour voir ces deux barres roses s'afficher en moins de deux minutes. Pourquoi pas ? Après tout, c'était le branle-bas de combat dans mon corps. *« C'est nouveau, cet effet chair de poule sur les mamelons, non ? Et*

cette faim de loup ? Et cette humeur de chien ? » En effet, c'était nouveau. Longtemps anesthésiée par les hormones de synthèse, je (re)découvrais mon corps de femme qui mettait tout en œuvre pour accueillir un bébé, et qui me faisait bruyamment savoir que mes règles s'apprêtaient à débarquer.

J'ai donc connu ma première déception, à l'arrivée de ces « premières » règles. Ne m'avait-on pas rabâché à l'adolescence que, si je ne me protégeais pas, j'allais tomber enceinte ? Quelle désillusion. Voyez-vous, je ne me suis pas protégée... et je ne suis pas tombée enceinte. Je suis quasiment certaine que vous l'avez déjà entendue, vous aussi. Cette menace proférée par un parent. Cet avertissement du corps enseignant. Cette sentence du corps médical.

J'ai conscience que cette mise en garde a pour visée de « protéger » son destinataire d'une grossesse non désirée. Mais cette drôle de prophétie entretient la méconnaissance du cycle féminin et de la fertilité. Elle maintient dans l'ignorance sans vraiment encourager à se connaître ni à se responsabiliser. Je reformulerais la phrase ainsi : *« si tu ne te protèges pas pendant ta période de fertilité, tu pourrais tomber enceinte »*. Car une femme ne peut tomber enceinte à n'importe quel moment de son cycle. Parce que les humains ne sont pas tous égaux face à la fertilité, et l'infertilité.

Les progrès scientifiques et l'efficacité de la contraception hormonale ont laissé croire à tort aux femmes et aux hommes qu'ils avaient une parfaite maîtrise de leur fertilité. En cloque en un claquement de doigts ? Que nenni ! Pas pour tout le monde, en tout cas.

Le vortex

Nous voici dans le cœur du réacteur. Vous vous apprêtez à lire les chapitres que j'ai attaqués en dernier. J'ai cru avoir retardé leur écriture le plus longtemps possible car elle exigeait de se replonger dans la partie la plus sombre et douloureuse de ce parcours. Mais je pense que j'ai surtout peiné à rassembler mes souvenirs. D'abord parce que notre projet traînait en longueur et en langueur. Négatif sur négatif. À cette époque, les mois s'enchaînaient avec une impression de déjà-vu et finissaient par se confondre. Mais aussi, car mes souvenirs étaient flous, incomplets, parfois enfouis. La chronologie m'était imprécise. Il m'a fallu me démener pour récolter cette matière grise et façonner ce récit. Comme s'il voulait me préserver, mon cerveau a court-circuité ma mémoire pour éclipser certains événements.

À partir du treizième mois d'essais et notre adhésion non désirée au club des infertiles, nous avons subitement changé de tempo. « Accrochez vos ceintures ». La procédure médicale a été enclenchée par notre gynécologue. Pris dans un vortex, nous avons enchaîné les rendez-vous : les échographies, les prises de sang, les radiographies, les recueils de sperme. Et nous avons encaissé les protocoles, chaque mois, pendant presque deux ans. Deux ans, c'est long. Pourtant, je me sentais constamment *dans l'urgence*. En apnée.

Les mois se suivaient et se ressemblaient. Arrivée des règles. Stimulation ovarienne par ingestion ou injection d'un médicament.

Méto, boulot, écho : échographies de contrôle tous les deux jours. Toujours accompagnées d'une prise de sang. Parfois prélevée dans le creux de mon bras déjà teinté de bleu. Déclenchement par une piqûre dans le ventre. « *Il faudra avoir des rapports avec monsieur demain, madame* » ou « *Il faut respecter quelques jours d'abstinence* », selon le protocole administré. Recueil de sperme – en cas d'insémination ou de ponction et son transfert. « *Accroche-toi, petit embryon* ». Test de grossesse urinaire. Négatif. « *Peut-être l'ai-je fait trop tôt ?* » Test de grossesse sanguin. Négatif. Dommage. Retour à la case départ. « *Ça va finir par marcher, madame, il n'y a pas de raison* ». Très bien, recommençons, alors. Nous étions allés trop loin pour nous arrêter et rebrousser chemin. Coûte que coûte, il fallait continuer cette course sans ligne d'arrivée à l'horizon. Malgré les points de côté, malgré l'asphyxie protocolaire, malgré le moral dans les baskets. Je disputais une course dont je ne connaissais pas le kilométrage – sans préparation qui plus est.

Le temps passait. Et rien, toujours rien. Enfin si, plutôt : tout. Tout changeait. Tout se bousculait. Dans ma tête. Je perdais pied.

Les anniversaires défilaient. Les nôtres – avec le changement de dizaine. Mais aussi ceux des dates clefs. Je comptais, beaucoup. Avec beaucoup d'obsession. Pourtant, ça ne m'apportait rien. « *3 ans que j'ai arrêté la pilule* ». « *Si j'étais tombée enceinte à la première insémination, je serais en train d'accoucher* ». « *Je devrais être enceinte du petit deuxième, si tout s'était bien déroulé* ». Une sinistre pensée tournait en boucle dans ma tête : plus mon enfant tardera à arriver, plus je serai vieille à sa naissance et donc proche de ma mort, et moins j'aurai de temps à vivre avec lui dans ce monde.

J'ai noirci des pages et des pages de mon journal intime, de la couleur du deuil. Même mes cheveux, originellement d'un blond lumineux, se sont assombris. J'ai oscillé entre sursauts d'espoir et instants de détresse. J'ai surinvesti et surinterprété chaque symptôme pouvant s'apparenter à un signe de grossesse. Et, en dépit de mon

palmarès de tests négatifs, mon cœur tambourinait d'espoir dans ma poitrine à chaque fois que je m'apprêtais à découvrir le compte-rendu du laboratoire. Les mains posées sur mon ventre, je me réjouissais presque de renseigner mon mot de passe pour accéder aux résultats du test de grossesse. Perdu. Ce n'était pas inscrit tel quel, « perdu » – comme on pourrait le lire sur un ticket à gratter – mais presque. Et je me sentais si ridicule d'y avoir cru.

La plupart du temps, j'étais plutôt lasse, triste, fatiguée. Parfois en colère, envieuse, jalouse. Quelle injustice ! Puis honteuse d'avoir eu ces pensées. Et souvent coupable de me retrouver en situation d'échec.

Il m'arrivait la nuit de rêver que j'étais enceinte ou maman. Le retour au réel était cruel : pas mère. Réveil amer. Comme il était tentant de traîner au lit et prolonger le songe pour se réfugier dans cet imaginaire.

Je me souviens de cette annonce immobilière qui a retenu mon attention, peu de temps après l'arrêt de ma pilule contraceptive. Cette « deuxième chambre très lumineuse » me faisait de l'œil. J'y voyais déjà mon bébé y dormir dans son petit lit douillet. Lorsque nous avons emménagé dans cet appartement, nous n'avons pas investi cette pièce. Nous n'y avons pas posé de meubles. Elle est restée vide, car notre bébé était censé arriver bientôt et l'occuper. Table à langer près de la fenêtre. Berceau à gauche de l'entrée. Grand tapis de jeu envahi de jouets. En bois, les jouets. « *Le gris des murs ne me plaît pas. Pas pour notre bébé. Un petit coup de peinture ne ferait pas de mal. Terracotta, c'est bien, non ? Ce n'est pas trop genré.* » Au bout d'une petite année, j'ai fini par me faire une raison. Et la chambre du bébé est devenue la chambre d'amis, accueillant les proches de passage. Je me sentais triste et maussade quand j'y mettais les pieds. Comme si cette chambre était hantée par un fantôme, alors qu'il n'y avait même pas encore eu de vie.

Coming out

Les deux premières années, nous n'avions confié notre projet de devenir parents qu'à une poignée d'amis – triés sur le volet. À l'époque, nous étions de jeunes cadres ambitieux qui aimaient sortir et voyager. Notre expérience de la parentalité se résumait à se plier en quatre pour pouponner un chat domestique. Notre annonce en a donc surpris plus d'un. Comme cette très bonne amie – l'une des premières à qui j'ai confié avoir arrêté de prendre la pilule, à l'occasion d'une session de lèche-vitrine :

— Ah, tu as fait poser un stérilet, du coup ?

— Non.

— Vous pratiquez le retrait ?

— Non.

— Préservatifs ?

— Non.

— Tu t'es formée à la sympto-thermie, alors ?

— Non plus.

Elle se figea sur place et me fixa droit dans les yeux. Son regard interrogateur s'illumina et elle s'exclama :

— Mais non ! Vous allez faire un bébé ?

Nous avons longtemps tu notre projet d'enfanter, car nous nous accrochions à l'idée de surprendre notre entourage avec une annonce de grossesse sortie du chapeau.

Vous connaissez la chanson – mon ventre était vide, désespérément vide de vie. Je portais non plus un secret, mais deux : celui de notre projet de grossesse, et celui de notre infertilité. Je croulais sous leur poids. J’avais besoin de me livrer. Confier que nous essayions d’avoir un bébé, mais que nous n’y parvenions pas. D’un commun accord avec mon mari, j’ai commencé à évoquer ces sujets, timidement, lorsque l’occasion se présentait. Que je me sentais en confiance. Ou que j’en ressentais le besoin. Au fur et à mesure que je dévoilais nos tracas, je me sentais libérée. Délivrée d’une charge finalement bien trop lourde pour mes épaules fluettes.

J’ai commencé par mettre certains de nos amis dans la confiance. Ceux qui savaient que nous attendions une grossesse, mais aussi ceux qui ne s’en doutaient pas le moins du monde. J’ai ensuite informé ma famille – peu de temps après mon arrêt de grossesse spontané – car j’ai eu besoin de leurs bras pour m’y blottir et essuyer mes larmes. Enfin, j’ai fini par l’annoncer publiquement sur mon compte Instagram, avec une certaine pudeur.

Sortir du placard m’a permis de me confier, d’être mieux comprise, et d’être consolée quand j’en ressentais le besoin. Mais, par-dessus tout, ces révélations ont eu un effet que je n’avais pas anticipé : les langues se sont déliées autour de moi. Déposer mon fardeau a encouragé d’autres femmes – qu’elles me soient proches ou inconnues – à se confier en retour. Si vous saviez le nombre de femmes qui m’ont répondu « *moi aussi* » quand je leur ai partagé mes troubles de la fertilité. Si vous saviez le nombre de messages que j’ai reçus après avoir fait mon *coming out* sur les réseaux sociaux. Des témoignages de femmes confrontées elles aussi à leur propre infertilité, ou à celle d’un proche. D’autres soucieuses et inquiètes quant à leur (in)fertilité future – à qui on a affirmé qu’elles auraient du mal à tomber enceinte, quand leur heure viendrait. Et enfin des aînées, qui m’ont raconté ce qu’on n’osait pas forcément nommer, autrefois : fausses couches, bébés mort-nés, bébés éprouvettes...

L'infertilité est un sujet tabou. Il l'a toujours été. Parfois honteux. Souvent tu. À tort. On en parle peu, ou à demi-mot. Parce qu'il suggère des non-dits. Parce que c'est intime. Parce que c'est insupportable. Parce que c'est incompris.

Les femmes qui se heurtent à l'infertilité expriment souvent un sentiment d'échec, se considérant incapables de *remplir leur rôle*. Auto-condamnées coupables, elles se murent parfois dans leur silence. Discrètes, voire invisibles, seules avec leur souffrance indigne. Comme si leur valeur était adossée au contenu de leur utérus. Comme si être femme et être mère allaient forcément de pair. Dans l'imaginaire collectif, fertilité et féminité se confondent encore. Tout comme fertilité et virilité. Ou encore fertilité et succès – réussite personnelle ou conjugale. Déclarer qu'on ne parvient pas à avoir d'enfant est souvent perçu, à regret, comme un aveu de faiblesse, un signe de fragilité, une marque de défaillance. Pourtant, ni l'(in)fertilité ni la féminité ou virilité ne définissent un être. L'infertilité est un état transitoire, une situation à un instant T. Ce n'est ni un attribut immuable ni un « défaut » définitif – sauf exception. Personne n'est véritablement *infertile*. Je préfère parler de *situation d'infertilité*.

Quant à la féminité et la virilité, ce sont de pures constructions culturelles, psychologiques et sociales, qui s'appuient sur des critères fluctuants au fil des époques. Ainsi, les petits attributs masculins étaient autrefois hautement valorisés, dans l'Antiquité. Regardez l'entrejambe des statues de nus grecs – un peu plus près, sinon vous ne verrez rien. Tandis qu'aujourd'hui, les publicitaires essaient de vendre aux hommes des crèmes miraculeuses censées élargir leur pénis. La virilité – tout comme la féminité – n'est-elle pas un concept réducteur ? Je crois que nous sommes des êtres singuliers. La somme de nos qualités et de nos défauts. Il est vain de chercher à rentrer dans un moule pour se conformer à l'idéal social de son époque. Que ces messieurs se rassurent, ils ne sont pas réduits à une virilité du XXI^e siècle glorifiant les phallus saillants.

Mission accomplie

Dans les films, la scène se déroule dans une salle de bains spacieuse. Elle est assise sur les toilettes, t-shirt oversize sur le dos pour préserver son intimité, culotte descendue jusqu'aux chevilles. Elle glisse un test de grossesse entre ses jambes. Lui est assis sur la poubelle de la salle de bains, à côté d'elle. Ils bavardent nerveusement. Elle pose le bâtonnet imbibé d'urine sur le rebord du lavabo, s'essuie, remonte sa culotte et tire la chasse d'eau. Il la prend dans ses bras et lui caresse les cheveux. Elle se ronge les ongles d'impatience. Quelques secondes plus tard, elle se saisit de la languette. « *Enceinte* ». Évidemment. Scène de liesse. Elle saute dans ses bras, crie, pleure. Ils s'embrassent, avec la même fougue qui les animait, cette nuit d'amour là.

Dans la vraie vie, pas de rencard dans la salle de bains. Une femme familière de l'infertilité a les yeux rivés sur un écran – ordinateur sur les genoux ou téléphone portable entre les mains – dans l'attente d'un e-mail qui devrait arriver juste avant la pause déjeuner. Le rituel commence en réalité quelques heures plus tôt. À 7 heures du matin – à l'ouverture du laboratoire d'analyses biologiques.

Première patiente ou presque, je fonce tête baissée vers le premier guichet disponible. « *Date des dernières règles ?* », me chuchote la secrétaire, presque mal à l'aise. Excès de zèle. Ou de tact. Toujours est-il que je lui réponds du tac au tac. Dossier enregistré, elle m'invite à m'installer en salle d'attente. Je patiente, comme trop souvent

depuis que j'essaie de faire un enfant. Une porte finit par s'ouvrir. « *Patient suivant* », crie l'infirmière. Je me dis qu'il est si justement choisi, ce terme *patient*. Je m'installe sur le fauteuil incliné, sous les néons du faux plafond, et lui tends mon bras. Je lui réclame la petite aiguille. Mais elle le sait – elle l'avait déjà dégainée. J'ai bien trop l'habitude, et pourtant je ne parviens toujours pas à m'y accommoder. Je détourne le regard de ce tube qui se pare de pourpre. L'infirmière étiquette le précieux flacon. Celui qui détient toutes les réponses. Elle m'explique comment récupérer mes résultats, mais je n'écoute déjà plus. Je suis dans ma bulle. Telle une sportive faisant le vide avant de s'élanter. Je quitte le laboratoire d'un pas peu assuré, morceau de coton scotché au creux de mon bras. Et j'attends. Midi. Environ. Impossible de me concentrer, ce matin-là. Comme toutes les matinées où j'ai effectué un de ces tests de grossesse, d'ailleurs. Ça fait un paquet de matinées dénuées de productivité. J'ai l'impression de passer mon temps à attendre. Bip de notification. Nouveau message. Je me jette sur cet e-mail fraîchement réceptionné, au corps de texte encore gras. Je double-clique sur sa pièce jointe encryptée. Celle qui scellera mon sort. Si le taux est inférieur à 3, c'est négatif. J'ai trop souvent eu l'impression qu'il se moquait de moi, ce « <3 », qui brisait mon cœur en même temps qu'il en dessinait les contours.

Voici ce que j'ai vécu une vingtaine de fois. Sauf cette fois-là. Pour une fois, je n'ai pas eu la force de l'ouvrir, ce compte-rendu de laboratoire. J'ai demandé à mon mari de le faire pour moi – pour nous – et de m'annoncer le résultat. Pour la première fois donc, il découvre seul ce document. Il le parcourt, et me demande : « *Il faut quelle valeur ?* ». Mes yeux s'écarquillent. Je comprends alors qu'un nombre s'affiche. Je me jette sur l'écran. « 79 ». Incroyable. Littéralement. Nous ne parvenons pas à y croire. Pas de symptômes, pas de sensations, pas d'intuition. Je me sentais *comme d'habitude*. Alors, je m'attendais à être déçue. Comme d'habitude.

Loin de la scène de liesse, notre joie est plus réservée, plus retenue, plus prudente. Elle est mêlée à de la peur et de l'appréhension. Elle

est teintée de méfiance. De choc. Voire de surprise. Un comble, puisque toute mon énergie allait dans ce projet tant attendu depuis des années. Les scénarios se bousculent dans nos têtes. Est-ce bien réel ? N'y a-t-il pas une erreur ? Comment appréhender intellectuellement ce test positif après tant de négatifs ? Vais-je vraiment porter un bébé dans mon ventre pendant neuf mois, pour enfin le porter dans mes bras ?

Il me faudra quelques heures pour faire le tri dans mes émotions et atteindre un état proche du bonheur. Un petit embryon s'était enfin niché dans mon utérus. Enfin. Qui l'eût cru ? Pas moi. Enfin, pas toujours.

La nuit et la neige tombent, silencieusement. Au coin du feu, dans une couverture moelleuse, pieds bien au chaud emmitouflés dans des pantoufles au motif tartan. Chocolat chaud crémeux entre les mains, tête confortablement calée dans le creux du cou de l'être aimé.

C'est comme cela que je visualisais mon bébé, lové au creux de mon ventre, en train de se nourrir de mon amour en intraveineuse. Ressentez-vous à présent cette sérénité, ce temps arrêté, ce sourire béat face à cette suffisante simplicité ?