

Christel
Thiebaut
& Victorine
Meyers



LE REBOZO : soin et rituel

Rebozo signifie châle, mantille ou encore masque. On en trouve de différentes matières, coton, laine ou soie, avec un tissage particulier fait à la main, et de différents coloris, largeurs et longueurs. Traditionnellement conçu au Mexique, le rebozo était utilisé par les Aztèques avant l'arrivée des Conquistadors espagnols. Les femmes mexicaines recevaient leur rebozo lors de leurs premières menstrues et celui-ci les suivait partout tout au long de leur vie. Il servait aussi bien au quotidien pour se réchauffer ou se protéger du soleil ou encore comme cabas pour porter les provisions ou bien, roulé sur la tête, pour porter les jarres. On peut voir des femmes avec leur rebozo sur les photos prises par Casasola pendant la révolution mexicaine (1910-1930), les femmes ayant joué un rôle essentiel lors de celle-ci. Frida Kahlo, artiste peintre mexicaine, a réalisé de nombreux auto-portraits, la plupart d'entre eux avec un rebozo, symbole culturel de son pays.

Le rebozo est un châle aux usages multiples qui nous vient du Mexique. Objet rituel de passage, de plus en plus de femmes occidentales le découvrent et apprennent à l'utiliser. Le rebozo est polyvalent ; il sert aussi bien aux soins féminins qu'à accompagner grossesse et accouchement ou encore à porter notre bébé.

Un soin d'harmonisation du féminin

Offert par une ou plusieurs femmes à une autre femme, lors de n'importe quelle occasion de son choix, dans un espace privilégié de partage, d'écoute et de bien-être, le « soin rebozo » est fait de bercements, d'enveloppements, de resserrages du corps, de massages et d'étirements. On peut recevoir ce soin rituel pour se recentrer, se relaxer, traverser une étape clé, une épreuve, un changement. Ce rituel pourra être pratiqué notamment lors des premières lunes d'une jeune fille (ménarches), après une naissance, un sevrage, un mariage, une séparation, une fausse couche ou une IVG, un deuil, à l'arrivée de la ménopause ou lors de tout changement important de la vie comme un nouveau travail, un déménagement ou encore une décision importante à prendre. Les points de bercement et resserrage sont la tête, les épaules, le ventre, le bassin, les cuisses, les mollets et les pieds. Ces points correspondent à des points énergétiques. La femme, recevant ainsi l'attention de ses pairs, semble plus encline à centrer son énergie

sur elle et sur le passage célébré ; ce qui fait de ce soin un merveilleux outil de bien-être et de détente.

Le rebozo accompagne la naissance

Pendant la grossesse, si le soin rebozo n'est pas recommandé, le rebozo a toutefois son utilité. Ceinturé sur le ventre et les hanches, il permet de soutenir le ventre, de bercer Bébé *in utero*, de lâcher prise et de se donner de la douceur et du réconfort avec les bercements. Au Mexique, le rebozo est très utilisé par les sages-femmes. Il est à noter que la tradition des quarante jours de repos *post-partum* y est encore très vivace, tout comme dans d'autres sociétés traditionnelles. Pendant les quarante jours qui suivent l'accouchement, la femme est entièrement prise en charge par la communauté et n'a rien d'autre à faire que d'allaiter son bébé et dormir avec lui,



© Virginie Derobe

créant ainsi le lien d'attachement. La raison de ce repos est essentiellement physiologique ; en effet, l'accouchement ayant largement ouvert le bassin, seul un repos intégral, allongé, permet aux os et aux muscles de se repositionner et de bien refermer le bassin de l'accouchée. Ainsi, des femmes vont masser la nouvelle maman, lui préparer et lui apporter ses repas, prendre en charge la maison, les travaux quotidiens et, éventuellement, les autres enfants ainsi que le conjoint. À l'issue de ces quarante jours, la maman reçoit le soin rebozo comme un rituel de clôture qui valide son passage de l'état de femme à celui de mère et marque son retour à la vie sociale. On peut noter que cette tradition des quarante jours (la durée est variable selon les cultures) se retrouve dans de nombreuses autres communautés, notamment musulmane, juive ou catholique où l'on célèbre la fête des relevailles le jour où la mère sort enfin de chez elle avec son bébé. Les sociétés modernes ont oublié tous ces rituels ; les femmes doivent bien souvent se débrouiller seules après la naissance de leur bébé. Le soin rebozo peut les aider à retrouver les bienfaits d'anciennes traditions non dépourvues de bon sens.

Le rebozo en châle de portage

Une autre utilisation intéressante du châle rebozo est le portage du bébé. Le rebozo s'avère un outil de portage physiologique car respectueux de l'anatomie tant du porteur que du porté. Ainsi qu'on peut l'apprendre, par exemple, en haptonomie, porter son bébé en le maintenant en permanence par la base (soutien du bassin) lui permet de se sentir en sécurité et ainsi de ressentir du bien-être. Par ailleurs, pour respecter au mieux la physiologie du bébé, il est important de permettre à celui-ci d'être acteur

du portage en le laissant s'agripper au porteur, aussi bien avec ses jambes qu'avec ses bras, pour ne faire plus qu'un. C'est pourquoi la plupart des porte-bébés sont fortement déconseillés, notamment ceux qui laissent pendre les jambes dans le vide ou ceux qui positionnent le bébé face au monde. Le rebozo, en revanche, permet un portage physiologiquement adapté, tout comme l'écharpe de portage. Son

avantage tient assurément à sa taille ; toujours à portée de main, dans une poche, autour du cou, d'une robe ou d'un pantalon, il sera très facilement accessible. De nombreuses techniques de nouage permettront ainsi de transformer le châle d'ornement en porte-bébé. Le châle noué permet de porter en hamac, sur la hanche ou le dos ou bien à la façon d'un pagne ; on peut du reste apprendre la technique du pagne traditionnel sans nouage. Si l'on ajoute deux

anneaux, on transforme alors le rebozo en sling². Parmi toutes ces manières de porter, les nouveaux-nés trouvent facilement celles qui leur conviennent le mieux pour téter !

Le rebozo en France

On peut facilement se procurer le châle sur de nombreux sites Internet. Il faut néanmoins s'assurer de la qualité du châle, certains étant, de nos jours, fabriqués en matières synthétiques. En ce qui concerne le soin rebozo, de plus en plus de professionnelles, sages-femmes, doula, ou toute autre personne formée, le proposent pour un tarif moyen allant de 80 à 200 euros ; la séance dure deux heures trente minimum et inclut tisanes, bain et soin (massage et resserrage). De la même manière, il existe différentes formations au soin rebozo accessibles aux Françaises qui souhaitent le pratiquer professionnellement¹.

Enfin, notons que le soin rebozo a été importé en Occident avec quelques modifications. Il semblerait que les femmes occidentales soient plus « fragiles » que les femmes mexicaines. En conséquence, le soin a été adapté en plus doux afin d'être mieux toléré et accueilli dans les sociétés occidentales. Au Mexique, le soin serait plus « rude », avec notamment des serrages plus importants que nous aurions sans doute moins bien supportés. ♦

¹ Agustín Víctor Casasola (1874-1928) était un photographe mexicain, fondateur de l'Association mexicaine des photographes de presse. / ² On peut voir en images les différents portages sur le site : <http://www.lerebozo.fr>

On trouvera de nombreuses informations sur le rebozo, ses divers usages, le rituel, les formations, dans l'ouvrage de Virginie Derobe, *Le Rebozo*, à paraître en septembre aux Éditions Myriadis : www.myriadis.fr.

LES NOUVEAUX RITUELS DE NAISSANCE :

entre tradition et création culturelles

La temporalité féminine n'est pas une temporalité linéaire. De la naissance à la mort, la femme traverse différentes saisons de sa sexualité, entendue comme l'ensemble des caractères et des comportements, qu'ils soient biologiquement ou culturellement déterminés, qui conditionne le rapport qu'elle a à son corps ; autant de passages qui rythment sa vie de femme.



*Dalibor
Milovan*

Ces passages sont d'autant plus déstabilisants qu'ils modifient profondément son corps et sa physiologie. La grossesse et la naissance, le devenir mère, sont sans aucun doute parmi les événements les plus bouleversants d'une vie, à tel point qu'il ne serait pas exagéré d'affirmer qu'ils constituent une sorte de révolution par laquelle l'univers de celles qui les traversent se trouve transfiguré, leur perception des choses foncièrement modifiée, leur système de valeurs redéfini. En ce début de millénaire, notre civilisation hyper-technologique dont le scepticisme et l'orgueil positiviste et matérialiste ont relégué au rang de pratiques naïves et de superstitions relevant de la « pensée magique » les comporte-

ments traditionnels qui entourent la naissance et leur symbolique, nous redécouvrons le sens, la valeur et les bienfaits des rituels. Tout comme la première consultation de gynécologie a remplacé les anciens rituels des ménarches des jeunes filles nouvellement réglées, la litanie des consultations prénatales et de ce que l'anthropologue Robbie Davis-Floyd a qualifié de rituels obstétricaux a remplacé les différentes traditions de célébration de la mère et d'accueil du bébé. Tout en pathologisant la sexualité féminine (dont la grossesse et la naissance, mais aussi bien l'allaitement, sont les expressions les plus spécifiques), la médecine moderne l'a en quelque sorte banalisée, privée de son caractère sacré et initiatique. Dans les

cabinets des obstétriciens et les salles d'accouchement, les femmes vivent dans l'impunité la plus silencieuse la violence institutionnalisée d'une société qui fait peu de cas des individus et de leur sensibilité.

Le temps de la grossesse

En réaction à ces modèles culturels déshumanisés, de nombreuses femmes ont recherché de nouvelles façons de vivre leur grossesse, leur enfantement et leur *post-partum*, créant ainsi des comportements culturels à la fois inspirés des traditions et créatifs. Il en est ainsi du « *blissingway* », rituel pratiqué généralement au huitième mois de grossesse, qui nous vient des États-Unis¹. Il n'existe pas de procédure arrêtée pour exécuter un *blissingway*, c'est à chacune d'inventer son rituel en fonction de ses goûts et de ses désirs. Il suffit de réunir ses amies en cette journée spéciale de célébration de sa féminité et de son devenir mère et de faire la fête. Les participantes à la cérémonie peuvent ainsi proposer à leur amie enceinte un moulage du ventre à effectuer à plusieurs mains (le plâtre pourra par la suite être poli, peint puis verni), un tatouage au henné, sur le ventre ou sur toute autre partie du corps, un massage des pieds, du dos, des épaules, du cuir chevelu, un tressage des cheveux. On pourra tresser une couronne de fleurs que l'on posera sur la tête de son amie en guise de geste d'ouverture du rituel. On pourra confectionner un collier avec des perles que chaque participante aura apportées et que la future mère pourra porter le jour de la naissance pour se relier à toutes ces énergies bienveillantes. On pourra chanter des chansons, autant d'hymnes en l'honneur de la célébrée, dire des poèmes, formuler des vœux. Et bien sûr, on pourra aussi faire des cadeaux comme des offrandes à la déesse qui bientôt enfantera. Enfin, on pourra préparer un festin de gourmandises pour clore cette journée de célébration. Bien sûr, il est également possible de puiser dans le fonds immémorial des différentes traditions du monde les rituels avec lesquels on se sent le plus en adéquation. Le *blissingway* est un rituel éminemment gratifiant qui favorise l'estime de soi de la future mère et contribue à créer une sorte de « cercle de protection et de bienveillance » qui sécurise la femme en cette période de vulnérabilité.

Après l'enfantement

Il est une autre période sensible dans le processus du devenir mère ; c'est le *post-partum*. Bien trop souvent, les jeunes mères sont délaissées sitôt sorties de l'hôpital, livrées à elle-même dans l'isolement le plus désespérant. Dans de nombreuses cultures, on adopte encore les comportements qui visent à protéger et ménager les femmes durant les premières semaines du *post-partum*. Souvent pendant les quarante jours qui suivent la naissance, le repos le plus strict est prescrit à l'accouchée à laquelle sont épargnées les tâches ménagères et la préparation

des repas. Une nourriture spéciale, énergétique et fortifiante, est servie : dans les pays du Maghreb, pâtes ou poudres à base de farine, de miel, d'oléagineux et de certaines plantes réputées revitalisantes et galactogènes ; dans les pays d'Extrême-Orient, préparations à base d'algues riches en minéraux et en oligo-éléments. En Serbie, le *post-partum* est la période dite des « *babine* » durant laquelle les femmes portent des plats à l'accouchée lorsqu'elles lui rendent visite : traditionnellement, un poulet rôti, du pain et des oignons. En sus de ces coutumes qui visent à favoriser le bien-être des nouvelles mères, il existe des rituels de clôture du temps de la grossesse. Il en est ainsi du rituel du *rebozo*², inspiré des usages traditionnels que font les femmes et les sages-femmes mexicaines de ce fameux châle qu'arborait fièrement l'artiste-peintre Frida Kahlo, et que de nombreuses doulas proposent aux mères françaises³. Ce soin-rituel a pour fonction essentielle de « fermer » le corps de la femme, aussi bien physiquement que symboliquement.

Les aspects psychologiques de la « révolution maternelle » sont sans doute les plus ignorés. Le remaniement du schéma psychique est pourtant énorme et il a besoin d'être soutenu et accompagné, d'où la valeur de ces rituels et de leurs symboles. On entend souvent dire que la naissance est par elle-même un rite de passage, une sorte d'épreuve qui nous modifie brutalement et nous propulse vers un ailleurs et un autre du soi, nous forçant au deuil de la personne que nous étions précédemment. Cependant, il est tout à fait possible et même souhaitable d'accompagner cette transition pour la rendre plus douce, en faire une authentique et complète source de joie et de sentiment de puissance comme elle se doit de l'être. Sa valeur d'initiation aux « mystères » de la vie féminine voire de la vie tout court n'en sera que plus grande. ♦

¹ Voir au sujet des passages de la vie sexuelle d'une femme l'excellent *The Rhythms of women's desire* de la sage-femme Elizabeth Davis (Hunter House, 2000, en cours de traduction aux Éditions du Hêtre) / ² Nous désignons par ce terme la toute première menstruation des jeunes filles. / ³ Robbie E. Davis-Floyd, *Birth as an american rite of passage* (« La naissance comme rite de passage américain »), University of California Press (1992, 2003), non traduit à ce jour. Il est évident que tout ce que l'auteure affirme des pratiques américaines liées à la naissance vaut parfaitement pour tout autre pays appartenant aux civilisations dites occidentales. / ⁴ On consultera avec profit l'ouvrage de Shari Maser, *Blessingways*, Moondance Press (2004), non traduit à ce jour, véritable mine d'idées pour organiser des *blissingways* ou *Blessingway* : *Rituels d'aujourd'hui pour célébrer la grossesse et la naissance* de Nathanaëlle

06 86 50 85 59

virginie@lerebozo.fr

www.lerebozo.fr