

Allaitement bio...et autres choses importantes

Pierre Lévesque

Conférencier de renom, Pierre Lévesque a toujours exercé sa profession d'obstétricien-gynécologue à Rimouski, dans la région du Bas-Saint-Laurent. Il a été membre du groupe de travail qui a produit le document L'allaitement maternel au Québec : lignes directrices (MSSS, 2001). Il a oeuvré au Comité sur les maladies du sein ainsi qu'au Comité national de formation continue de la Société des obstétriciens-gynécologues du Canada (SOGC) et a été membre du Comité canadien pour l'allaitement en tant que représentant de la SOGC. Il a aussi été représentant du Collège des médecins du Québec auprès du Comité québécois en allaitement. Récemment retraité de la pratique médicale active, Pierre Lévesque poursuit son engagement comme formateur du programme Gesta international de la SOGC.

**L'espoir dans l'avenir, il est dans la nature
et dans les hommes qui restent fidèle à la nature.**

Félix-Antoine Savard

Mon épouse et moi avons fondé notre famille dans un creux de vague.¹ Notre premier enfant est né au milieu des années soixante-dix. Vous me direz : « Où est le problème, n'était-ce pas l'époque glorieuse, celle où l'avenir s'annonçait radieux, celle des jeux olympiques de Montréal, celle où les mots *pollution*, *environnement* et *terrorisme* ne hantaient personne encore ! » Hélas, ce fut une époque bien noire pour les poupons, quoiqu'innocente dans son ignorance. Ce fut la période où les taux d'allaitement maternel étaient au plancher dans les pays industrialisés et le réputé pédiatre américain Lee Forest Hill venait tout juste d'écrire dans une revue médicale prestigieuse « L'alimentation par formules artificielle est devenue si simple, si sécuritaire et uniformément efficace que l'allaitement au sein n'en vaut plus la peine. » Nous savons maintenant toute l'imposture de ce message, mais il faisait sens à cette époque gagnée par le scientisme. À pas feutré un virus maléfique né au milieu du siècle dernier continuait à se répandre parmi nous causant des ravages alors inapparents.

En dépit de tout ma femme a allaité notre enfant. Par instinct, par intuition, en réponse à un appel venu d'on ne sait où, elle *savait* que c'était ce qu'il fallait faire. Aujourd'hui, je reconnais sa perspicacité mais je salue surtout la profondeur de l'humain en elle et je l'admire par-dessus tout. L'allaitement ne fut ni exclusif, ni prolongé et le

¹ Pour rester fidèle à l'esprit de ce livre, ce texte est censé refléter une expérience personnelle. Cependant, il est lourd de notions difficiles et promeut une vision qui m'appartient. Aussi discutable qu'elle puisse être, elle m'apparaît cependant tenir une portée universelle. Elle faisait aussi partie de la commande imposée.

sevrage n'eut rien de naturel, ces notions *modernes* n'ayant pas de réalité propre en ces années.

Pour ma part, je n'ai pas été un partenaire très supportant. Oh! Je n'avais pas de sentiments négatifs, mais je dois confesser que mes convictions envers l'allaitement maternel n'étaient pas profondes. Alors jeune étudiant en médecine, emporté dans le tourbillon d'idées ayant cours dans ma profession, j'avais l'esprit possédé par des démons sur lesquels nous aurons l'occasion de revenir. Pourtant, je disposais de tout le bagage nécessaire à la méfiance. Amoureux depuis l'enfance des sciences naturelles, curieux d'astronomie, de cosmologie et évolutionniste convaincu, je me savais déjà poussière d'étoile bien avant qu'Hubert Reeves en fasse le titre d'un best-seller. Je connaissais le schiste de Burgess et pouvais décliner par cœur le nom de tous les dinosaures. Dimétrodon, le synapside, était mon fétiche de toujours et je savais que sa lignée portait le ferment fertile qui donnerait le jour aux mammifères. J'étais fier de l'avoir comme ancêtre et m'enorgueillissais d'avoir hérité de la majorité de ses gènes. Ainsi vivait-il concrètement en moi et cette connaissance m'apportait une sérénité combien plus grande que celle de me représenter fabriqué à l'image d'une figure transcendante inaccessible et pas vraiment sympathique. Je savais aussi que tous les mammifères allaitaient leurs petits, que l'allaitement était un obligatoire biologique et que l'homme, bien sûr, était un mammifère. J'étais majeur et vacciné, j'aurais dû être totalement immunisé. Je n'avais aucune excuse et pourtant... J'avais étudié l'épistémologie, je me passionnais pour les controverses en biologie et déjà, dans l'apprentissage de mon métier, j'avais appris à me méfier de l'opinion des *spécialistes* pour avoir vu trop souvent la vérité du moment devenir l'hérésie de plus tard. **Qu'est-ce qui m'empêchait de saisir une vérité pourtant à ma portée?** Quel était mon talon d'Achille? Quel cheval de Troie s'était introduit dans mon esprit, endormant ma vigilance en étouffant l'évidence? Le même que le vôtre, je crois.

Lorsqu'on m'a offert d'écrire une réflexion pour ce livre, on m'a demandé de parler de ce que l'allaitement maternel m'avait apporté sur le plan personnel. Pour des raisons évidentes, la nature se refusant à toute notion d'égalité des genres, je n'ai pas été à même d'éprouver la gamme des expériences sensorielles que procure l'allaitement ! Bien sûr, je peux ressentir des émotions profondes comme témoin privilégié du geste et ça m'est arrivé souvent. L'image d'une mère qui allaite est certainement l'un des tableaux les plus touchants qu'il nous est permis de contempler au cours d'une vie professionnelle de médecin accoucheur. Mais je dois dire que ma relation avec l'allaitement s'est surtout manifestée comme une entreprise d'introspection, un voyage intellectuel. L'allaitement m'a obligé à un questionnement, à une recherche personnelle, à une quête du sens. Je viens vous en faire part ici, mais avec des appréhensions manifestes parce que je ne peux être court et ce n'est pas mon côté bavard (je le suis) qui en est responsable. C'est plutôt l'obligation de la démonstration qui ne peut se résumer à quelques lignes. Alors, je prends le temps.

Le cheval de Troie

Cerveau humain : cette éponge prête à s'imbiber de tous les mensonges.

Jean Rostand, Pensées d'un biologiste

Laissez-moi d'abord vous raconter l'histoire d'une observation pleine d'intrigues. À tous les soirs du printemps, des fourmis de l'espèce commune *Formica fusca* rejoignent la cime des brins d'herbe et s'y agrippent à l'aide de leurs mandibules, remontant inlassablement le fouet des tiges si par malheur elles perdent pied. Elles y passent la nuit entière, immobiles, le nez tourné vers les étoiles comme en attente. Dès les premiers coups de chaleur du petit matin, elles sortent de leur torpeur et redescendent au sol pour vaquer à leurs occupations coutumières au sein de la fourmilière; mais invariablement à la tombée du jour, elles retrouvent le sommet ballotté des graminées les plus hautes. Qu'y font-elles et pourquoi ? Dans quel but personnel ou dans quel intérêt au profit de leur espèce se prêtent-elles à cet exercice singulier ? Voilà le genre de questions qui assaille les savants curieux de ces comportements étranges et, en bons scientifiques fidèles aux principes de la discipline, ils formulent des hypothèses pour expliquer l'observation. Ces fourmis pourraient être des sentinelles aux aguets ou peut être ont-elles comme tâche de détecter des sources de nourriture. Puis, cela fait, ils essaient de confirmer ces hypothèses. Dans le cas qui nous intéresse, leurs efforts se sont avérés stériles pendant longtemps et aucune réponse satisfaisante ne semblait accessible à la ligne traditionnelle. La solution de l'énigme est venue d'une d'approche inédite, de l'appel d'une vision novatrice. Il y a déjà trente ans Badie et collaborateurs² démontrèrent avec élégance que ce comportement des fourmis *n'appartient pas aux fourmis...* La suite est fascinante. Écoutez bien. On a découvert que ces fourmis adoratrices de la lune obéissent à un modulateur extérieur sous la forme d'un parasite qui s'empare littéralement de leur cerveau et décide désormais de leurs faits et gestes. Le ver plat *Dicrocoelium dentriticum* (appelons-le Dicro) vit à l'état adulte dans le système biliaire des ruminants. Ses œufs sont éliminés par les excréments de ces animaux et les fourmis constituent un hôte intermédiaire temporaire mais obligatoire à la transmission de l'infestation vers un nouvel hôte définitif. Lorsque la fourmi ingère la larve de Dicro, celle-ci migre vers son cerveau et **prend littéralement possession de son esprit**. Le parasite au stade larvaire *force* l'insecte à monter le long des brins d'herbe à la tombée du jour en faisant le pari qu'un ruminant avalera la fourmi en broutant. Ainsi, Dicro retrouvera son hôte terminal et poursuivra sa transformation vers le stade adulte afin de perpétuer son cycle de vie. Que dites-vous de ce prodige ?

Cette séquence représente une véritable merveille de l'évolution dans ce qu'elle a de plus créatif. L'infortunée fourmi parasitée devient un zombie. L'efficacité du stratagème est impitoyable et s'il nous apparaît immoral, c'est qu'il implique le contrôle et le sacrifice d'une innocente victime. Mais la nature n'a que faire de ces considérations

² Badie A, et al.
C R Seances Soc Biol Fil. 1973;167(5):725-7

larmoyantes. Seul le résultat compte et ce manège n'entraîne jamais l'extinction des fourmis puisque seul un petit nombre de ces ouvrières de toutes façons stériles est touché.

Vous comprendrez bien que j'ai rapporté ce fait intrigant de la biologie pour que nous en tirions quelques leçons. D'abord que le cerveau est un organe vulnérable à l'influence. Je pourrais vous parler d'autres parasites ayant des effets semblables sur d'autres espèces. Vous serez surpris d'apprendre que l'être humain n'y échappe pas. Le chat est l'hôte terminal de *Toxoplasma gondii* et l'homme un hôte accidentel indépendant du cycle du parasite. Cependant des études ont démontré que les personnes dont le cerveau est infesté par le toxoplasme sont sous le sortilège et ont un comportement différent des individus sains. Entre autre, les hommes seraient plus timorés et auraient une tendance exacerbée à la jalousie tandis que les femmes, au contraire, seraient plus entreprenantes et chaleureuses. Des chercheurs étudient même l'impact de la domestication du chat sur l'évolution des communautés humaines en regard du rôle joué par le parasite *Toxoplasma gondii*. Surprenant, n'est-ce pas ?

On trouve des mentions de l'emprise parasitaire dans le domaine ludique de la science fiction. Les **Goa'uld** se fixent à la moelle épinière de leurs hôtes humains pour en faire des esclaves dociles au service de leurs intérêts dans la série télévisée *La porte des étoiles*. Enfin, des esprits maléfiques immatériels pourraient s'emparer de l'esprit de personnes innocentes, sortilèges que seul l'exorcisme parvient à briser. L'Église catholique possède une longue tradition sporadiquement appuyée par le magistère en ce domaine. L'évocation de ces démons malfaisants déclenche un fort sentiment d'horreur chez tout individu mentalement sain. L'idée de devenir le pantin d'un agent parasitaire et la perte de liberté qui en résulte est tout simplement insupportable. Mais le point que je voulais amener avec tous ces exemples, c'est que la culture fonctionne d'une manière sournoise et en tout point semblable.

Le terme de *mème* a été proposé pour la première fois par le biologiste Richard Dawkins dans son livre *Le gène égoïste* publié en 1976. Il découle de la réunion typographique des mots *gène* et *mimesis* qui signifie « imitation ». Les mèmes sont à la culture ce que les gènes sont au génome : des unités d'information. Les mèmes auraient un mode de transmission comparable aux gènes.³ Transmis par la culture, ils s'installent dans notre cerveau en modifiant sa structure fonctionnelle. À la manière des parasites bien réels décrits précédemment, les mèmes commencent à s'infiltrer en nous dès la tendre enfance profitant de cet instinct qui nous pousse à imiter et à croire en toute confiance les adultes significatifs de notre existence. Inculqués tout au long de la croissance et du développement du cerveau, les mèmes déterminants d'une culture s'insèrent pernicieusement en nous, prenant le contrôle de notre façon de penser et orientant notre vision de la vie dans tous ses aspects. Par conséquent, ils nous rendent spécifiques, aveugles et difficilement pénétrables aux valeurs de cultures différentes. On en vient à considérer les emblèmes propres à la culture dans laquelle nous baignons comme absolus et supérieurs aux autres. Ainsi nous serions les seuls à posséder la seule *vraie* religion, bien qu'aucune religion ne recueille l'assentiment d'une majorité de personnes à l'échelle mondiale. Notre organisation sociale serait évidemment la meilleure

³ Pour une discussion sur la notion de mème et la mémétique, voir http://www.uqam.ca/~philo/portail/pourquoi/pourquoi3_3_02.html

sans discussion car nous, occidentaux, ne serions-nous pas au sommet de la hiérarchie économique planétaire. Mais depuis quand la richesse est-elle le baromètre des qualités morales ? Et nous pourrions multiplier les exemples. En réalité, l'ensemble des mêmes érige un *système de croyance* cohérent dans une société donnée à une période donnée. « Oui nous avons une âme, mais elle est faite d'un paquet de petits robots. » disait Daniel Dennett dans *Breaking the Spell* (2006). Notre pensée est sous l'emprise de sortilèges.

Les gènes peuvent être bons ou mauvais pour l'individu comme pour l'espèce. Les gènes sont soumis à l'action de la sélection naturelle et retenus ou rejetés par adaptation aux conditions locales de l'environnement. Un gène avantageux dans un certain environnement peut s'avérer funeste dans un autre. Certains gène ou combinaison de gènes peuvent amener lentement mais sûrement une espèce à l'extinction. Darwin l'avait anticipé dans son traité sur la sélection sexuelle publié en 1871.

Il en va ainsi des mêmes. Notre évolution actuelle étant surtout sous la coupe de la culture, ils prennent une importance prépondérante. Je pense que les mêmes de notre puériculture⁴ actuelle font partie de ceux qui sont délétères. C'est, il me semble, une caractéristique de notre monde industrialisé de mettre non seulement en péril notre espèce par la destruction accélérée de l'environnement dans lequel nous vivons, mais aussi par la destruction tout aussi certaine de notre environnement intérieur qui nous fait perdre les qualités les plus chèrement acquises au cours de l'évolution soit les capacités d'entraide, de sollicitude, de compassion qui sont le fondement de la société humaine. Je pense que ces mêmes maléfiques réduisent notre bien-être mental et notre sérénité et nous rendent tous et chacun anormalement vulnérables aux vicissitudes de la vie.

Cette possession de la pensée par l'ensemble des mêmes qui peuplent une culture oriente même la manière de faire la recherche et l'interprétation qu'on impute aux données de la science. Nous avons la nette tendance à conforter celles qui s'accordent avec le modèle promu et à occulter celles qui le contredisent, répondant à la maxime de Térence : « On croit plus facilement ce qu'on désire ardemment. » Même les scientifiques qu'on prétend objectifs en principe, résistent difficilement à ce travers parce qu'ils sont eux aussi partie prenante au système de croyance de la société à laquelle ils appartiennent. La science est une activité humaine et ne s'exerce pas en toute indépendance du contexte social.

Je vous donne un exemple de ce que je considère comme une évolution non adaptative et nocive des mêmes. Le recours répété pour des périodes prolongées aux soins non parentaux collectifs de jeunes enfants du même âge est *définitivement contre nature* bien qu'il soit largement répandu et ardemment promu par une foule de spécialistes et d'acteurs sociaux dans nos sociétés industrialisées. Toute une série d'études réalisées à partir de critères et d'objectifs savamment choisis (parfois inconsciemment) viennent inéluctablement supporter son bien fondé tendant à conforter ces valeurs culturelles dominantes. Comme nous le verrons, le problème commun à ces études scientifiques est le recours à un groupe contrôle pathologique. Aucune de ces études n'a utilisé comme témoin un échantillonnage suffisant d'*Unités mère-enfant* pleinement physiologiques (Je ne fais qu'annoncer ce terme ici; j'y reviendrai). La recherche est donc incomplète et

⁴ Ensemble des méthodes propres à assurer la croissance et le plein épanouissement organique et psychique de l'enfant (jusqu'à l'âge de 3 ou 4 ans) Le Petit Robert

trompeuse sur ce sujet crucial. Il ne s'agit pas seulement de sémantique parce que des milliers d'enfants et de parents sont systématiquement embarqués dans une structure artificielle sans précédent dans toute l'histoire de l'humanité. Son impact n'a toujours pas été mesuré de manière recevable si vous voulez mon avis. L'épidémiologiste Elisabeth Barret-Connor nous met en garde contre le recours à ces actions prématurées et mal évaluées sur le plan scientifique : « Il est nécessaire, dit-elle, de procéder à une étude clinique randomisée à toutes les fois où une intervention implique un médicament ou un procédé dont l'utilisation se situe en dehors de la norme évolutionniste. » Or le recours aux Centres de la petite enfance (CPE) pour la prise en charge des jeunes enfants (moins de trois ans) est définitivement contraire à la norme évolutionniste et l'admission tacite de son innocuité n'a pas été rigoureusement établie. Vous me direz qu'il est de mauvais aloi d'exiger une démonstration par la négative mais il n'en demeure pas moins que le principe de précaution aurait prescrit que cette recherche eut été faite avant l'implantation massive et à large échelle de ce type d'arrangement.

J'en parle à l'aise parce que mon intérêt pour l'allaitement maternel et l'alimentation des nourrissons m'a mis en contact avec une histoire en tout point analogue qui a débuté cinquante ans plus tôt. La mise au point et la commercialisation des formules industrielles pour l'alimentation des nouveau-nés ont été réalisées de la même façon sans évaluation préalable rigoureuse des risques et bénéfices qu'ils faisaient courir sur la santé des mères et des enfants en faisant fi de la plus élémentaire prudence scientifique. Tout comme la garde en CPE, cette pratique a elle aussi été endossée puis recommandée par un large quorum de spécialistes qui se targuaient de parler au nom de la science. En toute innocence, des générations d'enfants et de parents ont payé un lourd tribut à ce qu'on présentait alors comme une innovation. Henri Nestlé, l'inventeur de la première formule artificielle mise en marché, affirmait déjà en 1867 que sa formule était : « Scientifiquement étudiée, de sorte qu'il n'y manque rien. » Après plus d'un siècle de mise à l'épreuve nous réalisons maintenant tout ce qu'il y avait de faux et de présomptueux dans ces paroles prononcées sans nuance, sans l'éclairage de la science authentique. L'Organisation mondiale de la santé dit maintenant de cet épisode qu'il a constitué : « La plus vaste expérience clinique non contrôlée de toute l'histoire de l'humanité. »⁵ Avons-nous appris quelque chose de cet incident tragique alors qu'en voulant jouer sans vergogne les apprentis sorciers, nous avons espéré remplacer la sagesse de la nature par une approximative imitation nuisible à la santé. Ne serions-nous pas en train de répéter les mêmes erreurs avec la diffusion et l'application à large échelle des soins non parentaux collectifs pour des générations quasi complètes de jeunes enfants dans nos sociétés industrialisées ?

S'il est difficile, voire impossible, de se libérer de l'emprise du parasite de la toxoplasmose, il en va autrement des mêmes culturels. L'homme est un animal raisonnable dit-on, et nous pouvons changer nos comportements. Nos capacités de réflexion, notre sens critique et l'approfondissement de nos connaissances nous permettent de remettre en question nos valeurs, mais ce n'est pas une entreprise facile. Le système de valeurs forme un tout cohérent qui explique et permet le fonctionnement de toute une société. Ainsi, la résistance vient non seulement de l'intérieur, mais aussi de

⁵ Rapport de l'étude de collaboration sur l'allaitement maternel de l'OMS, 1981

l’empreinte sociétale qui élève certaines de ces valeurs au rang de sacré. La contestation sacrilège conduit rapidement à l’ostracisme pour l’imprudent qui s’aventure sur les chemins de traverse. Chez-nous, la remise en question des *acquis* du modèle québécois est blasphématoire et focalise sur son auteur les foudres des gardiens des mêmes sans l’effort de l’analyse critique de son argumentaire. L’acte en soi est le péché et justifie l’opprobre. Et puis, certains apparaissent tellement captifs des mêmes qu’ils sont tout simplement incapables de contestation. « Nous avons tous tendance à penser que le monde doit être en conformité avec nos préjugés. Adopter un point de vue opposé implique un effort de réflexion, et bien des gens mourraient plutôt que de faire cet effort – d’ailleurs, c’est ce qui leur arrive » disait le philosophe et mathématicien Bertrand Russell.

La résolution de l’énigme Dicro nous apprend aussi que l’émergence de la vérité passe parfois par un changement de paradigme.⁶ Plusieurs des plus grandes percées dans le monde des idées n’ont été rendues possibles que de cette façon. On peut mentionner la cosmologie copernicienne, les théories de l’évolution et de la relativité, les postulats de la mécanique quantique ou tout simplement la réinterprétation du schiste de Burgess dont j’ai déjà parlé, vous vous souvenez. Toutes ces *découvertes* ont conduit à de nouvelles visions du monde. Aujourd’hui, permettez-moi d’exiger que vous suiviez ce chemin mais plutôt que de proclamer une conception novatrice, je vous invite à redécouvrir puis remettre à l’ordre du jour une *ancienne* réalité du fonctionnement social. Une réalité oubliée dans les affres de la civilisation et quasi complètement escamotée par les mêmes dominants ayant court ou pressentis comme indispensables à l’organisation de nos sociétés industrialisées. *Homo urbanicus* s’est construit un monde d’où la nature est évacuée. Dans cet environnement artificiel, il a le sentiment d’avoir échappé aux contraintes que nous impose le monde naturel. Ainsi, « Coupés des origines de notre propre existence, nous sommes devenus léthargiques, indifférents et lents. »⁷ Je vous demande d’oser remettre en question les vérités tenues comme sacrées et promues par les initiateurs des courants collectifs ayant droit de cité exclusif dans notre société et qui se perpétuent par la volonté des élites dominantes à qui le modèle profite. Je vous propose d’adopter comme guide l’incantation de Thomas Henry Huxley : « Assied-toi devant les faits comme un petit enfant et sois prêt à abandonner toute notion préconçue. » Cette petite maxime à apprendre par cœur représente à elle seule l’esprit scientifique dans ce qu’il a de plus pur. Je sais par expérience tout le difficile de cette remise en question. Pour ma part, je ne peux que vous offrir ma propre démarche et je vous fais part de mes assises. Elles proviennent de la biologie évolutionniste, de la paléanthropologie, de l’anthropologie culturelle, de la neurophysiologie, de la psychologie évolutionniste et des sciences du développement. Au cours de ma vie, j’ai étudié certains grands échafaudages d’idées sur le développement de l’enfant et n’y ai vu que contradictions avec les enseignements de ces disciplines.

⁶ Le petit Larousse définit **paradigme** comme un « modèle théorique de pensée qui oriente la recherche et la réflexion scientifique.

⁷ David Suzuki, *L’équilibre sacré*, 1997

Depuis, j'ai résolument pris le parti de la physiologie et de l'histoire dans le but de me mettre à l'abri des erreurs, autant que faire se peut, en me fondant sur des bases que je crois fiables. Je ne l'ai pas encore regretté. Je pense qu'on ne peut pas comprendre l'être humain sans une vision écologique de sa nature et sans qu'on s'intéresse aux grandes questions séculaires qui torturent à bon droit l'humanité depuis un temps indéfini : Qui sommes-nous ? D'où venons-nous ?

Je vous fais cette longue mise en situation parce que je pense que beaucoup de maux qui affligent nos sociétés industrialisées sont imputables à des causes qui s'exercent aux tous premiers instants de la vie, au cours de la toute petite enfance. Je crois que notre **puériculture aberrante** est responsable de beaucoup de psychopathologies et de comportements antisociaux remarquables dans notre monde. Je crois que cette prise en charge précoce, inadaptée aux besoins des jeunes enfants, est responsable du malaise qu'éprouve tout un chacun. Je crois que nous en perdons tous en sérénité et en propension au bonheur. Parmi les conséquences de cette puériculture contre nature, on peut citer les problèmes d'agressivité et de violence impulsive, de dépressions et de suicide et de dépendances diverses. Je pense qu'une bonne part de l'augmentation actuelle des problèmes de comportement et de santé mentale observés chez les jeunes enfants et les adolescents dépend de cette puériculture contre nature qui s'éloigne de plus en plus du modèle biologique. Je ne prétends pas que cette cause soit exclusive, mais elle contribue de manière prépondérante à l'éclosion de ces problèmes et j'ai comme objectif d'en faire la démonstration pour que nous puissions individuellement et comme société adopter des mesures préventives contre ces tares sociales. Je pense que l'allaitement maternel fait partie d'un système de solutions que je m'appête à vous soumettre. Un grand corpus de recherche a montré le risque encouru à remplacer l'allaitement maternel par l'alimentation artificielle dans les domaines de la santé physique. Mais les empreintes psychiques et sociales de l'allaitement, bien que fondamentales, sont restés largement inexplorées. L'objectif que je me suis fixé en écrivant cet article est de tenter de circonscrire ces aspects qui me semblent encore plus importants que les premiers parce qu'ils touchent au cœur de notre essence. Mais auparavant, il nous faudra passer par des chemins obligés.

Qui suis-je ?, D'où viens-je ?

**Dieu a donné à l'homme le goût de connaître
pour le tourmenter."**

Ecclésiaste, 1, 13

Commençons par le début et tentons de nous réapproprier notre nature. « Tous nos malheurs proviennent de ce que les hommes ne savent pas ce qu'ils sont, et ne s'accordent pas sur ce qu'ils voudraient être. » affirmait Vercors dans ***Les animaux dénaturés***, un titre qui s'applique tout à fait à l'homme et à la femme modernes. J'ajouterais pour ma part : « et ignorant d'où ils viennent » parce qu' imaginez-vous que

cette recherche des origines et les enseignements à en tirer constitue un interdit pour plusieurs de nos contemporains dans nos sociétés prétendument avancées. Certains mêmes tenaces des mythes de la création portés par des acteurs sociaux résistants en condamnent la recherche au mépris de la raison.

Pour mener à bien notre quête, je vous propose un outil, celui de l'**HISTOIRE**. « Tout tient à une histoire. Nous sommes présentement en difficulté parce que nous sommes privés d'une histoire valable » affirmait Thomas Berry dans *The Dream of the Earth*. Afin de réinventer l'équilibre, il nous faut redécouvrir l'histoire et nous réapproprier notre identité. Redécouvrir notre nature, c'est aussi nous poser la question des origines.

L'être humain est le produit imprédictible de l'évolution. Charles Darwin nous a appris que nous avons un commencement et une histoire sur cette planète et que ce commencement et cette histoire s'écrivent en des termes parfaitement naturels, sans intervention obligée d'une prémisse surnaturelle.

Nous sommes un accident de l'histoire. Apparu dans le cadre général de l'évolution, *Homo sapiens* ne doit finalement son existence qu'à l'application des mêmes principes qui régissent l'ensemble du monde animé. Nous sommes le résultat temporaire d'une longue filiation d'espèces qui se sont succédées sans interruption depuis l'apparition des bactéries dans la pénombre du Précambrien il y a 3,8 milliards d'années. Pendant une interminable période, une multitude d'espèces se sont succédé avec succès, occupant *sans nous* à la fois les eaux, le ciel et la terre. Finalement, il y a quelques secondes à peine à l'échelle des temps géologiques, nous sommes apparus sans prédétermination aucune, au hasard des mutations géniques et des extinctions massives selon les principes de l'adaptation et de la contingence. *Homo sapiens* fait partie intégrante de la nature comme en témoignent son histoire, sa morphologie, sa physiologie et, à bien des égards, son comportement. Dans la dixième édition de *Systema Naturae*, le père de la taxonomie Carl von Linné nous assignait comme un animal de la classe des mammifères. Comme tout le monde le sait, les mammifères se définissent comme des animaux à température constante recouverts de poils et qui nourrissent leurs petits avec le lait de leurs mamelles.

Les **mammifères** sont apparus il y a quelques 200 millions d'années et ils ont longtemps coexisté avec les terribles dinosaures. Il faut dire qu'à cette époque nos ancêtres n'en menaient pas large. On impute leur triste sort à la compétition inégale de leurs colocataires, les féroces reptiles. Les mammifères n'étaient alors représentés que par de petits rongeurs et d'insignifiants insectivores de la taille des musaraignes réduits à vivre la nuit et à ne mettre le nez dehors qu'au moment béni où leurs maîtres entraient dans la torpeur. Ce n'est qu'après la disparition des dinosaures que le rameau fragile des mammifères s'est soudainement transformé en un buisson touffu et que les différents ordres qui le constituent se sont différenciés rapidement.

Parmi les mammifères, Linné nous casait dans l'ordre des **primates** en compagnie des singes. C'est approprié. Les primates sont apparus il y a soixante millions d'années, tout de suite après la grande extinction massive du Crétacé. L'ordre des primates compte à présent environ 200 espèces dont la nôtre. Les primates sont les seigneurs des arbres, les rois de la canopée, ceci dit en tout anthropomorphisme. Les membres ancestraux et la grande majorité des espèces contemporaines de l'ordre sont essentiellement arboricoles. Chez plusieurs espèces, ce mode vital est exclusif de sorte que leurs représentants ne

mettent jamais pied à terre. Le singe hurleur de l'Amérique tropicale en fournit un exemple saisissant. Les femelles donnent naissance à leurs petits dans la cime des arbres et les portent dans tous leurs déplacements tant et aussi longtemps qu'ils n'ont pas la capacité de le faire seul.

Le développement du cerveau humain est tributaire de la vie arboricole de nos lourds ancêtres primates munis d'extrémités préhensiles. Dans un monde enchevêtré de branchages entrelacés, l'appréciation des distances se révèle indispensable à la survie. La décision de sauter sur telle ou telle branche pouvant à tout moment céder sous le poids requiert l'intégration de multiples données et une capacité à se projeter par la pensée dans l'espace et le temps. Une vision stéréoscopique s'impose et la perception du monde en couleur permet en outre de juger de la profondeur par la subtilité des teintes. La main préhensile permet non seulement de saisir les objets mais aussi de les manipuler. Ainsi se révèle aux primates un monde tridimensionnel imperceptible aux autres mammifères. L'objet acquiert une signification qui lui est propre. Le poids, la texture, la couleur, l'odeur et le goût peuvent être appréciés. L'objet devient objet d'étude.

Parmi les primates, les singes ont aussi des caractéristiques reproductrices qui leurs sont propres. Ils ne donnent naissance qu'à un seul petit à la fois au terme d'une grossesse de longue durée. Les petits naissent démunis, leur croissance est lente et ils ont besoin de l'assistance des adultes pendant un période plus longue que chez tout autre groupe de mammifères. Le lait des femelles a une faible concentration en protéines et minéraux et il est destiné à un organisme à croissance lente. L'allaitement est prolongé et se mesure en années chez les grands singes. Le contact entre la mère et l'enfant est constant pendant toute la période de l'enfance. Ces espèces vivent en bandes hautement structurées. Ainsi, de façon générale, **les primates sont des espèces sociales, à contact continu et à bébé unique et porté.**

Il y a cinq à sept millions d'années la famille des Hominidae s'est séparée de celle des Pongidae représentée aujourd'hui par le chimpanzé, le gorille et le bonobo. Bernard Dutrillaux a comparé les caryotypes de 120 espèces de primates pour construire un arbre phylogénétique de l'ordre et il a révélé avec surprise que l'événement qui a mené à notre séparation des grands singes a été précédé d'un long tronc commun d'animaux ayant tous les traits cytogénétiques des Pongidae. Ainsi, **NOUS SOMMES DES SINGES**, sans l'ombre d'un doute ne vous en déplaise. Linnée l'avait déjà pressenti lorsqu'il écrivait en 1758 : « Je n'ai pu jusqu'à présent tirer des principes de ma science aucun caractère grâce auquel il serait possible de distinguer l'homme du singe. » Puis Darwin renchérisait en 1871 : « Si l'homme n'avait pas été son propre classificateur, il n'eût jamais songé à fonder un ordre séparé pour s'y placer ». Tant pis pour l'orgueil. La faible brindille évolutive qui mène à Homo sapiens n'a rien de spectaculaire. Nous sommes à présent les seuls représentants d'une famille jadis florissante et qui, somme toute, n'a pas très bien réussi.

Les récents travaux de décryptage des génomes de l'humain et du chimpanzé ont mis en évidence la faible distance génétique entre nos deux espèces. Nos génomes respectifs sont complètement identiques à 98,6 % ! Je ne prétends pas que les êtres humains et les chimpanzés soient semblables, les différences sont évidentes, mais malgré les apparences il y a moins de différences génétiques entre l'homme et le chimpanzé qu'entre le gorille et le chimpanzé, ce qui n'est pas rien. À toute fin pratique, ces données démontrent que

nous possédons avec ces grands singes un tronc commun d'ancêtres primates et que notre lignée ne se serait séparée de celle du chimpanzé que tout récemment. Il serait bon de s'en souvenir.

Ecce Homo

“Qu'a-t-il donc dans la tête, cet *Homo* qui s'attribue sans vergogne l'épithète *sapiens* ?”

Jean-Pierre Changeux

Nous pouvons convenir des débuts de l'humanité réelle avec l'apparition d'*Homo ergaster* en Afrique orientale il y a 1,8 million d'années. *Homo ergaster* rompt définitivement avec le mode de vie arboricole et sa bipédie est assurée, en tout point semblable à la nôtre. Il est le premier hominidé à consommer régulièrement de la viande. Il découvre les propriétés du feu et le domestique. Chez lui, l'enfance se prolonge et on croit que le couple stable forme la base de sa structure sociale. *Homo ergaster* est le premier hominidé à entreprendre de véritables migrations hors de l'Afrique. On retrouve ses descendants jusqu'en Europe et dans l'extrême est de l'Asie. Finalement, il s'évanouit en donnant naissance à *Homo sapiens*, notre espèce, vieille de deux cent mille ans et présentement la seule espèce vivante appartenant toujours au genre humain.

Puis, il y a environ quarante mille ans, un déclic s'est produit dans le cerveau de *sapiens*. Sa nature réelle demeure mystérieuse et fait toujours l'objet d'une polémique dans la communauté scientifique, mais à partir de cet instant, la capacité d'innovation de l'humanité devient apparemment sans limite. Le langage décuple les capacités de transmission de l'information et permet la véritable culture. « Vivre ensemble, façonner des outils et les utiliser, créer des pensées et les communiquer à autrui par le langage, voilà l'essence du progrès cognitif qui engendra l'esprit humain. »

Désormais, l'évolution humaine sera avant tout sous la coupe de la culture. L'homme cherchera à s'affranchir du joug de la nature et s'efforcera d'adapter le monde à son image. Désormais, il décidera seul de son avenir et de celui de nombreuses autres espèces... L'esprit nouveau a engendré le libre arbitre avec lui, toute la latitude d'adopter des comportements extrêmes.

Lorsque l'espèce humaine paraît, plus de 99 % de l'histoire de la vie est déjà écrite. L'homme fait partie de ces créatures du moment. S'il ne peut se proclamer *choisi* ou *mieux adapté*, il est cependant le seul à pouvoir regarder en arrière, analyser son passé et se servir de cette connaissance pour orienter son futur.

Les chasseurs-cueilleurs, le monde originel

Peut être découvrirons-nous un jour que la même logique est à l'œuvre dans la pensée mythique et dans la pensée scientifique, et que l'homme a toujours pensé aussi bien."

Claude Lévi-Strauss

Pendant tout le Paléolithique⁸, tous les hominidés ont vécu dans le même type d'organisation socio-économique : **le mode d'existence de chasseur-cueilleur**... qui représente le véritable mode de vie naturel pour l'humain. Un mode de vie hérité de l'histoire évolutive de notre espèce depuis les tous débuts de la vie sur cette planète. Le mode de vie de chasseur-cueilleur constitue le paradigme du fonctionnement d'**Homo sapiens** dans tous ses rythmes biologiques. **C'EST DANS LE CADRE DE CE MODE DE VIE QUE LA NATURE A FORGÉ L'ÊTRE HUMAIN AVEC TOUTES SES CARACTÉRISTIQUES VITALES.** Cette phrase, une des plus importantes de ce texte, est à répéter, retenir et méditer sans cesse! Il faut y revenir à toutes les fois où des questions surgissent sur la pertinence de telle opinion ou action qui concerne la santé au sens large, tant sur les plans physique, mental aussi bien que social.

Voici le mode de vie originel, le mode de vie fondamental qui a forgé l'être humain, la glaise biblique qui représente plus de **99,6%** de toute l'histoire de l'humanité mais qu'on escamote dans les livres d'histoire par ignorance de son intérêt ou pire encore, par négation de son occurrence. Ou serait-ce simplement par orgueil du haut des prétentions que nous confère la civilisation en jetant un regard condescendant sinon honteux sur ce passé fait de « peuplades qui ont une existence malpropre, bestiale et une vie brève. »⁹ « L'ignorance nous force à des actions dont on ne comprend ni les causes, ni les effets » disait Victor-Lévy Beaulieu. L'abstraction, voire la négation de cette période fondamentale de notre histoire est l'un des plus grands scandales de nos systèmes d'instruction publique. Ces systèmes « d'ignorance imposé » comme le dit si bien Noam Chomsky. Faut-il alors s'étonner de l'affirmation de Vercors. Faut-il s'étonner que nous ne sachions plus qui nous sommes et par conséquent que nous ignorions l'essentiel de notre physiologie. Faut-il s'étonner que les parents de notre monde ne sachent plus comment prendre soin de leurs bébés parce qu'ils en ignorent l'essence. Faut-il s'étonner que nous soyons à ce point ignorants des besoins fondamentaux des jeunes enfants et ce, dans un monde qui se prétend le plus abouti de tous les temps. Faut-il s'étonner que nous ayons égaré le mode d'emploi. Après avoir vécu plus de deux ans au sein d'une tribu de chasseurs-cueilleurs d'Amazonie (les Yequana), l'anthropologue américaine Jean Liedloff avouait dans **The Continuum Concept** qu'elle se sentait plutôt mal à l'aise d'avoir à « avouer sans honte à mes amis Indiens que d'où je viens, les femmes ne se sentent pas capables d'élever leurs enfants sans avoir lu des instructions écrites dans un

⁸ Période qui commence avec l'apparition de l'Homme il y a environ 3 millions d'années et qui s'est achevée il y a environ 12 000 ans avec l'apparition de l'agriculture.

⁹ Thomas Hobbes (1588-1679)

livre par une personne qu'elles ne connaissent pas » ... Et elle aurait pu ajouter « le plus souvent un homme. » J'imagine sans effort la mine incrédule et amusée des femmes de cette tribu.

Parce que notre cerveau n'a pas été conçu pour se représenter intuitivement des durées de temps qui se mesurent en milliers, voire en millions d'années, une petite représentation graphique permettra à chacun d'apprécier la marche de l'humanité depuis ses débuts jusqu'à nos jours. Alors imaginons une corde où un centimètre équivaut à un an. À cette échelle, une génération mesure vingt-cinq centimètres. Chacun d'entre nous n'a le plus souvent connu que ses parents et grands-parents, soit deux générations. Quatre générations couvrent cent ans, soit un mètre. Une longueur de vingt-cinq mètres nous ramène en arrière de deux mille cinq cents ans, à Platon et au début de notre civilisation. Soixante-quinze mètres plus loin et nous assistons au début de l'agriculture. *Homo sapiens* quant à lui, est apparu deux mille mètres en amont, et on retrace la route du vieil *Homo ergaster* jusqu'à vingt kilomètres plus loin !

Toutes et chacune des générations successives situées entre vingt kilomètres et cent mètres de nous n'ont connu qu'un seul mode de vie : celui de *CHASSEUR-CUEILLEUR*. Retenez bien ce terme car il est fondamental à ce que nous sommes et nous y reviendrons constamment. C'est au cours de cette période et dans le cadre de ce mode de vie que les grandes caractéristiques de notre espèce ont été biologiquement définies par la nature. À l'image des autres primates, tous les hommes du Paléolithique ont vécu dans ce seul et unique mode de vie qui constitue encore l'ambiance fondamentale du développement harmonieux de l'être humain selon les plans de la nature. Dans ce mode de vie, on ne cultive pas, on ne domestique pas, mais on vit en glanant sa pitance dans ce que nous offre l'environnement local. Il y a douze mille ans environ, les êtres humains ont procédé à la plus grande innovation de toute l'histoire de l'humanité, celle qui allait le plus profondément changer à tout jamais la manière de vivre et de cohabiter à la fois entre nous et avec le monde ambiant : **l'agriculture**. La société agricole allait se répandre à la planète entière de sorte que le mode de vie originel est présentement en voie de disparition dans l'indifférence générale. Nous protégeons les espèces en voie de périr, mais nous laissons trépasser sans vergogne le mode de vie qui nous a construit de sorte que bientôt, la quête des origines ne pourra s'exercer que dans les témoignages écrits des anthropologues du passé. Nous sommes à présent les fils et les filles de l'agriculture, pour le meilleur et pour le pire. Avec l'agriculture sont venus la propriété privée, la division du travail et la spécialisation, l'accumulation de la richesse dans les mains d'une minorité et les inégalités entre les nations, les religions monothéistes et leur code moral rigide voire proprement inhumain, la surpopulation, les grandes épidémies, les guerres... la civilisation. Nous ne pourrons plus jamais revenir en arrière, mais nous devons garder en tête l'importance pour notre équilibre de cette longue période du Paléolithique et du mode de vie de chasseurs-cueilleurs. « Nous pouvons apprendre de cette expérience pourquoi et comment nous avons évolué, et en quoi cette connaissance peut nous aider à prendre des décisions rationnelles sur notre adaptation à de nouvelles demandes imposées par les changements culturels et environnementaux. »¹⁰ À peine quatre cents générations

¹⁰ Short RV

The evolution of human reproduction.

nous séparent des débuts de l'agriculture. Cette période est bien insuffisante pour permettre une modification substantielle du génome d'une espèce complexe comme la nôtre. Nous sommes des chasseurs-cueilleurs en cravate et en robe du soir, **mais en naissant nos bébés sont inconscients de cette subtilité.**

Les chasseurs-cueilleurs, la vie quotidienne

On devine chez tous une immense gentillesse, une profonde insouciance, une naïve et charmante satisfaction animale, et, rassemblant ces sentiments divers, quelque chose comme l'expression la plus émouvante et la plus véridique de la tendresse humaine. »

Claude Lévi-Strauss, *Tristes tropiques*

Parlons pour un temps de l'ambiance originelle, de la forge primordiale. Parlons de la vie chez les chasseurs-cueilleurs.

Je vous laisse imaginer une **bande** formée de moins de 50 personnes. Une bande constituée d'une ou de quelques familles élargies. Une bande formant une société égalitaire où chacun trouve sa place, l'équilibre démographique étant obtenu par la mobilité des individus entre les groupes. Dans cette société, la gouvernance est flottante sans leader fixe et les décisions d'importance sont finalement prises en collégialité et en présence de tous y compris des enfants

L'économie y est essentiellement prédatrice, fondée sur la chasse, la pêche, la cueillette selon la disponibilité des ressources. Elle est basée sur la complémentarité homme / femme plutôt que sur la spécialisation ; les activités économiques de la femme étant essentiellement liées à son statut reproducteur (gestation, allaitement et portage, soins aux jeunes enfants). L'organisation autorise un accès aux ressources, les biens de prédation étant partagés entre tous. La propriété individuelle est limitée en absence de stockage. Tout surplus s'avère encombrant dans un mode de vie où la mobilité constitue un fait vital total.

Dans ce type de société où les individus se connaissent intimement et où la solidarité est essentielle, les conflits sont rares en absence de droits exclusifs sur les biens et les ressources. **Le contexte de la bande est fondamentalement une *structure de support*.**

La notion de travail (au sens entendu) n'existe pas, la contribution de chacun à l'acquisition de la nourriture est exigée selon ses capacités et l'effort de production cesse dès que la subsistance est assurée. La capacité productrice du groupe est le plus souvent sous-exploitée, la prédation demandant peu de travail (les Bochimans chasseurs-cueilleurs qui vivent toujours dans l'inhospitalier désert du Kalahari consacrent moins de vingt

heures par semaine à chercher leur nourriture). La technologie est minimale et utilitaire. La tradition est conservatrice, concrète, liée à l'environnement vital. Les chasseurs-cueilleurs sont presque automatiquement nomades, vagabondant au gré des besoins de subsistance sur un territoire d'utilisation.

Seriez-vous étonnés si je vous disais que la bande représente toujours la structure de base de la société humaine. Pensez à votre propre situation. Combien de personnes connaissez-vous bien ? À combien de personnes faites-vous confiance ? Notre *bande* se limite tout au plus à notre famille (plus ou moins élargie) et à quelques amis... même en ville ! Où la multitude ne signifie rien. Nous ne pouvons bien connaître que quelques personnes à la fois. C'est un héritage du Paléolithique. Le déracinement urbain est intimement associé à la solitude.

Je vous encourage à en apprendre un peu plus sur le mode de vie des chasseurs-cueilleurs à travers les récits des anthropologues qui ont partagé leur existence. Je ne peux que vous recommander les travaux de Claude Lévi-Strauss, de Margaret Mead, de Richard Lee et Irven DeVore, de Jean Liefloff, de Barry S Hewlett ou de Kim Hill et Magdalena Hurtado pour n'en nommer que quelques uns.

Parlons maintenant de l'ambiance et du *rapport à ce que nous sommes* en tant qu'espèce sociale à l'intérieur de l'ordre des primates. Voici *Homo* : un singe qui ne grimpe plus aux arbres, un bipède pas particulièrement rapide, un mammifère sans griffes acérées ni dents pointues, possédant une force physique respectable, sans plus... et des bébés démunis et des enfants longtemps dépendants. Et puis vivant dans un milieu aux abris clairsemés, possédant des outils bien sûr, mais si primitifs... Un observateur d'aujourd'hui capable de voyager dans le temps et qui serait témoin de l'humanité naissante ne gagerait pas beaucoup sur l'avenir de cette faible brindille. Et pourtant, nous formons aujourd'hui une espèce que l'on peut sans prétention qualifier de florissante; du moins pour l'instant.

Alors, quel est donc le secret de la survie d'*Homo* ? La réponse est dans l'expression de la nature *sociale* de notre espèce. Il semble de bon aloi dans notre culture de nous représenter l'humain (surtout le mâle) comme un monstre d'agressivité. *Homo hominis lupus est.*¹¹ Je pense que c'est exagéré et tout le contraire de la réalité première. N'importe lequel observateur de la nature un tant soit peu sérieux le constate *de facto*. Notre monde en est un de coopération, d'entraide, de prise en charge les uns des autres. Un monde où l'empathie et la sollicitude sont les clés. C'est une constatation claire et constante dans les écrits des anthropologues qui ont étudié les sociétés de chasseurs-cueilleurs. Le secret de la survie évolutionniste d'*Homo* se situe entre nos deux oreilles, un gros cerveau dont le cortex est surtout formé d'aires associatives : *UNE MACHINE SOCIALE*. C'est ce cerveau qui permet à chacun de nous de créer de la cohésion. C'est l'incroyable plasticité et l'adaptabilité de ce cerveau qui a permis à notre espèce d'emmagasiner l'expérience accumulée par des milliers de générations pour créer la culture humaine (ce qu'on appelle l'humanité). Et cette humanité s'est bâtie sur des valeurs de coopération, d'entraide, de compassion et de sollicitude.

¹¹ L'homme est un loup pour l'homme

Alors, comment se fait-il que l'histoire de l'humanité nous semble déterminée par la guerre, la cupidité, la soif du pouvoir et la xénophobie sous toutes ses formes, nous laissant dans l'impression que notre nature fondamentale est la mieux décrite par ces travers qui nous paraissent si évidents. Or, notre nature doit être définie par ces actes habituels que nous accomplissons dans le cadre du quotidien mais qui, par malheur, ne décident pas du sort des nations. Pensez à votre vie de tous les jours... Nous saluons avec chaleur nos collègues de travail. Nous bavardons sans but précis avec de purs étrangers. Nous nous écartons pour laisser passer quelqu'un. Nous sourions à un enfant.

Contrairement aux idées préconçues, *Homo sapiens* est un primate foncièrement altruiste et le plus souvent remarquablement doux dans ses relations avec ses congénères. Alors pourquoi cette impression du contraire ? La réponse est dans l'asymétrie des conséquences – c'est le côté véritablement tragique de la condition humaine. Et c'est une terrible méprise. Par malheur, un seul incident violent peut aisément annuler dix mille actes de gentillesse... Un « passage à tabac » raciste peut effacer des années de patiente éducation en faveur du respect et de la tolérance. Une insulte supposée ou un assassinat insensé sont susceptibles de balayer des décennies de patiente diplomatie, d'échanges culturels ou d'envoi de casques bleus et peuvent conduire deux pays à se faire une guerre cruelle que personne ne veut mais qui change irrémédiablement le cours de l'histoire.

Nos sociétés *évoluées* valorisent par-dessus tout l'acquisition des connaissances et le développement cognitif. Nous exigeons de nos systèmes éducatifs qu'ils fournissent à nos enfants des expériences enrichissantes dans ces domaines. Dès l'âge tendre nous commençons à préparer nos enfants à l'école dans les domaines du vocabulaire, de l'écriture et des mathématiques. On tend à faire d'eux le plus tôt possible de petits disciples d'Einstein qui feront la fierté de papa et maman. Or, et comme nous le verrons, ces connaissances sont du domaine cognitif (néocortical) et sont accessibles au cours de toute la vie. Pendant ce temps, on subordonne et néglige souvent leur développement socioaffectif pourtant essentiel à l'expression de la nature sociale de notre espèce et à l'acquisition de l'équilibre intérieur qui permet la sérénité.

Malheureusement, la sculpture des voies neurales responsables de ces fonctions n'a lieu que pendant un moment limité de la maturation du cerveau, soit au cours de la petite enfance. Il est primordial que nos enfants développent le sens du partage, de la communication et de la communion avec autrui. Il nous faut investir tout autant dans le développement socio émotionnel de nos enfants que dans l'accroissement de leurs capacités intellectuelles. L'harmonie sociétale en dépend. La tendance en cours dans notre société donne plutôt raison à Jean Rostand : « L'homme n'est pas tenté d'oublier qu'il est un animal intelligent, tandis qu'il peut lui arriver d'oublier qu'il est un animal social. » Il serait bon de méditer un peu là-dessus aussi.

Le cerveau humain, son développement, son karma

“Messieurs, au lieu de vous promettre de contenter votre curiosité, touchant l’anatomie du cerveau, je vous fais icy une confession sincère et publique. Que je n’y connois rien.”

Nicolas Stenon (1638-1686)

J’ouvre une parenthèse apparemment décrochée de tout lien avec l’allaitement pour vous parler du cerveau. Si vous avez lu ce récit jusqu’à maintenant, **persistez**. Je vous assure qu’il existe un fil conducteur que nous allons retrouver bientôt, mais ce thème est un passage obligé.

Les anatomistes décrivent plusieurs parties au cerveau. Ces parties se sont en quelque sorte mises en place par addition les unes sur les autres au cours de l’évolution. Il y a d’abord le **tronc cérébral**. C’est la plus ancienne. Elle présente une constante anatomique et physiologique à travers l’embranchement des cordés, du poisson jusqu’à l’homme. Le tronc cérébral exécute un ensemble de fonctions sensorielles et motrices réflexes comme le contrôle des rythmes cardiaque et respiratoire, du cycle éveil-sommeil. Il permet les mouvements grossiers du tronc, des membres, de la tête et des yeux. Il est responsable du réflexe d’orientation et de la production des sons, des pleurs et des cris chez le nouveau-né. Les comportements du fœtus et du nourrisson sont le reflet des activités du tronc cérébral. Toutes ces fonctions s’exercent en absence d’influences significatives du cortex cérébral. À preuve, on les retrouve chez les nouveau-nés anencéphales. Le tronc cérébral est mature dès la naissance et est peu sujet au remodelage. Il est cablé serré. On appelle aussi le tronc cérébral du nom de **cerveau reptilien**. C’est quelque peu réducteur, mais approprié à la démonstration.

Un autre module cérébral s’est développé au tout début de la vie mammalienne. Vieux de deux cent millions d’années on l’appelle le **cerveau paléomammalien** et il est représenté surtout par le **système limbique**. À l’origine conçu pour le soin aux petits et la reconnaissance de la portée chez ces animaux qui allaitent leur progéniture, le système limbique occupe aussi d’autres fonctions. Il prépare les femelles à la défense de leurs nourrissons et il est responsable des relations d’affiliation, du lien parental et de l’attachement. Le système limbique est fondamental à l’expression des émotions. Il est l’organe du décryptage des expressions non verbales. Le système limbique est responsable des désirs pour les contacts socioémotionnels. Il reçoit des messages le plus souvent inhibiteurs du lobe préfrontal qui tempèrent l’expression des émotions en leur donnant un caractère « réfléchi ». Le système limbique est situé en profondeur des hémisphères du cerveau avec qui il forme le **télocéphale**.

Chez l’humain, le cortex forme 80% de la masse cérébrale. Il constitue le cerveau **néomammalien**. Ce cortex est responsable des comportements novateurs et des capacités de réflexion.

Ainsi, on peut décrire trois cerveaux superposés apparus de façon séquentielle et dans cet ordre au cours de l'évolution des vertébrés : le cerveau reptilien qui s'occupe de la vie végétative puis le cerveau paléomammalien qui s'intéresse à la vie émotionnelle et aux relations d'affiliation et enfin le cerveau néomammalien responsable du monde spirituel. Il y a d'abord l'être biologique en nous, puis il y a l'acteur social, celui qui tisse des liens avec autrui et enfin, il y a le sujet en quête de sens qui dessine un monde intérieur qui n'appartient qu'à lui.

Si ces trois cerveaux sont apparus successivement au cours de l'évolution, leur maturation chez l'individu se produit dans le même ordre, de la vie fœtale jusqu'à l'âge adulte avec des zones de chevauchement. Ainsi, le cerveau possède une organisation hiérarchique complexe qui se met en place dans un *certains ordre* définissant des *possibilités temporelles* et des *moments clés de structuration*.

Pour s'en convaincre, il suffit de regarder le bébé naissant. Il est totalement démuné et manifeste tous les stigmates d'une profonde immaturité neuromotrice. Une larve en apparence. Des mouvements à l'emporte pièce, incapable de contrôler l'amplitude et la direction de ses gestes, le nouveau-né se grafigne malencontreusement le visage et saisit tout à main pleine. Tout un monde le sépare à présent de l'adolescent qu'il deviendra peut être un jour alors que devant un public admiratif, il entamera au piano la Polonaise en la majeur de Chopin. En attendant, les seuls mouvements qui semblent parfaitement coordonnés sont ceux reliés à la succion. Le bébé naissant ne semble que savoir téter avec pleine compétence. Comment s'effectuera la métamorphose qui fera de la chenille un papillon ? La réponse est cachée dans le mécanisme qui assure le développement du cerveau.

À la naissance, le poids du cerveau humain ne représente que le quart de celui de l'adulte. Ce taux est respectivement de 50% pour le chimpanzé et 75% pour le cheval. À l'âge d'un an, le cerveau du chimpanzé et du gorille a déjà atteint 70% de sa taille adulte, mais ce ratio n'est rejoint qu'à l'âge de trois ans chez l'enfant humain. Le cerveau du bébé double de poids au cours des 18 premiers mois de la vie ; il lui faudra 14 autres années pour en refaire autant avant d'atteindre sa taille définitive vers l'âge de quinze ans.

Le cerveau est un organe extrêmement énergivore. Alors qu'il ne compte que pour 2% du poids du corps, il consomme 20% de calories chez l'adulte, mais imaginez que chez le nourrisson, le cerveau brûle à lui seul entre 60 et 70% de tous les apports énergétiques tandis qu'il ne représente que 10% du poids corporel. Le cerveau est un organe extraordinairement actif au cours des premières années de la vie. La prochaine fois que vous regarderez dormir paisiblement un bébé, pensez qu'il est un cerveau en développement bien avant d'être une apparence de tube digestif insatiable. Réfléchissez à l'importance de l'enfance où se construit, dans le plus grand secret, cet organe si noble qui fait notre fierté. Imaginez que cet innocent chérubin y consacre à tout moment la plus grande part de ses ressources, même dans ses moments d'assommante turbulence, et vous prendrez conscience de l'importance d'en prendre bien soin sachant que son développement harmonieux est tributaire des adultes qui le côtoient.

L'unité fonctionnelle du cerveau est le **neurone**. Pour simplifier, disons que le neurone est une cellule spécialisée dans le transport de l'électricité. Mais un neurone seul ne peut rien faire. C'est par l'interconnexion que les neurones animent le cerveau. Les fonctions du cerveau sont assurées par des réseaux de neurones qui communiquent les uns avec les autres et se transmettent l'influx nerveux au niveau de jonctions appelées **synapses**. Notre cerveau contient entre cent mille à un million de milliards (10^{15}) de ces synapses. Tout ce que nous accomplissons, de la capacité à marcher jusqu'au raisonnement mathématique le plus complexe, est fonction des connexions neuronales

Le programme génétique ordonne et coordonne la mise en place de quinze millions de nouveaux neurones à l'heure pendant la vie fœtale. Tous nos neurones sont présents dans notre cerveau dès le 7^e mois de vie intra-utérine de sorte qu'à la naissance, l'être humain dispose en tout de cent milliards de ces « mystérieux papillons de l'âme »¹². Cent milliards de neurones pour sentir, agir, découvrir, penser, rêver et pour aimer. Cent milliards de neurones, c'est suffisant pour exercer toutes nos fonctions et l'inventaire est à son maximum chez le bébé naissant. À compter de cet instant, tout ce qui peut nous arriver, c'est d'en perdre. Et nous en perdons effectivement.

La réalité du développement cérébral soulève toute une série de questions intéressantes qui demandent une réponse :

- Si tous nos neurones sont présents à la naissance et que le cerveau ne pèse que le quart de son poids à l'âge adulte, quel est le responsable de cet accroissement de masse ?
- Comment expliquer la formation d'un organe d'une telle complexité à partir du programme génétique compte tenu du peu de **gènes cérébraux** que notre génome contient (dans un seul ovule fécondé) ?
- Comment les axones et dendrites **savent-ils** la direction à prendre, quelles connexions effectuer et avec quels neurones ?
- Pourquoi cette mort de cellules précieuses, fonctionnelles et hyper spécialisées ? Et pourquoi si tôt dans la vie ?
- Comment le cerveau peut-il modifier constamment sa propre structure pour qu'il puisse acquérir de nouvelles possibilités dans un monde en constant changement ?

C'est ici qu'intervient encore une fois l'évolution. Le bébé ne naît pas dans une bulle et **la vie fait confiance à l'histoire**. Lorsqu'il arrive en ce monde, le bébé est déjà **vieux** du vécu et des rituels de toutes les générations qui l'ont précédé et qui ont inscrit dans son génome une *marche à suivre* comme dans les pages jaunies d'un livre très ancien. La nature **s'attend** à ce que *certaines événements lui arrivent*. Elle laisse le soin à ces événements d'inscrire la touche finale de la construction de son cerveau. Certains d'entre eux sont *attendus* par les besoins de l'espèce et concernent tous les bébés. D'autres sont

¹² Santiago Ramon y Cajal appelait ainsi et affectueusement les neurones.

spécifiques à ce bébé et concernent son environnement immédiat : le lieu de sa naissance, ses parents, sa fratrie, etc.

Les gènes ne sont impliqués que dans la construction du canevas de base. Lorsque la cigogne dépose le bébé, le cerveau est comme un arbre sans feuilles. Le squelette de la ramure est déployé grâce au bagage génétique qui forme la mémoire de l'espèce, mais les rameaux sont vierges, sans feuillage.

Le cerveau du bébé naissant contient toutes les structures propres au cerveau de l'homme, mais les neurones du cortex vivent seuls, sans relation véritable les uns avec les autres. Tout le contraire de l'esprit coopératif, mais cette situation va changer bientôt. Des techniques d'imagerie *in vivo* ont permis de démontrer que les activités métaboliques du cortex cérébral sont faibles chez le nouveau-né. Seules les aires primaires sensorielles et motrices montrent une captation énergétique significative. Les structures du système limbique révèlent une activité intense par périodes témoignant des interactions émotionnelles du nourrisson avec les personnes significatives de son environnement. Le lobe frontal, siège de la réflexion reste silencieux. Ce n'est que lorsque le bébé est âgé de 8 à 12 mois que ces neurones s'éveillent tandis que se développent les comportements cognitifs. Que se passe-t-il ? Pourquoi à l'âge de trois ans, la consommation en énergie du cortex cérébral de l'enfant est-elle deux fois plus élevée que celle de l'adulte ?

Les périodes d'intensification des activités métaboliques coïncident avec une phase explosive d'établissement de connexions synaptiques. Cette pousse exubérante de l'arbre dendritique s'accomplit apparemment sans plan de base, au petit bonheur la chance, comme si chaque neurone était tout à coup avide de se brancher au plus de partenaires possibles. De la naissance jusqu'à l'âge de trois ans, le nombre de synapses augmente de vingt fois.

Puis débute une phase de maturation des voies neuronales **sous l'effet de l'expérience**. Puis commence l'élagage synaptique et l'apoptose (mort cellulaire programmée). Les interactions entre l'individu et l'environnement déterminent lesquels parmi tous les synapses mis en place au hasard seront conservés. Les connexions et les neurones non utilisés vont disparaître ne laissant que ceux qui ont fait l'objet d'un usage répété. Le système devient de plus en plus ordonné au fur et à mesure qu'il reçoit ses *instructions* de l'environnement. Ainsi se mettent en place les structures architecturales qui décideront des fonctions définitives de notre cerveau. La structure suit la fonction. Toute cellule ou connexion inutilisée est détruite à jamais. « **Use it or lose it.** » Apprendre, c'est stabiliser des combinaisons synaptiques préformées puis écarter le surplus. « Apprendre, c'est éliminer » disait Jean-Pierre Changeux dans ***L'homme neuronal***.

La pousse luxuriante des connexions synaptiques va se poursuivre par vagues successives tout au long de l'enfance dans de vastes et diverses régions du cortex cérébral, toujours suivies par une phase de maturation qui consistera en un élagage sous l'influence de l'expérience. Une manière de sculpture des circuits. D'un système redondant vers une organisation finement différenciée qui rend les perceptions plus nettes et les comportements plus pointus. Ainsi se manifeste l'ingéniosité de la nature qui laisse à la vie le soin de poursuivre après la naissance la construction définitive du cerveau de chacun. On appelle ce phénomène **EPIGENESE**.

Pourquoi, dans le cadre de l'évolution, la nature n'a-t-elle pas fabriqué des organismes *tout prêts d'avance* ? Il semble que pour des motifs d'adaptabilité, les voies neuronales puissent développer de meilleures performances en prenant avantage de l'expérience plutôt qu'en laissant toute la responsabilité au seul déterminisme du génome. La stabilisation acquise des voies neuronales fait en sorte qu'il n'est pas nécessaire d'accroître à l'infini le réservoir génique de l'espèce pour prendre en charge l'établissement de chacun des millions de milliards de synapses de notre cerveau. Le génome n'intervient qu'au niveau de l'esquisse puis l'environnement se charge d'adapter le cerveau de chacun aux conditions spécifiques de son existence au sein d'un habitat variable. **Le cerveau enregistre une histoire individuelle.** En plus de ses gènes, le nouveau-né hérite d'une niche qui lui est propre. L'expérience moule le cerveau dans un processus qui va durer toute la vie et progressivement, la culture va créer son empreinte. Subrepticement les mêmes, bons ou mauvais, vont infecter l'organe et en prendre possession en modifiant jusqu'à sa structure intime tant physique que fonctionnelle et souvent de manière irréversible.

Mais le cerveau humain doit malgré tout son incontestable succès à sa souplesse. Cette plasticité de notre cerveau est telle qu'en utilisant nos ressources sensorielles, cognitives et comportementales en plus des connaissances culturelles acquises en science et en technologie, nous pouvons nous élever dans l'espace ou bien descendre au plus profond des abysses océanes.

Mais tout est-il permis ? La nature n'a-t-elle plus rien à dire une fois que l'individu est né ? Pas vraiment; car cette plasticité n'a rien d'absolue.

- Il semble exister un certain ordre dans le processus de maturation du cerveau.
- Il semble exister des périodes critiques ou des *fenêtres de possibilité*.
- Il semble exister des expériences *obligatoires*.

On ne peut pas écrire les mots sans d'abord apprendre les lettres. Chez l'enfant en développement, les processus de maturation du système nerveux central obéissent à des impératifs temporels qui varient selon les zones et les structures impliquées. Les fonctions s'établissent à l'intérieur d'un cadre délimité par l'ouverture et la fermeture de fenêtres de permissivité. **Si certains événements essentiels ne se produisent pas au cours d'une période bien définie, un déficit de fonction peut s'établir et prendre un caractère permanent.**

On peut citer en exemple le développement du langage. Il existe une quarantaine de sons fondamentaux ou phonèmes dans l'ensemble des langues humaines. À la naissance, tous les enfants du monde peuvent apprendre n'importe laquelle des langues du monde sans accent, mais cette capacité s'amenuise avec le temps par stabilisation synaptique des phonèmes nécessaires à la prononciation de la langue maternelle et par élimination des synapses nécessaires à la prononciation des phonèmes utilisés par des langues étrangères, mais qui n'apparaissent pas dans la langue maternelle. Dès l'âge de douze mois, les enfants commencent à perdre la capacité de discrimination des sons qui n'appartiennent pas à la langue qu'ils entendent à tous les jours, bien que l'enfant puisse phonétiquement répéter n'importe laquelle syllabe jusqu'à l'âge de trois à six ans. Plus tard, il ne pourra

plus parler une langue étrangère sans accent. Les synapses qui correspondent à des phonèmes non utilisés jusqu'à présent seront perdus à jamais. Les adultes peuvent bien s'essayer à maîtriser la syntaxe et la grammaire d'une langue étrangère mais les jeunes enfants jouissent d'un avantage que les adultes ne possèdent plus désormais : ils retiennent la capacité de produire les sons du langage, les bases de la phonétique. Quelque part, une langue étrangère restera toujours étrangère. Ainsi fonctionne le cerveau. Parce que ses capacités sont limitées, l'environnement lui impose ses choix : des gains en compétence mais des pertes en possibilités, sans espoir de retour en arrière... Cet exemple du langage illustre la puissance de l'épigénèse comme élément structurant du cerveau, mais il révèle aussi son caractère permanent et irréversible. **L'épigénèse comme adaptation ne concerne (à toute fin pratique) que le télencéphale.**

L'environnement sculpte le cerveau en développement. Les expériences physiques et sociales éprouvées au cours des premières années de la vie retouchent l'architecture des voies neuronales et la couleur des neurotransmissions. Ainsi, les toutes premières expériences de l'enfant sont responsables de la circuiterie de son cerveau pour son usage futur, car elles échafaudent l'architecture de base du fonctionnement cérébral.

La poussée rapide en vagues successives des synapses au cours des premiers mois ou des premières années de la vie est indépendante de la qualité et de la quantité des expériences de l'animal. C'est la période d'élimination qui suit immédiatement l'augmentation du nombre de connexions qui varie selon les expériences sensorielles éprouvées par l'individu.

Cette floraison synaptique initiale suivie d'un élagage discriminatoire tributaire des expériences a été décrite par Greenough comme un apprentissage *attendu* (expérience-expectant). Ce processus se met en place *comme si le cerveau s'attendait* à ce que des événements prévisibles surviennent et il s'y prépare en produisant rapidement une surabondance de connexions neuronales dont une fraction seulement sera retenue. La production de plus de synapses qu'il n'en peut survivre combinée à un processus de sélection fondé sur le vécu constitue le point central du concept de *périodes sensibles*. Parce que l'expérience du mammifère qui se développe a été prédictible tout au long de l'histoire évolutive de l'espèce, cette espèce *en est venue à compter* sur la survenue de ces expériences prévisibles dans le cours du processus de développement de l'individu. Ces expériences *doivent se produire* pour que la maturation de l'individu se poursuive et s'achève dans l'harmonie selon la trajectoire naturelle prévue pour l'espèce à laquelle il appartient.

Lorsque les expériences attendues ne se produisent pas, des mécanismes correcteurs ou compensateurs se mettent en place pour restaurer la stabilité bien souvent au prix de maladies et de souffrances. Un environnement prévisible crée la stabilité. Des changements en dehors des attentes créent de la vulnérabilité.

Non seulement le génome contient-il le programme de la formation des structures physiques de l'animal, mais il possède aussi la clé des comportements innés adaptatifs. Le bébé est tellement *avide de certaines expériences* qu'il les recherche activement au point de les provoquer de manière délibérée si elles se font attendre. Ainsi, le bébé n'est pas cet être innocent et passif qu'on imagine volontiers. Il possède ses propres

compétences et cherche à interagir avec les personnes significatives de son entourage comme s'il attendait de leur part une intervention impérative qui corresponde à ses besoins en développement. **Le bébé devient ainsi l'artisan de sa propre croissance.** Ce comportement est très évident dans l'acquisition de la compétence du langage.

La densité synaptique est à son maximum vers l'âge de trois ans alors que le cerveau a presque atteint sa taille adulte, puis le nombre de connexions diminue de 40 % pour se stabiliser à l'approche de l'adolescence. C'est cette richesse synaptique qui est responsable de l'extraordinaire plasticité de notre cerveau.

Par ailleurs, l'espèce ne peut dépendre seulement d'expériences communes pour assurer la survie de tous les individus qui la composent. Chacun vit dans un environnement qui lui est propre et il a besoin de flexibilité pour acquérir les habiletés qui lui permettront de s'épanouir. Chaque individu doit connaître les caractéristiques de son milieu physique et de son réseau social. Il doit posséder une langue maternelle pour communiquer et une culture pour s'identifier. Une certaine plasticité neurologique doit être conservée tout au long de la vie pour permettre l'adaptation à un monde changeant. Cette potentialité d'apprentissage obéit à des mécanismes différents de celle qui a lieu au début de la vie. On parle chez l'adulte d'un apprentissage *dépendant de l'expérience* (expérience-dépendant). De nouvelles synapses sont produites en réaction à des événements qui apportent une information devant être encodée et qui doivent laisser des traces dans la mémoire. C'est précisément ce qui se produit en cet instant même dans votre cerveau au moment où vous lisez ces lignes. Ce que vous retiendrez de cette lecture suppose **la formation de nouvelles synapses.**

Né en hiver dans un état de dépouillement, l'arbre a vécu son printemps et se retrouve maintenant couvert de feuilles en été, prêt à affronter la vie. La ramure porte l'empreinte de l'histoire de chacun. Qu'il se nomme Marie, Jacques ou Michel, chacun possède désormais, inscrits dans ses circuits neuronaux, les stigmates de son vécu en plus de son identité génétique. Le cerveau humain est le produit de l'évolution biologique, mais il est aussi le résultat de l'expérience personnelle, de l'imprégnation culturelle, et il reflète au surplus la couleur de nos états d'âme.

Nous avons déjà mentionné que la maturation du tronc cérébral est à toute fin pratique complétée à la naissance. Elle a cours pendant la vie intra utérine. Il en va différemment des structures télencéphaliques. Le système limbique ou cerveau paléomammalien s'organise au cours des premières années de la vie. Il comprend entre autre l'amygdale limbique, responsable de l'identification du danger et essentielle à la préservation du « self. » Sa maturation est complétée à l'âge d'un an. Cette maturation induit un attachement sélectif et une crainte des étrangers qui débute vers l'âge de six à huit mois. Elle forme la mémoire émotionnelle. Des lésions de l'amygdale entraînent un isolement émotionnel et leurs stimulations intempestives se soldent par de violentes crises d'agressivité. D'autres structures sont responsables des émotions exprimées lors des épreuves de séparation. Le système limbique fait partie du télencéphale et il a besoin pour se développer normalement de stimulations sensorielles, émotionnelles et sociales considérables. **Son développement est épigénétique** et donc lié aux expériences précoces éprouvées par l'enfant au cours de sa période de maturation qui s'étend de la naissance jusqu'à l'âge de 6 ans environ avec un pic d'activité entre les âges de 6 à 36 mois. **D'où l'extrême importance de la petite enfance sur la maturation et**

l'acquisition des compétences émotionnelles et sociales. Passé cette période, le retour en arrière est presque impossible car le système limbique est peu plastique. Quant au néocortex, structure la plus récemment acquise dans l'évolution, il demeure malléable à l'infini de sorte qu'il nous est toujours possible d'apprendre et de modifier nos pouvoirs cognitifs.

L'environnement et la puériculture chez les chasseurs-cueilleurs

Servare modum finemque tenere

***Naturamque sequi.*¹³**

Lucain, Pharsale, II, 381.

Les animaux héritent, en plus de leur génome, d'un ENVIRONNEMENT SPECIFIQUE D'ESPECE. Au cours d'une longue période de temps, les membres d'une espèce *en viennent à s'attendre* à un certain type d'environnement. Ils ont développé des *solutions spécifiques d'espèce* pour composer avec ces environnements stables.

CHEZ HOMO SAPIENS, C'EST LE MODE DE VIE DE CHASSEUR-CUEILLEUR QUI CONSTITUE TOUJOURS L'ENVIRONNEMENT SPÉCIFIQUE D'ESPÈCE.

Le fonctionnement du cerveau du bébé a été forgé par la sélection naturelle pour assurer sa survie dans le cadre d'un *environnement spécifique d'espèce*. Le bébé naît avec des "*idées préconçues*" de la réalité du monde. Il ne s'intéresse ainsi qu'aux informations provenant de certains domaines significatifs pour sa survie et son développement.

Autrement dit, le bébé naissant n'est pas une page blanche comme le pensait Piaget, ni un cerveau totalement malléable qu'on peut remplir avec n'importe quoi comme l'affirmait si subtilement la psychologue américaine Sandra Starr dans son livre *Mother Care/Other Care*: « Leur cerveau est comme du Jell-O et leur mémoire se compare à celle de rongeurs décérébrés. Le bébé n'a aucun besoin biologique particulier pour sa mère biologique. Les mères sont tout simplement conditionnées par la culture à croire qu'elles sont nécessaires à leurs enfants. » Quelle ignorance de l'histoire biologique de notre espèce ! Bien au contraire, le bébé possède des compétences propres et des attentes sur une base innée... et bien sûr, il a aussi besoin d'une mère qui forme une composante inhérente à son environnement spécifique d'espèce. C'est comme ça chez tous les mammifères n'est-ce-pas !

Tout comme le poumon du fœtus attend l'air sans l'avoir encore respiré, tout comme l'œil est prédisposé à s'imprégner de lumière, le cerveau du nouveau-né s'attend à recevoir la gamme des stimuli prévus *a priori* par la sélection naturelle, se produisant de

¹³ Garder la mesure, observer la limite et suivre la nature.

manière prévisible, au sein d'un environnement spécifique d'espèce. Cette gamme de stimuli est nécessaire à la construction harmonieuse du cerveau inachevé du bébé par le biais de l'épigénèse. Elle est transmise dans le cadre d'une puériculture adaptée au mode de vie des chasseurs-cueilleurs. Cette *puériculture attendue* constitue toujours le paradigme de la prise en charge du nouveau-né chez *Homo sapiens*. **On ne peut pas faire n'importe quoi avec un bébé.** La recherche animale et humaine a montré que lorsqu'on soumet un nourrisson à des stimulations qui sont en dehors des normes évolutionnistes de l'espèce, on observe des conséquences négatives sur son développement.

À ce stade du récit, je crois qu'il serait bon de parler de l'ambiance qui a présidé au développement évolutionniste d'*Homo* pendant cette longue période du Paléolithique. Les notions ici discutées sont fondamentales à la compréhension de ce que nous sommes. Il est d'une infinie tristesse que cette époque cruciale de notre histoire, que cette période fondamentale à la compréhension de ce que nous sommes ne soit jamais prise en compte par les *spécialistes du développement*. Comme quoi « l'essentiel est invisible pour les yeux. »¹⁴

Plusieurs éléments de la puériculture chez les chasseurs-cueilleurs s'avèrent constants à travers l'espace et le temps :

- Numéro 1 : La grande **PROXIMITÉ** parents-enfants et tout particulièrement le lien qui unit la mère à son bébé.

« Les nourrissons Aché passent leur première année de vie en proximité étroite avec leur mère, tétant à volonté et dormant la nuit dans la même couche qu'elle. En réalité, l'analyse d'un échantillonnage ponctuel suggère que, dans la forêt, les bébés passent environ 93% de leurs activités diurnes en contact tactile avec leur mère ou leur père, et qu'ils ne sont jamais déposés au sol ou laissés seuls pour plus de quelques minutes. Après l'âge d'un an, les enfants Aché passent toujours 40% de leur temps diurne dans les bras de leur mère, ou ils restent assis ou bien debout sur le sol près de leur mère 48% du temps. Ce n'est pas avant l'âge de trois ans que les enfants Aché commencent à s'éloigner à plus d'un mètre de leur mère pour des périodes significatives »¹⁵

Les psychologues de nos sociétés industrialisées établissent qu'une durée de contact tactile inférieure à 5 % du temps de jour au cours des premiers mois de la vie est diagnostique d'un syndrome de privation sensorielle. Aux États-Unis, l'enfant passe entre 12 à 20% de son temps de jour en contact physique avec un adulte à l'âge de trois à quatre mois. Entre les âges de sept à huit mois, cette durée se réduit à 10% et la majorité de nos enfants dorment seuls en solitaire. Chez les chasseurs-cueilleurs, le temps que le bébé passe en contact physique avec un adulte varie de 62 à 99% du temps de jour à 3-4

¹⁴ Antoine de Saint-Exupéry, *Le petit prince*

¹⁵ Hill K, Hurtado M
Aché Life History
Ed: Aldine de Gruyter, New York, 1996

mois et de 50 à 76% vers 7 à 8 mois. Les études de primates en laboratoire ou dans leur milieu naturel montrent un patron en tout point semblable à celui remarqué chez les chasseurs-cueilleurs tout simplement parce que nous sommes des primates et que les primates sont construits biologiquement pour faire ainsi. En ce sens, **l'étroite proximité entre les jeunes enfants et les parents chez les chasseurs-cueilleurs forme un trait évolutionniste de l'être humain** qui prend ses racines profondément dans l'ordre des primates. Il paraît fondamental au développement. La norme de moins de 5% avancée par les psychologues pour définir le syndrome de privation est arbitraire et fondée sur des traits culturels occidentaux. Avec des temps de jours réduits à moins de 20%, il est clair que *tous nos enfants sont en carence...*

Plusieurs études ont montré que les enfants qui fréquentent les garderies avant l'âge de trois ans et qui subissent des épreuves de séparations régulières et répétées ont des taux élevés des hormones du stress par rapport à leurs pairs qui demeurent sous soins parentaux. Or, l'augmentation du cortisol est associée à l'apoptose neuronale (mort cellulaire programmée) et à l'établissement de voies neurologiques aberrantes qui réduisent la tolérance ultérieure au stress ainsi que les habiletés sociales.^{16,17,18}

Certains craignent que cette grande et intense proximité parents-enfants ne se traduise par une plus grande dépendance et une altération de capacités de détachement chez les enfants. En fait, c'est le contraire qui se produit. Des études comparatives réalisées dans nos sociétés industrialisées¹⁹ et les données provenant de l'observation chez les chasseurs-cueilleurs montrent que les enfants qui ont connu une proximité conforme à la norme biologique ont une plus grande autonomie et un développement psychomoteur et cognitif plus précoce que les enfants répondant au modèle occidental.^{20,21} On démontre les mêmes effets dans les études chez les primates. Les plus curieux d'entre vous

¹⁶ Dettling AC, et al.

Cortisol levels of young children in full-day childcare centers : Relations with age and temperament
Psychoneuroendocrinology 1999; **24**: 514-536

¹⁷ Watamura SE et al.

Morning-to-Afternoon Increases in Cortisol Concentrations for Infants and Toddlers at Child Care: Age Differences and Behavioral Correlates
Child Dev 2003; **4**: 1006

¹⁸ Lieselotte A et al.

Transition to Child Care: Associations With Infant-Mother Attachment, Infant Negative Emotions, and Cortisol Elevation
Child Dev 2004; **75**: 639-650

¹⁹ Landry SH, et al.

Child Dev 2000; **71**: 358

²⁰ Konner MJ

Maternal Care, Infant Behavior and Development among the !Kung
In *Kalahari Hunter-Gatherers: Studies of the !Kung San and their Neighbors*, Richard Lee and Irven DeVore, Ed 1998

²¹ Liedloff Jean

The Continuum Concept

pourront constater les conséquences des « épreuves de séparation » et autres entorses au lien mère-enfant dans des conditions expérimentales chez les primates à travers les travaux de Harry Harlow, de Stephen J Suomi, de Dario Maestripieri et de Sally P Mendoza. L'effort en vaut la peine.

➤ Numéro 2 : L'ALLAITEMENT MATERNEL est intense et prolongé.

« La mère est en contact tactile étroit avec son enfant pendant 62 % du temps d'observation. L'intervalle entre les tétées est en moyenne de 17 minutes et chacune de ces tétées ne dure que quelques minutes à la fois. En d'autres mots, les mères !Xun allaitent souvent et brièvement. Les mères sont très sensibles aux besoins de leurs bébés et semblent particulièrement détendues lorsqu'elles allaitent. »²²

Chez les Bochimans du Kalahari, les femmes donnent le sein à leurs bébés en moyenne quatre fois l'heure pendant quelques minutes à la fois, soit plus de quarante-huit fois par périodes de douze heures d'éveil et elles passent la nuit en sommeil conjoint avec leurs enfants. Elles maintiennent ce rythme pendant les 18 à 24 premiers mois après l'accouchement et elles allaitent chaque enfant pendant une période de trois à quatre ans au total. Chez-nous, la *norme* veut que les enfants aient besoin de téter entre huit à douze fois par jour. Les enfants bochimans seraient-ils différents des nôtres ? Et puis, d'où vient cette *norme* ? Il semble que la grande proximité mère-enfant chez les chasseurs-cueilleurs contribue à ce patron d'allaitement naturel puisqu'on retrouve exactement le même chez les grands singes.

➤ Numéro 3 : Le PORTAGE comme héritage de la vie arboricole.

Le portage des bébés démunis au début de leur existence est une constante de la vie chez les primates. Il n'est donc pas surprenant de constater que les chasseurs-cueilleurs portent systématiquement leurs bébés ; le plus souvent sur la **hanche**. L'enfant est généralement soutenu par une écharpe, ce qui laisse une totale liberté de mouvement aux bras et aux jambes. Cette position de portage possède plusieurs particularités dignes de mention :

1. L'enfant voit ce que sa mère voit. Il partage ainsi la même vision des objets et de son monde social. Il perçoit ses réactions à ces données environnementales et les affects qui leurs sont associées.
2. Le bébé a un accès constant aux mamelles maternelles, qui sont nues et à proximité. Après un certain temps, il peut se servir lui-même à volonté sans aide de la part de la mère.
3. L'enfant a un accès aux bijoux et autres objets décoratifs utilisés par sa mère avec lesquels on lui permet de jouer à sa guise.

²² Takada A

Mother-infant interactions among the !Xun :
Analysis of gymnastic and breast-feeding behaviors
www.vancouver.wsu.edu/fac/hewlett/Takada.htm

Cette position de portage permet à la fois une flexion et une abduction des cuisses plaçant l'articulation de la hanche du bébé dans une position tout-à-fait physiologique. L'utilisation de cette position est utilisée en orthopédie pour la correction de la dysplasie de la hanche chez le nouveau-né. Il semble que cette affection serait moins fréquente chez les peuples qui portent leurs enfants de cette façon.²³ Le portage semble corrélé avec une augmentation des taux d'attachement sécurisés.²⁴

Chez les Kung! du Kalahari, les enfants sont maintenus le plus possible en position verticale. C'est le cas au cours de toute la durée de l'éveil et durant une bonne partie de la période de sommeil, du moins lorsqu'ils sont portés.²⁵

- Numéro 4 : L'**Unité mèreenfant** est intimement et fortement **INTÉGRÉE** à la communauté où elle est considérée comme une personne physique réelle, insécable.

Il existe chez les chasseurs-cueilleurs une entité essentielle virtuellement inconnue dans nos sociétés : l'**Unité mèreenfant**. Il ne viendrait jamais à l'idée chez ces populations de séparer la mère de son jeune enfant. L'un et l'autre sont perçus comme une extension physique du corps et de la personnalité de l'autre. Cela va de soi. La mère est un *organe* du jeune enfant. Elle est partie de son intégrité physiologique. Ainsi, toute épreuve de séparation imposée à l'**Unité mèreenfant** sans justification rigoureuse constitue un *acte contre nature* : un crime contre l'humanité. Parce que séparation est synonyme d'amputation. La personne que constitue l'**Unité mèreenfant** a été respectée intégralement pendant plus de 99 % de l'histoire de l'humanité et continue d'être respectée à travers le mode de vie naturel de chasseur-cueilleur. Elle représente un héritage évolutionniste pour notre espèce. Le primatologue Donald Winnicott avait l'habitude de dire : « Un bébé seul, ça n'existe pas. » Ce n'est pas seulement que le bébé a besoin de sa mère, mais plutôt que la mère et l'enfant sont essentiels l'un à l'autre, s'influençant l'un et l'autre à la fois sur les plans physiologique, psychologique et comportemental. S'interpénétrant. Formant cette entité fonctionnelle et sociale qu'il convient d'appeler : l'**Unité mèreenfant**. J'écris ce mot délibérément grâce au *e* partagé parce qu'il rend compte de la biologie et de ma pensée. C'est une grande bêtise de nos sociétés qu'on dit civilisées de voir **deux** ou il n'y a qu'**un**. N'est-il pas ironique de reconnaître et de promouvoir avec raison les soins kangourous pour les bébés prématurés prenant en compte leurs avantages scientifiquement démontrés comme s'il s'agissait de la trouvaille du siècle et puis, d'un même élan, d'accepter sans plus d'analyse les séparations répétitives et prolongées des poupons de six mois qu'on abandonne en garderie. Mais qu'est ce que les soins

²³ Schön RA
Natural Parenting
Evolutionary Psychology 2007; 5: 102-183

²⁴ Anisfeld E, et al
Child Dev 1990; 61: 1617-27

²⁵ Cf. Konner MJ

kangourous sinon simplement l'*Unité mèreenfant* ? Et l'enfant de six mois ne devrait-il pas être toujours « allaité à la demande » comme le recommandent l'Organisation mondiale de la Santé et l'Unicef ? Drôle de société qui crée une catégorie *adolescence* que ne reconnaissent pas les chasseurs-cueilleurs et qui escamote une catégorie *Unité mèreenfant* pourtant bien réelle parmi eux. Le correcteur orthographique du logiciel Word grâce auquel j'écris ce texte me renvoie une indication de faute lorsque j'écris ce mot qui pourtant, à mon sens, va de soi !

Une caractéristique additionnelle de notre monde est l'isolement social de l'*Unité mèreenfant*. C'est une abomination. La coupure d'avec le réseau social peut avoir des conséquences négatives dramatiques à la fois pour la femme et pour l'enfant. La densité du contact social semble régulariser le degré de tolérance maternelle envers les demandes enfantines. Une abondance d'études réalisées chez les primates supporte cette affirmation. Dans les paires isolées, les mères ont tendance à manifester un comportement d'évitement vis-à-vis leurs enfants et les laissent plus souvent seuls même si, dans ce cas, les enfants montrent de plus forts comportements d'attachement (recherche, poursuite, pleurs, etc.) dans le but de rétablir la proximité. Les études de Kaplan sur les singes écureuils montrent que dans les *Unités mèreenfants* isolées, les mères évitent et punissent davantage leurs enfants que dans les paires vivant en groupes sociaux denses. Les interactions mère-enfant sont plus fréquentes dans un environnement social physiologique et grégaire et les périodes nutritionnelles sont plus fréquentes. Les enfants élevés avec des mères en isolement *collent* plus leur mère mais celles-ci ont plus de manifestations d'impatience.

Ces données ont aussi été rapportées chez l'humain. Dans une étude portant sur 55 sociétés, Whiting (1971) a remarqué que le degré d'indulgence des mères envers les enfants est grosso modo proportionnel au nombre d'adultes qui vivent dans l'environnement immédiat de l'*Unité mèreenfant*. On retrouve un fort degré de tolérance envers les enfants dans 87 % des sociétés qui ont une structure sociale constituée de familles élargies puis ces taux sont respectivement de 42 % dans les familles nucléaires et de 25 % dans les familles monoparentales maternelles. Minturn et coll. ont retrouvé un plus fort degré d'empathie maternelle et une plus grande stabilité émotionnelle chez les enfants selon le nombre d'adultes dans la maisonnée. Cette relation était retrouvée dans toutes les cultures.

Ainsi, l'isolement social de l'*Unité mèreenfant* est biscornu pour une espèce sociale comme la nôtre et engendre de la pathologie tant chez la mère que chez l'enfant. Dans nos milieux, on parle de « baby blues » qui se manifestent par une humeur dépressive et une sensation justifiée d'isolement chez la mère et par un comportement timoré chez l'enfant avec une exagération des expressions d'agrippement.

La relation se vérifie aussi lorsqu'on compare la communauté des !Kung aux sociétés anglaise et américaine. En gros, les !Kung reproduisent le modèle social dense typique des bandes tandis que les Anglais ou les Américains reproduisent le modèle des paires mère-enfant en isolement. Les données des anthropologues ont tendance à démontrer qu'en plus de manifester de meilleures habiletés sociales, les enfants chez les chasseurs-cueilleurs atteignent plus tôt les jalons de développement tant sur le plan psychomoteur que sur le plan cognitif. En résumé, non seulement s'assoient-ils plus tôt et marchent-ils

plus tôt, mais ils semblent en mesure de raisonner plus tôt que les enfants des sociétés occidentales.²⁶ **Ce n'est pas par l'écoute des symphonies de Mozart ni par l'apprentissage de toutes les lettres de l'alphabet avant l'âge de trois ans qu'on survolte les capacités cérébrales des enfants, mais plutôt et tout simplement par la satisfaction de leurs besoins fondamentaux dans le cadre d'une puériculture respectueuse de la physiologie au sein d'un monde social supportant.**

Un des risques théoriques d'un attachement fort comme on retrouve chez les grands primates et l'homme dans des conditions physiologiques est la difficulté anticipée du détachement de l'enfant au moment où ça devient nécessaire, mais ce risque est considérablement réduit dans le contexte d'un tissu social serré ou l'*Unité mèreenfant* vit en compagnie constante d'un grand nombre de personnes dans la communauté et où l'enfant a finalement accès à un groupe d'autres enfants d'âges variés. Paradoxalement, ceci se traduit par une diminution de la recherche de proximité par l'enfant et une **atteinte plus précoce de l'indépendance**. Cette relation proposée entre la grande disponibilité maternelle et le développement d'une indépendance plus assurée de la part de l'enfant est tellement contraire à nos préjugés culturels qu'elle nous est difficile à admettre. Nous avons tendance à croire, en vertu de nos notions du renforcement positif, que la récompense des comportements dépendants par une satisfaction des besoins de l'enfant renforcerait la fréquence de ces comportements. En réalité, c'est le contraire qui se produit ! Et ceci vient en contradiction avec la notion bien ancrée du « gâtage » qui forme l'un des mèmes nocifs parmi les plus prépondérants de la civilisation occidentale.

Les pleurs et autres comportements d'attachement sont une manifestation de détresse et ils ne peuvent pas s'éteindre en les ignorant ; par plus que le frisson en réponse au froid ne peut cesser en le niant. Les négliger ne fait qu'accentuer le désarroi et ses manifestations. Les recommandations de nombreux *spécialistes* dans nos sociétés encouragent l'insensibilité maternelle face aux demandes de l'enfant. Avancées comme une solution à l'épuisement parental ou comme une « bonne chose pour l'acquisition de l'indépendance », elles doivent être reçues avec le plus grand scepticisme en regard des données biologiques et en absence de preuves scientifiques pour les appuyer. Elles augmentent les risques de développement de patrons d'attachements insécurisés avec les conséquences négatives que de tels patrons font porter sur le devenir des enfants.

Chez les chasseurs-cueilleurs, l'enfant vit en symbiose avec sa mère jusque vers l'âge de trois ans, dans ce qu'il est approprié d'appeler l'*Unité mèreenfant* dont il est une composante. Puis il passe d'un fort attachement maternel à une forte identification envers un groupe d'enfants d'âges variés. Il est important de noter que **ce groupe d'enfants ne constitue pas une association de pairs**. Dans les bandes de chasseurs-cueilleurs, il y a très peu d'enfants du même âge. Au sein de ces groupes où les jeunes sont à des niveaux différents de développement, la compétition interpersonnelle est réduite au minimum. On observe tout-à-fait le contraire dans notre monde où la tendance est à rassembler les enfants en groupes appariés. Ce type d'association est la plus à risque pour l'expression des comportements antisociaux.

²⁶ Konner MJ

Maternal Care, Infant Behavior and Development among the !Kung
In: *Kalahari Hunter-Gatherers, Studies of the !Kung San and Their Neighbors*,
Harvard University Press, 1998

Une autre caractéristique remarquable de la vie chez les chasseurs-cueilleurs est la présence de l'enfant à tous les moments et à tous les endroits de la vie communautaire. Où sont les jeunes enfants chez nous ? On les trouve en isolement dans une chambre de bungalow de banlieue ou élevés en troupeau dans des garderies en dehors du monde réel.

Alors permettez-moi de rêver. Je rêve au jour où les jeunes enfants seront partout où sont les adultes. Les règles de la vie sociale s'apprennent dans le monde concret auprès des personnes qui en possèdent les acquis : les adultes. Alors, dites-moi ! Qu'est ce qui peut bien empêcher une enseignante, mère d'un enfant de six mois, de pouvoir travailler en compagnie de son bébé ? Un enfant de cet âge ne devrait-il pas être allaité et en contact étroit avec sa mère qui forme sa base de sécurité dans le contexte de sa relation d'attachement ? Quelles sont ces règles en vigueur dans nos milieux de travail qui transgressent un droit naturel ? Lorsque nos sociétés s'ouvriront et reconnaîtront la réalité de l'*Unité mère-enfant*, ils ne pourront plus considérer ces scissions forcées autrement que comme une négation d'un droit humain. Le monde du travail doit s'ouvrir à cette réalité. Les groupes de pression, les associations professionnelles, les organisations syndicales, les institutions publiques et enfin, la société toute entière doivent s'ouvrir à cette réalité. Il faut que les enfants fassent partie du monde en tant que membres de plein droit de la société humaine. Il nous faut militer pour la reconnaissance des droits de l'*Unité mère-enfant*.

En résumé, le tableau d'ensemble de ces adaptations – la composition du lait, le rythme de succion, le besoin de proximité et de réconfort, le portage, l'intime intégration sociale de l'*Unité mère-enfant* – a été retenu en réponse à une forte pression de sélection s'exerçant sur le mode de vie de nos ancêtres pendant plus de 99% de l'histoire de notre espèce sur cette planète. Ce patron n'est pas une caractéristique exclusive des peuples de chasseurs-cueilleurs, mais on le retrouve chez tous les primates non humains, de sorte qu'il est très ancien. Il exerce une fonction structurante sur le développement cérébral inachevé du jeune enfant et oriente l'établissement des structures neurales de la vie émotionnelle et sociale.

Penser que l'être humain est adaptable à l'infini relève de la pensée magique. En médecine, on apprend tôt qu'on ne peut transgresser impunément la physiologie sans qu'il y ait de risque pour la santé. La lubie actuelle est à la *résilience* qui est devenue un terme à la mode, mais l'apparente universalité de son application est un dangereux mirage. Tous les enfants ne se tirent pas indemnes d'une prise en charge précoce qui s'éloigne de manière significative du modèle originel. Je pense même que personne n'y réussit tout-à-fait. Le bébé de maintenant étant identique au bébé d'autrefois, il s'attend toujours à une prise en charge spécifique d'espèce développée dans l'univers des chasseurs-cueilleurs. Malgré le mode de vie actuel qui fait fi de la nature, ***il n'y a toujours rien de moderne dans un bébé.*** Les besoins fondamentaux des bébés naissants sont les mêmes aujourd'hui qu'ils l'étaient au Paléolithique. Et les besoins fondamentaux de tous les bébés du monde sont les mêmes indépendamment de la culture de la communauté où ils naissent ! Comme c'est le cas chez tous les grands primates anthropoïdes dont il fait partie, la destinée du bébé humain est d'**être porté**, d'**être en étroit contact** avec le corps maternel, d'**être nourri au sein** pendant des années et d'**être**

intégré dans sa communauté. Comme héritier de ces constantes d'espèce, le bébé humain s'attend toujours à ces « a priori ». L'optimisation de son développement en dépend. Voilà ce qu'est un bébé. Voilà ses besoins fondamentaux. Voilà ce qui devrait inspirer le respect. Voilà ce qui devrait subordonner toute autre norme culturelle. Voilà les mêmes qui devraient dominer dans la hiérarchie des mêmes.

Être parents aujourd'hui, retrouver la douceur

« Lorsque l'on berce son enfant, on se berce aussi. »

Nicole Côté, *Affaires plus* 2001; janvier : 49

La nature humaine n'est ni bonne ni mauvaise. Nous avons le pouvoir de choisir le type d'arrangements que nous voulons et le genre de société dans laquelle nous désirons vivre.

Être parent, c'est choisir. Prenant conscience de la nature de l'enfant, de son héritage et de ses besoins, les parents doivent se poser consciemment la question : « Comment désirons-nous élever notre bébé ? » Notre puériculture actuelle, fondée sur des impératifs culturels en dehors du continuum et la tendance lourde qu'elle adopte, transgresse toujours plus les limites de l'adaptabilité des bébés. Si vous voulez mon avis, tous les enfants en souffrent. Tous y perdent en sérénité même si tous ne dévieront pas sur une trajectoire résolument aberrante grâce aux fonctions inhibitrices et contrôlantes qu'exerce le lobe préfrontal (siège de la réflexion) sur l'expression des émotions passé la période de la petite enfance. Ce contrôle est accessible par l'éducation mais il suppose une lutte constante et psychologiquement ardue contre un penchant personnel contraire lorsque les voies neurologiques du cerveau social sont mal construites. C'est ce que Jean Liedloff appelle : « Une sentence à vie dans une prison portable. » Il existe une différence fondamentale dans la conception de l'enfance entre les chasseurs-cueilleurs et nous. Les chasseurs-cueilleurs considèrent l'enfant comme *intrinsèquement* social tandis que nous pensons que les enfants doivent être *éduqués* pour vivre en société. Dans le film **Les voleurs d'enfance** de Paul Arcand, le chanteur Dan Bigras dit la phrase suivante : « Nous voulons des enfants heureux, pas des enfants sages » exprimant à merveille cette nuance.

Un jour, une femme demanda à Freud comment être une bonne mère. Il répondit : « Faites ce que vous voulez, de toute façon, ce sera toujours mal. » Ouach ! C'est grossier, inutilement fataliste et heureusement inexact parce qu'il existe un mode d'emploi, un grimoire qui nous est accessible. Il nous est transmis gracieusement sur le fil de l'HISTOIRE par notre génome et ce, sans interruption, de générations en générations depuis l'aube de l'humanité. Il est inscrit dans notre cœur de parents. C'est lui qui nous afflige lorsque le bébé pleure sa détresse au milieu de la nuit tandis que nous nous pilons sur le cœur pour nous assujettir à l'avis d'*experts* qui nous affirment du haut de leur grandeur qu'il est bon de laisser pleurer le bébé pour éviter la dépendance. C'est toujours lui qui nous dévaste lorsqu'un *docteur* nous arrache notre bébé pour l'isoler dans une pouponnière « parce que c'est mieux » en se fondant sur des conventions routinières à

valeur douteuse. Dans notre monde moderne, il est de mise de s'abandonner aux mains des *spécialistes qui savent* sans prendre conscience qu'ils ne sont le plus souvent que les gardiens aveugles des mêmes.

Les parents d'aujourd'hui doivent retrouver le parent instinctif toujours présent en eux. Ils n'ont qu'à laisser remonter de leur inconscient le vieux papier jauni et se réapproprier ses enseignements. Ils doivent se faire confiance. Tout ce qui heurte leur susceptibilité de parents doit leur être *a priori* suspect et soumis au fardeau de la preuve. Dans leur quête, ils seront aidés par le véritable expert qui ne leur fera pas défaut : le bébé lui-même. Fort de la continuité de l'Histoire, fort de ses compétences acquises au cours de la longue évolution de notre espèce, **leur bébé sera leur guide**. Le bébé sait ce qu'il veut et il l'exprime. Pour savoir ce qui est bon pour le bébé, il faut l'écouter. « On a mis quelqu'un au monde, disait Harmonium, il faudrait peut-être l'écouter. » « La nature ne fait rien en vain » disait Aristote. Chère nature qui enfante avec soins et infinies précautions...

L'allaitement maternel et le cerveau – Construire l'humanité

C'est du sein que le lait de la bonté humaine coule
Ashley Montagu

Nous avons parlé des caractéristiques de notre cerveau. Nous avons mentionné sa taille qui, toute proportion gardée, est la plus importante de tout le monde animal. Nous avons rappelé la forte croissance du volume du cerveau au cours des premières années de la vie et nous avons évoqué ses gargantuesques besoins énergétiques.

Il nous est à présent facile d'imaginer les besoins métaboliques et émotionnels du nouveau-né alors que débute son chemin de croix au sein de ce *monde cruel*. Il convient maintenant de revenir sur la contribution de l'allaitement maternel à ces processus d'adaptation à la vie extra-utérine et à la formation de personnes pleinement compétentes. On peut d'ailleurs imaginer que l'allaitement pourra intervenir au moins de deux façons :

- **En tant que mode d'alimentation**, l'allaitement a la tâche d'apporter au nourrisson et à l'enfant les nutriments nécessaires à la construction de son cerveau.
- **En tant que système intermodal**, l'allaitement constitue une source d'expériences sensorielles et d'interactions sociales pendant les différentes phases de maturation des circuits neuronaux qui ont cours pendant l'enfance.

Il n'est pas dans mon intention de discuter de la valeur alimentaire du lait maternel pour la construction et la maturation du cerveau. Je m'en tiendrai à la mention de deux publications récentes montrant que l'alimentation artificielle réduit les performances cognitives des enfants et qu'elles constituent en ce sens une forme d'alimentation toxique pour le cerveau humain. Le petit Larousse dit d'une substance qu'elle est toxique lorsqu'elle est « nocive pour les organismes vivants. » Cette définition me convient bien.

Surtout, il ne faudrait pas tomber dans le piège qui consiste à dire que l'allaitement *augmente* les performances cérébrales. L'allaitement n'augmente rien pour la bonne et simple raison qu'il *est* la norme biologique et que la norme est le point de référence. En conséquence, si on démontre que les enfants nourris artificiellement ont de moins bonnes performances cérébrales que les enfants allaités, ce n'est pas que l'allaitement *augmente* ces performances, mais que l'alimentation artificielle les *diminue*, n'est-ce pas ? Simple logique.

L'allaitement maternel est une composante désirable, essentielle, fondamentale de notre héritage biologique. Aussi vrai que deux et deux font quatre. À l'instant où le cerveau du nourrisson se peaufine, la nature a inséré l'allaitement maternel comme la source des ingrédients nutritionnels et émotionnels nécessaires au perfectionnement des fonctions cérébrales. Ce n'est pas un hasard, vous pensez bien, mais l'aboutissement de millions d'années d'évolution.

Alors comment expliquer l'apparente absence d'intérêt des psychologues et autres spécialistes du développement envers les conséquences négatives du non-allaitement sur l'acquisition des fonctions cognitives, émotionnelles et sociales de l'enfant. Ignorance ou bien oublié ? Je soupçonne que ce ne soit pas toujours un oubli. On dit qu'il existerait dans la langue des Papous un mot qui décrit à propos cette gêne de la vérité : *mokita*, ce qui signifie « une vérité que tout le monde connaît, mais qu'on préfère taire d'un commun accord ». Je pense que ce silence tacite qui enveloppe les effets néfastes de l'alimentation artificielle est parfois une *mokita*. Une conspiration du silence. Je pense aussi qu'on devrait s'interroger sérieusement sur sa moralité.

Une revue systématique de la littérature et une méta-analyse réalisées par l'Organisation mondiale de la santé et publiées en 2007 ont montré que les enfants allaités ont un avantage statistiquement significatif au niveau des facultés cognitives par rapport aux enfants non allaités.²⁷ Une autre étude prospective récente a, une fois de plus, montré des résultats qui vont dans le même sens.²⁸ Et ces effets semblent durables, de toute évidence pour toute la vie.²⁹

Le cerveau est un organe complexe. Il est difficile d'établir des relations claires entre chacun des nutriments pris isolément et le développement cérébral. Peut-être n'est-il pas raisonnable d'espérer que la science de la nutrition explique seule toute la subtilité des différences des fonctions cérébrales générales ou spécifiques entre les enfants allaités et ceux nourris artificiellement. On peut s'en douter, rien n'est vraiment simple.

Peut-être faudrait-il chercher au-delà de la nutrition d'autres raisons qui expliqueraient autrement les effets de l'allaitement sur le développement du cerveau ? **L'allaitement serait-il plus qu'un simple mode d'alimentation ?**

²⁷ www.who.int/child-adolescent-health/New_Publications/NUTRITION/ISBN_92_4_159523_0.pdf

²⁸ Caspi A et al.
Pro. Nat. Acad Sci 2007; **10**.1073/pnas.0704292104

²⁹ Mortensen EL
JAMA 2002; **287** : 2365-2371

Comme je l'annonçais antérieurement, mon intérêt dans le cadre de cet article s'intéresse beaucoup plus aux influences de l'allaitement maternel sur le développement de la compétence sociale et sur la vie émotionnelle plutôt que sur les capacités cognitives.

Laissons-nous transporter par l'imagination en quelque lieu de notre passé il y a douze ou quinze mille ans, peu importe. L'endroit qui nous intéresse deviendra un jour le Périgord dans le sud-ouest de la France, mais pour l'instant la région porte un nom oublié par le temps. En fond de scène, quelques sombres montagnes et des falaises en surplomb formant abris sous roche. Au pied des éboulis, dans une vallée sculptée par les glaciers dont on devine toujours l'arête là-bas vers le couchant, la nonchalante Vézère serpente en larges méandres qui s'étirent puis disparaissent dans les brumes d'une matinée d'été. L'air est un tantinet frisquet en cette fin de période glaciaire. Quelques hommes s'affairent à débusquer un gros sanglier tapi dans les ronces. Des femmes et une demi-douzaine d'enfants cherchent des écrevisses entre les pierres dans le courant paresseux. Sous un saule ombrageant un monticule qui descend en pente douce vers la rivière, un petit garçon qui marche à peine se blottit contre sa mère. Un drame s'est produit. Une vilaine chute sur les galets limoneux, puis la blessure. Tandis que sa mère asperge d'eau froide son genou ensanglanté le gamin tête un sein familial qu'il abandonne quelques fois pour reprendre son souffle entre deux sanglots. Le sein généreux apaise. Quelques mots de réconfort, une caresse sur l'épaule, le temps d'essuyer une larme et le bambin rassuré retrouve le groupe d'enfants qui s'amuse maintenant à un jeu aux règles obscures qui consiste, semble-t-il, à lancer une pierre sur un amoncellement de petits osselets pour les disperser le plus largement possible.

Cette scène familière, toute simple, mille fois répétée et en apparence banale, est inscrite dans le patrimoine humain comme une histoire prévisible. On la croise dans toute la vie mammalienne sous diverses variantes et ses déterminants psychobiologiques sont gravés dans notre génome. Les gènes définissent l'espèce à laquelle nous appartenons, ils président au développement et régissent les fonctions de nos organes, mais la nature d'un animal ne se limite pas à un ensemble de systèmes physiques. Les gènes conservent et transmettent aussi l'empreinte des **comportements** nécessaires à la survie tout autant qu'ils garantissent la forme et la structure.

La puissance cognitive, les performances motrices et l'acuité sensorielle ne sont pas les seules fonctions utiles de notre cerveau. En disant de l'homme qu'il était un *animal civique*, Aristote reconnaissait implicitement qu'il était avant tout un animal social. Nous avons besoin les uns des autres et devons tisser avec nos congénères des liens soit de dépendance, de partenariat, d'amitié ou d'amour ; cette liste n'étant pas limitative. Ces liens sont soutenus par un ensemble neurologique fonctionnel fait de structures anatomiques reliées par des circuits neuronaux et divers transmetteurs chimiques. Bien avant que l'enfant naisse sous l'influence prépondérante du génome et se poursuivant bien après sous l'influence structurante des expériences éprouvées, ces voies neuronales malléables s'élaborent et se mettent en place d'une manière qui pourra influencer nos humeurs et notre fonctionnement jusqu'à l'âge adulte. La compétence sociale est l'un des plus puissants déterminants de la santé et de l'harmonie de la vie en groupe. Les personnes socialement compétentes ont une plus grande espérance de vie, une meilleure santé tant physique que mentale, une plus grande propension au bonheur, une meilleure

tolérance à l'adversité et une meilleure capacité d'adaptation aux événements. Elles atteignent un meilleur statut dans la hiérarchie sociale.

Il n'y a aucun doute, L'allaitement maternel fait partie de ces composantes évolutionnistes fondamentales de l'environnement du bébé. L'allaitement est une adaptation. Ses expressions naturelles sont aussi des adaptations et elles varient d'une espèce à l'autre. Mère Nature a écrit à l'encre du temps le manuel d'emploi de l'allaitement pour notre espèce. Peut-être n'est-il pas nécessaire de le suivre intégralement pour assurer la survie de nos enfants, mais on peut penser que la valeur ajoutée dépend du degré de fidélité à l'usage prescrit.

L'allaitement a le même âge que l'humanité. À n'en point douter, les expériences qu'il procure font partie de celles qui sont *attendues*. Les expériences sensorielles que procure l'allaitement, répétées plusieurs fois par jour, jours après jours, pendant des mois ou des années constituent le moule à l'intérieur duquel se forment les voies neurales et se stabilisent les connexions synaptiques.

J'ai tenté d'estimer le nombre de tétées que peut effectuer un enfant chez les chasseurs-cueilleurs selon la *norme bochimane* déjà décrite. J'en suis arrivé au chiffre conservateur de quarante mille tétées. Eh oui, quarante mille ! Quarante mille tétées, pensez-vous que ça ne laisse pas d'impressions dans l'imaginaire d'un enfant. Quarante mille occasions de se blottir puis de goûter, sentir, toucher et d'entendre une voix caressante, croyez-vous sérieusement que ça ne laisse aucune empreinte sur la ligne de vie !

Façonné par le temps, achevé par les contraintes environnementales qui ont accompagné l'humanité dans sa longue marche jusqu'à nos jours, l'allaitement maternel a assumé des fonctions nourricières, de protection contre la maladie et de réconfort dans l'adversité. Il est phare dans les ardeurs exploratoires du jeune enfant et devient havre dès que la peur surprend. Il permet le développement d'une personnalité ouverte sur le monde tout en assurant les arrières. La nature est économe et les organismes vivants bien compliqués. Pour prétendre gagner à la loterie de la vie, il faut savoir miser fort avec des ressources limitées. Rarement une fonction ne sert-elle qu'un seul objectif. On dit que le lait contient des anticorps. C'est bien beau les anticorps, mais que peuvent-ils contre la finesse des grands prédateurs et l'agressivité des congénères lorsqu'on est tout petit. Pour parer aux vicissitudes de la vie, mieux vaut une maman attentive, une famille qui nous aime et des amis sur qui on peut compter. Et c'est ainsi que, dans un ténébreux passé, la nature greffa une valeur ajoutée à la manière de donner le lait. L'allaitement a acquis une fonction de socialisation et de consolidation du lien. **Ce n'est pas assez de donner le meilleur, encore faut-il le faire de la meilleure façon.**³⁰

L'allaitement est une forme spécialisée de contact social au cours duquel il s'effectue non seulement un transfert de nourriture en faveur du nourrisson, mais où des sensations agréables sont échangées entre la mère et l'enfant. Les stimuli somatosensoriels agréables produisent une cascade d'événements physiologiques qu'on retrouve au cours de

³⁰ Jovette Taillefer, monitrice Ligue La Leche, Rimouski

l'allaitement. La réponse au stress est tronquée chez la nourrice et ses taux de cortisol sont bas si on les compare à ceux des femmes qui utilisent le biberon comme mode d'alimentation du nouveau-né.³¹ Ces effets sont imputables entre autre aux actions centrales de **l'ocytocine**.³² Ils ne sont pas les seuls.

Au cours de l'allaitement, l'ocytocine rend le lait disponible au nourrisson par le réflexe d'éjection. Elle élève la température cutanée au niveau du sein par un mécanisme vasculaire direct. Cette augmentation de la chaleur exerce un effet calmant remarqué chez le nourrisson. Cet effet tranquillisant de l'élévation thermique cutanée maternelle est commun à tous les petits chez les mammifères. L'ocytocine mobilise le glucose des réserves de la mère et permet son incorporation dans le lait. Ce sont les effets **altruistes** de l'ocytocine orientés vers les besoins du nouveau-né. Mais l'ocytocine est aussi sécrétée en réponse aux stimuli somatosensoriels agréables que ce soit la caresse, le réchauffement cutané bienfaisant, le massage et... la succion du mamelon. L'ocytocine augmente au cours des relations d'intimité et de l'orgasme tout autant chez l'homme que chez la femme. En fait, l'ocytocine est impliquée dans toutes les interactions liées à la vie reproductrice chez les mammifères : la recherche de partenaires, la formation des couples monogames, les activités sexuelles, la naissance, l'accouchement, l'allaitement et les soins à la progéniture. Dans toutes les espèces mammaliennes étudiées jusqu'à maintenant, les hormones qui soutiennent la grossesse jouent un rôle dans la genèse du comportement maternel.

L'ocytocine atteint aussi le système limbique et augmente l'appétence pour les contacts sociaux. Elle augmente le désir de plaire, le désir d'interagir et le désir de donner. **L'ocytocine est une hormone d'affiliation**. Elle participe à la formation de liens spécifiques et atténue les réactions à la séparation sociale. **L'ocytocine est la drogue de l'amour**. Ainsi chaque tétée est l'occasion d'un élan amoureux envers l'enfant.

La symbiose de la grossesse se prolonge dans l'**Unité mèreenfant**. Le cordon ombilical qui unit le fœtus à sa mère nourricière se prolonge dans le lien qui cimente l'enfant et la mère dans l'**Unité mèreenfant**. Ce lien est promu par un « cocktail d'hormones » (comme le dit si bien Michel Odent) qui induit un état psychosocial particulier. Il se caractérise par une augmentation des processus d'expansion vers les autres, une réduction des hormones du stress et la production d'un état de calme et de relaxation.³³ L'ocytocine possède des effets sédatifs bien connus des femmes nourrices qui expliquent les observations de Takada, vous vous rappelez : « En d'autres mots, les mères !Xun allaitent souvent et brièvement. Les mères sont très sensibles aux besoins de leurs bébés **et semblent particulièrement détendues lorsqu'elles allaitent.** »

³¹ Altemus M, et al.

Suppression of Hypothalamic-Pituitary-Adrenal Axis Response to Stress in Lactating Women
J Clin Endocrinol Metab 1995; **80**: 2954-2959

³² Uvnäs-Moberg K

Physiological and Endocrine Effects of Social Contact
Ann N Y Acad Sci. 1997; **807**: 146-63

³³ Altemus M, et al.

Suppression of Hypothalamic-Pituitary-Adrenal Axis Response to Stress in Lactating Women
J Clin Endocrinol Metab 1995; **80**: 2954-2959

La période postnatale peut à juste titre être considérée comme une *gestation extra utérine* où la mère assure par l'allaitement la construction finale des fonctions cérébrales de son enfant. Ceci se traduit à l'âge adulte par une meilleure adaptation générale à la vie et par une réduction des maladies liées au stress.^{34,35} Les enfants allaités pendant moins de 6 mois ont plus de risques de souffrir de problèmes de santé mentale si on les compare aux enfants allaités plus longtemps.³⁶ En fonction de sa durée, l'allaitement promeut les habiletés sociales et promeut de meilleures atteintes sociétales.³⁷

L'allaitement bonifie le cœur maternel. Plusieurs études ont montré une réduction des taux d'abandon des enfants dans les institutions qui ont adopté des mesures favorisant l'allaitement maternel. La mère qui allaite projette une image de sollicitude et de bienveillance. Cela vous rappelle-t-il quelque chose ? Ne seraient-ce pas ces mêmes qualités qui ont présidé au développement et à la survie de l'humanité. Imaginez ! Tout au long du Paléolithique, le cerveau des femmes nourrices a littéralement baigné dans l'ocytocine.

Les périodes d'alimentation du bébé ont souvent été utilisées pour étudier les interactions mère-bébé mais peu de chercheurs se sont intéressés spécifiquement aux différences entre les bébés allaités et les bébés au biberon. Richards et Bernal ont comparé les interactions chez 35 couples mère-enfant au cours des dix premiers jours après l'accouchement.³⁸ Ils ont rapporté une différence significative entre le groupe d'allaitement maternel et le groupe d'alimentation artificielle pour les variables suivantes :

- Les sessions d'alimentation pour les bébés au sein sont plus longues.
- Les mères qui allaitent touchent plus à leur enfant. Elles vocalisent d'avantage et parlent au bébé de manière plus affectueuse.

Après huit semaines, les deux groupes sont toujours différents. Les mères qui allaitent caressent, sourient et embrassent plus leur enfant. Elles ont tendance à retirer le mamelon

³⁴ Being breastfed results in sense of well-being
The Medical Post, May 25, 2004; Page 17

³⁵ Montgomery SM, Ehlin A, Sacker A
Breast feeding and resilience against psychosocial stress
adc.bmjournals.com 10.1136/adc.2006.096826

³⁶ Oddy WH et al.
Breastfeeding and mental health morbidity: A prospective birth cohort study to ten years
Conference of Epidemiological Longitudinal Study in Europe 2004

³⁷ Richard M Martin, Sarah H Goodall, David Gunnell, George Davey Smith
Breast feeding in infancy and social mobility: 60-year followup of the Boyd Orr cohort
Arch Dis Child 2007;92:317-321

³⁸ Richards M, Bernal J
An observational study of mother-infant interaction
In: *Ethological studies of child behavior*
Ed: N Blurton Jones, Cambridge: University Press

de la bouche de l'enfant seulement lorsque celui-ci cesse de téter ou s'endort. Les mères qui nourrissent leur enfant au biberon initient elles-mêmes l'arrêt des périodes nutritionnelles.

Il semble exister des différences dans le comportement maternel, incluant une meilleure réponse aux signaux de l'enfant chez les mères qui allaitent. Les bébés allaités plus longtemps sont plus susceptibles d'avoir une mère plus interactive et de démontrer de meilleures caractéristiques d'attachement. Widström et collaborateurs ont noté un renforcement des interactions mère-enfant au cours des premiers jours après l'accouchement lorsque le contact peau à peau a été favorisé et les tétées précoces encouragées.³⁹

La mère et l'enfant s'adaptent l'un à l'autre pour *travailler en harmonie*. Barnard décrit ces interactions au cours de l'allaitement comme une danse : « lorsque la mère et le nourrisson valsent au son de la même musique, il se produit un mouvement rythmique de va-et-vient entre eux, un peu comme deux personnes qui danseraient ensemble ». Une cascade d'interaction entre la mère et le bébé se produit lors de l'allaitement au sein et les cimente l'un à l'autre. **L'allaitement est un ciment du lien.**

Allaiter fait plus que donner du lait. L'allaitement resserre les liens entre la mère et l'enfant apportant des bénéfices à l'un comme à l'autre. Chez la mère, il espace les grossesses et assure protection contre les cancers et autres affections du système reproducteur. Chez l'enfant, il forme l'environnement émotionnel et sensoriel tout autant qu'il fournit nourriture et breuvage.

Le bébé allaité est plongé dans un véritable bain sensoriel. Dans des conditions parfaitement naturelles où il est intense et prolongé, l'allaitement est omniprésent au moment de l'épigenèse et de la croissance post natale rapide du cerveau.

Certains traits héréditaires conservés dans le grimoire de l'espèce n'ont pas de valeur démontrée pour l'adaptation. On les appelle des caractères neutres. Je crois, par exemple, que l'âge de la ménopause fait partie de ces caractères neutres chez l'humain, mais je n'en suis pas certain. Par contre, j'affirme avec force que les fonctions de l'allaitement maternel pour la socialisation et le développement des fonctions affectives n'ont rien d'un caractère neutre. L'omniprésence de l'allaitement dans l'univers de l'être humain au printemps de la vie ne peut revêtir un cachet innocent. S'acharner à vouloir limiter les effets de l'allaitement maternel sur le développement cérébral aux seules fonctions de l'intelligence telle qu'on la mesure par des tests est une entreprise outrageusement réductrice, voire caricaturale. N'attribuer les effets promoteurs du développement cérébral de l'allaitement qu'à la seule présence dans le lait maternel de molécules nutritives est obtus et témoigne d'un manque de vision d'ensemble. De notre statut minoritaire de citoyens d'une nation industrialisée nous n'avons plus qu'une pâle idée de l'importance que l'allaitement maternel a tenu dans l'univers des enfants au cours de la longue histoire de l'humanité alors qu'il occupait à la fois les espaces émotionnels, sociaux et cognitifs.

³⁹ Widström AM, Wahlberg V, Matthiesen AS, Eneroth P, Uvnäs-Moberg K, Werner SI, et al. Short-term effects of early suckling and touch of the nipple on maternal behaviour *Early Hum Dev* 1990; 21: 153-163

Maintenant, répétez plusieurs fois à voix haute la phrase suivante : « **L'ALLAITEMENT MATERNEL EST PLUS QU'UN SIMPLE MODE D'ALIMENTATION** » et souvenez-vous en lorsque vous serez tentés de comparer l'allaitement maternel à toute autre façon de nourrir le bébé.

Avancez en arrière, un vieux monde refait

« Les blessures se cicatrisent, mais les cicatrices continuent de grandir avec nous. »

Stanislaw Jerzy Lec

Vous me direz : « mais qu'est-ce que ça donne ? » En quoi le retour à une puériculture plus attentive des besoins fondamentaux du nouveau-né peut-il promettre ou laisser espérer un monde meilleur ? En quoi la reconnaissance et le respect de l'intégrité de l'*Unité mère-enfant* peuvent-ils faire de nos sociétés modernes un monde socialement plus harmonieux ? Serait-ce une nouvelle utopie ou pire encore, une lubie d'intellectuel ? N'avons-nous pas vécu à répétition des réformes qui n'ont pas tenu leurs promesses ?

Bien sûr, je ne peux pas en être tout à fait certain et je ne peux fournir de garanties formelles mais je pense sincèrement qu'une approche plus fidèle à la nature fondamentale de l'animal humain ne peut qu'ouvrir sur une société meilleure.

James Prescott s'est servi du catalogue de Textor qui répertorie un vaste contingent de variables provenant de 400 cultures archaïques.⁴⁰ Quarante-neuf d'entre elles contiennent des données suffisantes pour permettre d'établir une corrélation entre la force et la durée du lien affectif entre la mère et l'enfant et le degré de violence des adultes dans la communauté. Il y démontre que le degré d'affection donné aux enfants permet de discriminer à lui seul 80 % des sociétés violentes des sociétés pacifiques. Fait surprenant à première vue, la tolérance à la sexualité adolescente prédit le 20 % restant. Ainsi, la combinaison de ces deux facteurs permet de prédire à coup sûr le niveau de violence noté dans une société donnée. Aucune autre combinaison de facteurs ne permet une prédiction équivalente !⁴¹

Il a ensuite tenté de vérifier les déterminants de la santé mentale pour constater qu'un âge au sevrage qui dépasse trente mois est la variable la plus fortement corrélée avec le faible taux de suicide dans ces sociétés.⁴² L'allaitement maternel semble être une

⁴⁰ Textor RB (1967); *A Cross-Cultural Summary*. HRAF Press

⁴¹ Prescott JW
The Origins of Human Love and Violence
Pre- and Perinatal Psychology Journal 1996; 10: 143-188

⁴² Prescott JW
America's Lost Dream : Life, Liberty and the Pursuit of Happiness

nourriture pour l'âme tout autant que pour le corps. Dans les sociétés où l'âge au sevrage est supérieur à trente mois, le port du bébé est la variable la plus fortement corrélée avec de faibles taux d'homicides. Ainsi, deux variables de la prise en charge du jeune enfant semblent tenir une importance fondamentale dans les caractéristiques émotionnelles et le fonctionnement social. L'allaitement maternel prolongé est associé à une diminution des dépressions et suicides, et le port constant du bébé au cours de la première année de vie semble réduire les risques d'homicides et de violence.

Une conclusion simple et inévitable s'impose : le cerveau en voie d'organisation du jeune enfant est plus sensible aux expériences vécues que le cerveau de l'adulte. Ainsi, toutes perturbations de ces expériences au cours de la petite enfance peuvent entraîner des déficits importants des fonctions psychologiques et sociales. Ces perturbations sont de deux ordres :

- ✿ Les *abus* formant des expériences atypiques et traumatisantes.
- ✿ La *négligence* dont on peut en décrire deux types :
 - La privation sévère des expériences nécessaires au cours de la petite enfance.
 - Les épreuves de séparation répétées et la puériculture *contre nature* génératrice de stress.

Cette dernière catégorie a été peu étudiée parce qu'invisible à l'œil. Faisant partie intégrante de notre culture, ses déterminants se transmettent en tant que mêmes parasitant notre conscience, faussant notre perception et nous obligeant à reproduire ces comportements autodestructeurs contre nature. Pour cette raison, elle constitue la forme la plus significative de *négligence* dans nos sociétés, ne serait-ce que par le nombre des individus impliqués. Elle tronque notre capacité biologique innée à tisser des liens avec les autres par les expériences distordues qu'elle apporte. On dit souvent que tout se joue avant l'âge de 3 ans. C'est certainement faux pour ce qui est des compétences cognitives qui dépendent du cortex cérébral. Mais c'est en bonne partie vrai pour ce qui est des compétences affectives et sociales qui dépendent des structures limbiques. Dans ce cas, les capacités de réparation apparaissent limitées passé l'âge de la petite enfance.

La puériculture occidentale est contre nature et délétère. Elle augmente les risques pour la santé et le développement du bébé. Elle se traduit parfois par une maturation anormale du cerveau et en particulier des centres de socialisation. Or l'humain est l'être social par excellence. « L'homme n'est homme que parce qu'il a su se réunir à l'homme. » disait Buffon dans *Histoire naturelle*.

Conclusion

“Au fil des années, j’ai donné mon opinion sur plusieurs sujets d’intérêt public lorsqu’il me semblait qu’ils étaient si pernicieux que je me serais senti coupable de complicité si j’avais gardé le silence.”

Albert Einstein

L’espèce humaine est un pur produit de l’évolution. Elle est le résultat contemporain d’une longue filiation d’espèces qui se sont succédé sans interruption depuis ces époques lointaines où la conscience n’était toujours qu’une potentialité.

L’homme est fils de la nature, mais l’esprit qui le meut est singulier. Point d’empreinte prémonitoire, aucune trace indubitable dans les archives fossiles de cet *esprit nouveau* tout au long de notre lignage jusqu’à l’arrivée des Magdaléniens il y a quarante mille ans environ. Subitement, une espèce de « hocus pocus » a projeté la vie dans une nouvelle dimension. La conscience symbolique dans sa forme entière et définitive, de même que la capacité du langage qui la soutient, surgit tout à coup du néant chez Cro-Magnon. *Homo sapiens* n’est pas seulement une version améliorée de ses prédécesseurs : il forme une entité résolument nouvelle, unique, inconnue jusqu’alors.

L’empreinte que le genre humain imprime sur le monde est présentement sous la coupe de la culture. Depuis le Paléolithique, notre rapport à la nature s’est considérablement transformé sous l’influence de deux grandes innovations qui ont fait dévier ostensiblement notre manière d’être en ce monde. D’abord l’invention de l’agriculture a créé une société dont le modus vivendi fut « *Homo* lutte contre la nature et la domine. » Puis vint la société industrielle dont le modus vivendi est « *Homo* s’affranchit de la nature et l’élimine. »

Entretiens, nous avons perdu de vue que nous demeurons des êtres *de nature*. Nous sommes le produit inéluctable de l’évolution biologique et nous ne pouvons étirer à l’infini l’élastique de nos capacités d’adaptation sans risque de rupture. C’est particulièrement vrai pour le bébé qui vient au monde dans l’illusion d’un environnement spécifique d’espèce correspondant toujours au mode de vie des chasseurs-cueilleurs. La construction de son cerveau a besoin d’une prise en charge *attendue* calquée sur le modèle de la puériculture originelle.

Alors si on ne me laisse qu’un seul choix et qu’on me demande « Pourquoi allaiter ? », je répondrai sans hésiter : « Par respect. » Par respect pour le bébé d’abord, par respect pour notre nature et par déférence envers l’humanité. Mais il y a plus grand que l’allaitement.

L’allaitement maternel ne peut se dissocier d’un ensemble bien plus vaste qui l’englobe ou alors on le dénature et on en fait un *processus*. Se dressant à la croisée des chemins entre les abîmes du passé et les dangers ou les promesses du futur, se tient une figure dont l’importance surpasse toutes les autres: celle de l’*Unité mère-enfant*. Pour

l'*Unité mèreenfant*, allaiter ou porter sont des non-activités. Tout comme l'individu respire, l'*Unité mèreenfant* allaite et porte. C'est un état, une existence. Et c'est inhérent à l'*ensemble*.

Il n'est pas suffisant de ne promouvoir que l'allaitement. Notre devoir est de promouvoir l'*Unité mèreenfant* ; de promouvoir sa reconnaissance en tant que personne et son intégration pleine et entière à tous les niveaux de la société. Il faut en faire une question de droits humains.

Il est temps de remettre en question les mêmes nocifs de notre culture. *Dicrocoelium dentriticum* force au suicide les fourmis parasitées mais il ne met en péril ni la survie ni le fonctionnement de la société des fourmis parce que les individus atteints sont peu nombreux et stériles. Les mêmes de notre puériculture aberrante sont prépondérants parmi nous. Ils sont dommageables par leurs effets pernicieux sur notre sociabilité qui forme un caractère essentiel de notre espèce. Mais la culture évolue et les mêmes se transforment.

Il faut que l'*Unité mèreenfant* retrouve son droit de cité perdu dans notre monde dénaturé comme ce fut le cas pendant la plus grande partie de l'histoire de l'humanité. Créons un mouvement pour sa reconnaissance. Que ceux et celles que le projet intéresse se lèvent...

***Ne me dérangez pas je suis profondément occupé.
Un enfant est en train de bâtir un village
C'est une ville, un comté
Et qui sait
Tantôt l'univers."***

Sector de Saint-Denys Garneau