



**Que l'amour fleurisse au maximum
dans notre République de Maurice**

5 amours sur lesquels nous nous construisons

AMOUR DEVOUEMENT de maman qui me porte et me met au monde.

Amour protecteur de papa que je découvre au fil des mois.

Il a pour mission de m'encadrer pour mieux tracer la route de ma vie.

Premier amour de l'enfance en milieu familial,

D'autant plus riche, si frères et sœurs partagent jeux et confidences.

AMOUR ORIENTATION où j'apprends à m'aimer pour mieux m'affirmer.

Prendre conscience de l'être unique que je suis.

Faire l'effort de discerner mes richesses de mes faiblesses,

Ne pas m'attarder dans un narcissisme égoïste.

Faire grandir l'envie de me construire pour avancer et progresser.

AMOUR CONTEMPLATION de Dieu qui attend d'être reconnu et aimé.

Amour qui s'est livré pour être présent au cœur de tout humain.

Amour qui habite l'histoire de toute l'humanité.

Puissance de cet amour qui sait respecter la liberté de chacun.

Plénitude pour ceux qui choisissent de se consacrer à cet unique amour.

AMOUR COMMUNION de l'homme et de la femme qui se sont choisis

Pour écrire ensemble l'histoire de leur vie.

Amour qui vient combler la grande faim de leurs cœurs d'adolescents.

Ils ont pris le temps d'attendre pour mieux construire dans la durée.

Amour tendresse, amour passion, amour plaisir.

Amour soleil tissé de joies, de croix et de choix.

AMOUR DON de toute la riche palette de nos cœurs de parents.

Nos bras bercent, protègent, tracent la route.

Nos cœurs veulent être à la hauteur du cœur de nos enfants.

Nous voulons leur progrès, nous butons sur leurs questionnements.

Nous apprenons que la vie que nous leur avons transmise leur appartient.

Avant-propos

Travaillons pour que l'amour fleurisse au maximum dans notre République

Plus d'amour dans notre République : voici ce que ce livre propose car plus il y aura d'amour dans notre pays, plus nous progresserons vers :

- Plus de paix sociale parce qu'il y aura plus de dialogue entre les citoyens.
- Plus de progrès pour tous les Mauriciens : hommes et femmes.
- Plus de couples qui choisissent de se marier plutôt que de vivre ensemble en partenaires.
- Plus de bébés qui naîtront dans des familles aimantes et solides qui sauront bien encadrer leurs enfants.
- Plus de prières dans notre République multireligieuse.
- Plus de paix sociale ce qui va aider à réduire le nombre de prisonniers et attirer plus de touristes.
- Plus de progrès économique parce que les entrepreneurs et leur personnel sauront trouver des terrains de dialogue pour faire progresser l'économie.

Que notre République devienne un exemple dans le monde d'un pays qui connaît progrès et prospérité avec un plus grand nombre d'enfants grandissant dans des familles stables, formées de couples heureux, capables de bien les encadrer.

**Ce poème pour transmettre un message à nos jeunes
MON UNIQUE VIE**

De mon commencement à ma vie d'adulte

*Papa, au départ, a déclenché le moteur de ma vie.
C'est lui qui, avec ses gènes, est venu féconder maman
Pour me transmettre mon sexe et les signes de mon hérédité,
Un peu de sa ressemblance, ses forces et ses faiblesses
Certaines de ses qualités et certains de ses défauts.*

*Maman m'a communiqué sa part d'hérédité
Alors que les gènes de papa s'entremêlaient aux siens,
Son utérus s'est alors transformé en berceau pour m'accueillir
Et me permettre de construire l'être unique que je suis
A partir de leurs apports à tous deux.*

*Avec ma présence qu'elle espérait ou qu'elle appréhendait
Mon cœur qui a commencé à battre alors que je n'avais que 20 jours
A vibré au rythme de ses pensées et de ses réactions.
Le fœtus que j'étais a beaucoup enregistré ce que ma maman vivait.
Notre corps à corps s'est terminé avec ma naissance.*

*Mes premières années ont enregistré le contexte de vie dans lequel j'ai évolué.
Accepté et aimé, j'ai vécu une enfance qui laisse surtout des souvenirs positifs.
Un climat négatif rend plus difficile l'essentiel besoin de m'aimer tel que je suis.
L'histoire d'amour de ma vie est déjà largement écrite à mes 20 ans.
Il m'appartient par la suite de vouloir me construire une vie où je m'épanouis.*

*Seule la qualité d'amour que je vis et que je transmets autour de moi
Donne des lettres de noblesse à mon unique vie.
Que les imprévus et les inévitables problèmes
Ne constituent pas des blocages insurmontables.
Je n'ai qu'une seule vie pour construire du positif pour moi et autour de moi.
Essayons chacun de voir comment mettre le maximum d'amour dans notre vie.*

Chapitre 1

Aux femmes de sauvegarder l'amour conjugal

Un sujet majeur qui devrait impliquer la réflexion et la motivation de toute la population est comment sauvegarder et promouvoir l'amour conjugal dans notre pays, car il y va de la qualité de la paix sociale que notre pays connaîtra dans les années à venir.

Les femmes sont les premières concernées, car leur mission d'épouses et de mères est de construire des couples et des familles aimantes, solides et heureuses.

C'est le meilleur moyen d'assurer plus de paix sociale et donc plus de progrès.

Le but de ce livre est de susciter une réflexion, un échange et un partage sur les moyens de vivre un amour qui grandit au fil des ans pour le grand bonheur de toute la famille : des époux et des enfants.

Notons pour commencer que les Mauriciennes ont su se mettre ensemble et se mobiliser pour travailler à leur promotion sociale.

Plus de femmes travaillent et gagnent un salaire décent.

Plus de femmes entrepreneurs et dans des postes de responsabilité.

Plus de femmes savent promouvoir le respect de l'environnement.

Plus de femmes s'engagent dans le social avec compétence et générosité.

Des constats à déplorer :

- Trop d'adolescentes attendent un bébé, ce qui va entacher l'avenir des hommes qui les ont mises enceintes et qui vont avoir des problèmes avec la justice mauricienne. De plus, ce bébé sera-t-il pris en charge par une maman qui saura l'encadrer avec amour et compétence ?
- Des familles avec seulement deux ou trois enfants. Notre pays connaît de moins en moins de naissances et de plus en plus de personnes âgées. La grande interrogation est : combien de jeunes accepteront de s'en occuper avec amour et compétence, alors que notre pays se retrouve avec de moins en moins d'infirmiers ? La population des 80 ans sera de 65 461 Mauriciens en 2061 alors qu'en 2021, elle était de 26 432.

Une représentation équilibrée de femmes et d'hommes dans les décisions de pouvoir et de prise de décision a permis d'améliorer le classement de Maurice dans le *Global Gender Gap Report du World Economic Forum*, notre pays étant sorti de la 110ème position en 2021 pour être en 2023 à la 98ème position.

L'amour est le besoin le plus vital de tout être humain. Les plus concernés sont les enfants depuis qu'ils sont encore dans le sein maternel. Il faut que les Mauriciennes de toutes les couches sociales soient vraiment au courant des méthodes modernes d'attendre un bébé et de connaître les dangers associés au syndrome d'alcool fœtal et à secouer les bébés. Notre République a besoin de couples stables qui savent prendre le temps d'aimer, d'écouter et de faire grandir leurs enfants en les acceptant tels qu'ils sont, avec leurs qualités mais aussi leurs défauts et qui voudront faire d'eux des adultes paisibles et responsables.

Les femmes qui arrivent à allier vie de famille, vie de travail et leur propre promotion sociale sont des mamans soleils, des valeurs sûres pour une société stable.

Des femmes qui veulent promouvoir un amour conjugal de plus en plus fort verront diminuer le nombre de divorces qui augmentent d'année en année.

Des femmes qui arrivent à collaborer avec d'autres femmes pour promouvoir le progrès social et économique de notre République sont les Mauriciennes dont nous avons le plus besoin.

Et celles dont le nombre devrait diminuer drastiquement sont les femmes briseuses de couples.

Une famille unie est une des plus belles réussites de notre pays.

Chapitre 2

Message important aux adolescents

Le taux de fertilité à Maurice est en chute libre, soit 140 enfants pour 100 couples, ce qui est inférieur à celui des pays européens et loin du taux idéal de 210 enfants pour 100 couples.

D'une part, il y a l'infertilité car environ une personne sur six en âge de procréer est infertile.

D'autre part, les chances de concevoir diminuent après l'âge de 35 ans.

Notons toutefois que la proportion de mères ayant accouché à l'âge de 35 ans ou plus est passée de 10,4% en 2010 à 15,4 % en 2020.

Les mesures du gouvernement pour encourager les naissances :

- **Une clinique de fertilité à l'hôpital SSRN pour fournir des services spécialisés.**
- **Un registre d'infertilité pour identifier les facteurs à risque.**
- **Une prise en charge pré-conceptionnelle.**
- **Une meilleure formation du personnel qui accompagne les femmes enceintes.**

Passons ces messages très importants aux adolescents dont la majorité va fonder plus tard une famille où il y aura, souhaitons-le, beaucoup de bonheur à donner, à recevoir et à en jouir.

Aux adolescents

L'adolescent que tu es peut devenir plus tard un papa dont la mission est primordiale car c'est toi qui transmettras la vie et le sexe de l'enfant que sa maman portera. Ce bébé qui portera tes empreintes, ton hérité et des signes que la science moderne permet de reconnaître aura besoin, comme tout humain, d'un papa aimant, responsable pour garder sa famille unie, solidaire et heureuse.

Habite bien ton sexe, sache le maîtriser, ne te lance pas dans des aventures amoureuses où tu peux attraper des maladies ou développer des habitudes que la maman de tes enfants ne va pas apprécier. Des défauts à bannir : l'égoïsme, la violence, la paresse. Des qualités à peaufiner : l'honnêteté, le civisme, le travail bien fait.

Aux adolescentes

Toi, la future maman, connais bien ta sexualité et protège ton corps des relations sexuelles passagères qui peuvent infecter ton utérus et le rendre incapable de concevoir. Fais attention aux pilules contraceptives qui bloquent les règles et peuvent affecter ta fertilité.

A tous les adolescents de notre République

A tous les adolescents gare à la cigarette, l'alcool, la drogue, aux sorties entre amis qui se terminent par des relations sexuelles avant le mariage. Il y a toute une dimension de l'amour nuptial que vous ne pourrez pas apprécier. Vous n'avez qu'une unique vie : veuillez semer beaucoup d'amour pour former des familles qui vous rendront heureux et qui rayonneront de joie et de paix.

Vous deux, garçons et filles, connaissez bien les conditions pour que s'annonce un enfant quand vous serez capables de l'accueillir.

Vous devez bien comprendre toutes les étapes de son développement. Il se construit selon un programme que la science moderne a tout expliqué.

À chaque humain une histoire unique

Ceux qui ont grandi dans une famille paisible et aimante seront capables de semer paix et bonheur autour d'eux mais pourront aussi encadrer ceux qui en ont besoin.

Chapitre 3

L'amour au service du prochain : le travail social

Amour appelé à habiter et à grandir dans le cœur de tout humain.

Amour qui veut être partagé de nos richesses et de nos faiblesses.

Amour habité de dialogues qui acceptent nos désaccords.

Amour qui veut donner du bonheur au-delà de nos proches.

Amour qui se renforce dans un dialogue amoureux avec Dieu.

Amour de soi : avec ses qualités, ses richesses et ses pauvretés.

Amour du prochain, tel qu'il est pour entrer dans l'écoute, le dialogue et le partage.

Les jeunes de notre République ont tout intérêt à s'impliquer dans le travail social. Il y a déjà de nombreuses associations actives telles que le scoutisme, d'autres qui œuvrent pour la promotion sociale des démunis, la protection de l'environnement, la solidarité avec les handicapés. Il y a de nombreux domaines où les jeunes s'enrichissent quand ils s'investissent. Ils comprennent les drames vécus par les drogués, par ceux qui subissent des violences familiales, par ceux qui se retrouvent dans les prisons.

Plus il y aura des jeunes qui veulent travailler au bien-être du prochain, plus il y aura de la fraternité et de l'amour dans le pays.

« Dieu est amour : qui demeure dans l'amour demeure en Dieu, et Dieu demeure en lui. »

Toute cette dimension caritative se concrétise chez les femmes et les hommes qui s'investissent à vie dans les congrégations religieuses et dans le sacerdoce. Ils sont les témoins des humains qui ont choisi de consacrer toute leur vie à aimer Dieu et à se mettre au service du prochain. Notre pays s'est beaucoup enrichi des valeurs de paix et de services par ces initiateurs et bâtisseurs d'églises, de mosquées, de temples, de pagodes et de grottes où l'on vient pour avoir la paix du cœur et où l'on se rassemble pour louer et prier. Cette dimension de l'amour charité a enrichi notre république de missionnaires étrangers venant de tous les continents, ce qui nous a ouverts à la dimension internationale de notre humanité.

Qu'attendre de l'amour ?

Qu'attendre de l'amour ? Joie, plénitude, bonheur...

Laisser parler son cœur et être écouté...

Partager ses attentes, ses faiblesses et être accepté...

Faire valoir ses talents et être valorisé...

Le MOI veut être comblé, enrichi, décuplé.

Le MOI attend la plénitude.

L'amour viendra-t-il satisfaire toutes mes attentes ?

L'attente de l'amour : une espérance qui creuse le cœur

Ou le pare de multiples attraits.

Qui ne souhaite vivre un bel amour qui viendra apaiser toutes nos faims...

Qui fera taire la solitude que chacun ressent.

L'amour c'est aussi TOI avec ton histoire, tes attentes, tes projets.

Tout un pan de ton histoire est déjà présent.

La partition que nous allons écrire à deux n'est ni la tienne, ni la mienne.

Le couple ce n'est ni TOI, ni MOI

C'est NOUS : une nouvelle entité qu'à deux nous construisons.

L'amour n'est pas que joie continue.

Au fil de nos rencontres et du temps passé ensemble

Se tissent dans nos cœurs des fibres de déception, d'incompréhension.

Nos cœurs se blessent, murés dans le silence ou explosant en violence.

Les croix jalonnent tous les amours de la vie.

Amour, joie, croix... Une trilogie qu'on ne peut dissocier.

Le triangle qui englobe toute une vie.

Amour lumière qui illumine nos croix.

Amour feu qui répand la joie.

Amour paix qu'on répand autour de soi.

Chapitre 4

On se met en couples de plus en plus jeune

Deux humains vivent une adolescence qui a permis à leur corps de se développer et à leur cœur de ressentir le besoin d'aimer et d'être aimé.

L'homme de nature impulsive connaît les pulsions qu'il ressent dans son cœur et dans son sexe qui peuvent non seulement fertiliser une femme mais qui vont aussi déterminer le sexe du bébé à qui il a transmis la vie.

La femme de nature romantique a un corps qui attire l'homme par ses rondeurs, lesquelles ont pour mission d'abriter et de nourrir son bébé. A l'adolescence se précise ce besoin de connaître et de vivre un jour un amour qui apportera du bonheur, mais rien ne presse. On s'amuse entre amis. Puis vient un jour où, toi et moi, on se retrouve avec plaisir, les yeux apprécient, on se partage des idées de façon intéressante.

Après les premiers baisers et les corps qui s'attirent, des décisions importantes doivent être prises pour ne plus se quitter.

Fiançailles et mariages ont été pendant longtemps les normes reconnues : une décision importante où la femme prend le nom de famille de l'époux et ensemble ils décident lequel des trois régimes matrimoniaux le couple adoptera : la communauté de biens, la séparation de biens ou le régime conventionnel, une décision prise durant le mariage civil, devant des témoins. Cette décision est consignée à l'officiel dans les registres nationaux qui comptabilisent chaque année le nombre de mariages ; un chiffre qui dégringole d'année en année. Il y a aussi le mariage religieux qui vient inviter Dieu à renforcer l'amour conjugal pour le remplir de tendresse, de dialogue et de pardon.

Les couples partenaires

De nombreux amoureux décident de quitter leur famille et de se retrouver à deux pour s'écouter, s'aimer et vivre la relation sexuelle. Ils se mettent en couple immédiatement pour décider, si ça marche bien, plus tard de se marier. Ces couples non-mariés deviennent de plus en plus nombreux. Pour eux, c'est l'immédiat, au jour le jour, qui compte.

Si cela ne marche pas, on se sépare avec certes de la déception et de la frustration mais c'est plus commode qu'un divorce qui implique des dépenses et des papiers officiels. Chacun espère connaître une nouvelle aventure amoureuse qui se révélera plus permanente.

Dans cette pratique, la question d'avoir un enfant passe au second plan. Pour ne pas être pris au dépourvu, le couple adopte une utilisation régulière de préservatifs, ce qui diminue la possibilité d'avoir des enfants par la suite.

Le taux de fertilité à Maurice est en chute libre, soit 140 enfants pour 100 couples, ce qui est inférieur à celui des pays européens et loin du taux idéal de 210 enfants pour 100 couples. Soyons réalistes au sujet de ce drame démographique qui fera de nous une star au niveau international, accompagné d'une baisse de nos ressources humaines pour la bonne marche de l'économie du pays et avec des conséquences désastreuses au niveau social, surtout chez les personnes âgées, dont le nombre suit une courbe ascendante, et qui risquent d'avoir à affronter les problèmes du vieillissement sans un support humain adéquat.

Depuis le début du mois de mai 2023, le ministre de la Santé a mis en train des mesures pour conscientiser la population aux divers problèmes associés à la dénatalité et pour encourager les jeunes couples à avoir plus d'enfants dans de bonnes conditions sanitaires.

Dans la pratique, la définition de l'amour, qui veut d'un bonheur s'enrichissant au fil des ans, n'est-elle pas fourvoyée dans le drame de ces amours temporaires ne laissant que des déceptions et des corps fatigués de trop de plaisirs rapides, mais pauvres d'un amour stable ?

Teresa, 24 ans :

Il est bon d'attendre d'avoir un projet de vie commun et de se marier pour se donner à l'autre et habiter ensemble

Tout le monde aspire au bonheur. Et l'amour permet ce bonheur. Il est normal qu'un homme et une femme qui s'aiment désirent avoir des relations sexuelles. Pour que ce projet d'amour qui permet le bonheur n'aboutisse pas à une séparation douloureuse car l'homme et la femme ont partagé ce qu'ils ont de plus intime et de plus beau en

s'unissant; il est bon de prendre son temps et de construire cet amour sur des bases solides.

Comment faire ?

Apprendre à se connaître à deux et au sein d'un groupe d'amis. Ne pas craindre le regard de l'autre et se montrer tel que l'on est. C'est dans ce temps où nous ne nous donnons pas encore sexuellement l'un à l'autre que nous sommes plus libres pour réfléchir puis décider.

Celui dont je suis amoureux, pourra-t-il être un bon époux, un bon père et cela tout au long de notre vie ?

Je pense qu'il est bon d'attendre d'avoir un projet de vie commun et de se marier pour se donner à l'autre et habiter ensemble.

Si je pose le toit de ma maison sans avoir construit les fondations ; à la première tempête tout s'effondre. C'est la même chose pour l'amour : si j'habite avec mon amoureux avant d'avoir réfléchi et compris qu'il est celui que je décide d'aimer tout au long de ma vie et avec qui je veux fonder une famille, alors, au premier problème, la solution qui m'apparaîtra la plus simple sera la rupture.

L'amour rend l'homme heureux s'il peut durer et pour qu'il dure il faut franchir les étapes dans l'ordre : être amoureux, décider si nous sommes prêts à mener à deux un projet de vie commun puis se marier. Un couple s'accomplit dans l'accueil de la vie. L'amour se donne : l'homme et la femme qui s'aiment se donnent charnellement l'un à l'autre et de leur amour peut naître un enfant. Le papa et la maman vont aimer cet enfant et l'éduquer.

Se mettre en couple est une belle chose car cela témoigne de l'amour entre un homme et une femme. Il est important toutefois que chacun puisse, après avoir réfléchi, se projeter à long terme dans ce sentiment amoureux afin de prendre la décision de se donner à l'autre après le mariage.

Le témoignage d'une enfant de parents divorcés

Emilie S....., est auteure-compositrice qui interprète de la chanson « ***Torn between the two*** » qu'on peut capter sur YouTube. Une présentation de cette mélodie parue dans le journal *l'express* du samedi 1^{er} juillet 2023 est faite dans les termes suivants : « *Cette jeune auteure raconte un pan de sa vie d'enfant de parents en désamour mais son objectif est de faire que les enfants vivant une situation similaire se déculpabilisent et se disent qu'ils ne sont pas les seuls à passer par là et surtout qu'ils finiront par guérir de cette blessure un jour.* »

« *Torn between the two* »

Only a kid, didn't understand much. The tears in my eyes, they threatened to flow

Looked at the people I loved the most, living the life they used to know

I didn't get why I was on the sidelines,

The shots were made but I couldn't keep count

Seeing you get hurt was bad enough, and I just wanted to shout

Married too young, still have so much to do

Three kids along to the front view

To the spectacle, they'd never expect, "it was fun being a child"

Anger, lies, and hurtful words blinded your eyes

And you couldn't see us standing in the middle of your battlefield

Chorus

I wonder how you can love someone one day and wish they were dead

Did you see me while I was crying in the dark on the garden swing set

And I knew you hated each other

So what am I supposed to do, cuz I'm torn between the two,

Does that mean you hate me too?

Lights are on the Christmas tree; I try to be happy

Where are you on this special night cuz you're nowhere to be seen

And you probably didn't realise how much you hurt me

Cuz I might've been your child, but it seemed you didn't want me that night

Only a kid, didn't understand much the tears in my eyes, they threatened to flow

Looked at the people I loved the most, living the life they used to know

Chapitre 5

Divorces : quand l'amour ne rime plus avec toujours

Le but de ce livre n'est pas de critiquer ceux qui ont vécu un divorce. Ils savent mieux que quiconque les problèmes et les temps difficiles qu'ils ont vécus et qu'ils ne souhaitent à personne d'autre de connaître.

On ne peut que compatir quand on entend parler de divorce car cela résulte de l'échec d'un mariage ; d'un amour déçu et blessé, quand sont barricadées les portes du dialogue amoureux et charnel. C'est la décision d'un couple qui ne peut plus communiquer entre eux. C'est tout le monde de la famille d'hier qui change. C'est un autre monde de relations et d'activités à reconstruire sous le regard de ceux qui comprennent ou critiquent. Souhaitons que ceux qui ont trouvé essentiel de divorcer arrivent à trouver la sérénité autour d'eux.

Chaque divorce implique des dépenses. Il est obligatoire d'avoir un avoué qui va préparer une procédure de divorce relatant les problèmes du couple à être présentés à la *Family Division* de la Cour suprême. Les personnes touchant un revenu de moins de Rs.12 000 peuvent recevoir un *legal aid* pour payer l'avoué. Personne ne doit faire pression sur le judiciaire quand une affaire est en cours.

Concernant le divorce par consentement mutuel, un contrat est préparé pour statuer sur le partage des biens et des dettes entre les époux désormais séparés, ainsi que sur le montant de la pension alimentaire. Dans la pratique ce type de divorce va plus vite. La Cour peut aussi refuser une demande de divorce si la personne a menti.

Un divorce est d'abord provisoire. Ce n'est qu'après trois mois qu'il devient permanent. Les hommes divorcés se remarient en plus grand nombre que les femmes divorcées.

Un mariage sur trois aboutit au divorce

Voici les chiffres concernant les divorces durant ces récentes années.

En 2018, nombre de mariages : 10 034. Nombre de divorces : 2 780.

En 2020, nombre de mariages : 6 929. Nombre de divorces : 2 506.

En 2021, nombre de mariages : 8 186. Nombre de divorces : 2 110.

En 2022, le nombre de divorces : 2 462, soit une hausse de 11,9 %

Parmi ces divorcés de 2022, signalons que 18 d'entre eux n'en étaient qu'à leur première année de mariage, 152 avaient entre 1 et 3 ans de mariage, 293 entre 3 et 5 ans, 644 entre 5 et 10 ans, 1 102 entre leurs 10-25 ans de mariage, et 243 avaient plus de 25 ans de mariage.

Effets du divorce sur les enfants

En 2022,

- 17,5 % des couples qui ont divorcé n'avaient pas d'enfants.
- 69,9 % avaient deux enfants.
- 46 couples avaient 4 ou plus d'enfants.

Le point le plus épineux du divorce concerne l'avenir des enfants qui se retrouvent partagés dans leur amour filial. Qui va assurer la garde des enfants et leurs jours de visite à leurs parents ? Certains enfants malheureusement souffriront de troubles psychiques qui pourront affecter leurs études et leur sexualité car ils ont été témoins de la violence domestique qui touche 86,7% des femmes et 13,3% des hommes. La violence verbale - VBG- peut devenir humiliante ou menaçante. Il faut savoir que 18,4 % des Mauriciens sont victimes de VBG et que l'état mauricien dépense quelque 15 millions pour traiter ces cas. En 2022, 8 femmes ont péri sous les coups d'hommes qui prétendaient à un moment les aimer.

Les procédures pour divorcer

La décision de divorcer résulte de l'échec d'un mariage : un amour déçu, blessé quand les portes du dialogue charnel et amoureux se sont barricadées. Chaque divorce implique des dépenses pour payer les démarches effectuées : le nom du couple affiché dans la presse, payer l'avoué qui va présenter le cas devant la Cour, décider comment se répartiront les biens acquis pendant le mariage.

Il est obligatoire d'avoir un avoué pour préparer une procédure de divorce relatant les problèmes du couple à être présentés à la *Family Division* de la Cour suprême. Concernant le divorce par consentement mutuel, un contrat est préparé par rapport au partage des biens et des dettes et au calcul de la pension alimentaire. Dans la pratique ce type de divorce va plus vite.

Les personnes touchant un revenu de moins de Rs12 000 peuvent recevoir une aide pour payer l'avoué. Personne ne doit faire pression sur le judiciaire quand une affaire est en cours : *sub judice*.

Les divorcés remariés

Les personnes divorcées-remariées souffrent de certaines exclusions. Les chrétiens par exemple ne pouvaient recevoir le sacrement de l'eucharistie, même s'ils étaient des pratiquants fidèles et réguliers. L'Eglise catholique a revu sa ligne de conduite car il y a des divorces qui sont inévitables. La société évolue et accepte plus facilement les remariages. Les hommes divorcés se remarient en plus grand nombre que les femmes.

Une éducation sexuelle positive et complète peut aider à avoir moins de divorces et de crimes dans notre pays car la vie conjugale est une construction journalière faite dans le dialogue et l'acceptation du conjoint avec ses qualités et ses défauts.

Témoignage

Divorcée après 30 ans d'un mariage heureux

Je voudrais juste apporter un petit témoignage en tant que femme divorcée (après 30 ans d'un mariage heureux) malgré moi...je me suis toujours identifiée comme une victime du divorce... déjà de par mes convictions religieuses ! Ceci dit, contrairement à ce que les médias nous font croire, le divorce n'apporte que souffrance, désarroi et des dégâts collatéraux tant au niveau des enfants qu'à celui de la famille en général. Non ce n'est pas une chose banale et je ne supporte pas cette expression insipide comme : « le divorce n'est pas fait pour les chiens...on peut refaire sa vie... »

Heureusement que malgré toutes mes tribulations, ma foi ne s'est pas ébranlée et j'étais soutenue et accompagnée par les membres de ma communauté.

Il faut aussi souligner qu'avec le divorce viennent aussi les problèmes financiers déjà que les frais de divorce coûtent un maximum et il était hors de question (en ce qui me concerne) d'un consentement mutuel car fondamentalement on ne consent pas à un divorce. Par conséquent au bout de trois ans le divorce a été prononcé "by faute" à l'encontre

de l'époux adultère (une petite victoire malgré tout) car se retrouver au tribunal dans une salle bondée devant un parterre d'anonymes (avocats, juges) se demander pourquoi on se retrouve dans ce lieu hostile devant ces gens qui ne connaissent rien de votre vie et qui doivent décider de votre sort....

Pour résumer : une phrase de Père Gilbert " Essayer de raisonner un homme en plein démon de midi qui est tombé follement amoureux d'une midinette ayant l'âge de sa fille est de l'ordre de l'impossible..." Je valide pleinement ce que vous dites " ...et celles dont le nombre devrait diminuer drastiquement sont les femmes briseuses de ménage" et j'ajoute qu'elles sont nombreuses et de plus en plus jeunes...hélas !

Corinne

Chapitre 6

Le meilleur souhait le jour du mariage : « Que l'amour conjugal grandisse au fil des ans »

Se préparer avant le mariage

Une fois la décision prise de se marier, il faut vouloir réunir les conditions pour que cet amour grandisse au fil des ans. Pour que le mariage réussisse, il faut avoir des valeurs communes. Il faut savoir que le serpent sera présent pour semer la zizanie, donc prendre régulièrement le temps de s'écouter pour un dialogue sincère où l'on accepte les critiques et l'on prend ensemble des décisions pour l'avenir.

Pour que les problèmes rencontrés soient des occasions de consolider le mariage et de l'enrichir, il faut :

- Se préparer en tant que fiancés.
- Connaître les implications du mariage civil.
- Savourer les saveurs de la nuptialité qui sont d'autant plus grandes si ce sont les premières relations sexuelles du couple.
- Se marier religieusement implique des engagements de fidélité et de pardon : « *Il faut être trois pour faire l'amour, pas deux : vous, votre conjoint et Dieu.* » Mgr Fulton Sheen
- « *Le mariage est le sacrement dans lequel l'homme et la femme appelés à devenir « une seule chair » participent à l'amour créateur de Dieu lui-même.* » Saint Jean-Paul II.
- Découvrir les saveurs de l'union nuptiale : la place du plaisir et l'importance du dialogue pour le renforcer.

Après la lune de miel

- Que la routine ne bloque pas le plaisir conjugal.
- S'accorder régulièrement des temps de dialogue sur les problèmes rencontrés dans la vie familiale et professionnelle. Se dire merci ou pardon quand cela est nécessaire. Il faut être sensible aux émotions du conjoint et accepter que nous ayons des points de vue différents. S'accepter si, pour des problèmes de santé, le couple ne peut pas avoir des enfants.

- Avoir des projets de couple dynamise et pérennise la relation conjugale. Les projets entraînent le couple de plain-pied dans le concret : avoir des enfants, acheter une maison, s'investir dans le social, sont des objectifs qui ancrent les époux dans un principe de réalité et non pas uniquement de plaisir.
- Des temps festifs à célébrer, surtout la date anniversaire du mariage.

Des moments spéciaux qui peuvent soit enrichir, soit bloquer la vie conjugale

- La naissance d'un enfant.
- L'absence d'un conjoint qui voyage.
- Les tentations qui peuvent surgir quand un conjoint trouve une personne avec qui il prend plaisir à dialoguer et envers qui il se découvre des affinités.
- Le *snoofing* pour regarder le téléphone de son conjoint à son insu pour connaître ses activités.
- La violence lors des désaccords.

Mariage et société

L'amour du mari et de la femme est la force qui soude la société ensemble.

Les joies de la nuptialité – relations sexuelles de l'homme et de la femme - pour fonder les familles sont essentielles à une société stable.

Apprendre à gérer les conflits : s'écouter mutuellement dans une ambiance sereine pour partager ses préoccupations et ses problèmes. Accepter que nous ayons des points de vue différents.

Les couples qui vont recevoir le sacrement de mariage prennent une déclaration d'intention

Lors de la préparation au mariage, les futurs époux doivent exprimer leurs engagements et les motivations qui les conduisent à se marier religieusement. Les futurs époux doivent exprimer leur adhésion aux quatre engagements essentiels qui constituent le fondement de tout mariage chrétien : la liberté, l'indissolubilité, la fidélité et la fécondité.

LIBERTÉ

« *Veux-tu être ma femme/mon mari ?* » Les fiancés peuvent décrire leur chemin vers le mariage entrepris en toute liberté. Ils doivent pour cela être pleinement consentants, ne pas recevoir de pressions extérieures ou ne pas se trouver dans une situation de nature à entraver cette liberté (maladie psychiatrique, immaturité).

INDISSOLUBILITÉ

« *Que l'homme ne sépare pas ce que Dieu a uni* » (Mt 19,6). Le sacrement du mariage est un sceau indissoluble, un engagement profond et une promesse de vie. Lorsque cette décision est prise au sérieux, on est déterminé à ne pas faire demi-tour à mi-chemin ou au premier obstacle rencontré. Dans la déclaration d'intention, le couple exprime qu'il est prêt à tout affronter et à tout faire pour rester uni « *jusqu'à ce que la mort ne les sépare* ».

FIDÉLITÉ

Un amour « *fort comme la mort* » que « *les torrents d'eau ne peuvent éteindre* » (Ct 8, 6-7). Le mariage exige un don réciproque définitif et implique une exclusivité dans la relation. Les futurs conjoints expriment leur décision de rester fidèles à l'autre pour toujours, sans conditions (fidélité du corps, du cœur et des pensées). Tout au long de leur vie, le Seigneur sera leur force et la source où se renouvellera cette fidélité.

FÉCONDITÉ

« *Soyez féconds et multipliez-vous* » (Genèse). Les enfants constituent le couronnement de tout mariage. Dieu lui-même a voulu que l'homme et la femme participent à son œuvre créatrice. Les futurs époux manifestent leur désir d'être ouverts à la vie, d'accueillir les enfants qui naîtront de leur union et de les éduquer dans la foi. La déclaration d'intention fait prendre conscience aux fiancés de la valeur du mariage et de l'importance des engagements qu'ils prennent. Ceux-ci sont exigeants mais ils permettent de bâtir des fondements solides pour fonder une famille et rester unis.

Les cinq « P » qui font grandir l'amour

Mariés depuis 46 ans, Stella et Victor Dominguez du Paraguay ont une méthode bien à eux pour faire durer leur couple. Ils la partagent volontiers avec les autres. Parents de six enfants et grands-parents de huit petits-enfants, Stella (65 ans) et Victor Dominguez (68 ans) viennent en aide aux couples en crise, aux divorcés remariés et aux personnes abandonnées par leur conjoint. Les Dominguez, qui ont été les délégués du Paraguay pour la Rencontre Mondiale des Familles à Rome (22-26 juin 2022) ont traversé des difficultés dans leur vie conjugale. Une épreuve que ce couple a réussi à surpasser notamment grâce à ces cinq « P », inspirés de l'enseignement du pape François. Ils l'ont publié le 10/07/22

1. **PASSION**

« Le plaisir, la passion, c'est très important... Il faut renouveler son mariage tous les jours », expliquent Victor et Stella. Ainsi, ils conseillent aux conjoints de témoigner de leur affection et de multiplier les petites attentions au quotidien. Cela peut être une discussion de cœur à cœur, un rendez-vous en amoureux ou juste une petite danse improvisée, les lumières tamisées et la porte fermée pour ne pas être dérangés.

2. **PATIENCE**

La patience, c'est aussi porter l'autre, ses problèmes et sa fatigue, sur ses épaules, mais avec joie et bonheur pour que la patience devienne un catalyseur de miséricorde envers l'autre et même envers soi-même. C'est aussi la capacité de dialoguer et d'accepter son conjoint tel quel, même si des petites choses chez lui peuvent être agaçantes.

3. **PERSÉVÉRANCE**

Persévérance dans l'amour et surtout dans la prière. Le couple suit la consigne du pape François, celui de prier ensemble, l'un pour l'autre : « *Notre Père, donne-nous aujourd'hui notre amour quotidien* ».

Mais il y a aussi la persévérance dans le dialogue. « Écouter l'autre, ce n'est pas entendre ce que je veux entendre, mais l'écouter avec le

cœur et écouter au-delà », note Victor. « Persévérer dans l'écoute pour comprendre s'il est fatigué, s'il a eu une mauvaise journée, s'il est en colère à cause de quelque chose... Parfois, il ne veut pas que je lui parle. Et si j'ai envie de lui parler, j'ai envie de lui dire des choses et je dois arriver à me contenir, c'est ça la persévérance », ajoute Stella car elle sait que son mari a, de temps en temps, besoin de son espace personnel.

4. **PARDON**

Toujours pardonner, telle est la devise de ce couple. « Demander pardon, c'est rendre la liberté à l'autre. Si on ne fait pas l'expérience du pardon, il nous est très difficile de pardonner. Se pardonner et pardonner aux autres, nos enfants par exemple, est très important », explique le couple. Et de glisser : « Ne vous endormez pas sans avoir fait la paix pour qu'une « guerre froide » n'arrive pas.

5. **PETITS DÉTAILS**

Pour Victor, le « P » des petits détails mène au « P » de la Passion. Ces petits détails sont en réalité les petites attentions du quotidien : apporter le petit déjeuner au lit, offrir des fleurs sans aucune occasion particulière, partager un moment à deux, écouter de la musique ensemble, appeler l'autre dans la journée ou lui envoyer un message pour lui dire quelque chose de gentil, etc. Ces petits détails enrichissent le monde intérieur du couple et l'aide à s'épanouir non seulement sur le plan spirituel mais aussi sexuel. « *L'amour est comme une fleur. On ne peut pas le négliger* », conclut Victor.

5 amours sur lesquels nous nous construisons

AMOUR DEVOUEMENT de maman qui me porte et me met au monde.

Amour protecteur de papa que je découvre au fil des mois.

Il a pour mission de m'encadrer pour mieux tracer la route de ma vie.

Premier amour de l'enfance en milieu familial avec des frères et sœurs.

AMOUR ORIENTATION où j'apprends à m'aimer pour mieux m'affirmer.

Prendre conscience de l'être unique que je suis.

Faire l'effort de discerner mes richesses de mes faiblesses,

Ne pas m'attarder dans un narcissisme égoïste.

Faire grandir l'envie de me construire pour avancer et progresser.

AMOUR CONTEMPLATION de Dieu qui attend d'être reconnu et aimé.

Amour qui s'est livré pour être présent au cœur de tout humain.

Amour qui habite l'histoire de toute l'humanité.

Puissance de cet amour qui sait respecter la liberté de chacun.

Plénitude pour ceux qui choisissent de se consacrer à cet unique amour.

AMOUR COMMUNION de l'homme et de la femme qui se sont choisis

Pour écrire ensemble l'histoire de leur vie.

Amour qui vient combler la grande faim de leurs cœurs d'adolescents.

Ils ont pris le temps d'attendre pour mieux construire dans la durée.

Amour tendresse, amour passion, amour plaisir.

Amour soleil tissé de joies, de croix et de choix.

AMOUR DON de toute la riche palette de nos cœurs de parents.

Nos bras bercent, protègent, tracent la route.

Nos cœurs veulent être à la hauteur du cœur de nos enfants.

Nous voulons leur progrès, nous butons sur leurs questionnements.

Nous apprenons que la vie que nous leur avons transmise leur appartient.

Chapitre 7

Donnons plus de bébés à notre République

Notre bébé de la conception à la naissance

Le taux de fertilité à Maurice est en chute libre, soit 140 enfants pour 100 couples, ce qui est inférieur à celui des pays européens et loin du taux idéal de 210 enfants pour 100 couples.

D'une part il y a l'infertilité car environ une personne sur six en âge de procréer est infertile. Les chances de concevoir diminuent après l'âge de 35 ans.

Mettre au monde un enfant :

La grande aventure des quelque 40 semaines de grossesse

D'une première simple cellule à un enfant de plus de 2 kilos capable de perpétuer l'espèce : il faut 9 mois. C'est 40 semaines après les dernières règles de la maman que se calcule la date prévue pour la naissance de Bébé. Ces quelque 40 semaines de grossesse peuvent être réparties en trois trimestres.

Au commencement de la vie

Trois éléments sont essentiels à la fécondation

Ce sont les deux gamètes mâle et femelle et une glaire fertile de qualité. La gamète femelle est l'ovule. La femme procure aussi la glaire fertile. La gamète mâle de l'homme est le spermatozoïde.

La graine de vie de la femme, l'ovule, arrivée à maturité, est éjectée dans l'utérus et peut vivre 12 à 24 heures. L'ovule est passif, il n'est doué d'aucune mobilité. Dans l'ovule, le chromosome sexuel qui va déterminer le sexe de l'enfant est X X.

La glaire fertile est secrétée dans les cryptes du col de l'utérus par l'œstrogène pendant quelques jours avant l'ovulation. Elle évolue et peut être reconnue selon son élasticité, sa couleur et la sensation ressentie. Elle est essentielle à la fécondation pour :

1. Préparer le vagin et le col de l'utérus.

2. préparer l'accueil des spermatozoïdes, les sélectionner, les nourrir et faciliter leur entrée à travers le col dans l'utérus et les trompes.

Le sommet de la glaire fertile se produit en général le jour qui précède l'ovulation. Ce sommet n'est pas le jour du maximum de glaire, c'est le dernier jour présentant les caractéristiques de la glaire fertile : filante ou lubrifiante. Certaines femmes ne voient pas de glaire mais peuvent sentir que leur vulve est gonflée.

La graine de vie de l'homme est le spermatozoïde. Son chromosome sexuel est X ou le chromosome Y qui est plus petit. Le spermatozoïde a déjà deux mois et demi de vie quand il est émis dans le sperme lors d'une éjaculation. Il est doué d'une grande mobilité. Grâce à la glaire fertile qui rend le vagin alcalin et qui le nourrit, il peut survivre 4 à 5 jours.

300 millions de spermatozoïdes sont émis lors d'une éjaculation.

2 à 3 millions arrivent dans l'utérus.

100 à 200 arrivent autour de l'ovule.

1 seul assure la fécondation de l'ovule.

Fécondation et implantation

Aussi longtemps que les spermatozoïdes sont encore en vie, il peut y avoir jusqu'à 5 à 6 jours entre une relation sexuelle et la fécondation, Toutefois c'est dans moins de 24 heures après l'ovulation, dans le tiers externe de la trompe, que les deux noyaux de l'ovule et du spermatozoïde peuvent fusionner, car l'ovule n'est fertilisable que pendant seulement 24 heures.

La vie commence quand les 23 chromosomes de maman avec son patrimoine héréditaire et les 23 chromosomes de papa avec un patrimoine héréditaire différent se rencontrent et créent une nouvelle cellule contenant 46 chromosomes.

Le zygote, la cellule-enfant d'où sortira un être vivant commence avec la fécondation. Le zygote est un embryon ne dépassant pas 14 jours. Son génome contient tout le programme de son développement.

- De deux êtres uniques commence un autre être unique avec son individualité et la continuité de son développement
- C'est un organisme qui n'a jamais existé dans le passé et qui n'existera jamais encore.

Dizygotes : les faux jumeaux : deux ovocytes, deux spermatozoïdes. Ils constituent plus des 2/3 des jumeaux.

Monozygotes : les vrais jumeaux : une ovulation simple avec fécondation par un seul spermatozoïde. Réplication de 2 patrimoines génétiques identiques.

- La 1ère division cellulaire a lieu dans les 30 heures qui suivent la fusion du noyau. La prolifération des cellules se fait selon un programme bien établi.

L'enfant à naître n'a pas une existence autonome mais a une vie biologique propre comme le montrent l'embryologie et l'échographie.

Trois jours après la fécondation, l'œuf, constitué de 8 cellules, la *morula*, avance dans la trompe qui est long d'environ 15 cm. Ce premier voyage de bébé dure 4 à 5 jours. Il est transporté à l'intérieur de la trompe de Fallope vers l'utérus qu'il doit pénétrer pour se fixer et se développer pendant 9 mois avant que ne s'effectue son second voyage avec l'accouchement.

Il est essentiel que tous les Mauriciens soient au courant des méfaits de la prise d'alcool par les femmes qui attendent un bébé.

Le syndrome d'alcoolisation fœtale

La consommation d'alcool pendant la grossesse est la première cause de handicap mental non génétique. Pendant neuf mois, il y a des échanges sanguins entre la mère et le bébé et l'alcool traverse le placenta. Chaque verre consommé par la mère expose donc le fœtus à des risques de malformation. On parle de syndrome d'alcoolisation fœtale <https://naitreetgrandir.com/fr/grossesse/sante> (SAF). C'est la médecine moderne qui est venue alerter et expliquer que le fœtus nage dans cette eau alcoolisée, ce qui va affecter sa santé pour la vie. Entre 10 et 30 % des femmes continuent de consommer de l'alcool pendant leur grossesse. Le plus souvent, elles ignorent que toute consommation d'alcool est susceptible de présenter un risque pour l'enfant à naître. 1 enfant sur 100 souffre de troubles causés par l'alcoolisation fœtale.

Sur YouTube : <https://youtu.be/7wqtM5RKZqk>

- Vivre avec le syndrome d'alcoolisation fœtale
<https://youtu.be/zyRPc1yHZRc>

Au cours des 39 semaines que compte une grossesse

Bébé grandit

- **Le premier trimestre : Bébé se construit**

1er mois : semaines 1 à 4

Juste après la fécondation, l'embryon ne mesure que 0,1 millimètre. Mais cette taille va évoluer rapidement. Le cœur de bébé commence à battre dès la 2ème semaine de grossesse.

2ème mois : semaines 5 à 8

Les traits du visage vont se détailler à partir de la 6ème semaine laissant entrevoir la bouche et les yeux.

A la 8ème semaine, le cœur et les reins seront aussi bien développés.

Étape décisive, c'est à la 7^{ème} semaine que les organes sexuels internes féminins ou masculins du bébé vont se matérialiser par les ovaires ou les testicules.

La formation des muscles et de la structure osseuse débute aussi à ce moment-là.

A la fin du 2ème mois, bébé est long de 3 cm et pèse environ 11 grammes.

3ème mois : semaines 9 à 13

Bébé n'est plus un embryon mais devient un fœtus.

Les bras et les jambes s'allongent. L'ensemble des organes de bébé sont en place et le tout commence à progressivement s'organiser.

La croissance s'accélère au 3ème mois puisqu'il atteint la taille de 12 cm pour un poids de 40 à 50 grammes en fin de premier trimestre.

Le deuxième trimestre :

Bébé grandit plus vite qu'il ne le fera pendant tout le reste de sa vie.

4ème mois : semaines 14 à 17

Bébé qui mesure autour de 15 cm pour 200 grammes se couvre d'un duvet corporel très fin. Parallèlement, les premiers cheveux apparaissent et les mains terminent leur formation.

Les jambes et les bras seront désormais plus longs.

5ème mois : semaines 18 à 22

- La maman sent son petit bébé bouger et il peut même sucer son pouce. Il dort également beaucoup, environ 16 à 20 heures par jour.
- Vers le milieu du 5ème mois, bébé commence à entendre les bruits liés à son environnement.
- En fin de mois, sa taille tourne autour de 25 cm pour un poids entre 500 et 600 grammes.

6ème mois : semaines 23 à 26

Bébé réagit désormais au milieu extérieur. Il alterne moments d'éveil, pendant lesquels il s'agit avec environ 40 à 120 mouvements par heure et des pauses sommeil. Pendant ce temps les muscles continuent leur développement et les os se structurent progressivement entre eux.

A la fin de ce second trimestre, bébé a atteint un poids moyen de 1 kilo pour 35 cm de longueur.

Le troisième trimestre : phase de remplissage du bébé

7ème mois : semaines 27 à 30

Les yeux de bébé sont maintenant sensibles à la lumière et son système digestif ainsi que ses reins sont en place. Il est dorénavant très attentif à ce qui se passe autour de lui. Bébé bouge un peu moins car il commence à être à l'étroit dans le ventre de sa maman. Il développe le goût et boit beaucoup de liquide amniotique. Ses poumons fonctionnent. Il est long de 40 cm pour 1,8 kilos.

8ème mois : semaines 31 à 34

C'est durant le 8ème mois que s'achève la formation de bébé et qu'il se place en vue de sa prochaine sortie : tête en bas et fesses vers le haut. Il occupe désormais quasiment tout l'espace de l'utérus. Bébé a pris une jolie couleur rosée. Les ongles sont parfaitement formés, son visage ainsi que son corps s'arrondissent.

A la fin du 8ème mois, il mesure alors 45 cm pour 2,5 kilos.

9ème mois : semaines 35 à 39

Au cours du dernier trimestre, il terminera sa croissance avec une taille moyenne de 50 cm et un poids entre 3 et 4 kg à la naissance.

Placé dans le bassin, il ne bouge plus en attendant sa sortie prochaine quand maman accouche de son Bébé.

La naissance :

Un changement considérable pour le nouveau-né.

La vidéo "L'Odyssée de la vie" permet d'avoir de bonnes images du développement du bébé.

- Vous pouvez y accéder à ce lien-ci :

<https://www.youtube.com/watch?v=kVPPLk6951g>

Quatre sites internet intéressants que chaque futur parent peut consulter pour vivre au mieux grossesse et accueil du bébé.

1. L'accouchement : La vidéo préparée par Céline Chômé

Bébé est né

2. L'allaitement : La vidéo préparée par Céline Chômé

La vidéo sur YouTube 6 sur l'accouchement et sur l'allaitement maternel

Chaine : Céline Sage-femme (Celine Midwife)

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLa5ZV0xVkr9OPlu6LFC1w74zVeUKAwgkl>

Les bienfaits de l'allaitement

Faire son choix d'allaiter son bébé de façon libre, sans pression et s'y préparer durant la grossesse.

- A la naissance, mettre le bébé directement sur le ventre de sa mère. Faire du peau à peau (bébé nu contre la peau nue de sa maman, tous les deux couverts d'une couverture pour qu'ils aient assez chaud).
- L'allaitement permet à bébé de vivre en douceur la transition entre le monde intra-utérin et le monde extra-utérin. Bébé s'adapte mieux pour sa respiration, il a un meilleur rythme cardiaque et un meilleur taux de sucre dans le sang. Bébé proche du sein, va sentir l'odeur et donc va ramper jusqu'au sein, chercher, lécher et enfin téter le mamelon ! Donc il apprend par lui-même

grâce à ses réflexes : c'est très beau à voir ; pour les parents, c'est émouvant !

- L'allaitement favorise le lien entre la mère et l'enfant. Le papa peut mettre bébé près du sein de son épouse ; cela favorise son lien avec son bébé, le renforce dans un meilleur sentiment de compétence parentale.
- Pour la maman : le peau à peau à la naissance diminue le risque d'hémorragie et le risque de dépression postnatale !

Comment faire ?

- Bébé peau nue contre la poitrine nue de sa maman. Thorax contre thorax.

Tête du bébé sur le côté pour qu'il puisse bien respirer.

Ne pas allaiter si maman est très fatiguée ou si elle prend des médicaments qui diminuent sa vigilance.

Reconnaitre les signes de faim, pour allaiter au bon moment :

Ne pas attendre que bébé pleure pour lui donner le sein. Erreur que l'on fait beaucoup, c'est de se dire que si bébé ne pleure pas, c'est qu'il n'a pas faim. Ou s'il pleure, c'est d'office la faim.

Les signes de faim : bébé tire la langue, lèche ses lèvres, il tâte sa main. Il cherche à gauche, à droite. Fait des petits bruits. Il est calme et attentif : c'est le meilleur moment pour le mettre au sein.

En réalité, si bébé pleure, cela peut être la faim, le froid, le chaud, la douleur, le besoin d'être porté et câliné. Les parents essaient pas à pas de comprendre leur bébé et de répondre à ses besoins. Au fur et à mesure que bébé évolue et que les parents passent du temps avec leur enfant, ils comprennent de mieux en mieux comment répondre adéquatement aux besoins de leur bébé.

La clef de l'allaitement : une bonne position et une bonne prise de sein :

Maman bien installée et confortable car la tétée peut durer

longtemps, utiliser des coussins si nécessaire.

Bébé est placé face au sein, avec oreille-épaule-hanche alignés.

Présenter le mamelon au niveau du nez, de la lèvre supérieure du bébé, pour qu'il puisse attraper le mamelon et l'aréole avec une grande bouche et les lèvres ouvertes.

Importance que bébé prenne bien le mamelon et l'aréole, autrement il risque de pincer le sein de sa mère et de ne pas recevoir assez de lait maternel.

L'allaitement doit être confortable ! Si c'est douloureux, c'est que la position ou la prise du sein n'est pas bonne.

Bienfaits de l'allaitement pour bébé :

Meilleure santé en général.

Moins de problèmes respiratoires (pneumonies, bronchiolites, otites...)

Meilleure digestion, moins de gastro-entérites.

Diminue le risque de mort subite du nourrisson.

Meilleure immunité.

Moins d'obésité, de diabète à long terme et moins d'allergies.

Bienfaits de l'allaitement pour maman :

Aide à perdre les kilos de la grossesse.

Aide à diminuer pertes de sang et à faire l'utérus reprendre sa place dans le bas ventre.

Diminue les risques de cancer du sein et des ovaires.

Meilleur attachement à son bébé.

Diminue la dépression postnatale.

3. Le massage de bébé

<https://www.journaldesfemmes.fr/maman/guide-bebe/1436177-massage-bebe>

4. Les méfaits de secouer bébé

Le syndrome du bébé secoué (SBS) se produit lorsqu'un adulte, souvent en jouant avec son bébé ou avec son enfant de 2-3 ans, secoue violemment l'enfant en le tenant par le tronc, les épaules ou les extrémités. Lorsqu'un bébé est secoué, sa tête est projetée dans tous les sens. En effet, la tête d'un bébé est proportionnellement beaucoup plus lourde que celle d'un adulte, alors que les muscles de son cou sont plus faibles.

Le cerveau du bébé est mou et fragile. Les secousses sont donc dangereuses, car elles peuvent le faire enfler et saigner. Les bébés qui ont été secoués présentent des lésions au cerveau telles que des saignements à l'intérieur du crâne et des yeux. Ces lésions sont parfois accompagnées d'ecchymoses et de fractures du crâne, des côtes et de l'extrémité des os longs.

Ces blessures résultent toujours de gestes ou de mouvements violents de secousses, parfois de façon répétée. Elles ne peuvent pas être attribuées à une chute, mais être provoquées par un simple jeu des parents qui ne réalisent pas qu'ils sont en train de blesser leur enfant.

Reconnaitre les symptômes

Les symptômes des bébés secoués : vomissements, difficulté à respirer, irritabilité, convulsions, perte de conscience.

Voir sur internet : Le syndrome du bébé secoué - naitreetgrandir.com

<https://naitreetgrandir.com/fr/sante/naitre>

Un important message à transmettre dès que possible à tous les Mauriciens : les dangers de la prise d'alcool pendant la grossesse et les blessures occasionnées par les bébés secoués.

Notre unique histoire d'amour

Quand nous sommes-nous rencontrés pour la première fois ?

Mon cœur a commencé à reconnaître celui qu'il attendait

Ton cœur, dans la confiance, a commencé à se livrer...

Chacune de nos rencontres invitait à mieux vouloir s'ancrer dans la durée.

Nos regards qui ne se quittaient plus. Nos mains constamment nouées.

Souvenirs, souvenirs de nos bras qui s'enlacent...

Pour se toucher, se goûter, se humer.

Fiançailles : *cet unique interlude qui se conjugue sur de multiples notes.*

Il invente des poèmes, emprunte des chansons, s'illustre par des présents...

Se découvrent enfin des étreintes où l'on s'accroche de plus en plus fortement.

Nos deux familles se rencontrent

Pour se connaître et décider ensemble

Comment leurs enfants vont célébrer leur mariage

Fusion : *Tu me prends pour épouse et je me donne à toi :*

Nos alliances encerclent notre entité de couple.

À chaque couple, une intimité pour arpenter les avenues de l'amour conjugal.

Passion, délicatesse, force et tendresse. Fusion des corps qui s'apprivoisent.

Quête d'une harmonie charnelle dans la communion des plaisirs partagés.

À chaque jour, ses clins de cœur pour habiller l'amour de fantaisies.

Communion : *La rencontre sexuelle scelle la communion de nos corps*

Parce que l'amour se conjugue dans la trilogie du désir, du don et du plaisir.

C'est dans ce don des corps que se transmet la vie,

Que s'alimente l'amour, que se refusent les infidélités.

Toi et moi unis pour la vie dans une unique aventure.

La merveilleuse aventure d'un couple qui s'aime encore mieux au fil des ans.

Chapitre 8

Réduire le taux de grossesses précoces

Les détails suivants concernant les grossesses précoces ont été fournis en juin 2023 au Parlement.

2019 : 300 cas

2020 : 244 cas

2021 : 238 cas

2022 : 172 cas

Le nombre de Drop-Outs dans l'éducation pour grossesses précoces a enregistré la tendance inverse soit, passant de 6 en 2019 à 12 en 2022.

Le tableau révèle qu'un certain nombre de grossesses commence avant l'âge de 14 ans mais la majorité des cas intervient chez les 16 à 17 ans alors que l'âge légal du mariage est à 18 ans dans notre république. Tous les hommes qui ont mis ces filles enceintes sont coupables devant la loi si ces filles révèlent leur identité à la police. Heureusement qu'il y a des ONG qui encadrent ces filles pendant leur grossesse.

Trois associations mauriciennes ont pour but de promouvoir les valeurs familiales. Au départ, il s'agissait surtout de réduire le taux de natalité dans le pays en vue de consolider les valeurs familiales et permettre aux parents de bien éduquer leurs enfants.

L'Action Familiale, fondée en 1963 et le **Family Planning** ont eu un bilan positif pour encadrer les parents et leur apprendre à avoir le nombre d'enfants qu'ils souhaitent.

Le Mouvement d'Aide à la Maternité -MAM- fondée en 1998 a pour but d'accompagner les jeunes filles qui se retrouvent enceintes, leur expliquer le silencieux développement de leur bébé qui se construit et les aider à devenir des mamans responsables. MAM regroupe des bénévoles, dont quelques sage-femmes, ayant pour mission d'accompagner les futures mamans pour les aider à vivre au mieux leur grossesse. Grâce à MAM, des centaines de jeunes futures mamans apprennent à se responsabiliser et à accueillir leur bébé dans les meilleures conditions possibles.

Aux femmes de promouvoir plus d'amour dans le pays

Si la consigne « *Ce que femme veut, Dieu le veut* » s'avère vrai, que les Mauriciennes de tous les groupes sociaux et de toutes les religions s'activent pour promouvoir plus d'amour dans nos familles et dans toute notre société. Que cela devienne un défi à relever et une urgente priorité. En 2016, le *Women Directors Forum* a été créé pour inclure des femmes dans le comité de direction des entreprises. La *Women Leadership Academy* a déjà formé 139 femmes leaders prêtes à apporter leur collaboration aux conseils d'administration. Plus de femmes au sein des conseils d'administration renforcent la gouvernance, stimule l'innovation et améliore les performances globales des entreprises qui veulent travailler sur les critères environnementaux sociaux et de gouvernance.

- Plus de femmes compétentes se proposent de faire de la politique active.
- Que les femmes députées qui siègent au Parlement s'activent à travailler une loi qui facilitera l'adoption des enfants dans notre République
- Parmi les cinq maires nommés lors du report des élections municipales fin mai 2023, se trouvent deux femmes pour les villes de Port-Louis et de Rose-Hill et trois adjointes au maire. Qu'elles promeuvent des activités qui invitent à mieux encadrer les enfants.
- **Un Festival *Fam Océan Indien*** créé par les femmes a réuni en 2023 des femmes de La Réunion, de Rodrigues, des Seychelles et de Madagascar. Ont été mis sous les projecteurs différents thèmes concernant directement la femme : artisanat, fitness, bien-être, prêt-à-porter. Il y a eu plus de 15 artistes sur scène pour des chants, danses, karaoké et pour évoquer les réalités de vie des femmes.

Chapitre 9

Nos religions nous parlent d'amour

La définition de l'amour dans la religion chrétienne

Evangile selon saint Matthieu 5, 43-48

En ce temps-là, Jésus disait à ses disciples : " Vous avez appris qu'il a été dit : Tu aimeras ton prochain et tu haïras ton ennemi." Eh bien ! moi, je vous dis : Aimez vos ennemis, et priez pour ceux qui vous persécutent, afin d'être vraiment les fils de votre Père qui est aux cieux ; car il fait lever son soleil sur les méchants et sur les bons, il fait tomber la pluie sur les justes et les injustes. En effet, si vous aimez ceux qui vous aiment, quelle récompense méritez-vous ? Les païens eux-mêmes n'en font-ils pas autant ? Vous donc, vous serez parfaits comme votre Père céleste est parfait. »

Lettre aux Corinthiens : 13, 4-8

« L'amour prend patience ; l'amour rend service ; l'amour ne jalouse pas ; il ne se vante pas, ne se gonfle pas d'orgueil, il ne fait rien d'inconvenant ; il ne cherche pas son intérêt ; il ne s'empporte pas ; il n'entretient pas de rancune ; il ne se réjouit pas de ce qui est injuste, mais il trouve sa joie dans ce qui est vrai ; il supporte tout, il fait confiance en tout, il espère tout, il endure tout. L'amour ne passera jamais. »

Lettre aux Ephésiens : Hommes, aimez vos femmes

« Hommes, aimez vos femmes, comme le Christ a aimé l'Eglise : il s'est donné pour elle, afin de la sanctifier, en la purifiant dans le bain de l'eau avec une parole, afin de se présenter à lui-même l'Eglise dans la gloire, sans tache ni ride ni rien de tel, mais pour qu'elle soit sainte et immaculée. C'est ainsi que les hommes doivent aimer leurs femmes comme leur propre corps. Celui qui aime sa femme s'aime soi-même. Car personne n'a jamais haï sa propre chair, mais on la nourrit et on en prend soin, comme le Christ le fait avec son Eglise, car nous sommes tous les membres de son Corps. C'est pourquoi l'homme quittera son père et sa mère, et il s'attachera à sa femme, et ils deviendront les deux une seule chair.

La Femme Forte

« Une femme forte qui la trouvera ?

- « Loin au-dessus des perles s'élèvent son prix.

« En elle se confie le cœur de son mari,

-le profit ne lui fera pas défaut.

« Elle lui apporte bien être, et non du mal,

- tous les jours de sa vie...

Elle constate l'utilité de son labeur,

- sa lampe ne s'éteint pas la nuit. »

Force et dignité la revêtent,

- Elle se rit du jour à venir.

« Elle ouvre la bouche avec sagesse,

- et la bonne parole est sur sa langue.

« Ses filles s'élèvent pour la proclamer bienheureuse,

- son mari pour faire son éloge... Livre des Proverbes

Une prière à réciter en famille

Je vous salue Marie et Joseph, tous deux pleins de grâces.

Le Seigneur est avec vous. Vous êtes bénis entre tous les humains et Jésus votre enfant est béni.

Sainte Marie et Saint Joseph, priez pour nous, pauvres pécheurs, maintenant et à l'heure de notre mort.

La définition de l'amour selon l'Hindouisme

Les origines du concept d'amour dans l'hindouisme remontent à des textes anciens tels que les Vedas et les *Upanishads*, qui décrivent l'amour comme une force fondamentale qui imprègne l'existence et relie tous les êtres. Le mouvement Bhakti de l'Inde médiévale a joué un rôle significatif dans la formation de la compréhension de l'amour dans l'hindouisme, en mettant l'accent sur la dévotion personnelle et l'amour envers le divin. Des épopées comme le *Ramayana* et le *Mahabharata*, ainsi que des textes philosophiques comme la *Bhagavad-Gita*, ont contribué au développement du concept d'amour. Un aspect fondamental de l'amour dans l'hindouisme est le concept de Bhakti, qui met l'accent sur l'amour inconditionnel et la dévotion envers le divin. La Bhakti implique de développer une relation personnelle avec une divinité choisie ou l'Être suprême et d'exprimer l'amour par des prières, des rituels et des actes de service.

Les saints du Bhakti comme *Surdas*, *Tulsidas*, *Kabirdas*, etc avaient une compréhension profonde de l'amour, mettant en avant son pouvoir transformateur et son rôle central dans le chemin de la réalisation spirituelle. Ils prônaient un amour et une dévotion inconditionnels envers le divin, transcendant les barrières et les rituels.

L'amour dans l'hindouisme va au-delà du domaine personnel pour englober l'amour désintéressé et la compassion (*Karuna*) envers tous les êtres vivants. Il est considéré comme l'expression de notre véritable nature, permettant aux individus de transcender leur ego et d'éprouver un sentiment d'unité avec le monde. Le principe de Ahimsa (non-violence) est enraciné dans cet amour et ce respect envers toutes les formes de vie.

L'hindouisme promeut l'idée d'un amour universel (*Maitri*) et d'une interconnexion. L'amour est considéré comme une force unificatrice qui transcende les frontières de caste, de croyance, de genre et de nationalité. Le principe de "*Vasudhaiva Kutumbakam*" (le monde est une seule famille) reflète la croyance selon laquelle tous les êtres sont

interconnectés et que l'amour devrait s'étendre à tous sans discrimination.

De plus, certaines traditions hindoues, en particulier celles influencées par la philosophie de l'Advaita Vedanta, perçoivent l'amour comme un moyen d'atteindre l'union spirituelle et de réaliser l'ultime réalité de l'unité. L'amour est considéré comme un chemin pour transcender les dualités et expérimenter l'unité du soi individuel (Atman) avec la conscience cosmique (Brahman)

L'amour romantique et les relations ont également une importance dans l'hindouisme. Les anciens textes hindous, tels que le Ramayana et le *Mahabharata*, décrivent les complexités de l'amour, du mariage et des défis auxquels sont confrontés les couples. L'amour dans un contexte romantique est considéré comme une occasion de joie, de croissance et de compagnonnage tout en maintenant des valeurs morales et éthiques.

De plus, l'hindouisme reconnaît la beauté profonde de l'amour romantique à travers le concept de "*prema*" ou amour divin. Cet amour divin dépasse le plan physique et transcende les frontières, mettant l'accent sur la connexion spirituelle entre deux âmes. Il encourage les individus à percevoir la présence divine en leur bien-aimé(e), favorisant ainsi une compréhension plus profonde de l'amour en tant que force transformative et élévatrice. Des saints tels que *Surdas* ont décrit diverses façons d'approcher la divinité à travers une émotion (*bhava*), en commençant par *Dasya* (servitude), *Sakhya* (amitié), *madhurya* (romantique) et *kanta* (conjugale), où l'acte de dévotion est teinté par la relation décrite. L'objet de dévotion peut ainsi être considéré comme le maître, l'ami, l'amoureux et l'époux du dévot. Il peut même être vu comme un enfant, où le dévot exprime un amour maternel ou paternel (*vatsalya*).

Texte écrit par DABEE Kamal

La définition de l'amour selon l'Islam

En Islam, le concept de l'amour est l'un des concepts les plus importants. Ce fait se manifeste dans la philosophie, la théologie, le mysticisme et l'éthique islamiques et joue un rôle crucial. Dans la relation entre Dieu, l'univers et l'humanité en particulier, l'amour a la place la plus significative. L'amour est si central dans l'Islam qu'il est considéré comme « *le soutien le plus ferme de la foi* » et que « *la foi n'est rien d'autre que l'amour pour Dieu ...* ». Dieu a créé le monde par amour. Par conséquent, l'amour est une substance profondément enracinée dans la nature de l'homme et est un instinct naturel.

Amour de Dieu

Sans nul doute, l'amour de Dieu et de Ses Messagers, et la lutte dans Sa voie sont préférés, aux yeux des hommes pieux, au-dessus de tous les autres types d'amour. Certes, le croyant, s'incline de plus en plus à l'amour de Dieu, car il sait que Dieu est le Très Exalté, le Tout-Puissant et le Très Parfait.

L'amour pour l'humanité

L'amour humain fondé sur l'amour divin fait des merveilles, établit l'édifice de la gloire et de la dignité. Cela incite également l'humanité à réaliser ses objectifs, c'est-à-dire établir la civilisation et glorifier Dieu. Ainsi, nous pouvons dire que sans amour, il n'y aurait pas d'activité, de créativité, de modernisation ou d'urbanisation.

L'autre type est l'amour de la famille et des parents

Sans amour mutuel entre les époux, il n'y a pas de famille, pas de progéniture, pas de soins et pas d'éducation. Cet amour est un sentiment du cœur et provient de sentiments psychologiques provenant d'un homme dont le cœur est lié à un autre, par exemple la relation avec la famille, la parenté, les amis et la religion. L'affection, la miséricorde, la loyauté et la sympathie renforcent cette relation. Grâce à ce type d'amour, les croyants arrivent à s'aimer - les parents aiment

leurs enfants et vice versa, un mari aime sa femme et vice versa, une personne aime ses proches et vice versa, les amis s'aiment... etc. Ainsi, l'amour est nécessaire pour réaliser les intérêts des individus et des sociétés.

Il n'est pas surprenant de constater que les enseignements islamiques renforcent l'amour des parents pour leurs enfants et l'humanité en général. Elle renforce les liens familiaux, unifie la société, établit l'affinité entre les peuples, la sécurité, la stabilité, la paix entre les nations, la miséricorde et l'affection dans le monde entier.

L'amour pour toutes les créations

Toutes les créations - la flore et la faune - ont été créées au service de l'être humain. Tout est là pour qu'il en tire des leçons. C'est pourquoi il est du devoir de la conscience de l'être humain de traiter toutes les créatures avec amour.

Le Saint Coran déclare : « *Et Il a rendu tout dans les cieux et tout ce qui est sur la terre soumis à vous. Tout vient de Lui. Il y a certainement des signes là-dedans pour les gens qui réfléchissent.* » 45 :13

L'Islam appelle toutes les personnes, à se remplir d'admiration et de gratitude envers Dieu pour le don de la création et à faire preuve d'une réelle maîtrise dans l'utilisation du pouvoir que Dieu donne à l'humanité, afin que nous puissions protéger correctement et humblement la création de Dieu.

Texte écrit par Bashir Nuckchady

La définition de l'amour selon les Bahá'ís

Il y a quatre sortes d'amour. Le premier est celui qui vient de Dieu vers l'homme ; il est fait d'ineffables grâces, d'effusions divines et d'illuminations célestes. C'est par lui, que le monde créé reçoit la vie. Par lui l'homme fut doté de l'existence physique, jusqu'au jour où, par le souffle de l'Esprit-Saint - qui est cet amour lui-même - il reçut la vie éternelle et devint l'image du Dieu vivant. Cet amour est à la base de tout amour existant dans la création.

Le second est l'amour qui va de l'homme à Dieu. C'est la Foi, l'attrait vers le Divin, le progrès et l'amélioration. Par lui l'homme reçoit les bienfaits de Dieu et les rayons de clarté du Royaume. Cet amour est à l'origine de toute philanthropie, c'est lui qui permet au cœur de l'homme de refléter les rayons de lumière du Soleil de Réalité.

Le troisième est l'amour de Dieu pour Lui-même ou l'Identité de Dieu, c'est la transfiguration de Sa Beauté, le reflet de Lui-même dans le miroir de Sa création. Telle est la réalité de l'Amour, l'Antique Amour, l'Amour Éternel. C'est par un de ses rayons que tout autre amour existe.

Le quatrième est l'amour de l'être humain pour un autre être humain. L'amour entre les croyants est inspiré par l'unité d'idéal spirituel, cet amour dépend de la connaissance de Dieu, car on peut voir aussi l'amour divin s'y réfléchir dans les cœurs. L'un voit la Beauté de Dieu se refléter dans l'âme de l'autre, et, se rencontrant sur ce terrain de similitude, ils sont attirés l'un vers l'autre par la force de l'amour.

Assemblée Spirituelle Nationale des Bahá'ís de Maurice

'Abdu'l-Bahá, cité dans "L'Art divin de vivre", p. 156-157

Conclusion

Qu'en est-il de l'amour dans tous ces défis à relever dans les décennies à venir ?

Sans amour pas de paix dans son cœur.

Sans amour pas de paix dans sa famille.

Sans amour pas de paix dans son milieu de travail.

Sans amour pas de paix dans ses activités de loisirs.

Sans amour pas de paix dans la région où l'on réside.

Plus d'amour, le visage est beau parce que plus paisible.

Plus d'amour, moins de violence dans nos familles.

Plus d'amour, moins de violence parmi nos jeunes.

Plus d'amour, moins de violence sur les routes.

Plus d'amour, moins de violence dans le pays.

Que tous - en famille, entre jeunes, avec les voisins, entre collègues de travail, lors des rencontres sociales et sportives - s'interrogent pour décider comment faire fleurir plus d'amour dans notre République.

Il faut beaucoup d'intériorité pour y parvenir.

Que tous les Mauriciens que nous sommes veuillent bien relever ce défi.

Les premières concernées pour relever ce défi doivent être les femmes. Dans notre maison et au travail, vivons et semons, au jour le jour, plus de bonheur.

Aimons l'Amour

*La personne humaine est créée par amour et pour aimer
Avec le don de la vie que nous recevons,
Une faim d'amour nous accompagne au jour le jour.
Ce besoin d'aimer et d'être aimé est en nous une soif permanente.
Ce trésor de l'amour est notre force, notre raison d'exister.*

*Grâce à l'amour, un univers d'attentes et de rêves s'ouvre à nous.
Nous voici habillés de toute une palette d'émotions et de sensations.
Nous sommes en communion avec nous-mêmes afin de mieux accueillir l'autre.
En amour, on n'est jamais seul : c'est l'autre qui occupe le premier plan.
Nous voici devenus une trinité de communion : moi, toi, nous.*

*Parce que l'amour est notre trésor le plus précieux,
Il se trouve le plus exposé aux assauts de ce qui ternit notre vie.
Égoïsme, jalousie...les ennemis de l'amour nous attendent à chaque tournant.
La haine, s'alimentant des miettes d'amour meurtri, est aux aguets.
Elle se rassasie des amours éventrées qu'on n'a pas su entretenir.*

*Toutes nos amours sont exposées aux vents contraires qui peuvent les flétrir :
Les amours de l'enfance peuvent être mutilées par l'ambiance familiale.
Les amours des adolescents leurrés par la permissivité ambiante.
Les amours exclusives deviennent des prisons si elles sont trop captatives.
Les amours des parents peuvent passer à côté de l'attente de leurs enfants.
Les amours des adultes se dessèchent s'ils ne font pas l'effort de se renouveler.*

*Les racines de l'amour ont besoin de soins constants :
Les nourrir au jour le jour comme on le fait de son bien le plus précieux.
Leur enlever les mauvaises herbes de la routine et de la colère.
Les enrichir de pudeur pour mieux les dévoiler dans l'intimité.
Les élaguer afin que les entailles à vif les purifient de blessures qui alourdissent
Les multiplier afin que chaque âge invente de nouvelles façons d'aimer.*

*Soyons des sentinelles. Montons constamment la garde.
Seul l'amour donne sens et prix à notre vie.
Choisissons de nous abreuver à la fontaine d'amour.
Faisons place à Dieu qui sait que l'amour a un prix qui passe par la croix.
Dieu peut faire grandir le soleil d'amour dans notre vie.
Dieu est celui qui nous a appelés à l'amour en nous appelant à la vie.*

Vidéos et livres recommandés

1. La vidéo "L'Odyssée de la vie" permet d'avoir de bonnes images du développement du bébé.

Vous pouvez y accéder à ce lien-ci :

<https://www.youtube.com/watch?v=kVPPLk6951g> [bing.com/vidéos](https://www.bing.com/vidéos)

2. Développement du bébé pendant 9 mois

<https://www.1000-premiers-jours.fr/fr>

3. Les méfaits (a) de l'alcool (b) du tabac

<https://naitreetgrandir.com/fr/grossesse/sante...>

Alcoolisation fœtale sur YouTube : <https://youtu.be/7wqtM5RKZqk>

Vivre avec le syndrome d'alcoolisation fœtale sur YouTube :

<https://youtu.be/zyRPc1yHZRc>

Voir site tabac et femme enceinte

4. L'allaitement : Vidéo préparée par Céline Chômé

5. Le massage de bébé

<https://www.journaldesfemmes.fr/maman/guide-bebe/1436177-massage-bebe>

6 Les méfaits de secouer bébé Le syndrome du bébé secoué - naitreetgrandir.com

<https://naitreetgrandir.com/fr/sante/naitre..>

7. Livres de Monique Dinan

- *Enceinte je sème du sacré pendant les 9 mois où mon enfant se construit.*
- *Sexe source d'amour et de vie*

Sommaire

Faire flamber l'AMOUR

dans notre République de Maurice

Avant-propos : Travaillons pour que l'amour fleurisse au maximum dans notre République.	p. 3
Chapitre 1 : Aux femmes de sauvegarder l'amour conjugal.	p. 7
Chapitre 2 : Message important aux adolescents.	p. 9
Chapitre 3 : Plus d'amour pour le travail social.	p.11
Chapitre 4 : On se met en couples de plus en plus jeune.	p.13
Chapitre 5 : Divorces : L'amour ne rime plus avec toujours.	p.17
Chapitre 6 : L'après-mariage : un amour plus solide.	p.21
Chapitre 7 : Donnons plus de bébés à notre République	p.25
Chapitre 8 : Réduire le taux de grossesses précoces.	p.35
Chapitre 9 : Nos religions nous parlent d'amour	P.37
Chapitre 11 : Conclusion	P.44

En 1997, lors du 150^{ème} anniversaire du Diocèse de Port-Louis, Monique Dinan a reçu la décoration papale "Chevalier de l'Ordre de St Grégoire le Grand". Mgr. Maurice Piat a expliqué le travail qui a motivé cette décoration: «elle a été rédactrice en-chef de *La Vie Catholique* pendant plus de 20 ans. Elle s'est engagé dans d'autres domaines de la vie de l'Eglise aux côtés de son époux Pierre... Elle a fondé le "Mouvement d'Aide à la Maternité" - MAM - pour aider les jeunes mères célibataires à respecter la vie. Elle a été le moteur de *La Commission Diocésaine pour le Tourisme* et l'inspiratrice d'un code d'éthique pour le tourisme.»



Monique et Pierre riches de l'amour vécu au fil des ans

Livres de Monique Dinan

- 2021 : Abécédaire de l'Amour
- 2018 : Présence de la Vierge Marie dans notre République de Maurice
- 2017 : Sexe : source d'amour et de vie
L'île Maurice en 1616 : une première messe
- 2015 : Merci Papa
- 2011 : Parent, je parle de sexualité à mon enfant :
Grossesses précoces. Garçons et filles tous deux concernés
- 2014 : Sur les traces du Bienheureux Père Laval :
Les Spiritains en mission à Maurice et à Rodrigues
- 2014 : Notre République de Maurice ... Hier et aujourd'hui.
"Un pays qui continue à se construire"
- 2014 : The Irish presence in Mauritius : centuries of friendly relations
- 2014 : Le RPL de 1981 à 1983 : Revaloriser la politique
- 2013 : Multi-religious Mauritius - across the censuses 1871-2011
- 2012 : Marie Reine de la Paix, Protectrice de l'île Maurice
- 2010 : Les amours d'une vie
- 2006 : Enfant, ado : unique la route de ta vie
- 2004 : Mauritius in the making across the censuses 1846-2000
- 2003 : La Vie dans ses Commencements
- 2000 : La Vie Catholique : Mémoire, Miroir
- 1999 : Oui à la Vie, à l'école de Marie
- 1994 : Femme, Hymne à la Vie
- 1986 : The Mauritian Kaleidoscope - Languages and religions
- 1985 : Une île Éclatée Analyse de l'émigration mauricienne 1960-1982
- 1969 : Thèse de maîtrise à l'Université Laval, Québec en 1969 - *"Les Irlandais dans la ville de Québec"*