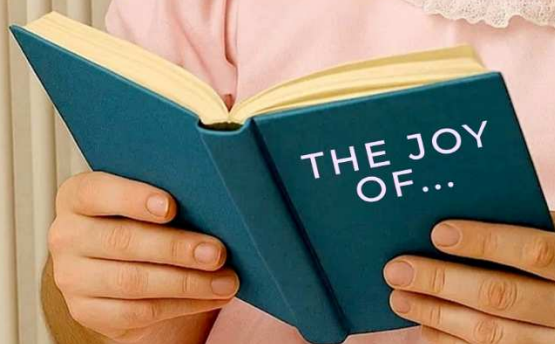


UN LIVRE AB DISCOVERY



LA JOIE DE...

CÉLÉBRER LES MERVEILLES
D'ÊTRE À NOUVEAU UN BÉBÉ

MICHAEL BENT

La joie de...

par
Michael Bent

Première publication en 2025

Copyright © Tous droits réservés.

Aucune partie de cette publication ne peut être reproduite, stockée dans un système de recherche, transmise sous quelque forme que ce soit, par quelque moyen que ce soit, électronique, mécanique, photocopie, enregistrement ou autre, sans l'autorisation écrite préalable de l'éditeur et de l'auteur.

Toute ressemblance avec une personne, vivante ou décédée, ou avec des événements réels est une coïncidence.

La joie de...

Titre : La joie de...

Auteur : Michael Bent

Rédacteurs : Michael Bent, Rosalie Bent

Éditeur : AB Discovery

© 2025

www.abdiscovery.com.au

Contenu

La joie des couches	7
La joie de faire pipi au lit	11
La joie des culottes et des soutiens-gorge : une célébration pour les garçons comme nous	14
La joie des couches lavables et des culottes en plastique.	18
La joie d'abandonner le pot : un retour à la liberté	21
La joie de pleurer : tout laisser sortir, petit	25
La joie de l'allaitement au biberon : être tenu, nourri et aimé à la demande.....	28
La joie de porter des couches épaisses en public	30
La joie de ramper : revenir à qui vous êtes	32
La joie des robes de bébé : douceur, tendresse et la personne que vous êtes vraiment	34
La joie de la lingerie masculine : autonomisation, confort et véritable identité.....	36
La joie et la fierté d' utiliser toujours une tétine.....	38
La joie d'une vraie relation avec un ours en peluche ou une poupée sensible	40
La joie d'une profonde régression et l'adieu doux-amer...	42
La joie du langage bébé : la fierté du babillage et le désir de parler votre plus petite langue	44
Le désir profond de vivre comme un enfant de 12 mois...	46
La joie d'être considéré comme un nourrisson complet — et la joie quand cela se produit.....	48
La joie d'avoir sa propre chambre d'enfant et son propre berceau : un sanctuaire de pouvoir régressé	50
La joie et la validation des couches mouillées et sales :	

	<i>La joie de...</i>	
embrasser le cœur de la petite enfance.....		52
Je ne suis pas censé être formé.....		54
La joie de la validation externe.....		55

La joie des couches

Porter des couches procure une joie discrète et profondément personnelle, souvent inexprimée, dans les murmures et les moments cachés. Mais pour beaucoup, les couches ne sont pas seulement une question de praticité ou de confort. Elles sont une source d'émerveillement, de liberté et de douce vérité sur leur véritable identité.

Être en couches, c'est entrer dans un rythme différent. Plus lent, plus doux. Un monde où l'on accepte son corps sans honte, où l'on peut se laisser aller, littéralement et émotionnellement. C'est un retour à l'innocence, à l'attention inconditionnelle, à la sécurité et à la simplicité. Il y a quelque chose de profondément libérateur à abandonner les pressions du contrôle des adultes et à être simplement tel que l'on est.

C'est l'émerveillement qu'ils donnent.

Les couches sont un portail. Une porte vers un autre soi – le bébé que vous êtes, le soi plus doux, la part de vous qui n'a pas besoin de faire semblant. Ce rembourrage entre vos jambes n'absorbe pas seulement l'urine, il absorbe votre peur, votre tension et votre besoin de toujours être fort. Il devient une douce frontière entre vous et un monde souvent trop exigeant. Dans ce cocon douillet, vous avez le droit de vous interroger à nouveau. Vous avez le droit d'être petit.

C'est la liberté qu'ils apportent.

Étrangement, les couches offrent la liberté, pas l'enfermement. La liberté de se détendre, de ne plus constamment surveiller sa vessie ni la retenir en public, la liberté de vivre sans honte. Pour certains, elles sont aussi la liberté de régresser pleinement, en toute sécurité, vers un état d'esprit qui donne du sens au monde, un monde où les câlins comptent plus que les agendas, où les siestes et les changements de couches remplacent les réunions et les attentes. Et dans cette liberté, certains d'entre nous se surprennent à sourire sans raison, simplement parce qu'ils peuvent enfin respirer.

Ils confirment une identité intérieure.

Pour beaucoup, les couches ne sont pas seulement un outil ou un moyen de rester au sec. Elles sont un symbole, une vérité, quelque chose qui dit : « *Voilà qui je suis* ». Que vous soyez un petit, un bébé, un régresseur, ou simplement quelqu'un qui trouve du réconfort dans un petit rappel de soins... c'est réel. C'est valable et cela mérite d'être honoré. Porter des couches n'est peut-être pas toujours un sujet dont on peut parler à voix haute, mais c'est tout aussi important. Cela fait partie de votre histoire. Cela fait partie de votre guérison, de votre joie, de votre devenir. Cela représente qui vous êtes d'une manière très puissante.

Il y a de la fierté dans le rembourrage personnel.

Oui, tu peux être fier. Vraiment fier. Non pas parce que les autres disent que c'est bien, mais parce que tu dis que ça l'est. Parce que tu as fait le choix courageux d'accepter une part de toi-même que beaucoup cacheraient à jamais. Parce que tu sais que ton confort compte. Que la douceur est une force. Que ta façon d'être en sécurité est sacrée.

À tous ceux qui lisent ceci, sachez ceci : c'est normal d'aimer ses couches. C'est normal d'en ressentir de la joie. C'est normal de s'y retrouver, emmitouflée, enfin soi-même. Elles ont tout leur sens pour vous, et c'est tout ce qui compte vraiment.

There is a quiet, personal joy in wearing nappies.



Not just for comfort, but for what they represent: innocence, safety, and truth.



To wear a nappy is to step into a softer world – where you're allowed to let go, to be cared for, to be little.

They're more than padding. They hold not just your body, but your fears, your tension, your need to be strong. They make space for wonder, and give you freedom to simply be.

Nappies say something real:

This is who I am.

And that's a truth worth honouring.

So yes – you can love your nappies.

You can smile in them. You can be proud.

Because your comfort matters.

And you are allowed to be fully, beautifully you.



La joie de...

La joie de faire pipi au lit

Pour certains, l'énurésie nocturne peut sembler un problème à résoudre. Mais pour d'autres, comme nous, ce n'est pas une erreur. C'est plutôt un message, un réconfort, voire une façon d'être. C'est un retour à quelque chose de tendre et de vrai, une part de nous-mêmes que nous ne voulons plus combattre.

Que vous mouilliez votre lit avec ou sans couches, il peut y avoir de la joie. Une joie discrète. Une joie qui ne demande pas à être comprise de tous, mais seulement à être acceptée par vous.

La merveille de se réveiller mouillé.

Il y a quelque chose d'incroyablement doux, voire magnifique, à se réveiller trempé et en sécurité. Votre corps a fait ce qu'il devait faire naturellement, sans stress, sans honte et peut-être même avec fierté. Et au lieu de punition, il n'y a que de la joie. Il peut y avoir un froissement et un écrasement, ou peut-être la fraîcheur humide d'un drap, le souvenir d'un rêve, la sensation d'être à nouveau petit.

Tu n'avais pas besoin de te retenir. Tu n'avais pas besoin de rester crispé. Tu étais libre la nuit. Et maintenant, tu es libre aussi le matin. Faire pipi au lit te libère.

Le confort des nuits de couche.

Pour beaucoup, les couches la nuit sont un cadeau. Elles permettent de se reposer pleinement et sans souci. Pas de crainte de fuite, ni de honte ni de gêne, juste du rembourrage et de la paix. Qu'elle soit épaisse ou fine, froissée ou en tissu, une couche pour le coucher peut être un symbole d'attention. De l'attention que l'on porte à son bébé. De sa petite taille. D'être pleinement soi-même.

Se réveiller trempé mais bien au chaud n'est pas un échec. C'est une sensation. Un corps entier qui sait que vous pouvez dormir tel que vous êtes.

La tendresse des draps mouillés.

Pour d'autres, le réconfort réside dans le lit lui-même. La chaleur humide, l'impuissance, le retour à la vraie petite enfance. Il y a de la vulnérabilité, certes, mais il y a aussi une vérité – une vérité

La joie de...

profonde. Certains d'entre nous n'ont jamais voulu se réveiller secs. Nous n'avons jamais voulu dépasser ce stade. Et quand le matelas est humide, quand les draps collent, quand on s'y allonge, les membres ensommeillés, on se sent bien. On se sent comme à la maison. On a l'impression que tout cela a toujours été prévu avant que l'apprentissage de la propreté n'impose ses limites indésirables.

Si un soignant retire les draps et vous sourit gentiment, ou si vous le faites vous-même avec fierté, cela devient un rituel, une partie de vous. Ce n'est pas quelque chose dont il faut avoir honte, mais plutôt quelque chose de précieux, voire de fier.

La liberté de lâcher prise.

Faire pipi au lit, c'est lâcher prise, se libérer de la pression, de la peur, du fardeau d'adulte que représente le contrôle de la vessie nocturne – et oui, cela peut être un véritable fardeau. Certains d'entre nous en ont besoin. D'autres en ont envie. Et dans cette libération, nous trouvons quelque chose de beau. Pas de réveil. Pas de précipitation aux toilettes. Juste le calme. La chaleur. L'abandon. Et un repos profond et complet.

Une identité affirmée.

Pour beaucoup, l'énurésie nocturne est plus qu'un simple événement nocturne. Elle fait partie intégrante de notre identité. Elle dit : « Je suis petit. J'ai besoin d'attention. Je n'ai pas besoin d'être grand la nuit. » Et pour certains d'entre nous, c'est là que réside notre vérité : sous les étoiles, sous les couvertures, sous l'humidité. Je fais pipi au lit et je n'ai pas peur de le dire.

Vous pouvez être fier.

Oui, vous pouvez être fier de faire pipi au lit. Non pas parce que c'est pratique ou courant, mais parce que c'est vous. Votre façon de vivre. Votre régression. Votre guérison. Parce que vous vous êtes autorisé à en avoir besoin. À revenir. À laisser votre corps vous guider et à montrer la voie en faisant pipi au lit.

Porter des couches au lit est courageux.

Mouiller les draps et l'admettre est courageux.

Ressentir de la joie dans tout cela est une révolution silencieuse.