



Un seul être vous manque... et si c'était un jumeau ?

« Un embryon sur dix environ a eu un jumeau qui souvent disparaît pendant la grossesse. Pour des milliers de personnes, l'origine méconnue d'un profond sentiment de nostalgie, de mal-être ou de culpabilité » *Le Syndrome du jumeau perdu, Alfred et Bertina Austermann, Éditions Le Souffle d'Or.*

Dans mes consultations, je reçois des bébés et des enfants qui essaient de transmettre des choses à leur entourage via leur attitude. Ces petits ont alors des comportements que j'appelle « d'alarme » ; ils ne dorment pas (ou très peu), pleurent beaucoup (et parfois de manière inexpliquée), refusent de s'alimenter, ne supportent pas la séparation ou ont des maladies à répétition, pour donner quelques exemples. Pour les aider dans ces situations, j'écoute et interroge les parents et puis, j'écoute le bébé pour comprendre ensemble ce qu'il traverse et comment on peut l'aider (**relire l'article « Écouter Bébé et mettre des mots sur les maux », BioInfo décembre/janvier 2019, sur simple demande à Fanny@irismedia.io.**

Et régulièrement, les bébés me parlent d'un bébé jumeau, mort dans l'utérus, à leurs côtés... Théorie farfelue? Elle peut sembler l'être! Pourtant, de nombreux parents me témoignent l'apaisement de la situation d'alarme une fois que le jumeau a été

mis en lumière, reconnu et accueilli. D'autre part, ce phénomène est largement constaté également chez les praticiens en constellations familiales et dans de nombreux autres domaines où l'ouverture au subtil a sa place. Syndrome très méconnu, celui du jumeau perdu mérite vraiment d'être dévoilé au plus grand nombre.

C'est quoi, un jumeau perdu ?

Le jumeau perdu, c'est « simplement » un bébé décédé in utero alors qu'un autre a continué sa croissance. Cela peut être très clairement établi lorsque deux bébés (ou plus) avaient déjà été vus à l'échographie. Cependant, il s'agit très souvent de bébés qui sont morts avant qu'une échographie n'ait pu les apercevoir ; personne alors ne se doute de ce qui s'est joué au creux de l'utérus maternel. Il est loin le temps où l'on pensait qu'un bébé in utero ne percevait rien et n'avait aucune vie émotionnelle...

On sait maintenant que la vie intra-utérine a une grande influence sur toute la vie de l'Être en devenir. Imaginez que vous commencez votre développement «main dans la main» avec un autre Être et que celui-ci meurt en cours de route... Comment vous sentiriez-vous? Que penseriez-vous de vous? De l'autre? Du monde qui vous entoure? Que le jumeau ait été aperçu ou non par l'extérieur, son passage laisse indéniablement des traces chez celui qui reste.

Le «jumeau survivant»

On appelle «jumeau survivant» le bébé qui continue sa croissance sans son jumeau décédé. Cela peut paraître démesuré au niveau de l'importance donnée à cet événement et pourtant, cela parle pleinement du véritable drame vécu par celui qui reste, drame le plus souvent ignoré du reste du monde.

In utero, le jumeau survivant peut avoir toutes sortes de réactions qui vont engendrer des croyances diverses à propos de lui et du monde, et qui vont l'imprégner jusqu'à ce que la lumière soit faite sur son histoire. Chez les tout-petits, le jumeau perdu est assez rapidement décelé lorsqu'on leur donne la parole, leurs émotions sont encore très «pures» et claires; ils y ont un accès direct et sans filtre. Il est souvent assez «facile» d'apaiser ces bébés en les accompagnant dans leur deuil.

Chez les adultes, les événements de la vie sont venus ajouter des couches à leur douleur initiale, le mental a fait son chemin et cela peut rendre le processus plus long. Cependant, les émotions et réactions nées de cette perte précoce sont similaires chez les uns et les autres.

« La vie intra-utérine a une grande influence sur toute la vie de l'Être en devenir »

Il y a autant de façons de vivre la perte que de jumeaux survivants... Le plus souvent, les histoires de jumeau perdu révèlent un mal-être et une grande solitude chez le jumeau survivant, un manque à combler insatiable. De nombreux adultes vont parler de relations amoureuses ou amicales insatisfaisantes, fusionnelles, passionnelles puis brutalement interrompues; plutôt que de chercher un partenaire de vie, ils sont en quête de la fusion avec leur jumeau. D'autres vont parler de culpabilité de vivre (alors que l'autre n'a pas survécu), de peurs de mourir (alors que rien de rationnel n'est en jeu), de honte (de n'avoir pu aider l'autre à vivre), de sentiment d'abandon ou de rejet perpétuel ou d'une tristesse incommensurable qu'ils ne peuvent expliquer.

Si les émotions sont bien présentes au quotidien pour les jumeaux survivants, si elles s'incarnent dans la matière sous forme de rencontres, de comportements, d'événements, d'accidents ou de maladies, le lien au jumeau perdu est le plus souvent inconscient.

Rencontrer, accueillir et faire le deuil de son jumeau

Peut-être avez-vous, vous aussi, eu un jumeau in utero? Pour vous ouvrir pleinement à la vie, il est alors important d'aller à sa rencontre, que sa présence passe de l'inconscient au conscient. Plusieurs types d'accompagnements thérapeutiques peuvent vous y aider: constellations familiales, Watsu, Rebirth, hypnose et visualisations ou encore la kinésiologie.

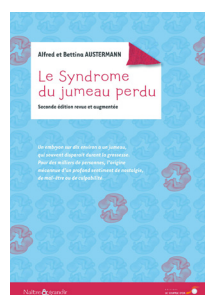
C'est important de trouver une approche qui vous parle et qui va vous permettre de vous reconnecter émotionnellement au vécu intra-utérin. Lorsqu'un jumeau perdu est découvert, il peut être opportun de mettre en place un rituel, un acte symbolique pour honorer le lien, tout en vous libérant l'un de l'autre.

Certains lui donnent un prénom, d'autres achètent un objet qui le symbolise, d'autres encore lui écrivent une lettre ou laissent s'envoler une lanterne en guise de cérémonie d'au revoir... À chacun de trouver ce qui parle à son cœur.

Pour aller plus loin

- *Le Syndrome du jumeau perdu*, Alfred et Bertina Austermann, Éditions Le souffle D'or

- *Un seul être vous manque...: Auriez-vous eu un jumeau?*
Dr Claude Imbert, Éditions Visualisations Holistiques



Marie Fournier

Traductrice de bébé
Ambassadrice MMM

Thérapeute psycho-corporelle et énergétique
0479 70 23 15
www.naitre-parents.be