

FLORENT DECHOZ

ET SI VOUS ÉTIEZ
UN JUMEAU NÉ SEUL ?

Deux cœurs pour une vie
Souffrance et guérison par la voie chamanique



Éditions
Quintessence

Introduction

« La civilisation commencera le jour où le souci du bien-être du nouveau-né l'emportera sur tous les autres. »

Wilhelm REICH

Cet ouvrage ouvre une porte sur un sujet de recherche mis au jour récemment. La première publication sur la perte gémellaire intra-utérine date de 1980, et finalement peu de chercheurs se sont penchés en profondeur sur les conséquences réelles et profondes pour les survivants de ce traumatisme précoce de la vie.

À ce jour nous savons qu'entre 15 % et 40 % des grossesses sont gémellaires, et que seulement une grossesse sur cent aboutira à la naissance de jumeaux. Les autres naissances donneront jour à un seul bébé portant au cœur de ses cellules une empreinte de blessure indélébile et décisive pour le reste de sa vie.

Autant dire que les thérapies intra-utérines n'en sont qu'à leurs balbutiements. La psychanalyse et les différents courants de psychothérapie sont souvent bien impuissants à offrir des pistes de soins efficaces pour amoindrir la souffrance profonde du jumeau survivant tant la racine est lointaine dans son champ mémoriel.

L'approche quantique des soins ouvre depuis quelques années des pistes de recherche passionnantes, néanmoins, un regard spirituel sur ce traumatisme révèle des clés de soins et de libération exceptionnelles.

Dans mon cheminement de chercheur en souffrance, c'est le chamanisme qui a su déboucher un horizon qui restait terne malgré un travail thérapeutique profond et engagé.

Ce livre offre le fruit de mon chemin personnel à travers une lenteur de progression qui m'a permis de mettre au point, ces dernières années, un canevas de voyages chamaniques.

Ces soins donnent un accès progressif à la guérison pour les personnes en détresse qui trouvent alors un apaisement et un nouvel éclairage sur des états ayant laissé perplexe bien des thérapeutes.

Sans donner *la* solution miracle, je propose des repères qui vont libérer des potentiels pour oser découvrir qui se cache timidement derrière ce traumatisme aux racines invisibles.

J'aime utiliser l'image du *mode d'emploi* unique que les jumeaux nés seuls doivent apprendre à lire et à utiliser, afin de pouvoir révéler au monde extérieur, mais aussi à eux-mêmes, leur véritable nature d'Être spirituel, pleinement incarné. Si cette dimension concerne chaque humain, chez les jumeaux survivants il y a une forme d'urgence intérieure due au spectre mortifiant qui les laisse sidérés dans un état de non-vie.

Après quelques rappels anatomiques, je dresse une liste non exhaustive des troubles qui peuvent être les conséquences directes de la perte gémellaire intra-utérine (PGIU). La plus grande difficulté de cette lecture vient du fait que tous ces troubles correspondent à des grilles d'accompagnement et d'interprétation déjà existantes. Si je devais donner un exemple interpellant pour le monde psy, je dirais qu'à travers le prisme de cette PGIU, notre cher Carl Gustave Jung présente à mon sens tous les traits d'un jumeau né seul. Je n'ai pas assez étudié la vie de Sigmund Freud pour tenir le même propos sur lui. Si vous n'avez pas encore refermé ce livre à l'évocation que je viens de donner pour C.G. Jung c'est que quelque chose a suffisamment éveillé votre curiosité pour aller plus loin dans ce livre. Il faut à cet endroit faire preuve de discernement et de courage pour s'écarter d'un standard collectivement reconnu et proposer d'autres voies de recherche et de réflexion.

Mon côté très pragmatique se penche sur les résultats positifs que décrivent dans leur quotidien les individus qui ont pu suivre ces processus chamaniques de transformation. Même si trois jours de transmissions sont peu de chose au vu de difficultés quotidiennes, une étape décisive peut être vécue au cours de cette initiation. Évidemment le chemin est long, tout le monde ne part pas du même endroit d'évolution intérieure et chacun réalise du mieux qu'il peut sa quête de sens pour sa vie.

La force qui anime les jumeaux survivants vient souvent d'une grande compétence naturelle liée aux mondes invisibles. Ces autres mondes sont bien connus des traditions chamaniques et l'Européen de base n'est pas si démuné pour explorer et savoir utiliser les énergies de guérison. De manière très simple il est possible de trouver des ressources de soins spirituels dans ces espaces sacrés, en dehors de toute Église, de toute pensée dogmatique.

Seule l'expérience individuelle laisse la liberté de découvrir et de s'approprier ou non des potentiels puissants de soins.

Je mets ici à votre disposition les chemins d'accès qui m'ont permis de trouver une voie de pacification intérieure et l'audace de révéler une voie spirituelle qui aujourd'hui enchante chacun des pas de ma vie.

L'étude de la caractérologie de Wilhelm REICH propose une grille très judicieuse à la thématique gémellaire. Je développe particulièrement la blessure schizoïde dont souffrent particulièrement les jumeaux nés seuls. Les impacts sur les centres de forces que sont les chakras et sur les champs énergétiques ne manqueront pas d'éclairer plus avant les interactions et les conséquences d'une PGIU.

La question de la relation de couple reste un thème très délicat pour tout un chacun, mais devient vite infernale pour les jumeaux nés seuls qui rêvent souvent d'une vie idéalisée avec un autre, qui devra être au moins « parfait ». Les déceptions au fil des années peuvent créer un vide amoureux où la résignation d'être seul laisse finalement plus de place aux amis qu'à l'amour dans un couple engagé et heureux. Là aussi, sans donner de solutions miracles, je propose une grille d'exploration qui apportera sans doute plus de discernement pour la découverte de vos besoins réels en matière relationnelle.

J'évoquerai quelques pistes de recherche afin d'aider nos enfants d'aujourd'hui (qui peuvent être des jumeaux nés seuls !) à devenir des adultes libres et épanouis demain, des adultes qui oseront assumer leurs responsabilités avec courage et bienveillance pour eux-mêmes et pour chacun.

Je vous souhaite de belles découvertes sur vous-même si vous êtes un jumeau né seul, et sur des compétences surprenantes à révéler dans cette vie. Puisse votre sensibilité nourrir de conscience notre monde en mutation.

Science et mythologie



La science confirme l'intuition des mythologies

Les jumeaux ont fasciné les humains depuis la nuit des temps. Nombreuses sont les histoires de par le monde à conter les aventures de jumeaux. Nombreuses sont les mythologies qui évoquent plus ou moins directement le registre gémellaire.

Nous verrons qu'à travers le thème des jumeaux, nous retrouvons également la problématique de la perte gémellaire intra-utérine. L'inconscient collectif a su, au cours des millénaires, sentir que quelque chose de très puissant et de très délicat, touchant aux enjeux de vie et de mort, pouvait se jouer durant la grossesse.

Il faudra attendre l'arrivée des premières échographies et leur utilisation durant les grossesses pour que soit enfin révélée une partie du drame qui parfois se déroule dès les premières semaines après la fécondation. Ce n'est qu'en 1981 que sera exposé, en congrès médical, le premier cas d'une grossesse gémellaire, avec décès de l'un des deux fœtus. À partir de ce moment, quelques scientifiques poursuivent les recherches. En 1990 est publiée l'étude du Professeur Charles E. Bocklage, de l'Université de Médecine en Caroline de l'Est, qui démontre qu'entre 12 et 15 % des grossesses (minimum) sont gémellaires... un pavé dans la mare qui ne fait que s'amplifier quelques décennies plus tard !

En France, où les échographies d'accompagnement de grossesse sont quasiment systématiques, l'information donnée aux parents se révèle souvent totalement incomplète. Par exemple, à quoi bon signaler aux parents qu'une grossesse a été gémellaire lorsqu'un fœtus, lors de la première échographie, se porte bien et qu'il ne reste qu'une trace plus petite d'un jumeau décédé à ses côtés ?

Cette information pourrait inquiéter les parents à juste titre. Par contre, lorsque le bébé qui vient de naître présente très tôt des « particularités » émotionnelles, le lien avec une perte gémellaire intra-utérine n'est pas immédiatement établi. Au fil des mois et des années, bien des choses pourraient être accueillies et prises en compte de façon spécifique.

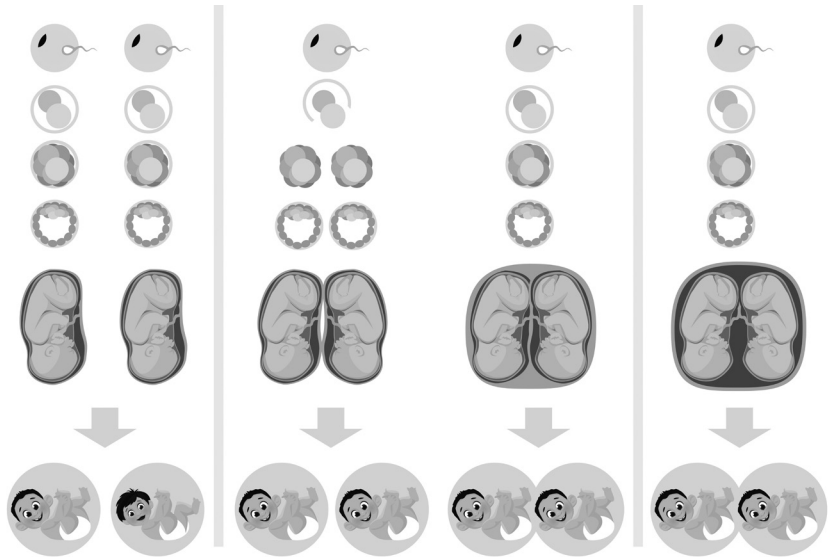
Un autre aspect qui n'a pas pu être encore étudié directement par la science – mais qui est rapporté par les thérapeutes qui accompagnent les personnes survivantes d'une perte gémellaire – consiste à observer des lignages sur une même famille de jumeaux nés seuls.

Les symptômes et signaux de vie sont si nombreux qu'il est vraiment possible de parler de souffrances transgénérationnelles en lien avec ce syndrome. Aujourd'hui, je constate que, lorsqu'une mère me parle de l'un de ses enfants souffrant du syndrome du jumeau né seul, celle-ci est le plus souvent elle-même concernée directement par cette particularité. Nous verrons comment tirer avantage de cette caractéristique dans l'accompagnement de son enfant. Elle-même ayant dû s'y adapter, a su mettre en place des stratégies de survie et des modes relationnels pour continuer à grandir dans un monde que son système nerveux hyper-sensible interprète souvent comme menaçant. Les parents comprennent très vite ce qui « agite » intérieurement leur enfant et peuvent ainsi le sécuriser au plus près de ses besoins spécifiques, y compris en sortant des rails d'un standard éducatif. Dans le cas présent, seuls l'amour, la bienveillance et la capacité à s'adapter sont les clés d'un certain succès relationnel avec son enfant.

Le monde médical est tendu aujourd'hui entre les deux contraintes que sont l'accompagnement de parents souvent très anxieux à la découverte d'une grossesse et le devoir d'information qui leur incombe.



Les différents types de gémellités



Premier cas : Les jumeaux sont dizygotes, il s'agit des deux tiers des grossesses gémellaires.

Ils ont des spermatozoïdes et des ovules différents, ce sont des « faux jumeaux ».

Il y aura donc deux placentas (bichoriaux), et deux poches amniotiques (biamniotiques).

Deuxième cas : Les jumeaux sont monozygotes, un tiers des grossesses gémellaires.

Ce sont des vrais jumeaux.

Mais plusieurs configurations intra-utérines sont possibles :

- Deux placentas (bichoriaux), et deux poches amniotiques (biamniotiques)
- Un placenta (monochorial), et deux poches amniotiques (biamniotiques)
- Un placenta (monochorial), et une poche amniotique (monoamniotique)



Quelles conséquences en cas de perte gémellaire de l'un des deux fœtus ?

La prise de conscience la plus évidente réside dans le fait qu'il y a des grossesses où le survivant partage une même poche amniotique que celui dont le processus vital s'est arrêté. Le survivant va en quelque sorte (boire, respirer, subir...) le contact avec quelque chose de mort juste à côté de lui. Même si un fœtus n'a pas, dans l'état actuel de nos connaissances, de conscience, il n'en reste pas moins qu'il a très tôt un système nerveux qui se saisit des informations qui le touchent directement. La mort à côté de lui a quelque chose de sidérant pour le survivant. Nous verrons combien cette « sidération » conditionne inconsciemment tout un processus vital, toute une vie.

Le système nerveux s'ébauche dès le premier mois. À la huitième semaine, le tube neural est fermé, le cerveau, la moelle épinière et les nerfs périphériques sont présents. Le cœur, qui commence à battre dès la sixième semaine, est déjà formé à la troisième.

L'être sensible est déjà bien structuré dans son corps même si sa pensée ne semble pas encore éveillée. Que ressent-il vraiment dans ses systèmes sensibles et récepteurs lorsque flotte, à côté de lui, une masse inerte, qui fut durant quelque temps, comme lui, en développement ?

Lors d'une échographie où la poche amniotique unique enferme à la fois le fœtus vivant et le fœtus décédé, il est troublant et touchant de voir le survivant se figer et s'écarter de la présence du mort. Pas évident de vivre une telle proximité ! Que se passe-t-il pour le survivant et quelles conséquences feront jour après la naissance ?

La question n'est pas simple à envisager, mais les témoignages de survivants qui décrivent, lors d'explorations en état de conscience modifiée, un violent écœurement à percevoir l'autre fœtus moribond à côté, donne quelques pistes de réflexion.

Dans le cas où les deux fœtus évoluent dans deux poches amniotiques différentes, l'impact sur le survivant de la mort prématurée du jumeau est comme « filtré » par la paroi amniotique. Les liquides amniotiques ne vont pas se mélanger, la mort et la vie sont proches et aussi un peu séparées.

contact avec ce que l'on nomme dans le chamanisme, « les autres mondes, ou la réalité non-ordinaire ». J'ai dû trouver ma façon de fonctionner au mieux en étant « poly compétent », mais également très incompetent par endroits. Comme pour beaucoup de jumeaux nés seuls, ce tiraillement, ce manque de fluidité peut simplement conduire à de nombreuses situations d'échecs.



Âmes sœurs, flammes jumelles... Y voir plus clair

Ces dernières années, la thématique des Âmes sœurs et des flammes jumelles se retrouve dans de nombreux livres, articles et conférences. Il est impossible de tout parcourir tant le nombre semble infini. Je reconnais n'avoir consulté qu'une petite partie de cette profusion, mais je retiens qu'aucune n'évoque le thème et la souffrance en lien avec la perte gémellaire intra-utérine. Si le thème de l'Amour intéresse la majorité de l'humanité, il est évident, pour moi et les jumeaux nés seuls, que ce thème du couple prend une coloration plus intense.

Notre mythologie contient déjà ce thème fort de la séparation par un Dieu tout puissant dans le texte de Platon « Le Banquet » ; en voici un extrait qui donne la mesure de l'enjeu amoureux dans la nature humaine : « Il y a fort longtemps nos ancêtres étaient doubles, formés de deux visages, quatre bras, quatre jambes et deux sexes (masculin-masculin, féminin-féminin, masculin-féminin). Les femmes naissaient de la terre, les hommes du soleil, et les androgynes de la lune. Ils étaient des êtres exceptionnellement ambitieux et courageux, qui tentèrent de conquérir le royaume. Ils échouèrent, et Zeus décida de les punir afin de donner un exemple dissuasif. Il ordonna qu'on les coupât en deux de haut en bas. Il en était fini de l'unité et de la complémentarité du bonheur. Depuis ces temps anciens, l'homme est condamné à errer de par le monde à la recherche de sa moitié. Seul l'amour a le pouvoir de recomposer cet état originel perdu, où l'un et l'autre se retrouvent le temps d'un instant pour se fondre mutuellement... »

Les points de vue philosophiques, psychologique et spirituel, nourrissent des visions fort intéressantes intellectuellement, mais laissent le plus souvent chacun face à une certaine souffrance en raison de son incomplétude. Voici quelques repères qui, je l'espère, permettront à chacun de réaliser un peu de tri dans ces notions.

.....

Les Âmes sœurs

L'expression âmes sœurs est assez récente, reprise par différents courants « New Age ».

La question est sans doute de comprendre pourquoi certains individus semblent être « aimantés » l'un vers l'autre. Si j'utilise ce terme d'aimant, c'est bien pour interpeller sur le besoin de clarifier et de différencier la secousse hormonale et névrotique que peuvent engendrer certaines rencontres et le sentiment amoureux qui, lui, se révèle peu à peu au fil de la découverte de l'autre.

Certaines rencontres vont en effet s'inscrire dans la fugacité et l'éphémère et d'autres dans un temps plus long. L'une et l'autre peuvent être fondamentales à notre développement, à notre évolution d'Être. La notion de temps est ici toute relative.

Dans ma perception de la destinée de l'individu, l'Âme est prête et parfois avide d'évoluer par la stimulation de la rencontre d'autres Âmes. L'Âme est vue ici comme dépositaire d'une certaine quantité d'informations des sagesses acquises au fil des expériences.

Par exemple, nous avons tous vécu certaines rencontres amoureuses et au fil de celles-ci nous savons que nous ne voulons plus vivre certaines relations difficiles.

L'expérience nous permet de dégager une sagesse intérieure qui va nous éviter de rejouer les mêmes schémas de rencontre (et cela n'est pas toujours évitable). Ainsi, lorsque la vie nous met face à quelques schémas répétitifs difficiles à arrêter, ceux-ci reflètent bien le chemin intérieur de sagesse qui reste à parcourir pour s'en libérer. La conscience peut mettre du temps à dégager la sagesse qui lui permettra de ne pas rejouer et rejouer encore les schémas les plus négatifs de sa vie. Elle met beaucoup de temps à intégrer le fruit de ces expériences difficiles.

L'une des fonctions de l'Âme est d'attirer en face une Âme qui va partager, résonner en miroir et peut-être créer une certaine « friction », afin que le fruit de cette expérience permette une évolution de conscience. Certaines Âmes ont des choses à s'apprendre mutuellement et d'autres non.

Plus la rencontre dure dans le temps, plus effectivement nous pourrons évoquer des Âmes sœurs, sans forcément parler de la construction d'un couple amoureux pour partager le quotidien.

Il convient ici de trouver du discernement sur le besoin de vivre un Amour parfait au sein d'un couple ; c'est pourquoi je reviendrai plus loin sur une approche particulière du couple dans un paragraphe spécifique.

Certaines Âmes sœurs vont se rencontrer à des moments clés de leur vie, où une bascule d'évolution est nécessaire. La rencontre va offrir le miroir interpellant pour un chemin différent. Cela peut concerner le monde professionnel (changement de voie par exemple, en trouvant l'audace de réaliser un rêve), affectif (par un changement de vie de couple qui ne répond plus à ses attentes par exemple), personnel (par le démarrage d'un travail thérapeutique, ou l'expérimentation d'une voie spirituelle)... Le chemin parcouru par l'autre m'ouvre à un possible pour ma propre audace à cheminer de manière plus ajustée. Cette rencontre d'Âmes peut se produire au cours d'une simple soirée avec des inconnus, elle ne débouchera pas forcément sur une grande amitié, ou une grande histoire amoureuse. Elle sera le catalyseur d'une réponse intérieure qui pourra mettre plusieurs années à se concrétiser, mais ce mouvement intérieur inéluctable est amorcé.

Certaines Âmes sœurs vont se retrouver pour s'enseigner mutuellement. Elles sont l'une pour l'autre stimulantes, elles ont au cours des années les mêmes épreuves à traverser, des prises de conscience communes à réaliser. Le temps passe, mais le plaisir des retrouvailles et du partage de son évolution intime reste intact. Ce sont là les plus grandes amitiés, elles s'accompagnent sans qu'il soit question pour autant des enjeux du couple amant. Même si un temps l'intimité des amants a été partagée, quelque chose de différent et de plus profond est à vivre dans un accompagnement mutuel. Un Amour sincère se tisse et se révèle au fil du temps.

Certaines Âmes contiennent une fonction d'enseignement et attirent à elles des Âmes qui cherchent un enseignement pour les conduire au plus près de leur mission d'Âme.

Les jumeaux nés seuls sont particulièrement concernés par cet aspect. Il ne s'agit pas d'un enseignement scolaire, ou universitaire, mais d'une recherche spirituelle qui a besoin de trouver « sa voix ». Le couple amoureux d'amants est bien sûr un chemin de conscience et d'enseignement, mais que de désillusions l'accompagnent ! Là aussi, chez le jumeau né seul, règne une grande confusion dans sa recherche intérieure. Celle-ci reflète à la fois une forte dimension

Soins psychocorporels et chamaniques



La caractérologie de Wilhelm Reich



Généralités

L'ensemble de la caractérologie de Reich évoque la réponse d'adaptation des individus en fonction de la mise en place des cinq blessures, qui résultent de modes relationnels particuliers en lien avec les comportements parentaux. Il en dénombre cinq : schizoïde, oral, masochiste, psychopathe et rigide.

De nombreux auteurs ont ensuite poursuivi cette exploration afin d'affiner cette classification qui s'inscrivait dans la suite de la psychanalyse freudienne. C'est ainsi que Reich développe la théorie des cuirasses musculaires, qui permet de faire le lien entre le corps physique et la psyché humaine. Alexander Lowen et Reich font évoluer cette lecture humaine par la théorie des cuirasses segmentaires, qui permet de superposer les sept segments décrits avec les sept chakras de la tradition indienne. Cette approche permet d'introduire la notion d'énergies vitales circulantes, dans les réseaux et circuits énergétiques et les corps subtils. Dans les années 1970, le docteur Al Lewan et le docteur John Pierrakos apporteront et actualiseront les données biologiques venant confirmer les intuitions de Wilhelm Reich. Ils fourniront également une ouverture spirituelle sur l'accompagnement et le traitement des patients. Aux États-Unis, il y a moins de résistances à évoquer la dimension spirituelle de l'individu et beaucoup de programmes et formations de psychothérapie intègrent ces notions dans les soins. Barbara Ann Brennan, avec la rigueur scientifique qui est la sienne, a contribué à former de nombreux thérapeutes et enseignants

venant du monde entier, afin de suivre des enseignements faisant la synthèse de toutes ces approches.

Le chamanisme dans ces années-là (les années 80), commençait à intéresser de nombreux médecins, des chercheurs et des thérapeutes curieux de comprendre ce que pouvait être la spiritualité chez les peuples premiers, en dehors de tous dogmes institutionnalisés.

Patricia White Buffalo est un bel exemple de cette perméabilité entre la psychologie, le plan énergétique et le chamanisme, que les États-Unis lui ont permis de découvrir. Après quinze années d'enseignements auprès de Barbara Ann Brennan, Patricia White Buffalo va déployer son originalité en associant psychologie transpersonnelle, soins énergétiques et soins chamaniques d'Amérique du Nord.

.....

Les blessures décrites par Wilhelm Reich

Avertissements

Depuis les premiers écrits de Reich, de nombreux auteurs ont repris ses observations et sa théorie pour les adapter à leurs perceptions, ainsi qu'aux découvertes psycho-énergétiques que chaque époque a apportées. Le choix et le poids des mots prennent au cours des décennies des sens évolutifs. C'est ainsi que je ferai dans les lignes qui vont suivre, des choix de vocabulaire qui correspondent à mon expérience, à l'époque où ce livre prend forme, et à l'énergie que contiennent ces mots, parfois au-delà de leur définition dans le dictionnaire.

Je vais ainsi prendre appui sur cette grille reichienne de description, tout en la colorant du contenu de mon sujet.

Les blessures ainsi décrites ont une réponse de survie, et/ou d'adaptation, qui se met en place de manière autonome par les systèmes énergétiques complexes du sujet. À aucun moment il ne choisit telle ou telle façon de fonctionner. Tout adulte est concerné par ces réponses d'adaptation, il les portera à des intensités variables en fonction de son histoire personnelle et familiale. Certaines sont évidentes pour la personne qui se relie à cette grille de lecture, d'autres sont moins faciles à découvrir tant le masque est bien structuré, posé comme un gant sur les enveloppes fonctionnelle de l'Être.

Si ces adaptations permettent dans un premier temps une fonctionnalité à la vie dans ce monde, elles peuvent aussi se révéler parfois très limitantes, voire handicapantes. Par exemple, une réponse d'adaptation rigide/perfectionniste/voire tyrannique, peut vraiment rendre la relation à l'autre difficile, et finalement devenir usante et épuisante pour l'individu lui-même.

Le désir de changer son mode de fonctionnement « trop, ou pas assez », va devenir un besoin urgent.

S'ouvrir à ce décodage des blessures psycho-énergétiques, c'est tenter de trouver des stratégies de soins pour aller mieux, pour changer sa vie et sa relation au monde.

Les blessures et leurs adaptations se mettent en place au fil des âges de la petite enfance ; là aussi les tranches d'âge ne sont pas décrites avec une précision absolue, ce sont surtout des grandes périodes de développement et des contextes de vie qui vont mettre en réaction les systèmes énergétiques de l'enfant.

La première blessure se met en place durant la période intra-utérine et la période périnatale. C'est la **blessure schizoïde**. Elle fonde la souffrance des jumeaux survivants nés seuls. Je la décrirai plus profondément que les autres blessures qui concernent moins le sujet principal de cet ouvrage.

La **blessure orale** se situe avant la marche de l'enfant. Elle parle de tous les manques de nourritures (physique, émotionnelle et affective) dont l'enfant a pu souffrir. Souvent, cette blessure accompagne les jumeaux nés seuls ; en effet, le bébé est tellement impacté par la blessure schizoïde qu'il ne peut intégrer en lui les nourritures que ses parents pourtant bien intentionnés lui offrent. Son système ne peut accueillir le don, tant il est anéanti par la perte d'une jumeauté. Le maître mot est insécurité. L'enjeu de cette blessure sera de trouver des stratégies pour créer et trouver une sécurité intérieure mal structurée.

La **blessure masochiste** s'installe lorsque les parents agissent à l'encontre du plaisir de découverte des besoins et des goûts de l'enfant dès qu'il sait marcher. Tout un monde s'offre à lui, mais les parents « savent » soi-disant mieux que lui, ce qui est bon et mauvais pour lui. Ils vont contrôler ce qui rentre et sort de son corps (dans l'alimentation et dans les éliminations naturelles). Cela peut conduire l'enfant à être coupé de ses ressentis et de ses besoins les plus fondamentaux. Prendre soin de lui devient

un concept mental à partir du moment où il est coupé de ses ressentis physiques.

La **blessure psychopathe ou narcissique** apparaît quand l'enfant n'est pas respecté dans son intégrité. Il devient l'objet du parent, tout en vivant une relation à la loi très distordue. C'est comme si la loi était pour les autres, au point que l'enfant lui-même n'est pas reconnu comme un être digne et entier. L'enfant va se construire sur une faille narcissique qu'il cherchera en grandissant à combler pour se rassurer sur sa valeur.

La **blessure rigide** peut se présenter sous les traits d'individus extrêmement compétents dans leur domaine. Souvent, ils portent une vision pour un groupe, une entreprise, mais ils ne sont pas prêts à négocier cette vision et les décisions qu'ils prennent. Ils ont été de bons enfants à l'école, obéissants et disciplinés, ils respectent leurs devoirs et obligations. Hélas, une coupure avec leur sensibilité profonde peut leur donner une apparence glaciale. Bons leaders, bons petits soldats, ils ne laissent rien au hasard. La perfection est l'un de leur objectif de vie.

.....

La blessure schizoïde dans la perte gémellaire intra-utérine

La plupart des auteurs placent la blessure schizoïde autour de la naissance, avant celle-ci, mais surtout dans la première année. Un grand flou réside dans la mise en place de cette blessure. La blessure et ses symptômes sont très bien décrits, mais les origines mentionnées me paraissent très insuffisantes, peut-être même à remettre en cause. Beaucoup d'auteurs donnent comme une des origines possibles, le non-désir de la mère d'être enceinte, l'abandon, le rejet de l'enfant à la naissance, la dépression de la mère, l'hostilité de la mère, la mère toxique, un investissement tardif de l'enfant après la naissance... etc. Même si cela est tellement vrai dans certaines histoires, parfois un peu de tempérance est bienvenue pour ces pauvres mères accablées et culpabilisées !

Si l'époque avant contraception pouvait évidemment obliger les femmes à subir grossesses et enfantements dans la douleur, il devrait y avoir aujourd'hui, grâce aux différents modes contraceptifs, bien peu de bébé qui affrontant une « mère terrible » vont développer une réponse schizoïde. Beaucoup d'enfants

CINQUIÈME PARTIE

« Les couples sont de quatre espèces : toi et moi égale toi, toi et moi égale moi, toi et moi égale nous, toi et moi égale toi et moi ».

Gilbert Cesbron

« Mais dans un couple il ne suffit pas de parler, encore faut-il s'entendre ».

Jean-Paul Dubois, *Je pense à autre chose*.

Couple et tiers relationnel, les énergies engagées



Les miroirs du couple, le tiers relationnel énergétique

Lors des stages que je propose sur le thème ici présenté, je donne une petite place à la relation de couple tant il est vrai que, pour la majorité des jumeaux nés seuls, la capacité à rester fonctionnel dans un couple ou simplement à réussir la construction d'une relation durable reste un profond mystère. Il est bien évident que ce sujet est très vaste et que je n'ai pas la prétention d'apporter des clés magiques aux difficultés que traversent les couples.

Je donne ici par contre quelques points de repère qui se proposent d'aller « scanner » la manière dont sont nourris les différents centres de force, en soi, chez l'autre et dans la relation.

Considérer le couple comme un trio fonctionnant avec un tiers relationnel énergétique, résultat de la manière dont chacun des partenaires nourrit et est nourri au sein de ce tiers, permet de prendre un certain recul quant aux énergies engagées dans le couple. Les explications et les schémas qui vont suivre devraient faciliter la compréhension pour l'intégrer à votre mode relationnel et alléger les zones d'insatisfaction.



Le tiers relationnel énergétique

Positionner une entité énergétique, en dehors des deux individus qui constituent le couple, permet de créer un point d'observation en dehors de soi, en dehors de l'autre. Cette distanciation donne un regard moins sujet à ces tensions émotionnelles que chacun vit dans une relation où les enjeux et les attachements réciproques attisent les situations de crise.

Chacun est dépositaire de son histoire personnelle, de ses zones d'ombre. Chacun projette sur l'autre des désirs, des attentes, des perceptions positives et négatives en fonction de ce qu'il est. Chacun vit une réalité intérieure et relationnelle en fonction des filtres de son inconscient.

Les jumeaux nés seuls sont souvent hypersensibles, plus ou moins fusionnels, et surtout en recherche au moins au début de leur vie amoureuse d'une perfection absolue. Cette recherche correspond à la perte d'une moitié qui laisse une béance souffrante qu'un autre devra combler, pour que la souffrance et l'incomplétude puissent être apaisées. Ces mécanismes sont souvent inconscients et vont s'agréments de la construction d'une famille, avec l'arrivée d'enfants par exemple. Mais, au fond, la base souffrante est toujours là et pourra ressurgir lorsque les enfants quitteront le nid, voire bien avant.

Ce tiers relationnel peut être considéré comme une réserve d'énergie où chacun dépose de sa propre énergie (une sorte d'investissement dans la relation) et où chacun se nourrit de l'énergie que l'autre y a déposée. Très simplement, si chacun dépose dix unités dans cette banque et que chacun en prélève dix unités, la balance de ce que l'un et l'autre donnent est équilibrée. Le tiers relationnel est très satisfait !

Par contre, si l'un dépose dix unités et qu'il ne trouve que deux unités déposées par l'autre, le tiers relationnel en sera très déséquilibré ; le premier, en effet, souhaitant que l'autre investisse dix unités comme lui, se retrouvera affamé. (Il y en a un qui peut manger dix unités et l'autre qui n'en a que deux). C'est à ce moment que les problèmes relationnels vont surgir. Je vais entrer dans les détails un peu plus loin.

À cela s'ajoute un problème de base pour les jumeaux nés seuls, c'est leur difficulté structurelle à ressentir leurs besoins. Leur

sensibilité les rend souvent si perméables à l'autre qu'ils peuvent facilement confondre leurs propres besoins avec ceux de l'autre. Ces situations peuvent parfois n'engendrer aucune tension mais, le plus souvent, elles vont finir par générer frustrations et amertumes plus ou moins identifiables selon les capacités de chacun. Des reproches, des attaques directes, fuses et provoquent des crises, des ajustements, comme chacun a pu le vivre, car cela concerne bien évidemment tous les couples.

Si l'on supprime ce tiers relationnel, les tensions intérieures vécues par l'un vont se déverser directement sur l'autre sous forme de reproches et d'attaques, ou se traduire par la culpabilité refoulée contre soi-même à cause des sentiments négatifs à l'encontre du partenaire. Ce tiers relationnel permet donc de se positionner davantage en mode témoin lorsque les tensions et la crise pointent leur nez.



Les chakras sont comme des bouches énergétiques

Sur le plan relationnel, les chakras peuvent se comparer à des bouches qui ont à la fois besoin d'être nourries de la meilleure manière, mais qui se doivent en retour d'offrir leur nourriture (sous forme d'énergie relationnelle). Un chakra pour bien « respirer » a besoin d'émettre de la nourriture relationnelle et a besoin d'en recevoir, et chaque chakra a sa nourriture spécifique. Un être équilibré, qui participe à son monde intérieur et au monde extérieur, donne et reçoit de manière sensiblement équilibrée à chaque niveau de son être incarné.

Il y a pourtant bien des raisons pour ne pas réussir à irradier dans le monde sa puissance créatrice afin de faire face à quelqu'un de puissant en résonance. Réussir, en tant qu'individu, à percevoir aussi bien ses besoins que ses capacités à donner et à recevoir (centre de forces par centre de force) est un chemin particulièrement difficile pour les jumeaux nés seuls. Certains chakras très affectés deviennent, au moins au début d'un chemin de conscience, le reflet d'une sorte de handicap avec des distorsions flagrantes pour un observateur extérieur. Par exemple, certains n'arrivent pas à accepter les marques d'affection, les cadeaux, les témoignages d'amour, ils peuvent réagir par la fuite, l'évitement. Certains

peuvent sombrer dans des addictions qui les laissent toujours dans un vide que rien ne réussit à remplir. Certains grands intellectuels reconnaissent leur capacité cérébrale, leur fort mental, mais voient combien ils sont coupés de leur corps émotionnel, ils ne le ressentent pas clairement.

Ces quelques exemples montrent comment, dans une relation de couple, ces manques d'harmonie et de discernement peuvent prendre une dimension rapidement catastrophique.

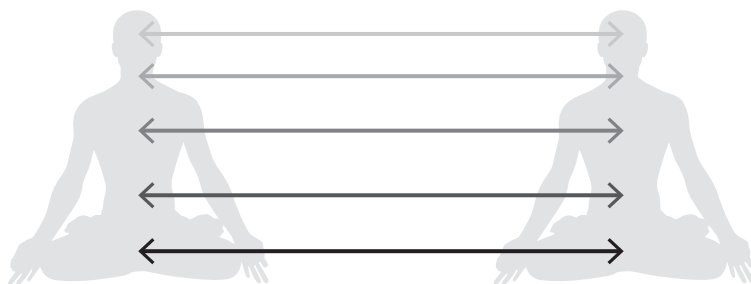


Les ancrages directs entre deux individus

Je compare les liens directs qui se construisent entre deux individus à de petits crochets qui scelleraient leur union. Ces harpons relationnels font souffrir terriblement lorsque, mis en place de longue date, la séparation vient les arracher, ou pour le moins mettre à mal la relation. Positif ou négatif, une sorte d'attachement s'est vissé très profondément au fil du temps. Cela peut conduire à une véritable addiction relationnelle, bien troublante selon les cas. En voici quelques exemples. Certaines relations ne sont vraiment pas fluides au quotidien, pourtant les deux partagent une sensualité et une sexualité très faciles, intenses et ressourçantes ; ils pourront avoir du mal à se quitter, ils souhaiteront la séparation, sans jamais y parvenir tant le désir de partager l'intimité les « oblige » à se retrouver pour ces échanges d'énergie.

Certaines séparations sont plus faciles que d'autres, et il est très intéressant d'observer où se situent les points de souffrance concernés par le manque de l'autre. L'absence peut se faire sentir parfois sur les centres de force supérieurs (cinquième et sixième chakras) ; un besoin irréprensible de communiquer directement avec l'autre, pour un point de vue, pour une qualité d'échange unique.

Un bel exemple de lien toxique prend la forme d'une relation avec un individu pervers narcissique ; les forces d'ancrage seront d'autant plus souffrantes et violentes que la relation aura duré dans le temps. Le troisième chakra, centre solaire du plus fort des deux, vient envahir et écraser ce même chakra chez l'autre. Une prise de pouvoir est ainsi mise en place au fil des mois et des années, allant même jusqu'à créer une forme d'addiction relationnelle chez la personne qui subit, car même si le lien est toxique, il s'agit tout de même d'une nourriture. La dépendance se met en place, se construit et se nourrit par ces liens directs.



Une première évidence

Il est exceptionnel qu'un jumeau né seul ne soit pas en couple avec un autre jumeau né seul. Cela peut paraître excessif et pourtant l'observation est assez implacable et dérangement. Ces blessures intra-utérines constituent la force la plus puissante qui va inconsciemment rapprocher deux êtres.

À ce moment de la lecture, il est important de se souvenir que la perte d'un jumeau monozygote (c'est-à-dire dans la même poche amniotique) va créer un « dégoût » de l'autre pour avoir côtoyé la décomposition du décédé dans le même liquide amniotique. En adaptation de survie, devenu adulte, celui qui fusionne trop longtemps dans une relation amoureuse peut vite allumer un stress de dégoût et de mort ingérable, qui prendra les traits d'éloignement obligatoire, pour simplement « respirer ». Si les deux sont dans une configuration d'histoire commune, ayant perdu tous deux un jumeau dans la même poche amniotique, chacun vivra très confortablement l'éloignement de survie. Par contre, si l'un des deux est issu d'une grossesse multiple avec plusieurs œufs qui ont été évacués par saignements en début de grossesse (par exemple), l'éloignement forcé sera inmanquablement ressenti comme un rejet, un abandon très violent. Ces survivants sont souvent très fusionnels et souhaitent garder la sensation fusionnelle de façon permanente ; je n'ose pas dire vingt-quatre heures sur vingt-quatre, mais cela y ressemble bien (au moins durant la jeunesse).

Si vous êtes concerné par une perte gémellaire intra-utérine, il est fondamental de savoir si vous avez besoin de fusion avec l'être aimé, et si la défusion est donc pour vous immédiatement source de souffrance. Cela vous permettra de ne pas vous retrouver dans

un couple où l'autre, plutôt « anti-fusionnel », vous mettra vite sans dessus-dessous dès qu'il aura besoin de se protéger d'un contact trop proche qui réactive sa sensation de dégoût de l'autre (et donc de vous). Cela peut paraître ici très exagéré, mais les témoignages de ces « mauvais choix » sont caricaturaux des dysfonctionnements relationnels chez les jumeaux nés seuls.

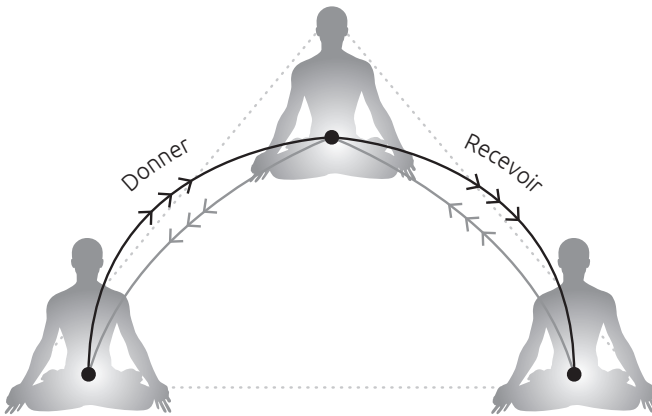
Si vous repérez, dans votre système émotionnel, une sensation de dégoût de l'autre qui vous assaille malgré l'amour que vous lui portez, il est bon de vous assurer que vous êtes atteint de la même blessure pour trouver un chemin harmonieux d'union et « de respiration à la bonne distance », sans vivre trop collé.

Si vous aimez être collé à l'autre, assurez-vous que l'autre est au même endroit de plaisir relationnel, pour ne pas vivre des déconvenues trop souffrantes et trop fréquentes.

C'est en apprenant à se connaître profondément que la vie vous dirigera vers les êtres les mieux en accord avec ce que vous êtes.



Tiers relationnel au deuxième chakra



Nous voyons dans ce dessin que chacun des deux partenaires apporte de l'énergie au tiers relationnel (T.R.) et est nourri à cet endroit du deuxième chakra par le T.R. Il semble évident que les choses se déroulent harmonieusement lorsque chacun apporte une quantité d'énergie à ce T.R. et qu'il en retire une quantité équivalente. Si j'utilise la rationalité des chiffres, cela pourra devenir encore plus parlant. Si chacun apporte 10 unités d'énergie et

qu'il en consomme par cette bouche énergétique 10 unités, la balance est correcte. Imaginons que l'un soit très sensuel, qu'il adore les massages, le toucher, la sensualité, et la sexualité, il émet beaucoup d'informations (ou d'unités) vers le T.R. Son partenaire pourra adorer recevoir, être choyé, se sentir aimé et désiré ainsi. Ce qui semble idyllique peut cacher un vrai déséquilibre, car souvent celui qui donne beaucoup, attend plus ou moins consciemment de recevoir beaucoup. La frustration peut s'installer dans la relation surtout si le donneur principal n'est pas suffisamment éveillé à sentir et à exprimer ses besoins.

Dans le contexte d'une perte gémellaire, le jumeau survivant peut véritablement s'oublier pour tout donner à son partenaire. Celui qui est très demandeur et qui reçoit est aux anges en quelque sorte. Parfois la relation débute sur cette base de fonctionnement et peut être mise en difficulté le jour où celui qui donne beaucoup de sensualité se met à émettre l'envie de recevoir plus. À ce moment de la relation, si le receveur principal n'aime tout simplement pas donner, la frustration amène un déséquilibre du T.R. L'enjeu pour le couple sera de trouver des stratégies habiles qui permettront au plus fort émetteur de trouver des formes de nourritures énergétiques, et pour celui qui émet le moins, d'apprendre à offrir plus à son partenaire en attente.

Cet endroit de la relation est un nid de confusions que l'on met souvent des décennies à comprendre avant l'ajustement pour chacun. La jeunesse engendre fréquemment de grands malentendus sur ce deuxième chakra malmené tantôt par une recherche de sensations fortes, tantôt par l'insatisfaction permanente due à un grand appétit, ou encore par une inhibition à sentir et à exprimer sa pleine puissance sensuelle, créatrice et sexuelle. Nous avons tous des rythmes d'exploration et de découverte différents, et les distorsions sur ce centre de force sont particulièrement révélées chez les jumeaux nés seuls pour lesquels l'incarnation est un véritable challenge. La réponse d'adaptation à ce niveau sera une recherche d'excitation qui permettra de se sentir vivant ou, à l'inverse, un « endormissement » ; mais les deux cas reflètent la même blessure.

Voici quelques exemples d'excès de fonctionnement de ce chakra : forte personnalité qui ne réussit pas à contenir sa fougue créatrice, voire destructrice, forte sexualité difficile à contenir. Capacité à se dépasser dans l'effort, l'hyperactivité, le besoin insatiable de créer.

Table des matières

Remerciements	5
Introduction	7
Première partie – Science et mythologie	11
La science confirme l'intuition des mythologies.....	11
Les différents types de jumeaux.....	13
Quelles conséquences en cas de perte gémellaire de l'un des deux fœtus?.....	14
Chemin d'ovules.....	15
Arrivée de l'Âme : tout un questionnement.....	16
Que devient l'Âme du jumeau décédé avant la naissance?.....	18
Perceptions et mémoires de l'embryon survivant.....	19
Éros et Thanatos.....	20
Que devient le jumeau décédé?.....	23
Mythologie de la Chimère.....	24
Deuxième Partie – Les problématiques jumeaux	27
Quand les jumeaux vivants ont eu un troisième jumeau décédé avant la naissance.....	27
Ce que les jumeaux vivants nous apprennent sur la problématique du jumeau survivant.....	28
Le regard et les comportements parentaux.....	29
L'entité énergétique des jumeaux.....	30
Se construire, s'individuer à côté d'un fantôme.....	32
Qui suis-je au-delà d'être un jumeau né seul?.....	35
Angoisse de mort à tous les étages... Et survivre.....	36
Chez le bébé.....	36
Dans la petite enfance.....	37
À l'adolescence.....	38
Chez l'adulte.....	40
D'autres symptômes chez les jumeaux nés seuls.....	42
Avertissement.....	42
Les difficultés spécifiques des jumeaux nés seuls.....	42
Les difficultés dans sa relation à lui-même.....	43
Les difficultés dans la relation à l'autre.....	45
Une palette émotionnelle variée pour les jumeaux nés seuls.....	49
Une difficulté à ressentir des émotions.....	49
La tristesse abyssale.....	50
La peur de l'abandon.....	51

Se sentir trahi, se trahir soi-même.....	51
Des difficultés à trouver et à prendre sa place.....	53
S'adapter face aux peurs et aux insécurités.....	54
Devenir responsable de l'autre, de soi.....	55
En chemin vers la transcendance.....	58
Âmes sœurs, flammes jumelles... Y voir plus clair.....	61
Les Âmes sœurs.....	62
Et les flammes jumelles alors?.....	64
Troisième partie – Soins psychocorporels et chamaniques	67
La caractérologie de Wilhelm Reich.....	67
Généralités.....	67
Les blessures décrites par Wilhelm Reich.....	68
La blessure schizoïde dans la perte gémellaire intra-utérine.....	70
La force est contenue dans la blessure schizoïde.....	73
La résilience chez le jumeau survivant.....	78
Pour les jumeaux nés seuls, quelle est la capacité de résilience?.....	79
Quotient Intellectuel, Quotient Émotionnel, à quand un Quotient Spirituel?.....	82
Le soin vient de sa propre force intérieure.....	84
L'intérêt du voyage chamanique au tambour.....	86
Un premier voyage fondamental.....	88
Suivre le chemin de la joie.....	92
Devenir plus stable au cours des voyages chamaniques.....	92
Deuxième voyage : quand deux jumeaux ressentent l'Amour entre eux... ..	93
Objectifs à terme de ces voyages.....	95
Troisième voyage : renaître à soi.....	96
Les autres outils de soins.....	98
La psychothérapie.....	98
La méditation.....	99
Les soins énergétiques individuels.....	100
Les pratiques physiques.....	100
La créativité – l'art.....	101
La méthode Tipi.....	102
L'approche par le concept d'enfant gigogne.....	103
La méthode Tomatis.....	104
Et tellement d'autres méthodes de soins... ..	105
Quatrième partie – Avant le couple mieux se connaître	107
Présentation générale des chakras.....	108
Le premier chakra.....	109
Le deuxième chakra.....	111
Le troisième chakra.....	112
Le quatrième chakra.....	114
Le cinquième chakra.....	115
Le sixième chakra.....	117
Le septième chakra.....	119
Au-delà du septième chakra... le huitième chakra.....	120

Les champs énergétiques.....	122
Le champ magnétique humain.....	124
L'activité électrique du cœur.....	124
Les autres champs énergétiques humains.....	127
Le corps éthérique.....	128
Le corps émotionnel ou astral.....	128
Le corps mental.....	130
Le corps causal.....	130
Le corps bouddhique.....	131
Le corps divin ou corps atmique.....	132
Les blessures aux corps subtils.....	133
La blessure intra-utérine et ses conséquences.....	135
Cinquième partie – Couple et tiers relationnel, les énergies engagées.....	139
Les miroirs du couple, le tiers relationnel énergétique.....	139
Le tiers relationnel énergétique.....	140
Les chakras sont comme des bouches énergétiques.....	141
Les ancrages directs entre deux individus.....	142
Une première évidence.....	143
Tiers relationnel au deuxième chakra.....	144
Tiers relationnel au troisième chakra.....	146
Tiers relationnel au quatrième chakra.....	148
Tiers relationnel au cinquième chakra.....	149
Tiers relationnel au sixième chakra.....	151
Rencontre et lien du septième chakra.....	153
Rencontre et connexions au premier chakra.....	154
Le déliement de la relation de couple.....	155
La crise.....	155
La fin de la relation.....	157
Que devient l'amour?.....	158
Sixième partie – Pistes de recherches – témoignages.....	159
Quelques pistes de recherches et de réflexions pour les accompagnants de la petite enfance.....	159
Les enfants dys.....	160
Les enfants hypersensibles.....	161
Enfants hyperactifs.....	163
Enfants Zèbres et Hauts Potentiels.....	164
Du côté de l'Indigo?.....	165
Quand l'enfant voit l'invisible.....	166
Témoignages.....	167
Conclusion.....	171
Bibliographie.....	173