

## Conception gémellaire ?

Dans le ventre de maman, la grossesse a démarré à 2 (voire à 3).

En cas de perte de « petit », que ce soit un enfant né puis mort, une fausse couche (*précoce ou tardive, connue ou pas, un retard de règles pouvant être une fausse couche*), une IVG, il a été montré que sur la grossesse suivante, le cerveau de cette « femelle mammifère », pour assurer la réparation de cette perte, va s'organiser pour préparer 2 embryons (*homozygotes, vrais jumeaux, ou hétérozygotes, faux jumeaux*), et parfois même 3 embryons.



**Une grossesse gémellaire est toujours en lien avec des pertes d'enfants (à compenser).**

Seulement dans la grande majorité des cas, l'être humain n'étant plus très adapté à porter plusieurs petits, il y a aura une « réduction spontanée » de cette gémellité.

Entre 4 et 12 semaines environ, un des deux embryons ne se développera plus et :

- soit sera éliminé par des pseudo-règles (*pouvant évoquer chez maman une fausse couche, et ce qui peut augmenter la sensation brutale d'abandon et de s'être retrouvé « seul », « tout seul »*),
- soit sera absorbé par le placenta

Cela marquera à jamais l'embryon restant, et d'autant plus fortement que personne ne saura pas ce qu'il a vécu ... sauf lui (*mais enfoui dans son inconscient, avec toutes les nuances ressenties lors de cette perte*).

Enfin l'expérience sera encore plus forte, intense lorsqu'au départ c'était une vraie gémellité, car là c'est la perte d'un « morceau » de moi, de ma moitié, mon double, mon clone ... ça va laisser un vide énorme.

**Il en restera des empreintes profondes dont voici quelques exemples potentiels :**

- Une recherche de communication au-delà des mots (*on se comprend sans se parler*),
- La recherche de l'âme sœur, de la flamme jumelle, d'un frère ou d'une sœur dans une amitié,
- Sentiment de culpabilité diffus, que c'est toujours de ma faute quand quelque chose ne va pas, ne pas oser dire à l'autre de peur de le perdre, sentiment de ne pas mériter d'être en vie,
- Une abandonnite aigüe, aime être seul mais accompagné (*c'est-à-dire pas « tout seul », car être 2 c'est à la fois rassurant mais cela rappelle inconsciemment l'insécurité de la séparation brutale*),
- Le sentiment qu'il me manque toujours quelque chose, de ne pas être comblé, entier,
- Le sentiment de se sentir seul, ne pas supporter d'être seul, sentiment qu'il y a un vide,
- Amitiés vécues de manière fusionnelle, pouvant entraîner une forte dépendance affective,
- Difficulté de faire des choix (*le choix est un renoncement, choisir c'est n'en garder qu'un et donc perdre l'autre*), laisser l'autre choisir à sa place (*besoin de l'avis de l'autre, « de la vie » de l'autre ?!*), mais quand le choix est fait c'est définitif (*comme un couperet*).
- Inconsciemment le besoin d'acheter par deux (*ou par lot, ou par triple, ou deux et un*), ou posséder des objets par deux (*ordinateurs, objets de décoration, ...*),
- La recherche de contact (*besoin de câlins, métiers de contact comme les thérapeutes manuels, esthéticiennes ...*) ou au contraire ne pas supporter le contact
- Enfant qui peut avoir un ami imaginaire, et parfois avoir des perceptions visuelles, des visions ...
- Sentiment d'insécurité diffuse (*le danger rôde*) et de ne pas pouvoir protéger « l'autre »,
- Faire des collections (*œufs, canards, fèves ...*),
- La rencontre d'un partenaire qui va exprimer ce que l'autre aurait pu leur reprocher (*tu me pompes l'air, il n'y en a que pour toi, tu prends toute la place, tu m'interromps tout le temps, reproches permanents*)  
*autre exemple : quand c'est votre anniversaire c'est à l'autre de deviner ce qui vous ferait plaisir,*
- Peur d'entreprendre car persuadé que ça ne peut pas être mené à terme = manque de confiance en soi
- A l'arrivée d'un autre enfant (*frère ou soeur*) soit le considérer comme son jumeau, soit le repousser car pour son inconscient il n'y a pas de place pour deux,
- Peut entraîner une fusion avec la mère et donc ne pas supporter d'être séparé d'elle (*dès tout petit*).
- On peut trouver une notion proche de : « *il faut un malheur pour vivre* » ou « *j'existe grâce à la mort de l'autre* », ce qui est une sensation pas facile à porter.

Ces sensations enregistrées, ressenties par l'embryon de ce contact avec son « jumeau », la façon dont a été ressentie la séparation et bien sûr les autres « stress » potentiellement ressentis pendant la grossesse laisseront autant de nuances à cette expérience de gémellité.

*Pour libérer cette gémellité, il est conseillé de nommer votre jumeau (jumelle), ce prénom va le matérialiser et aider votre cerveau à faire « une mise à jour ». En lui donnant une identité et donc sa place, vous prenez pleinement la vôtre. Vous pouvez accompagner ce temps d'un petit rituel (allumer une bougie ...) et/ou d'une lettre pour lui (ou elle) que vous brûlerez ensuite avec beaucoup d'amour.*