

MON JUMEAU PERDU

MA RENAISSANCE

Karine Victor

ISBN:979-10-227-9415-2

©Karine Victor, 2021

A TOUS CEUX QUI SONT EN QUETE D'UNE RENAISSANCE

« Il était une fois une âme... »

Il était une fois une âme venue des étoiles pour s'incarner sur Terre afin d'apprendre à s'aimer et à aimer, trouver sa lumière et l'offrir au monde...

Elle a choisi de revivre les blessures d'abandon et de trahison pour apprendre que l'amour ne dépend de rien ni de personne, mais qu'il est toujours là...

Elle a connu la peur de ne pas être assez, la peur du vide, la peur d'être seule, pour comprendre qu'elle n'était jamais seule même dans le plus profond silence...

Elle a connu la manipulation, l'envie de mourir pour sentir toute la valeur de la vie et de la liberté...

Elle a caché sa vulnérabilité, fermé son cœur de peur d'être blessée, fait semblant d'être forte, pour découvrir la force de sa sensibilité et la puissance de l'amour d'un cœur ouvert...

Elle a connu le doute, le pragmatisme, a été cartésienne à l'extrême pour que le sens de sa vie, la foi et la confiance lui soit révélée...

Elle a éprouvé le mensonge, la trahison pour apprendre la richesse de la sincérité, lui donnant l'élan et la courage pour marcher vers sa vérité...

Elle a traversé ses ombres pour enfin accepter pleinement sa lumière, pour comprendre que ce pourquoi elle était venue, au bout du compte, c'est partager,

transmettre, rayonner et aimer, en toute humilité...

Il était une fois une âme venue s'incarner sur Terre pour rallumer les étoiles, partager sa lumière et son amour...
Et pour oeuvrer à travers eux à l'émergence d'un nouveau monde.

LES CONSEQUENCES DU JUMEAU PERDU

On parle de syndrome du jumeau perdu dans les cas de grossesses gémellaires au cours desquelles un des fœtus disparaît, et que l'enfant survivant né de cette grossesse ne l'a jamais su mais ressent des symptômes liés à la disparition de son jumeau sans vraiment comprendre le mal-être qu'il ressent.

Dans la plupart des cas, la femme enceinte ne sait même pas qu'elle avait initialement 2 embryons.

La perte de l'un d'entre eux se fait généralement au cours des 3 premiers mois de grossesse, bien avant la première échographie. La future maman ne réalise donc même pas la perte d'un des embryons et ne saura jamais ce qui est arrivé.

Quand le choc de la séparation surgit, le survivant est seul, dans le noir, dans le vide, dans le silence comme abandonné.

Il vit un profond traumatisme, un choc émotionnel.

Ce choc pour le survivant a des conséquences très nombreuses :

- la blessure d'abandon
- sentiment de rejet, d'impuissance, de trahison
- crises de panique, crises d'angoisses, tremblements, le rythme cardiaque accéléré sont remarqués lors de la séparation car la mémoire du choc se réactive
- la culpabilité du survivant dans sa mémoire inconsciente, l'auto sabotage, il s'interdit de réussir
- un sentiment de profonde solitude très difficile à gérer, de vide et d'insatisfaction à s'accomplir, il pense n'être qu'une moitié

- tendance à la dépression
- deuils impossible à faire
- tristesse énorme sans raison
- la recherche d'un amour fusionnel
- rechercher son double dans ses relations amoureuses
- relations affectives difficiles par la peur de perdre ses proches
- hypersensibilité
- difficultés à faire des choix
- problème d'identité, ne se sent pas à sa place, il se sent différent mais ne comprend pas pourquoi
- change plusieurs fois de métiers pendant son parcours professionnel
- myopie, scoliose
- toujours laisser quelque chose sans son assiette
- acheter en double
- fleurs séchées dans toutes les pièces (reliquat du jumeau perdu)
- objets cassés gardés en vue de les réparer et jamais fait

Le mal-être peut être important et affecter toutes les sphères de la vie du jumeau survivant.

C'est un traumatisme précoce qui laisse des traces et qui se réactive particulièrement au moment d'une séparation ou de la perte d'un être cher.

La thérapie du jumeau perdu est une thérapie spécifique qui a pour objectif de revivre ce qui s'est passé in-utéro, puis de déprogrammer le traumatisme afin d'en faire le deuil et de s'en libérer.

Le survivant vit une renaissance comme une restructuration complète de sa personnalité. De nouveaux goûts peuvent voir le jour, de nouvelles aspirations car il se permet de vivre naturellement sa vie en paix et en harmonie avec lui-même.

Mes schémas répétitifs

1.

Fille unique, j'ai été élevée à la campagne.
J'ai eu une enfance heureuse et insouciante.

Mes parents travaillant tous les deux, j'ai
passé beaucoup de temps chez mes
nourrices.

Pourtant j'ai toujours été un peu différente
des autres. Très timide, renfermée,
introvertie, j'avais peur des autres.

Je n'ai jamais eu beaucoup d'amis.
Seulement une ou deux copines et même
encore aujourd'hui, j'ai quelques rares amis
sur qui compter.

Chez ma nounou, j'étais celle qui jouait à
part, toute seule dans mon coin.

A la maison, quand mes parents recevaient

de la visite, je restais enfermée dans ma chambre, mon refuge, je n'osais pas dire bonjour et voir ces personnes, faisant pourtant partie de ma famille ou amis de mes parents.

Je restais dans mon monde.

Très tôt on me détecte une myopie vers l'âge de 8 ou 9 ans ainsi qu'une scoliose en début d'adolescence. On me fait faire des séances chez le kinésithérapeute pour rééquilibrer mon dos droit mais rien n'y changera vraiment.

C'est à l'adolescence que j'ai ressenti ma première douleur émotionnelle.

J'avais 14 ans, nous avions récupéré un chat errant, que nous nous nourrissions dehors. Il était blanc. Je me suis prise d'affection pour ce chat, doux, beau, affectueux.

Ma mère lui donnait des boîtes de pâtés pour chat, quand un jour, une bactérie était dans une de ces boîtes, et après avoir ingurgité

son repas, il s'est soudainement senti très mal et se paralysait. Nous sommes immédiatement parties chez le vétérinaire.

Il nous annonça qu'il ne pouvait plus rien faire pour ce pauvre animal, et malheureusement il décéda rapidement.

J'ai ressenti alors une profonde tristesse et un chagrin immense et inconsolable. Je pleurais tous les soirs en cachette dans ma chambre. Mon deuil était impossible à faire. J'ai vécu un réel choc psychologique. Cela a duré longtemps, et puis j'ai demandé à mes parents qu'on adopte un nouveau chat. Je pense qu'à ce moment là, l'arrivée d'un nouveau compagnon à quatre pattes m'a aidé à surmonter cette peine indescriptible et si douloureuse.

