

NICOLE LANGLOIS-MEURINNE

TOUT PROCHES

Ou comment devenir soi
après la perte d'un jumeau
in-utero ?



Enrick · B · Éditions

Tout-proches

Ou comment devenir soi
après la perte d'un jumeau
in utero

Nicole LANGLOIS-MEURINNE

Préface de Christophe Massin

Enrick ·B·
— ÉDITIONS —

Conception couverture : Marie Dortier

© Enrick B. Editions, 2017, Paris
www.enrickb-editions.com
Tous droits réservés

ISBN : 978-2-35644-183-6

En application des articles L. 122-10 à L. 122-12 du Code de la propriété intellectuelle, toute reproduction à usage collectif par photocopie, intégralement ou partiellement, du présent ouvrage est interdite sans l'autorisation du Centre français d'exploitation du droit de copie. Toute autre forme de reproduction, intégrale ou partielle, est interdite sans l'autorisation de l'éditeur.

À...

*À mes parents qui m'ont donné la vie,
Denise qui m'a fait naître.*

*À mes petits-enfants dont les émerveillements sont pour moi
source inépuisable de co-naissance.*

À Frankie et à tous les jumeaux-nés-seuls.

SOMMAIRE

Préface	7
« Cette drôle d’histoire... »	11
En guise d’introduction... ..	17
1. Chemins de vie	21
Découvertes	23
Avancer avec les sensations	41
Le besoin d’être compris : une main offerte, une main reçue	53
2. Traverser les chemins de mort	67
Déchirure	69
Frôler <i>la</i> mort, frôler <i>le</i> mort	71
Peurs de perdre	79
De l’anesthésie au désir de vivre	89
Est-ce que j’existe ? Est-ce que je vis ?	101
Amputation et vide à combler	115
Quête de sens ou la couleur du vent	123
3. Sortir de l’impuissance coupable	127
« Je n’ai pas <i>pu</i> te retenir » : impuissance ou responsabilité ?	129

TOUT-PROCHE

« Je n'ai pas su te retenir » :	
culpabilité ou consentement ?	141
« Être des regardeurs »	155
4. Tout-proche	159
Confusion ou relation ?	161
5. Consentir au réel	173
L'appel de la vie	175
6. Danse avec le jumeau	179
Le bonheur « d'avant »	181
7. Perte ou don ?	189
Ici et maintenant	191
Une relation d'éternité : lettres aux jumeaux	199
Au cœur du don	207
Épilogue...	217
Une de ces « drôles d'histoires »	221
Remerciements	239

Préface

Nicole Langlois-Meurinne présente, dans son livre, avec beaucoup de sensibilité, une expérience à la fois personnelle et clinique, issue de la pratique avec ses patients, qu'elle rattache à la perte, *in utero*, d'un jumeau. Quel crédit pouvons-nous, aujourd'hui, accorder à de telles expériences, en dehors de leur valeur d'expression subjective dans le cheminement d'une personne ?

On ne met plus en doute la réalité de l'impact émotionnel durable des expériences vécues durant l'enfance et l'adolescence. En ce qui concerne l'influence de la période préverbale et plus particulièrement de celle qui entoure la naissance, en revanche, on se trouve bien éloigné d'un tel consensus. On admet certes leur influence, mais la suspicion – voire l'accusation de charlatanisme – arrive vite lorsqu'on prétend réactiver une mémoire aussi archaïque dans un cadre psychothérapeutique. L'objection la plus fréquente est que les structures de la mémoire à ces âges ne permettent pas la fixation de souvenirs et que ce sont de simples constructions dans l'après-coup, voire de pures fictions.

Si Freud a reconnu, dans l'expérience de la naissance, le prototype même de la situation d'angoisse¹, il n'a pas pour autant admis les recherches de son élève Otto

1. *La Science des Rêves ; Inhibition, Symptôme et Angoisse*, Payot Paris.

Rank². Les milieux universitaires et psychanalytiques se sont depuis totalement désintéressés de ce champ. Néanmoins, les analystes anglo-saxons se sont montrés plus ouverts au préverbal, ainsi Winnicott a bien perçu les expériences *agonistiques* du nourrisson. Je pense aussi à l'école de l'attachement (John Bowlby) et à la notion éthologique d'empreinte précoce.

Ce sont d'autres approches, appartenant au mouvement du développement personnel qui, dans la seconde moitié du 20^e siècle, ont fait état de « revécus » de naissance, le *rebirth*³ notamment. Il faut citer également les recherches (au Centre de recherches psychiatriques du Maryland puis à Esalen en Californie) de Stanislav Grof⁴ qui a pu d'abord découvrir un matériel psychique très riche dans des protocoles sous LSD puis, sans prise de drogue, par simple respiration modifiée (la respiration *holotropique*), ce qu'il a décrit dans les *matrices périnatales*. En France, quand, assez récemment, le psychanalyste Jean Bergeret a publié avec Marcel Houser « Le fœtus dans notre inconscient⁵ », il a rencontré encore la fermeture à ses hypothèses de nombre de ses pairs. Il faut néanmoins signaler l'impact très grand qu'a eu dans le public le livre de Frédéric Leboyer sur la naissance⁶ en faisant découvrir l'extrême sensibilité du nouveau-né. C'est l'expérience personnelle d'un « revécu » de sa propre naissance qui l'avait conduit à transformer complètement sa pratique d'obstétricien.

Ici, il ne s'agit pourtant pas de vouloir prouver quoi que ce soit, ce qui se révélerait bien difficile voire impossible, en dehors de constatations purement empiriques dans un travail thérapeutique (l'impact positif sur l'allègement de la souffrance du patient). La rigueur scientifique ne peut

2. *Le Traumatisme de la Naissance*, Payot, Paris 1976.

3. De Panafieu, Jacques. *La Rebirth-thérapie*, Retz, Paris 1989.

4. *Psychologie Transpersonnelle*, Éditions du Rocher, Paris 1996.

5. Dunod, Paris 2004.

6. *Pour une naissance sans violence*, Le Seuil, Paris 1976.

considérer ces expériences comme l'explication univoque d'un nouveau syndrome, pas plus qu'elle ne peut les balayer sans les avoir examinées attentivement.

Ce livre explore et dresse une forme de portrait caractérisant ceux qui auraient vécu cette perte précoce. On ne saurait affirmer à l'inverse que ceux qui réunissent ces traits l'ont nécessairement subie, mais que cette hypothèse mérite d'être considérée. En effet, pour moi⁷, plusieurs de ces traits appartiennent d'une manière générale à l'univers psychique de la période périnatale, telle qu'elle apparaît dans les rêves (parfois très explicites) et aussi dans le matériel exprimé en clinique. J'en retrouve dans les témoignages de ce livre le climat si particulier. Je citerai ainsi le caractère absolu des sentiments – qu'il s'agisse de félicité intérieure ou d'intensité fusionnelle du lien affectif –, et des émotions – désespoir abyssal, terreur absolue, rage de destruction.

Les images et sensations en rapport avec la mort rapportées par l'auteur m'évoquent celles qu'expriment ceux dont la mère a tenté sans succès d'avorter : terreur d'être aspiré par une sorte de siphon noir ; se cramponner désespérément, se faire minuscule pour être oublié, ne surtout pas peser, etc. La culpabilité d'exister, l'envie de mourir, se retrouvent aussi chez ceux qui sont nés au moment d'un deuil vécu par leur mère, ou bien chez ceux dont la venue a été précédée par des fausses couches, des avortements ou par la mort d'un aîné en bas âge.

Ces personnes qui restent marquées par le tout début de leur existence recherchent une perfection qui n'est pas de ce monde. Pour ces nostalgiques des origines, l'incarnation humaine apparaît grossière, une prison dont ils aspirent à se dégager. Ils se trouvent plus souvent attirés par la nature, le cosmos que par leurs congénères. L'être humain les déçoit très facilement et quand cela se produit, le fautif à leurs yeux bascule dans le camp de ceux dont il faut impérativement

7. *Le Bébé et l'Amour*, Aubier-Flammarion, Paris 1997.

se couper sans retour. L'exigence affective est maximale, à la fois pour donner à l'autre le meilleur d'eux-mêmes, et simultanément d'en attendre tout – rien moins que ça !

Nicole Langlois-Meurinne nous entraîne dans cet univers de l'anténatal, enfoui au fond de nous, en l'évoquant sous l'angle particulier de la relation utérine avec un jumeau et de sa perte. De manière vivante, à travers sa propre expérience et celle de ses patients, elle offre à chacun la possibilité de laisser résonner en lui, sans a priori, les échos que cela éveille dans ses sentiments et sensations... Elle ouvre au lecteur un champ original et passionnant d'exploration intérieure.

Christophe Massin

*« Toute ma vie, me semble-t-il,
j'ai cherché un « autre » insaisissable. »*

Elyse, Jumelles séparées.

Ce livre a pris corps lors des rencontres de trois « jumeaux-nés-seuls » : Nicole Langlois-Meurinne, Blandine Busson et Renaud C., temps de connivence joyeuse, bonheur d'intimité, du « on se comprend ». Ces partages ont aidé à choisir « l'important à dire de ce vécu si particulier », ont permis de poser les premières pierres, les premiers mots...

« Cette drôle d'histoire... »

Il paraît que vous écrivez un livre ?... Mais cela parle de quoi ?... Quel en est le sujet ? »

Silence... gêne...

Vais-je me défilier ? Renvoyer la balle à l'auteur ?...

Alors par peur, je commence un récit à la façon des contes de notre enfance :

« Eh bien... voilà... lorsque nous étions dans le ventre de notre maman, en réalité, pour certains, nous n'étions pas tout seuls... quelqu'un était là avec nous, près de nous... mais il est parti... il est mort... Et cette expérience s'est inscrite en nous à jamais. Cette souffrance originelle nous marque encore aujourd'hui dans ce que nous sommes, dans notre rapport à la vie, dans notre lien à l'autre... »

Voilà ce que nous voulons essayer de raconter : cette drôle d'histoire que nous avons vécue, que nous tentons d'apprivoiser, de cerner, d'apaiser...

Qui nous est apparue soudainement un jour, au détour d'une image, d'une sensation, d'une évidence...

Ou qui, peu à peu, a fait son chemin en nous comme ces petits ruisseaux qui insidieusement sourdent du sable quand la marée commence à remonter...

Ou que nous avons longtemps combattue...

Nous voulons dire cette recherche désespérée – parce que vaine – de notre « tout-proche » perdu à jamais, qui parasite notre aujourd'hui.

Nous voulons dire cette souffrance, les dysfonctionnements surgis de cette quête, mais également les forces, les trésors déposés en nous grâce à elle.

Certains diront « mais qu'est-ce que c'est encore que cette histoire !! »

Nous-mêmes n'avons pas forcément accepté cette hypothèse immédiatement ni sans réticence, scepticisme ou ironie.

Même si la réalité physiologique du phénomène est connue (15 % des grossesses selon la plupart des études, à ce jour) et que les conséquences psychologiques qui en découlent commencent également à faire l'objet d'observations et de publications, il est vrai que dans la plupart des cas, personne ne pourra « prouver » cette hypothèse : pas de certitude « démontrable » possible.

Alors qui sommes-nous pour oser affirmer l'indémontrable ?

Avant tout nous nous présentons comme de simples témoins qui, parce qu'un jour cette certitude s'est imposée en nous, voulons partager notre expérience, notre découverte.

Non pas des « démontreurs », simplement des « partageux », des « passeurs ».

Notre légitimité ?

Elle vient d'un long travail d'écoute et d'enfoncement dans nos sensations, de notre apprentissage à être attentifs à la force et à la vérité de ce qu'elles nous disent, de notre capacité à nommer de plus en plus finement ce qu'elles nous donnent à voir et à entendre.

Écoute nourrie de notre quête sans relâche de sens et de vérité : ce « vouloir comprendre », qui nous pousse à chercher encore et encore.

Nous ne prétendons pas donner la seule et indiscutable explication (comme s'il n'y en avait qu'une !!) à tous ces phénomènes de sensation de « non-existence », de recherche désespérée de place, d'impression de lutte incessante pour « sur-vivre », pour être juste soi-même, vivant et entier.

Il ne s'agit pas non plus de dresser un « catalogue des comportements typiques des jumeaux survivants ».

Mais la confrontation de notre expérience, de ses manifestations, de ses conséquences ; les convergences et les similitudes relevées par ceux qui font métier d'écouter, d'aidant, nous ont rendus attentifs à des couleurs particulières ou à ce que l'on pourrait nommer « un faisceau de sensations qui fait sens ».

Et, de même que plusieurs galeries souterraines aboutissent à une unique taupinière apparente, un long travail d'enfoncement permet de découvrir les racines précises d'une sensation.

Seul ce vécu, ces « morceaux de vie » qui convergent, observés en vérité, nous permettent de proposer cette piste.

D'où notre choix dans cet ouvrage de laisser une grande place aux « témoignages » : non pas développer une théorie – aisément jugée par certains comme discutable – mais donner la parole à ceux qui ont mis des mots sur cette expérience, qui l'ont laissée se dire en eux, qui ont pu la déchiffrer, la traverser et avancer.

Pour qui...

*Ces lignes sont avant tout pour vous, nos « si-proches » :
que vous vous reconnaissiez déjà comme faisant partie de
« notre tribu »,*

*que vous soyez encore sceptiques face à cette hypothèse qui a
pu vous être proposée un jour,*

*ou que vous l'ignoriez complètement mais que vous vous sen-
tiez « touchés au cœur » par certains « ressentis ».*

*Pour vous, « nos frères », qui vous sentez souvent si seuls sans
comprendre pourquoi...*

*Mais également pour vous qui croisez notre chemin, qui che-
miniez près de nous, qui tentez de vivre avec nous...*

*Vous qui parfois êtes dérangés – ou agacés, ou ébranlés –
par nos réactions « disproportionnées », excessives, ne sachant
comment nous rejoindre, nous consoler, nous apaiser tant notre
détresse – que vous sentez venir de si loin – vous déconcerte ;
restant souvent désorientés face aux chemins que nous emprun-
tons vers des destinations improbables...*

*Vous ne trouverez pas ici un « comment faire », un mode
d'emploi, mais nous espérons que ces pages vous permettront
de mieux comprendre ce qui se vit en nous, vous donneront des
clefs, des pistes pour nous rejoindre.*

Mais pourquoi ce besoin de « dire » ?

*Ces lignes ne sont pas un appel à l'aide désespéré ou un ultime
recours, mais un message d'espoir, d'élan de vie, d'enthousiasme.*

*Il ne s'agit pas de trouver une bonne excuse à nos compor-
tements, une justification à cette hypothèse ou une reconnais-
sance par autrui.*

Non, en nous juste l'envie – impérieuse parfois ! – de partager, de transmettre, de faire comprendre et surtout **d'affirmer**, parce que nous le vivons, qu'il est possible d'aller au-delà de ce manque, de ces marques, de ces empreintes.

Et cette découverte, nous ne pouvons pas la taire tant notre goût pour le lien avec l'autre est fort, tant nous cherchons à faire vivre ce lien au mieux, pour nous et pour les autres.

Ces lignes comme un élan impérieux pour, encore et toujours, chercher à aider chacun à Vivre.

Aider aussi à – non pas forcément « changer de regard » – mais permettre à ce regard d'aller plus loin... de dépasser les apparences, les préjugés, les jugements, les étiquettes, les faits bruts, pour aller en profondeur retrouver, contempler, accueillir, le vrai visage de chacun. Faire apparaître sa beauté et sa richesse à lui-même et aux autres.

Oui, même si cela peut paraître ambitieux, aider chacun à être « plus soi », plus humain, plus divin...

Notre bonheur de voir le brouillard se déchirer, malgré des traversées encore violentes, nous donne énergie et enthousiasme pour dire cette expérience et la partager.

La partager, sans jamais l'imposer comme **la** solution, **la** seule et unique raison à tous nos mal-être ou errances, mais proposer cette clef qui a ouvert tant de nos caveaux.

Parce que cette découverte est apaisement, voile qui se déchire, mots qui se posent sur des blessures, murs qui s'écroulent, espérance enfin d'un « possible ».

Blandine Busson

*« Il n'y a de beau que la vérité, et de vrai que la beauté.
Voilà tout ce que nous savons et qu'il nous faut savoir. »*

J. Keats

En guise d'introduction...

Avec sa frimousse de nourrisson vraisemblable, je l'appelais « mon bébé »... Elle venait des Amériques, poupee reçue pour mes 4 ans, seul cadeau marquant de toute mon enfance. Je me levais la nuit pour la « nourrir », de peur qu'elle ne « meure »... Il y eut encore la chèvre blanche, le poney, mon chien, tous comme des « doudous » qui me tenaient chaud et comblaient l'absence... Chacun d'eux était-il mon jumeau projeté et ainsi retrouvé ?

Ce livre est né en moi... avec le départ de celui-ci, il y a déjà si longtemps et à la fois si peu de temps... Avec son départ, depuis toujours, le besoin de comprendre. Trouver une cohérence dans ce puzzle de mes symptômes ainsi éparpillés, mêlés. Entrer dans une clarté, comme un ordre qui viendrait remédier à ma dysharmonie... Au-delà du « chaos », mettre en mots l'incohérence, naître par l'unification, en partager la lumière.

Chercher, comprendre, déceler et faire émerger la beauté cachée, celle demeurée intacte au-delà des blessures et des dysharmonies, ainsi de photographe suis-je devenue thérapeute.

J'ai eu le bonheur, dans mon cabinet, d'accueillir, de découvrir nombre de jumeaux-nés-seuls⁸, tout comme moi-même.

8. « jumeau-né-seul » : cette expression par laquelle nous allons désigner, tout au long du livre, les personnes ayant vécu cette « drôle

Sans eux, mes témoins pour certains et merci à tous, ce livre ne serait pas : ils m'ont donné leur voix, celles qui résonnent ici avec la mienne, et la complètent.

Ils m'ont confié, avec humilité et courage, leurs témoignages, intimité vivante et précieuse, au-delà des remous, leur cœur profond.

Leurs témoignages se mêlent aux miens, ainsi qu'à mes observations durant ces longues années d'écoute.

Ainsi m'ont-ils fait grandir dans la tendresse, émerveillement pour leurs beautés livrées et révélées.

Peu à peu le livre s'est tissé...

Alors comme il est dit dans « Cette drôle d'histoire », aider, donner à voir.

Montrer comment cette expérience si particulière nous amène à découvrir et faire vivre des trésors façonnés, structurés, imprimés par l'expérience elle-même, des dons insoupçonnés, enkystés loin, paralysés, entravés, comme en attente de s'exprimer, de prendre chair, de prendre Vie... *unicité en devenir*.

Montrer comment nous avons traversé tous ces chemins de mort, déchiffré nos « symptômes », rééduqué nos dysfonctionnements.

Montrer enfin, comment le travail auquel ce vécu gémellaire nous a invités, peut nous conduire à vivre une relation à soi, à l'autre, au monde, plus ajustée, riche d'une fécondité inespérée.

Passer du deux à l'un... Vivre le « nous » dé-fusionné, devenir cet unique, dans sa couleur d'origine, ses contours, recevoir l'autre dans une altérité enfin possible.

Dire encore, affirmer même, dire comment cette drôle d'histoire nous fait cheminer jusqu'à notre *cœur d'origine*, lieu de notre identité dans ce qu'elle porte de plus spécifique

d'histoire », est utilisée par à A. et B. Austermann, *Le syndrome du jumeau perdu*, éd. Le Souffle d'Or, 2007.

EN GUISE D'INTRODUCTION...

et d'unique, élan qui cherche sa voix, son envol, son sens, sa direction, capable de faire « œuvre de vie » pour un « nous » élargi : voilà jusqu'où cette expérience peut faire naître.

La quête désespérée du tout-proche, celle du jumeau perdu d'alors, n'est plus si nécessaire...