

ÍNDICE

Introducción

I: Desde la biología

1. El comienzo de la vida – de la concepción al parto
2. Como se forma un embarazo múltiple
3. El gemelo evanescente
4. Indicios biológicos de un embarazo gemelar
5. La vida en el útero
6. Inteligencia y consciencia del bebé nonato

II: Desde la psicología

7. Nuestra vida empieza con la concepción
8. Vivencias durante un embarazo gemelar
9. La experiencia pre y perinatal de un gemelo solitario
10. ¿Cuán fiables son las experiencias regresivas?
11. La identidad compartida
12. Trillizos y Cuatrillizos
13. Huellas en la psique
 - a. Las huellas en el sentir
 - b. Las huellas en el pensar
 - c. Las huellas en el actuar
14. La pareja como espejo
15. La muerte de un gemelo durante o después del parto
16. Dinámicas parecidas

III: Testimonios

17. Descubrimiento
18. Infancia

19. Sentimientos
20. Sueños
21. Relaciones de pareja
22. Identidad sexual
23. Vida y muerte
24. El mundo del trabajo
25. Hábitos cotidianos
26. Tres testimonios

IV: De la pérdida a la integración

27. Pasos de sanación
28. El camino hacia la integración
29. Cuando los niños son gemelos solitarios

V: Huellas gemelares en la cultura

30. Ejemplos contemporáneos
31. Otras culturas
32. Antiguos mitos

Anexo

- Bibliografía
- Contactos internacionales
- Sobre nosotros
- Contacto

Introducción

Hemos dedicado este libro al 'gemelo solitario', un término acuñado por nosotros mismos para referirnos a aquellas personas que empezaron su vida en un embarazo múltiple, habitualmente gemelar, y que perdieron a su hermano o hermana bien durante el embarazo, en el parto o en los primeros años de vida. Al hablar de 'gemelo' nos estamos refiriendo también a mellizos o trillizos.

Aunque pueda parecer raro, es un hecho conocido y corroborado por la ciencia desde los años 70 que entre un 10% y un 15% de los embarazos humanos empieza como embarazo múltiple, aunque solo uno de cada diez llegue a ser, finalmente, un parto de gemelos. Eso significa que por lo menos una de cada diez personas empezó su vida acompañada por una hermana o hermano gemelo y que lo perdió durante el embarazo, mayoritariamente durante los tres primeros meses de gestación. En estos casos la ciencia habla de gemelo evanescente, en referencia al hecho de que habitualmente ese gemelo no deja rastro alguno; sin embargo, si la gestación ha sido más avanzada, puede que queden huellas biológicas que se muestran durante el parto, como una segunda placenta o un feto papírigo.

Lo que resulta sorprendente es que, a pesar de que en el ámbito de la psicología siempre ha existido una fascinación y curiosidad especiales por los gemelos vivos porque permiten estudiar el desarrollo de la personalidad en todas sus particularidades, hasta hace bien poco apenas se ha prestado atención a lo que esta experiencia de pérdida representa para el gemelo superviviente, sobre todo teniendo en cuenta que se trata de la vinculación más estrecha que conocemos los humanos, incluso más aún que la relación con la madre.

Pues bien, ese es precisamente el núcleo de este trabajo; desde hace algunos años empezamos a plantearnos qué consecuencias podía tener para una persona el hecho de pasar las primeras semanas o meses junto a un gemelo en el útero, y después pasar por la experiencia de la pérdida y nacer sola. Las respuestas a esa y otras

muchas preguntas es lo que planteamos en el presente libro. Para ello nos hemos basado tanto en las publicaciones e investigaciones realizadas en países como Alemania, Inglaterra y Estados Unidos, como en nuestra propia investigación y experiencia, profesional y personal. Desde el año 2005, en que impartimos por primera vez un taller para gemelos en Madrid, ofrecemos con regularidad talleres para gemelos solitarios; en ellos, y gracias a los relatos de las personas afectadas, cuya voz aparece con frecuencia en este libro en forma de testimonios personales, hemos llegado a comprender la importancia del hecho de haber comenzado la vida acompañado, y las consecuencias que pueden manifestarse en diferentes áreas de la vida, por haber sufrido la pérdida del hermano.

Nuestra intención al escribir este libro es que en primer lugar sea de utilidad para las personas que han pasado por esta experiencia. Si leerlo les ayuda a entenderse mejor y a dar algunos pasos hacia la sanación de esa vieja herida causada por la pérdida de la persona más cercana y querida, entonces esta obra habrá cumplido su función.

En segundo lugar, confiamos que sirva también para familiarizar a los terapeutas profesionales con las especificidades de las personas que son gemelos solitarios; en no pocos casos, ante problemas que trabajados por otras vías no han experimentado cambios sustanciales, resulta una hipótesis valiosa considerar que la experiencia nuclear detrás de esas dificultades consista en la pérdida de un hermano gemelo.

Abraham Maslow dijo en una ocasión: “Cuando la única herramienta con la que cuentas es un martillo, todos los problemas parecen clavos.” Por supuesto sería erróneo reducir todas las dificultades que una persona experimenta al hecho de ser un gemelo solitario, no obstante son justo las primeras experiencias en nuestra vida las que nos marcan más profundamente y las que forman los cimientos de nuestra existencia. A la vez esperamos que este libro llene algunas lagunas existentes hoy día sobre el tema del gemelo solitario en el ámbito de la psicología.

En cuanto a la metodología, hemos decidido plantear el tema abordando en primer lugar las perspectivas biológica y psicológica del fenómeno; a continuación, damos paso a las experiencias personales que nos permiten ver con detalle cómo esta vivencia puede afectar las distintas facetas de la vida de las personas afectadas. En

tercer lugar planteamos nuestras comprensiones acerca de cómo se produce el proceso de integración y sanación de esta herida. Finalmente, hemos querido incluir también algunas muestras de cómo este tema de la pérdida de un gemelo ha dejado huella en nuestra cultura así como en otras.

Hemos decidido por razones de simplicidad referirnos al gemelo, mellizo, hermano, en masculino sabiendo por supuesto que es una reducción; nos ha parecido preferible al hecho de utilizar los dos géneros alternativamente.

También queremos referirnos aquí al hecho de que este libro es el fruto de la colaboración de sus autores, Peter Bourquin y Carmen Cortés, no solo en lo que a escribirlo se refiere, sino también al trabajo realizado durante años de investigar e impartir talleres sobre este tema. Como tal ambos respaldamos íntegramente lo aquí expuesto.

Consideramos que se trata de un trabajo pionero ya que en el momento de escribir estas líneas todavía no se ha publicado ningún libro en español sobre el tema, de modo que, como en cualquier trabajo pionero, queremos hacer especial hincapié en la provisionalidad de lo que aquí se expone y en la necesidad de seguir investigando porque, como ocurre a menudo, encontrar ciertas respuestas hace surgir nuevas preguntas.