

AN AB DISCOVERY BOOK

---

# BEING AN ADULT BABY

---

UNDERSTANDING WHO AND WHAT WE ARE



**FRENCH  
EDITION**

**BY MICHAEL & ROSALIE BENT  
AND OTHERS**

## À la quête de l'authentique Adult Baby

Il y a de nombreux facteurs qui gouvernent le sentiment, le besoin et la perception de l'AB-régression. L'un des plus puissants est le besoin d'authenticité.

Le besoin numéro un pour un Adult Baby est d'être vu et accepté par les autres comme un bébé. Pas juste être habillé en bébé ou jouer le rôle, mais comme un véritable enfant à part entière. C'est clairement un but impossible car il est impossible pour nous de faire comme Benjamin Button et retourner, physiquement, à l'état d'enfant. Donc, qu'est ce qui nous pousse à rechercher l'authenticité dans notre tentative de revivre, au sens propre, notre plus tendre enfance ?

L'authenticité ne rime pas avec reproduction.

L'authenticité n'est pas d'essayer de reconstruire toutes les parties de notre propre enfance dans chaque détail. Par exemple, l'authenticité ne signifie pas d'avoir exactement la même couche et culotte plastique que vous aviez lorsque vous étiez enfant (en supposant que cela soit réellement possible). Ni d'avoir les mêmes jouets et poupées, habits, lit à barreaux et tous les autres objets infantiles que vous avez eus depuis votre naissance. Vous n'avez pas besoin de construire des choses ou des accessoires pour reproduire à l'instant « T » les scènes de votre propre enfance. Ceci n'est en aucun cas de l'authenticité.

*L'authenticité dans ce contexte est notre tentative de revivre notre prime enfance à l'intérieur de nous et non dans le monde extérieur. Nous recherchons à ÊTRE le bébé que nous sommes, plutôt qu'à reproduire notre imaginaire AB.*

Bien sûr, l'extérieur est important, mais c'est notre propre esprit qui fait que nous sommes à la recherche du moment où nous voulons être de nouveau un bébé.

Qu'est-ce que l'authenticité ?

La vraie authenticité, en tant qu'Adult Baby, se révèle lorsque nous arrivons à trouver notre « moi » intérieur, nos émotions, nos perceptions et nos sentiments qui reflètent notre prime enfance d'une manière substantielle. Nous sommes tous différents et nos schémas de régression nous poussent chacun dans diverses directions. Le niveau de régression que nous pouvons atteindre est variable lui aussi. Pour beaucoup cependant, cette régression peut parfois être très puissante et nous pousse vers une expérience de notre plus tendre enfance qui semble réelle à de nombreux niveaux. Alors que nous sommes conscients de notre état d'adulte, notre côté bébé ressort fortement et parfois, le bébé peut sembler plus réel que l'adulte (ou du moins proche de celui-ci). C'est alors que nous mesurons l'authenticité de notre régression, quand le bébé l'emporte sur l'adulte.

L'authenticité n'est pas un agréable petit objectif que nous pourrions ou ne pourrions pas atteindre et qui n'aurait aucune incidence.

Et pourtant, cela a une réelle importance. Par exemple, pourquoi pensez-vous que nous recherchions d'abord à régresser avant autre chose ?

Notre propre psyché essaye, peut-être, de revivre une étape dans notre vie où nous avons eu quelques problèmes la première fois. La raison n'est pas importante ici, ni probablement connue. Le point primordial est que nous nous sentons entraînés, poussés à redevenir un bébé et persuadés de le vouloir. Après tout, on ne nous appelle pas Adult Baby ou bébé adulte en français pour rien ! Mais y parvenons-nous réellement ? Avons-nous vraiment des moments d'enfance *authentiques* dans notre vie adulte ?

Actuellement c'est le plus gros problème pour les Adult Babies (la véritable authenticité nous demande d'en faire plus que ce que nous en avons l'habitude) et c'est la réalité pour la plupart d'entre nous, quel que soit notre degré dans la régression.

Une question vraiment courante pour un Adult Baby : « Quel âge avez-vous ? » et ensuite nous devons être sûrs que cet âge soit correct. Ce dernier l'est peut-être, mais il y a de grandes

## À la quête de l'authentique Adult Baby

chances qu'il soit basé sur des expériences et des opportunités que nous avons eues, plutôt que la stricte vérité. Laissez-moi expliquer où je veux en venir.

Explorer l'authenticité en tant qu'Adult Baby.

Si vous avez l'opportunité de régresser totalement sans limite avec quelqu'un qui s'occupe de vous quels que soient vos envies ou besoins, que voulez-vous faire (autre qu'un grand plaisir et excitation) ? Souhaiteriez-vous avoir la possibilité d'avoir un âge encore plus jeune, qu'un « parent » vous change votre couche mouillée ou sale, vous fasses des câlins, vous donne votre biberon et vous habille ? Souhaiteriez-vous avoir des cubes ou hochets vous invitant ou vous impliquant à jouer avec ? Souhaiteriez-vous regarder Dora à la télé, peut-être est un peu trop grand pour vous ? Souhaiteriez-vous avoir une démarche maladroite et préférer ramper ? Même ramper cela vous semblerez trop grand pour vous ? Je suppose que vous savez déjà ce que vous aimeriez vivre. Dans ce cas, peut-être devriez-vous vous demander pourquoi ?

Je vous demande ça parce que tous les Adult Babies ont ce « besoin profond » de vivre d'être accepté à l'extérieur. Or la plupart du temps, ses besoins ne sont pas satisfaits. C'est probablement la raison numéro 1 de frustration pour nous tous.

Avez-vous déjà eu ces moments où vous étiez en couche et vêtements de bébé, mais que vous avez trouvé un peu trop précipité ou encore que vous n'étiez pas totalement vous-même, avec cette impression « c'était bien mais pas super » ? Avez-vous aussi ressenti quelque chose comme si c'était en-deçà de ce que vous avez expérimenté ? Peut-être sentez-vous intérieurement que vos instants « bébé » ne sont pas aussi authentiques que ce que vous espériez ? Peut-être que la raison est que votre vrai âge de régression est si jeune que vous ne pouvez pas vous laisser aller totalement sans aide. Peut-être avez besoin de plus que 30 min ou 2 heures, mais sans doute une journée entière voire plus, dans un environnement 100% bébé.

Certain ont eu l'opportunité d'expérimenter leur vrai âge régressif pendant quelques longues périodes et être juste étonnés par l'âge qu'ils avaient. Alors que nous nous appelons Adult Baby, la plupart de nos vêtements et autres objets sont plus destinés pour les tout-petits et encore... Nombre d'entre nous restent littéralement des bébés à l'intérieur quand nous avons régressé. Certains m'ont dit comment ils ont passé une heure sur le sol avec cette envie, propre à l'enfant, de jouer avec un hochet ou avec quelques cubes. Le temps passé sans aucune interruption par des sentiments, émotions ou parfois même des pensées d'adulte. Pour un adulte, cela semble incompréhensible voire ennuyeux une telle situation et pourtant pour nous c'est l'une des profondes aspirations de notre cœur.

C'est pourquoi nous sommes attirés vers certains objets pour bébés avec une réelle passion, parce qu'ils nous relient à notre tendre enfance. Nous pouvons vouloir un berceau/lit à barreaux, non pas pour son côté esthétique ou parce qu'il semble beau, mais parce que, quand nous sommes dedans, on se sent « en sécurité », « détendus » et... authentiques. Il y aura des moments où nous utiliserons une sucette parce qu'elle est réconfortante et agréable en bouche (plus par envie) et à d'autres moments, lorsque nous régressons fortement, nous avons BESOIN d'une sucette pour les mêmes raisons qu'un enfant a besoin de la sienne. Certains peuvent même ne pas supporter la sucette mais ressentir à ce moment-là le besoin de l'avoir en bouche. Ceci est une authentique expérience de votre enfant intime.

Pour certains, les couches jetables à motif sont authentiques parce qu'elles ressemblent à celles de leur enfance, mais les couches médicales et fades sont une déception car elles ne font pas enfantines. Pour cette même raison, certains portent des couches en tissus parce qu'elles sont intrinsèquement liées à leur enfance. Ces objets sont importants et nous aide à atteindre notre quête d'authenticité, mais ils ne sont pas la finalité pour autant. L'expérience de la régression, appelons la « infantile », est, de fait, la finalité (Notre profonde et propre expérience de notre plus tendre enfance).

## À la quête de l'authentique Adult Baby

Un Adult Baby régressif pourrait expérimenter un vrai retour en enfance avec rien d'autre qu'une couche et même simplement par le simple fait de se sentir protéger avec une entre ses jambes. Pour la même raison, une nurserie totalement équipée et adaptée pourrait lui sembler décevante à la fin, parce que l'authenticité ne se trouve pas dans ces objets mais bien dans ce besoin de protection.

Michael Bent.

Traduit par Simba

Relecture par BebeOstéo

AB Discovery (c) 2015

[www.abdiscovery.com.au](http://www.abdiscovery.com.au)

## Le symbole des couches-culottes

Quand vous regardez sur les sites AB, vous avez dû remarquer que cela tourne et se focalise, la plupart du temps, sur les couches ou les langes. Rien de très surprenant bien sûr, mais vous êtes-vous déjà demandé pourquoi ? Pourquoi les couches sont plus que présentes dans tous ces sites ?

Nous savons et avons déjà réalisé que la couche était l'objet principal dans l'univers des Adult Babies. Encore une fois, aucune surprise sur cette constatation. Mais pourquoi ? Après tout, pourquoi des objets pour bébé comme les sucettes, biberons, vêtements de bébés, etc... (qui sont aussi courants que les couches) n'ont pas la même importance ? *Tous les Adult Babies portent des couches et les utilisent.* Et plus important encore, c'est souvent le premier objet de bébé que nous avons utilisé dans notre vie.

Les couches sont nos objets les plus importants et qui occupent la plus grande place dans notre régression. Même si elles constituent en soit un anachronisme. C'est-à-dire qu'un Adult Baby de 10 ans peut encore être en couche. Elles restent un objet universel par rapport aux autres objets de bébé, qu'on ne peut ignorer si l'on souhaite développer un modèle fiable de l'Adult Baby. Dans une certaine mesure, la sucette peut être comparable aux couches. Mais à la différence de celles-ci, la sucette est utilisée par un grand nombre d'Adult Baby mais pas par tous. Ainsi, il est pris comme postulat que les couches sont l'objet par excellence pour définir un Adult Baby. Ce postulat peut bien sûr être sujet à débat, mais il est la base de ce qui va suivre.

De prime abord et d'un point vue extérieur, la nécessité de porter des couches pour un Adult Baby peut-être surprenant voire incompréhensible. Nous devons reconnaître que les couches sont conçues pour retenir nos urines et selles, qu'elles sont épaisses et peu discrètes. Il serait surprenant que cela attire beaucoup de monde. Or, on ne peut négliger le nombre de personnes attirés par les couches. Mais il semble évident, la suite de l'article le détaillera, qu'il ne faut pas s'arrêter à cette fonction première des couches.

Un autre aspect, plus étrange encore, est le développement d'une attirance voire de plaisir à porter des couches pendant la puberté, ou un peu plus tard, conduisant à un réel fétichisme ou, à minima, à de l'excitation sexuelle. On pourrait expliquer ce phénomène par le fait que les couches exercent une pression sur les parties génitales pouvant provoquer une excitation. Mais cela n'explique pas pourquoi la grande majorité des Adult Babies les utilise pour ce à quoi elles sont prévues, y compris pour le « popo ».

Or, il semblerait que l'attirance pour les couches se développe avant la puberté. Ce qui vient en contradiction avec l'effet de stimulation des parties génitales et encore moins de la masturbation à ces âges. Encore plus paradoxal, cette attirance peut se produire alors que l'enfant n'a pas encore quitté ses propres couches (ou au moins que pour le jour). Or il est évident qu'à cette période les couches ne procurent rien de spécial au bébé. Il est normal que les bébés en portent ; où est alors le problème ?

Pourquoi donc les couches sont si spéciales, si attirantes très jeune et perdure toute notre vie ? Pourquoi est-ce si répandu que l'industrie des couches pour adulte prennent en considération que les couches ne sont pas utilisées que pour des raisons médicales ? Qu'est ce qui fait que les couches ou langes sont si particuliers par rapport à tous les autres accessoires du monde AB ? Pourquoi sont-elles au centre de ce que nous faisons, disons ou pensons en tant que Adult Baby ?

En y réfléchissant un petit peu, quand nous pensons à un vrai bébé nous le représentons, très souvent, portant une couche et même parfois une tétine dans la bouche. A présent, réfléchissez bien aux questions qui vont suivre. Vous êtes-vous *souvent* représenté un bébé sans sa couche ? Probablement pas très souvent. La plupart des images, vidéos, pub et autres supports montrent-elles un bébé sans sa couche ? Encore une fois c'est rare. Quand un dessin animé veut montrer une version bébé du personnage, le premier changement n'est-il pas de lui mettre une couche, lui donner une sucette et réduire son échelle ? N'est-ce pas ainsi que nous définissons les bébés, comme des petites personnes en couche ? Les réponses à ces 3 dernières questions sont très

## Le symbole des couches-culottes

certainement « SI ». Surprenant non ? Du moins à la première impression. Mais ne ditons pas que la première impression est souvent la bonne ?

Si vous avez élevé un enfant, l'une des étapes importantes *de son apprentissage* est la propreté et la propreté implique forcément l'absence de couches. Les parents vont souvent, et de manière inconsciente, assimiler le passage du stade bébé au stade enfant à partir du moment où l'enfant ne porte plus de couche. Aucun parent ne peut pas le nier, du moins, pour une bonne partie d'entre eux et même les autres.

Voici une équivalence que vous pourriez trouver surprenante et même controversée.

### ***Couche = bébé et bébé = couche***

Et son corollaire

### ***Pas de couche = enfant***

C'est l'hypothèse de *la symbolique des couches-culottes*. Le vrai pouvoir des couches, à l'opposé des autres accessoire AB, est qu'elles sont considérées par pratiquement tout le monde comme synonyme de petite enfance. C'est peut-être un symbolisme inconscient, mais pas déraisonnable. Même s'il est admis que certains enfants puissent continuer à porter des couches « après l'âge de la propreté » en particulier la nuit, TOUS les bébés portent des couches TOUT le temps. Dans nos esprits et dans nos perceptions nous créons une très forte corrélation entre les couches et le stade bébé.

Nos esprits peuvent faire des assimilations puissantes et qui nous semble logiques. Mise à part pour des raisons médicales, nous ferons cette déduction très simple et inconscience sur un enfant qui porte encore des couches :

### ***S'il porte des couches c'est encore un bébé***

Et sa réciproque

### ***Si c'est encore un bébé alors il porte des couches.***

Notre esprit rationnel pourrait naturellement rejeter ce raisonnement car il est absurde. Il est évident qu'un adulte *peut* porter une couche et ne pas être un bébé. Malheureusement ce n'est pas si simple et c'est ici que les principes de la régression psychologique rentrent en jeu.

La régression psychologique surmonte l'incohérence entre le fait que vous soyez physiquement un adulte et qu'il est naturel, voire cohérent, pour vous de porter des couches. Il n'y a alors plus de conflit entre le fait de porter des couches et celui que seuls les bébés en portent. Parce qu'une partie de vous est un bébé. Cela peut être une chose très puissante et déstabilisante, à en croire certaines réactions, qui peut être dur à accepter.

Cette hypothèse aide à expliquer la puissance et l'omniprésence des couches/langes dans nos vies d'Adult Baby. Mais elle nous donne également un aperçu du problème numéro un, pour les Adult Babies : nos relations et la façon dont nous sommes perçus par les autres.

Si inconsciemment *nous-mêmes* faisons la connexion entre le fait de porter des couches et être un bébé, n'est-il pas possible, voire vraisemblable, que les autres pensent la même chose ? Est-ce la raison pour laquelle un conjoint, un partenaire ou des membres de notre famille réagissent si mal lorsqu'ils nous voient porter des couches ? Parce qu'ils font la même connexion que nous. Cela expliquerait pourquoi nous avons du mal à assumer, en donnant une explication crédible, notre besoin de porter des couches. Nous avons tout simplement peur du jugement des autres.

## **Le symbole des couches-culottes**

Ainsi, nous pouvons hypothétiquement penser qu'ils voient et comprennent qu'en portant et utilisant des couches, les Adult Babies sont des sortes de bébés mais que cela reste flou pour eux. Et combien de personne veulent se marier avec un bébé ? Pas beaucoup !

Cela donne matière à réfléchir.

Michael Bent.

Traduction Simba

Relecture BebeOstéo

AB Discovery (c) 2015

[www.abdiscovery.com.au](http://www.abdiscovery.com.au)

## Frénésie / Purge – La frustration ABDL

Il n'est pas faux de dire que l'un des plus gros problèmes dans la vie des ABDL c'est que beaucoup essayent de trouver un certain degré d'équilibre dans la façon d'intégrer, dans le monde réel des adultes, leurs besoins et désirs de couches et d'être bébés. L'enjeu véritablement notoire du cycle de Frénésie / Retenue est un aspect de cet équilibre interne difficile à trouver.

Une des choses que nous pourrions vouloir faire au départ pour résoudre ce dilemme est de trouver un "remède" pour le comportement ABDL lui-même, mais malheureusement, c'est une course folle, car cela ne fonctionne tout simplement pas. En fait, cette idée bien intentionnée finit par alimenter le cycle de Frénésie et de Retenue en essayant quelque chose qui ne fonctionne pas et qui ne peut pas fonctionner, laissant derrière lui des sentiments supplémentaires d'échec et de dégoût.

'Frénésie et Retenue' – mieux décrit comme 'Retenue et Frénésie' - n'est pas un trait de comportement inhabituel dans de nombreux domaines de comportement. Les fétichistes en particulier, sont souvent en proie à ce problème dans lequel ils se livrent à leur fétiche et ensuite, se sentent déçus, dégoûtés ou bien d'autres émotions négatives similaires et doivent ensuite se débarrasser de tout ce qui y est associé. Puis, plus tard, ils doivent acheter encore une fois leurs articles fétiches et, en général, en faisant des achats excessifs, car leur besoin profondément enraciné revient inévitablement plus fort.

Alors, comment pouvons-nous gérer ce comportement incontrôlable?

Il y a deux aspects / réponses à cette question: l'un est l'aspect pratique et le second est l'aspect interne. L'aspect pratique

Après un certain temps, nous commençons à apprendre comment traiter de façon pratiques les cycles de frénésies et de retenues. La "Retenue" immédiate nous donne envie de tout jeter, comme les couches, les vêtements pour bébé, les jouets, même les médias numériques ABDL et tout autres articles connexes. La plupart des ABDL peuvent se rappeler les dépenses qu'ils ont engagées pour finalement jeter des centaines et même des milliers de dollars de marchandises pour en fin de compte les racheter plus tard.

L'étape pratique la plus évidente consiste à ne PAS vraiment se débarrasser de tout. Cependant, la volonté et la nécessité de s'en débarrasser peuvent être très puissantes et il faut donc une forme de rejet moins dramatique et moins extrême, mais qui puisse satisfaire encore ce fort besoin. Le meilleur moyen est d'emballer simplement tous les articles ABDL «offensants» loin, dans un endroit pas très accessible comme un hangar, une cavité de toit, une installation de stockage ou même chez de la famille ou des amis compréhensifs. De cette façon, le besoin de se débarrasser est parfaitement traité physiquement, mais quand le besoin se présente de nouveau - et il le fera - et qu'il devient incontrôlable, même si leur récupération demande un certain effort à fournir, ces articles seront toujours disponibles, évitant de ce fait des dépenses excessives. Cependant, la clé consiste à placer les éléments ABDL dans un emplacement qui signifie qu'ils ne peuvent pas être récupérés facilement. Comme cela vous avez un désir momentané ou éphémère de porter des couches ou autres, la barrière naturelle que vous désireriez sera la difficulté physique de le faire. Pour «Retenir» efficacement, ces objets doivent être éloignés physiquement et avoir des obstacles efficaces à une récupération facile.

Traduit de l'anglais par ST-Services

Frénésie / Purge – La frustration ABDL

L'aspect pratique du cycle de Frénésie et de Retenue ne résout vraiment rien d'autre que le fait de minimiser le côté « Frénésie » coûteux des choses. Il fait cependant partie de la recherche d'une solution à ce problème du va-et-vient de la vie d'un ABDL. L'aspect interne

Sans surprise, le véritable moyen de mettre fin ou de modifier le cycle de Frénésie / de Retenue est de faire face aux émotions qui l'animent en premier lieu. Alors, qu'est-ce qui le motive?



Dans le monde de la fantasia et de l'irréalité, nous sommes tous capables de faire ce que nous voulons, quand nous le voulons, sans peur, regret ou condamnation. Cependant, ce monde n'existe pas et nous savons tous que les ABDL sont loin d'avoir un comportement bien compris ou populaire. En fait, c'est tout le contraire. Généralement la société traite les ABDL avec une profonde suspicion et souvent avec un dégoût total. Nous avons naturellement et avec raison aussi, une méfiance de le faire savoir aux gens. Soyons honnêtes... parfois nous partageons le dégoût de la société avec certains aspects du comportement ABDL. Certainement, que ce n'est pas vrai pour tout le monde ou tout le temps. Cependant, nous ne vivons pas dans une bulle, les pressions et les commentaires de la société nous affectent aussi. Aussi, l'ABDL a un comportement assez étrange et bizarre même avec un regard objectif et bien que cela ne signifie pas que ce soit une mauvaise chose, cela peut nous prédisposer pour à avis négatifs sur tout cela.

Et nous nous demandons pourquoi nous voulons parfois rejeter en bloc ou nous débarrasser de tout!

Le désir de se débarrasser est déclenché par un incident puissant. Habituellement pour les ABDL, c'est après la masturbation quand l'orgasme retombe. C'est (évidemment) cette expérience très puissante qui souvent peut conduire après à des émotions négatives. D'autres incidents peuvent être des déclencheurs, comme être surpris par quelqu'un dans l'acte ou tout autre événement cocasse. Parce que le déclencheur est soudain et puissant, la réponse est tout aussi souvent importante et puissante. Un rejet complet des éléments ABDL est une réponse commune à ceci. Pour certains, ce qui se passe est que le désir et le besoin de couches et d'activités ABDL peuvent couvrir et masquer ce que nous pensons vraiment à ce sujet. Quand on veut porter des couches, c'est tout ce qui nous importe. Nous les voulons et nous les portons et les mouillons. Ils nous éveillent et nous nous masturbons souvent. Mais après l'orgasme, le désir de couches est presque, sinon complètement disparu. Nous restons avec juste nos sentiments négatifs et ainsi, nous ressentons le dégoût et la déception et parfois, nous purgeons.

Au fil du temps, nous apprenons de cette déception à attendre et à mieux gérer certains des aspects de nos émotions négatives et ainsi nous pouvons plus facilement éviter la réponse de rejet. Nous nous livrons à un temps de jeux en couches, pour conclure par un orgasme avec la masturbation et notre expérience nous enseigne à « tenir nos nerfs » pendant la retombée et les doutes sur soi. C'est une bonne chose, mais cela signifie tout de même que nous ne faisons que contenir l'envie de rejet plutôt que la gérer. Et comme beaucoup d'entre nous le savent déjà, parfois nous finissons par tout rejeter de toute façon, peu importe à quel point nous sommes préparés à cela.

Traduit de l'anglais par ST-Services

Frénésie / Purge – La frustration ABDL

« le besoin de rejeter » n'est pas nécessairement dicté par une évaluation logique et rationnelle. c'est une réponse profondément personnelle, à ce que nous avons fait qui peut paraître illogique et irrationnelle,. Nous pouvons nous sentir dégoûter par ce que nous avons fait. Nous sentons que nous nous sommes laissé aller et autres. Nous pouvons nous sentir dégoûtés par ce que nous avons fait. Nous pouvons nous sentir comme si nous sommes peut-être moins que les autres. Nous pouvons sentir que le comportement ABDL est « déviant » et nous souhaitons pouvoir l'arrêter. Tout ou partir de ce qui précède, sera ce à quoi nous sommes tous confrontés ou avons été confrontés à un moment donné. Ces montagnes russes émotionnelles font toutes partie de l'ABDL, en particulier pour les jeunes et peuvent parfois être très néfastes.

Les travestis font la même chose, tout comme les autres fétichistes. C'est en partie parce que nous comparons qui nous voulons être de qui nous étions, ce que nous pensons et à qui sont les autres. Ensuite nous nous voyons dans des couches mouillées désespérant de savoir comment nous

en sommes arrivés là. Nous savons que presque tout le monde serait dégoûté de ce que nous avons fait ... et nous sommes, en partie, d'accord avec eux.

En substance, nous réagissons à notre propre image de soi et à la façon dont nous nous regardons et comment nous pensons que les autres nous regarderaient s'ils savaient. Et ainsi, nous réagissons mal.

Nous pouvons gérer l'expression extérieure du cycle de Frénésie / de Retenue en ne le rejetant pas réellement. Mais à l'intérieur, ces mêmes pulsions peuvent toujours être en cours d'exécution, nous amenant à nous sentir mal.

L'image de soi chez les bébés adultes et des amoureux des couches.

Donc, est-ce une solution pour mettre fin au cycle de frénésie / Retenue sur notre propre image? Cela en fait partie, bien sûr, mais c'est plus que cela.

Notre société impose des normes et des modèles de comportement sur nous, même si cela peut être déraisonnable, irréalisable et même profondément hypocrite. Mais nous ressentons tous la pression de nous conformer à un certain degré ou à un autre. On nous dit de grandir. Un ABDL est en conflit total avec cela. On nous dit de prendre le contrôle et de mener. ABDL est en conflit total avec cela aussi. On nous dit de prendre le contrôle et de mener. Un ABDL est en conflit total avec cela aussi.

On nous dit de devenir le meilleur et d'être l'homme ou la femme parfaite que nous pouvons être. Porter des couches, sucer une tétine et mouiller le lit ne correspond pas exactement à ces objectifs.

Alors que le secret et la discrétion sont encore des choses dont nous devons nous préoccuper, un ABDL n'est pas pour autant en conflit avec le succès, le bonheur ou devenir le meilleur de ce que nous pouvons être.

Traduit de l'anglais par ST-Services

Frénésie / Purge – La frustration ABDL

Notre pire ennemi est notre acceptation de nous-mêmes. Nous nous plaçons en difficulté en établissant des normes que nous ne pouvons pas atteindre. Et le plus gros problème pour nous est qu'être ABDL est une partie intégrante et inamovible de nous. Nous devons exprimer ce point de vue à un certain degré et nous n'avons pas vraiment le choix. Pour ceux qui ont des désirs et des besoins ABDL assez forts, cela apparaîtra que nous le voulions ou non. Ainsi, la solution au cycle Frénésie / Retenue est une gestion responsable de ce comportement.

Nous faisons cela en nous disant que c'est acceptable de porter des couches. Il est bon de se sentir et d'agir comme un bébé. La condition pour cela cependant, c'est qu'elle doit être gérée et contrôlée et ne pas être laissée à l'état sauvage et incontrôlé. Si nous ne sommes pas disposés à y mettre des limites, les désirs et les besoins nous contrôleront et nous ramèneront une fois de plus au cycle de la frénésie / Retenue. Dans la pratique, cela signifie que nous pouvons nous fixer un temps de jeux en couches préplanifié, régulier, qui nous permet de nous «faire plaisir» en toute sécurité, facilement et confortablement en sachant que c'est acceptable.

Cela semble facile, mais pour beaucoup, ce n'est pas le cas. Cela peut prendre un certain temps avant que nous comprenions qu'il peut être tout à fait correct de porter et mouiller une couche ou de s'habiller comme un bébé. Si nous nous assurons que nous contrôlons le désir et non l'inverse, une fois que le temps en couche est terminé (c'est-à-dire l'orgasme pour beaucoup), nous nous sentons mieux à ce sujet que si nous répondions simplement au désir de la couche en elle-même et n'imposions aucun contrôle sur elle.

L'état ABDL peut être assez basique et apprivoisé ou bien il peut aussi être assez extrême et je n'ai pas l'intention de développer cela. Une façon de limiter les émotions négatives post-

## Frénésie / Purge – La frustration ABDL

expérience est de ne pas dépasser ses propres limites. Restez dans vos zones de confort et ne vous aventurez pas trop loin.

Le véritable critère pour éviter les montagnes russes émotionnelles est de se sentir bien dans sa peau et ce n'est pas aussi facile que nous le souhaitons. Il faut du temps pour comprendre qu'être ABDL peut être problématique à certains moments et certainement quelque chose à garder privé, mais ça n'en est pas pour autant une mauvaise chose.

Le comportement ABDL est rare. C'est inhabituel, étrange et parfois bizarre. Mais c'est acceptable. Tout le monde a ses petites folies et leurs bizarreries. Un ABDL est juste un peu plus inhabituel que la plupart des autres.

Donc, en résumé, soyez vous-même, aimez-vous et jouez intelligemment. Acceptez que vous êtes unique et en bonne santé. Porter des couches est un comportement assez apprivoisé par rapport à tant d'autres choses qui se passent.

Profitez de vos couches et essayez d'éviter les pièges qui mènent à ... Ce cycle de frénésie et de Retenue!

Michael Bent AB Discovery 2018

[www.abdiscovery.com.au](http://www.abdiscovery.com.au)

Traduit de l'anglais par ST-Services

### *Beaucoup d'Adult Babies sont incontinents*

– ou en tout cas déclarent l'être. D'après les résultats de vos sondages, la proportion d'incontinents est entre 3 à 5 fois plus importante que dans la population générale. Même si on corrige ce résultat en retranchant ceux qui ne répondent pas sincèrement, par impression ou par désir de l'être, il n'en reste pas moins que *beaucoup* d'Adult Babies ont une réelle incontinence et que la prévalence est bien plus élevée que dans la population générale.

L'incontinence peut, bien évidemment, se manifester de différentes façons, allant de l'accident dans le pantalon à la perte totale du contrôle de la vessie voire des intestins. Sa définition la plus simple est la perte à 100% du contrôle des sphincters. Mais la question qui vient naturellement en tête à présent : « Pourquoi y a-t-il autant d'Adult Babies incontinents ? ».

On pourrait conclure sans pousser la réflexion à cette question en affirmant qu'être incontinent peut conduire à être un Adult Baby. Ça n'a pas vraiment de sens depuis que nous savons qu'être un Adult Baby régressif commence en maternelle et il est bien trop tôt pour développer une incontinence. Elle pourrait aussi bien provoquer un fétichisme des couches du fait qu'ils en portent et qu'ils y associent un plaisir sexuel en les ayant. Mais encore une fois, même si cela peut arriver, la plupart des incontinents ne sont pas des fétichistes des couches. De plus, les couches sont les plus importantes protections pour l'incontinence sur la grande variété de protections, serviettes, tampons, etc. que les personnes souffrant d'incontinence utilisent le plus souvent. Beaucoup d'entre nous ne verraient pas l'intérêt de ces autres protections, mais pour les autres si.

Alors est-ce que la réciproque est vraie ? Être un Adult baby mène-t-il à l'incontinence ?

Il semblerait plus juste de dire qu'elle est vraie à un certain degré. Un docteur en 2002 a commencé sa conférence médicale par « L'infantilisme peut être une hypothèse vraisemblable et légitime de l'incontinence. » Bien que cette opinion ne soit pas partagée par l'ensemble de la communauté médicale, on ne peut nier cet argument qui montre qu'un Adult Baby pourrait devenir incontinent. Mais alors quelle sorte d'incontinence ?

Pour la grande majorité des Adult Babies régressifs, porter des couches à une importance significative. Cependant, il est également vrai que l'utilisation des couches à une importance primordiale. Mettre une couche propre est un puissant besoin mais la mouiller en est son accomplissement. Pour faire simple, nous portons des couches pour les utiliser et non juste pour les porter. Pour des utilisations ponctuelles, le fait de mettre une couche est très souvent suivi par la volonté de la mouiller, et si ce n'est pas immédiatement, ça le sera dans un temps très court. Pour ceux qui portent des couches 24/7 c'est bien évidemment un peu différent. Le but est de « perdre » le contrôle et utiliser les couches pour ce à quoi elles sont conçues. En résumé, le vrai pouvoir des couches est dans leur utilisation et non dans le fait de les porter.

Mais alors si nous utilisons si souvent et facilement des couches, cela n'a-t-il pas un effet sur notre continence ?

Pour la majorité d'entre nous, on nous a appris à être totalement propres quand nous étions des jeunes enfants. Cet apprentissage est l'une des modifications comportementales à long terme les plus puissantes. Elle peut être traumatisante pour certains, et pour les bébés ou enfants, c'est souvent la première fois qu'ils sont forcés à faire quelque chose qu'ils ne veulent pas faire et dont ils ne voient pas l'intérêt. Bien sûr c'est une généralisation grossière. Mais il n'en demeure pas moins que l'apprentissage de la propreté reste quelque chose de puissant et que l'on oublie ou occulte facilement. Le simple fait de le vouloir le « désapprendre » ne suffit pas.

Un rapide coup d'œil sur les sites AB vous confirmera le fait que beaucoup d'Adult Babies *veulent* devenir incontinents. Il y a des centaines de fichiers d'hypnose conçus pour exactement atteindre cet objectif et alors que la plupart de ces sites sont inefficaces, certains semblent actuellement bien faits et peuvent avoir un réel effet.

Alors pourquoi devenir incontinent ?

Est-ce possible, pour un grand nombre d'Adult Babies, que le fait de devenir incontinent *valide* le fait de porter des couches ?

C'est probablement une observation simple et sans mérite, mais ça ne signifie pas qu'elle soit incorrecte ! Il y a une multitude de forums et de sites où les Adult babies expriment leur profond désir de refaire pipi au lit ou de perdre le contrôle de leur vessie, voire de leur intestin. Alors pourquoi ont-ils ce désir ?

Vouloir être incontinent est, d'une certaine façon, une occasion de justifier l'utilisation des couches, en particulier pour une utilisation 24/7. Si nous avions qu'un faible contrôle nous mouillerions souvent nos lits et pantalons, si bien que les couches deviendraient nécessaires et notre désir de porter des couches bébés deviendrait secondaire. Cette possibilité nous est clairement refusée et les couches en sont l'issue, dans tous les cas. Nous avons besoin d'elles, c'est pourquoi nous les portons.

Il est vrai que certaines personnes pourraient avoir ce désir d'être incontinentes afin d'avoir une excuse pour porter des couches à l'extérieur où, normalement on ne comprendrait pas que quelqu'un porte des couches par choix. En devenant incontinent, le port des couches peut être justifié aux yeux des autres et, d'une certaine façon, être nécessaire.

Une autre raison plaçant pour l'authenticité : mouiller délibérément votre couche est une chose, mais mouiller par accident ou sans s'en rendre compte est quelque chose de bien différent. C'est *sincère*, c'est *authentique*. C'est le vrai objectif. En allant plus loin encore, on pourrait considérer que ce type d'incontinence serait défini comme une *incontinence régressive*. Une personne qui a fortement régressé peut développer une incontinence ou une énurésie dans le cadre de l'enfant qui est en lui. D'une certaine manière, ce ne serait pas vraiment une incontinence, mais un peu comme le préapprentissage de la propreté, comme un bébé le ferait. Vous ne voulez pas nécessairement mouiller votre couche délibérément, mais plus par accident et pendant que vous êtes en régression profonde où l'Adult Baby est si jeune et si régressé que le stade du préapprentissage de la propreté s'enclenche.

Il y a certaines personnes qui, même avec si elles ont atteint le stade adulte, n'ont toujours pas acquis la propreté. Pour elles, un lit ou une couche humides semblent tout à fait acceptables et avec peu de conséquences, si bien que ça reste une alternative au pot. C'est un des points de travail de la théorie freudienne. Cela n'est pas rare et fait partie de la régression chez les Adult Babies. Ce point nous relie fortement à un temps de notre enfance, ou petite enfance dans notre cas, et peut affecter notre comportement. Il est tout à fait possible que l'énurésie et l'incontinence soient le résultat physique de nos transformations psychiques lorsqu'on régresse profondément.

Mais alors qu'en est-il du comportement conditionnel ?

Pour certains qui ne sont pas totalement incontinents lorsqu'ils mettent une couche, ils ressentent rapidement une forte envie de faire pipi. Pour d'autres, ils remarqueraient qu'alors même qu'ils ont quelques fuites, lorsqu'ils sont en couche les fuites deviennent plus importantes. Par exemple, une personne qui mouille de temps en temps son lit, elle constatera qu'elle est plus souvent mouillée, lorsqu'elle porte une couche la nuit, que sans. De même, une personne avec une continence normale pourrait trouver quand portant simplement une couche cela conduit à des accidents, parfois même sans s'en rendre compte. C'est ici que nous nous trouvons confronter au conditionnement opérant.

BF Skinner (1938) a défini le conditionnement opérant comme « Le changement de comportement par l'utilisation d'un renforcement donné par la réponse souhaitée ». Pour certains Adult Babies, porter une couche et la mouiller apportent du plaisir, une libération, une sécurité et d'autres impressions ainsi que d'autres réponses. Par conséquent, peu à peu, en portant leur

## Le casse-tête de l'incontinence

couche, ils se conditionnent à la mouiller immédiatement pour atteindre ces ressentiments à nouveau. Pour certains, ce conditionnement remplace leur comportement naturel de rester sec tandis que pour d'autres, cela les pousse à se mouiller par choix.

En résumé :

Il est très courant que les Adult Babies aient un degré d'incontinence. Pour certains, c'est naturel alors que pour d'autres, c'est plus émotionnel et psychologique tout en étant aussi authentique et puissant. Pour la plupart, cela reste quelque chose qu'ils souhaitent au moins pour justifier l'utilisation des couches et par là même, répondre à leur attente d'être de nouveau un bébé. Encore une fois, le fait de vouloir ou d'arriver à une incontinence pour justifier l'utilisation des couches et/ou pour retomber en enfance est quelque chose de commun chez les Adult Babies.

Pour beaucoup, les principaux problèmes pratiques avec une lourde incontinence restent moins importants et inquiétants par rapport à la création d'une forme de dépendance aux couches qui ressemble au temps où ils étaient bébés. Les aspects positifs sont plus grands que ceux négatifs. Et pour les autres, leur incontinence se présente comme une réponse conditionnelle au fait de porter des couches.

Pour conclure, il convient de reconnaître ceux pour qui la continence est un fardeau. Parmi ces personnes, certaines n'ont jamais vraiment « accroché » à l'apprentissage de la propreté et c'est pourquoi avoir un lit ou un pantalon sec est plus une bataille quotidienne. Pour eux les couches donnent un sens entre être ou ne pas être un Adult Baby et ils les porte pour lutter contre ce conflit quotidien.

Alors quel est *votre* niveau d'incontinence ?

Michael Bent.

Traduit par Simba

Relecture BebeOsteo

AB Discovery (c) 2015

[www.abdiscovery.com.au](http://www.abdiscovery.com.au)

Pour beaucoup de chrétiens ou de croyants en Dieu, il arrive souvent de se poser ce type de question « *Comment fais-je avec ma foi ?* » Qu'est-ce que Dieu pense de ça ? Est-ce une erreur ou une mauvaise chose ?

Il est peut-être temps d'avoir une petite réflexion là-dessus et voir ce que Dieu lui-même a dit là-dessus. Tout d'abord, il n'y a pas commandement « Tu ne sauras pas un Adult Baby ». Il faut donc développer et approfondir le sujet !

Je suis catholique, baptisé, aimant Dieu et cherchant à Le servir et Lui obéir. Je lis Ses paroles presque tous les jours et recherche ce que Dieu veut pour moi. Mais toute ma vie, j'ai été conscient d'avoir cette puissante envie d'être un bébé et comme pour beaucoup de gens, cela rentre en conflit avec mon cheminement au côté de Dieu. Cela ne veut pas dire nécessairement que c'est mal, mais le pouvoir de la régression fait ressentir une sorte de conflit. Ce conflit pouvait me distraire et m'affecter, en grande partie parce que je ne savais pas comment le gérer et comme toutes les autres choses d'un Adult Baby, mais également parce qu'il n'y avait personne avec qui en parler.

Donc comment le gérer ?

Premièrement, laissez-moi vous raconter une petite anecdote personnelle. Je précise par avance qu'aucune expérience personnelle ne remplace la Parole de Dieu. En tant que chrétiens nous devons accepter que la Bible fasse autorité par rapport à nos opinions ou croyances. Malheureusement, la Bible n'a dit rien d'explicite sur le fait d'être un Adult Baby, donc nous devons chercher plus en profondeur.

Il y a quelques années j'étais, comme toujours, en lutte pour être un Adult Baby et malgré tous mes efforts je n'étais pas satisfait. Je ne pouvais pas m'arrêter. Je ne pouvais pas le faire correctement, si bien que j'étais frustré de ne pas pouvoir y arriver. J'étais également en conflit avec son accordement et une vie chrétienne active. Alors une nuit quand je priais je crois que Dieu m'a dit simplement « Il est temps maintenant ». C'est à ce moment-là que Rosalie et moi commençons notre relation parent/enfant et à l'intégrer dans nos vies. Mais ce que nous n'avons pas mis dans nos livres ce sont les clés que j'ai utilisées pour moi. Il s'agit de quelques mots de Dieu qui disent en substance c'est bon tu peux être qui tu es. Ce fut l'une des plus grandes révélations pour moi ! Pour beaucoup de catholiques, la plus grande question à laquelle ils doivent faire face, n'est pas QU'EST-CE QU'il faut faire, mais plutôt « est-ce que ce que je fais est juste ? »

La question n'est pas facile parce que la réponse n'est pas systématique « oui ». Ce n'est pas une carte blanche pour s'excuser de tout ce que l'on veut faire. Alors au lieu d'analyser seulement mon expérience, regardons d'un peu plus près ce que nous disent les Ecritures.

Commençons par le premier commandement :

*« Je suis le Seigneur ton Dieu, qui t'ai fait sortir du pays d'Égypte, de la maison d'esclavage. Tu n'auras pas d'autres dieux en face de moi. » (Ex 20 ; 2-3).*

Je veux commencer affirmant que Dieu doit toujours être prioritaire sur tout et que rien ni personne ne peut être placé au-dessus de Lui. Je sais, de par mon expérience personnelle, que la régression peut être extrêmement puissante et qu'il y a certainement des personnes qui ont placé le fait d'être AB au-dessus des autres choses (et des gens) dans leur vie. Pour un chrétien, tout, y compris notre côté AB, doit être soumis à Dieu. C'est non négociable, mais ironiquement, cela n'apporte pas que des choses négatives.

D'accord, ça ne semble pas très utile, mais il est crucial d'accepter et de comprendre que l'importance et la primauté de Dieu sont dans la question que nous nous posons. C'est aussi pour nous aider à accepter la notion des *limites* dans ce que nous faisons.

Nous acceptons (ou devrions accepter) que Dieu nous aime de façon inconditionnelle et d'une façon que personne ne peut comprendre. Cet amour est éternel et il ne dépend même pas du fait que nous faisons ou non des choses justes. Ça ne veut pas dire que nous sommes exemptés de faire des choses bonnes. En effet dans la lettre de St Paul Apôtre aux romains (Rom 6, 1-2)

« ...Allons-nous demeurer dans le péché pour que la grâce se multiplie ? Pas du tout ! »

Nous sommes obligés de vivre avec droiture et non dans le péché.

Et maintenant nous arrivons au point crucial : **être un Adult Baby est-il un péché ?**

Très simplement, « être » n'est pas un péché. Les péchés sont nos actions et nos pensées qui vont à l'encontre de Dieu et de la droiture. C'est un objectif élevé et irréalisable bien sûr et c'est pourquoi Dieu a envoyé son fils Jésus sur la Terre. Être un Adult Baby n'est pas un péché en lui-même. Comment distinguer alors ce qui peut ou ne peut pas dépendre de ce que nous faisons ?

*Il y a une formidable parabole de Jésus qui m'a toujours rassuré, elle est tirée de l'Evangile de Saint Mathieu (Mt 19, 14) :*

« ...Laissez les enfants, ne les empêchez pas de venir à moi, car le royaume des Cieux est à ceux qui leur ressemblent »

Depuis quelques années, j'ai lu et compris ce passage d'une façon que la plupart des croyants ne pourront comprendre. La morale pourrait être « venir comme un enfant » à Dieu en adoptant un langage et une foi ressemblant à celle d'un enfant. Cependant, pour moi, être un enfant est une seconde nature parce que...JE SUIS UN ENFANT dans beaucoup de façons et souvent.

J'ai lu la bible pour enfant pendant que je régressais et répondais simplement comme un enfant le ferait. J'ai prié même quand j'étais très petit, or la prière est un curieux mélange entre l'adulte et l'enfant que seul Dieu peut comprendre.

A cet égard, être un Adult Baby peut réellement nous rapprocher de Dieu si nous le permettons ; en laissant notre immaturité et notre nature d'enfant se tourner directement vers Lui. Ceci a été une éclairante révélation de savoir qu'être un Adult Baby pouvait avoir un impact positif sur mon chemin avec Lui !

Mais il y a bien plus que cela et nous le savons parfaitement. Il s'agit de nos comportements et nos attitudes que nous avons quand on veut être un bébé et nous devons faire avec.

Nous vivons dans un monde très permissif qui permet tant de choses qui sont clairement en dehors des normes et de ce que Dieu veut pour nous. Le plus évident et le plus puissant, pour nous Adult Baby, est notre approche vis-à-vis de la sexualité. Qu'on le veuille ou non, la Bible est très claire sur la sexualité du point de vue de Dieu. Il condamne le sexe en-dehors du mariage et l'adultère. Ce n'est pas une croyance populaire, mais si nous sommes chrétiens nous devons prendre tous les principes, pas uniquement ceux qui nous plaisent. C'est une diatribe théologique bien sûr, mais c'est le cœur de la question.

Ce n'est pas parce qu'on est des Adult Babies qu'on est dispensé de suivre les lois de Dieu.

Dans notre ouvrage, nous parlons des Safe Zones et Unsafe Zone pour la vivre sa régression. Dans ce contexte, nous pouvons aller plus loin et parler de BONNES ZONES et de MAUVAISES ZONES.



Il y a des comportements que nous *savons* contraires aux principes du christianisme. Et certaines choses nous sont interdites.

Le port des couches n'est en aucun cas un pêcher, mais si le port des couches vous fait pêcher alors vous devez modifier votre attitudes ou prendre d'autres mesures pour éviter de pêcher à nouveau. Il n'y a pas d'excuse !

Lettre de St Jacques : « Soumettez-vous donc à Dieu... » (Jc 4, 7)

À la fin, peut-être que l'ultime clé est juste : la soumission à Dieu et vivre en accord avec son enseignement. Il nous laisse faire du mieux que nous pouvons, y compris les erreurs !

« ... une merveilleuse définition de la « soumission » à dieu est de vivre sous les commandements divins plutôt que de vivre d'après nos modes de vie fondés d'un point vue humain. C'est un processus d'abandon de soi à notre Père. »

Je vous souhaite le meilleur dans votre vie en tant Adult Baby pour apprendre à combiner le meilleur et le pire de ce dilemme que nous partageons.

« Cherchez d'abord le royaume de Dieu et Sa justice, et tout cela vous sera donné par surcroît. » Mt 6, 33

Michael Bent

[www.abdiscovery.com.au](http://www.abdiscovery.com.au)

Traduit par Simba

Relecture BebeOsteo

## Je savais que j'étais différent dès mes 4 ans. Je

me souviens alors que j'étais allongé dans mon lit me demandant si en pensant aux couches ou aux articles de bébé, mon énurésie pourrait être plus importante que la nuit précédente. Ça ne m'a pas bouleversé. C'était juste une observation. Je suis et je reste une personne perspicace et alors que je ne savais ni lire ni écrire, je faisais déjà un lien entre mes *pensées* et mon énurésie. Même si ça n'a pas changé grand-chose par rapport à cette dernière.

J'ai mouillé mon lit toutes les nuits jusqu'à mes 13 ans et pas une seule nuit j'ai pu imaginer que c'était un problème. Bien que je n'aie jamais pensé à ça, le pipi au lit ne m'a jamais dérangé. C'était normal, facile et sans souci pour moi. Mes parents étaient très tolérants, compréhensifs et leurs rares colères ne m'ont ni affecté ni changé mes pipis au lit. Ce n'est que vers mes 13 ans qu'ils ont exprimé de sérieuses préoccupations à propos de mes problèmes et m'ont encouragé à faire des efforts ce qui me permit de passer des nuits plus ou moins sèches. Ce n'est pas pour autant que mon énurésie est partie définitivement. Il m'arrivait, quelques années plus tard, d'avoir encore des accidents et à l'approche de mes 20 ans j'ai recommencé à mouiller mon lit régulièrement jusqu'à aujourd'hui. Et oui à 50 ans je mouille mon lit tous les soirs.

C'est toujours à mes 4 ans, là où j'ai fait ce rapprochement, que j'ai commencé à vouloir remettre des couches. M'ayant retiré très tôt mes langes, peut-être faisais-je pipi au lit pour, d'une certaine façon, en reporter, mais si je ne pense pas que cela en soit la vraie raison. Je voulais des couches tout simplement. Je n'avais aucun problème avec mon énurésie, mais je voulais toujours porter des langes.

Ma petite sœur de 2 ans était toujours dans ses langes et au petit matin, après qu'on lui ait retiré ses couches mouillées, je les enfiais rapidement sur moi, toujours humides. J'approchais de mes 5 ans à cette époque mais je peux encore rappeler ces sentiments de bonheur et d'excitation quand je mettais un lange mouillé. Je me sentais bien. Mais surtout *vrai*.

Je fus attrapé bien sûr et j'ai bredouillé une explication idiote. Mais ce jour-là, cette expérience a été un pivot et j'ai réalisé que je voulais porter des couches. Les opportunités furent très rares. Il fallut attendre 5 ans de plus pour qu'une autre petite sœur naisse et que les langes refassent leur apparition. Comme la dernière fois, j'ai porté ses couches mouillées et sèches, mais avec plus de prudence et je ne crois pas avoir été repéré. A cette même période, j'ai essayé de porter des couches au lit, et j'ai apprécié. Mais ce fut aussi un grand échec car à cette période mes parents me réveillaient vers 23h pour m'emmener aux toilettes. Or je me suis réveillé le lendemain matin sans les langes. On ne m'en a jamais parlé. Je suppose qu'ils ont pensé que je porter des couches pour mon énurésie. Mais ils avaient tort. Je portais des couches parce que je les aimais et ce fut le début de mon désir de vouloir être un bébé

Vers mes 10 ans, normalement vous ne comprenez pas vraiment ce qui vous arrive. Vous faites c'est tout. Mais dans mes dernières années de préadolescence, je pris vraiment conscience que mon intérêt pour les couches et les articles pour bébé étaient hors du commun et je n'en parlais pas. J'ai fait ce que je pouvais faire, mais en secret. C'est aussi à cette période que j'ai commencé à porter occasionnellement les petites culottes de ma sœur et ce fut les premiers signes de mon côté « sissy » dont je vous parlerai plus tard. Non pas que je voulais être une fille, parce que je n'avais pas encore découvert que mon pénis était « extraordinaire » ! Mais je voulais une partie de ce que les filles ont. Quand j'avais 10 ans, les filles dans ma classe faisaient de la danse tandis que les garçons faisaient « autre-chose ». Même si maintenant je repense à cette immense déception de ne pas pouvoir faire de danse ou porter des jolies choses, je suis un véritable homme, mais j'ai toujours cette « attirait » pour les articles féminins.

Ma nonchalance pour mon énurésie me permettait d'en parler avec d'autres enfants de ma classe et, sans vraiment de surprise, trouver d'autres énurétiques. En discutant je ne comprenais pas

pourquoi la plupart des gens voyaient l'énurésie d'une façon péjorative alors qu'avec d'autres, on en parlait avec *fierté*.

Un évènement marquant se déroula quand j'avais 12 ans. Un nouveau camarade de classe m'a invité chez lui après l'école. Quand on est allé dans sa chambre, j'ai vu que son lit était couvert de poupée et d'ours en peluche. C'était extraordinaire pour moi, mais ce qui a particulièrement retenu mon attention, ce fut le linge sur le sol, encore dans une large culotte plastique faite main. C'était à lui ! Mon nouvel ami portait des couches la nuit et en plus de poupées et des jouets, il avait encore d'autre objet de bébé. Malheureusement il ne resta pas l'école jusqu'à la fin de l'année, mais cela m'a rassuré par rapport à mon attirance pour les couches et autres accessoires de bébé

C'est au début des années 70, en Australie, et les langes pour les personnes, autres que ceux des bébés, n'existaient pas. Les couches jetables étaient encore à quelques années d'ici, mais le désir pour les langes continua à grandir et je compris un peu plus ce que je ressentais. Mais je restais très souvent seul avec ça. J'ai rapidement appris que malgré le fait qu'il y ait beaucoup d'enfants qui mouillent leur lit même au lycée, ils *ne veulent pas* en parler. Quand j'avais de rares moments d'intimité, je me fabriquais des couches avec des serviettes ou des draps. La découverte de la masturbation fut bien sûr une chose grandiose, comme pour tous les garçons. Par contre, je me masturbais en pensant aux couches et à des situations de bébé où l'on me faisait devenir un bébé. J'étais en train de relier progressivement mon désir sexuel avec les couches et la régression.

Jusqu'à ce qui va suivre, je n'avais jamais été affecté par mes désir des couches et de la régression. J'étais un étudiant modèle, souvent brillant en classe, mais à mon entrée au lycée, cela commençait à changer. Je me préoccupais plus des couches que de l'école et je ne savais pas comment me remettre sur le droit chemin. Mon niveau chutait et resta moyen la plupart de mes études au lycée. Si je me concentrais et travaillais dur sur un sujet tout en faisant abstraction des couches, j'arrivais à obtenir un A. Mais la plupart du temps, j'avais des B ou des C et ma passion pour les couches et la régression commençait à me consumer.

L'université arriva et malgré un esprit brillant et des talents indéniables, je restais moyen. A cette époque je portais des couches pour bébé et les plus grandes culottes en plastiques que je pouvais trouver et dans lesquelles j'arrivais encore à rentrer. J'étais obsédé et contrôlé par mes désirs pour elles et je laissais tomber mes autres perspectives.

En dépit de mon obsession, j'ai rencontré une merveilleuse femme et nous nous sommes mariés. Elle était *un peu au courant* de mon côté bébé/couche mais sans qu'elle sache vraiment. Les langes n'étaient tout simplement pas une option pour moi-même si cela commençait à augmenter mon énurésie.

Les années passèrent, et alors que nos 4 enfants naissaient et grandissaient, mon besoin de couche/régression augmenta et il fallait que je trouve des petits moments précieux. Je pouvais porter des langes quand j'étais tout seul et pour des courts moments. Je mouillais le lit et je me réjouissais de pouvoir revivre comme un bébé. Mais le pire dans tout ça, c'est la manière dont cela a affecté mon couple et moi-même.

Ces besoins et désirs affectaient considérablement mon travail et ma progression dans la vie. Ils me consumaient alors même que c'était des petits moments, pour quelques instants. Alors que tout allait bien dans notre mariage, il y avait toujours cette pression de mon côté bébé.

J'ai commencé à atteindre le stade où le garder à l'intérieur et le cacher étaient impossibles. Je *n'avais* que quelques moments couches/bébé. Mais ce n'était jamais assez parce que, comme je l'ai compris après ces décennies, le bébé a besoin de plus que le fait de porter des couches et de se masturber. Grâce à de nombreuses épreuves et peines, arguments et silences, ma femme a finalement réalisé que j'étais un bébé, et moi de même.

Jusqu'à cet instant, j'ai souffert et donc ma femme aussi. Notre mariage allait toujours bien, mais moins bien que ce qu'il aurait dû être. J'avais régulièrement de douloureux maux de tête et du stress plus que la normale. Je me réveillais, quelques matins, si tourmenté par mes besoins de bébé que je n'avais qu'une communication non verbale pendant des heures sans pouvoir échanger. J'étais en colère très souvent, et le pire c'est que je ne pouvais rien y faire. Il n'y avait aucune cause extérieure à ma colère, mais cela venait plutôt de mon monde *intérieur*.

Mon énurésie était devenue très lourde à ce moment-là et j'ai commencé à porter des couches la nuit de temps en temps, souvent à la demande de ma femme. C'était une expérience étrange pour ne pas dire plus, comme si nous étions à l'aube de quelque chose. Et c'est alors qu'il se produisit la chose suivante...

Brutalement, j'ai commencé à mouiller mon pantalon dans la journée me rendant compte de ce qui se passait. A partir de ce moment-là j'étais si mal que je décidai unilatéralement que j'allais porter des couches tout le temps. Je ne pouvais aller nulle part sereinement et les efforts pour rester sec étaient trop grands. Et j'ai soudainement tout changé...

Environ une semaine après, ma femme me regarda pendant le déjeuner et me dit « tu sembles beaucoup plus heureux ! » et c'est alors que je réalisai que *j'étais* en effet heureux maintenant. Pas heureux parce que je portais mes couches tant désirées, mais plutôt parce que le stress qui me détruisait était parti au loin ! J'étais heureux ! Et au cours des semaines qui suivirent, je remarquai de nombreux autres changements significatifs. Je n'étais plus du tout énervé. Ma personnalité s'est radicalement transformée. Les maux de tête, ce fléau, avaient entièrement disparu. Je dormais mal pendant de nombreuses années, il me fallait des heures pour m'endormir et je me réveillais fréquemment dans la nuit. Et, du jour au lendemain, je m'endormais en quelques minutes et pour toute la nuit. Je dormais littéralement comme un bébé.

Notre relation a continué à s'améliorer, même la nuit, et je me sentais à nouveau comme une personne normale après toutes ces décennies. Oui, j'appréciais d'être langé, mais l'enjeu majeur était que la dynamique qui avait perturbé ma vie pendant 50 ans était en grande partie traitée maintenant. J'étais de nouveau langé et me sentais en sécurité. Evidemment il n'y avait pas que ça ! Ce serait trop simple sinon !

Une année après, j'étais heureux de me sentir libre, tant au niveau physique qu'émotionnel, mais il y avait encore un aspect que je n'avais pas encore abordé. Oui, j'étais langé et c'est une ENORME chose, mais il restait encore un enjeu ; être un bébé. Je suis un Adult Baby et ça signifie plus que porter des couches.

J'avais quelques vêtements pour bébé, tétine et d'autres choses, mais ce n'était pas « acceptable » dans notre vie. Je les portais pendant de courts instants, mais ce n'était pas suffisant. J'ai compris maintenant que les couches sont un grand vecteur quand on veut être un bébé, mais les couches toutes seules ce n'est pas assez. Il y avait quelques désaccords et clairement une certaine réprobation jusqu'à ce moment particulièrement magique quand nous avons trouvé un terrain d'entente où ma femme a accepté que je sois, à un certain degré, un bébé. C'est le moment de notre vie où « soit ça passe soit ça casse » et c'est « passé ».

Je suis toujours langé 24/7, mais maintenant nous intégrons quelques petites choses du monde Bébé dans nos vies. Comme la plupart des personnes le découvrent, essayer d'avoir un mode de vie bébé est quasi impossible et vous pouvez juste saisir les opportunités lorsqu'elles se présentent. Mais ce qui a vraiment changé, c'est qu'elle a accepté le fait que j'étais un bébé et elle était même prête à m'aider. Pour être honnête, l'aide était assez petite et limitée, mais c'était le geste qui comptait le plus. Le besoin primaire pour tout Adult Baby est d'être accepté, par son conjoint(e) où quelqu'un qui compte pour lui, comme un *bébé*, un vrai bébé. Le besoin secondaire

est d'avoir une sorte de relation parent/enfant. Evidement c'est en grand partie impossible à obtenir, mais il peut exister dans l'attitude et dans certain geste.

Et donc c'est ce que nous avons fait.

Nous avons toujours des enfants à la maison, donc porter des vêtements pour bébé à la maison est clairement impossible mises à part dans certaines occasions. Mais la nuit c'est différent, je porte généralement des vêtements pour bébé au lit. Je prends ma tétine (sucette) avec moi ainsi qu'un ours en peluche qui est d'une grande aide pour dormir. J'ai donc des instants bébé *tous les jours* même si je suis endormi pendant la majorité d'entre eux.

Être un Adult Baby est pour beaucoup, une malédiction. Pour moi ça a eu un effet négatif sur ma vie la plupart du temps, mais nous avons décidé de changer cela. Depuis quelques années maintenant, je peux dire honnêtement que le dynamique bébé/couche ne consomme plus ma vie ou a des effets néfastes sur mes décisions ou capacités et c'est un réel soulagement. Elle a finalement trouvé sa place dans ma vie, dans notre mariage, plutôt que d'être un démon tapi dans l'ombre. Si notre mariage est toujours extraordinaire, c'est en grande partie parce que nous avons fait face aux défis des couches et de la régression dont nous en sommes ressortis vivants.

Si j'écris cet article, c'est en grand partie dans l'espoir que des conjoint(e)s déprimé(e)s et désespéré(e)s pourront le lire ou que des Adult Babies au bout du rouleau voient qu'il est possible de changer et d'aller mieux.

Je finirais là-dessus : je sais que pour les conjoint(e)s, concubin(e)s et même pour la famille, la dynamique des Adult Babies est incompréhensible et vous la haïssez vraiment. Je sais que ça peut être extrêmement dur pour vous, mais je voudrais vous assurez que toute cette colère, cette frustration et déception que vous éprouvez envers votre partenaire AB, ne sont rien comparées aux *nôtres*. Nous devons vivre avec, jour après jour. Ça définit qui nous sommes et pendant qu'il vous blesse, il nous *fait mal*. Pour certain ça leur a coûté leur vie.

Mais ça peut réellement merveilleusement bien fonctionner si nous nous débarrassons de nos préjugés, le compromis et le travail pour soi peuvent-être la source d'une magnifique et unique relation.

J'espère que mon histoire vous aura éclaircis et pourquoi pas même donné de l'espoir.

Michael Bent 2015

[www.abdiscovery.com.au](http://www.abdiscovery.com.au)

Traduit par Simba

Relecture par BebeOsteo

### Introduction

Dans notre premier livre - Il y a un bébé dans mon lit ! – nous avons essayé d'expliquer la relation avec un AB puis nous avons essayé d'identifier les clés pour comprendre la pensée AB, dans le livre – Psychologie de la régression. Cela est l'une des choses flagrantes que les experts en psychiatrie ont manquée lors du siècle passé. En effet, en dissociant d'une part le fétichisme des couches/langes et d'autre part la régression infantile, ils ont fait ressortir ce que beaucoup d'entre nous ont toujours su ou supposé : l'Adult Baby qui est en nous est très différent de ceux qui portent et aiment simplement les couches. Il y a les Diaper Lovers (fétichistes) et les Adult Babies (régressifs).

L'Adult Baby est maintenant connu dans la société, même s'il n'est pas particulièrement bien compris. Peu importe la façon dont on est un Adult Baby, il existe des niveaux avec différentes expressions de régression et ça peut être tout à fait évident si vous savez ce que vous recherchez.

Il y a ceux qui portent des couches et qui régressent occasionnellement afin de trouver leur « place » ou leur « place de bébé » pendant un certain temps avant de revenir. Ce sont des Adult Babies. Et il y a ceux qui font ça fréquemment, longtemps et profondément avant de revenir. Ils sont aussi appelés Adult Babies. Toutefois, il y a une troisième catégorie, ils sont rares et plus complexes que les autres Adult Babies car ils ne retournent *pas vraiment* en mode adulte parce qu'ils n'ont jamais été *Pleinement* adultes.

Dans le précédent article, il a été fait référence au concept de **l'identification primaire et de l'identité inconsciente**. Ce concept nous aide à comprendre pourquoi chez beaucoup d'adeptes de la régression, la partie bébé est plus qu'une simple addiction ou un simple amusement ou une relaxation. C'est en fait une séparation d'identité. La notion la plus importante est l'identité inconsciente, c'est-à-dire qu'elle est subalterne, de taille et de puissance inférieure à notre identité primaire d'adulte. Elle n'est pas moins importante, juste moins puissante.

Il est généralement accepté que les personnes régressives comme les Adult Babies le font pendant une certaine période de temps avant de revenir totalement à leur état d'adulte initial. Il peut y avoir certains comportements typiques ou « fuites » (R.Bent 2012) qui peuvent persister. Mais le côté bébé est généralement complètement submergé sous l'adulte dominant. Cependant, il y a quelques Adult Babies où la régression n'a pas de fin, ou pas totalement. Ceci s'explique par l'identification inconsciente à l'enfance qui a été expliquée dans le précédent paragraphe.

D'un point de vue extérieur, ils n'apparaissent pas totalement régressés au sens technique du terme, parce qu'ils ne laissent pas leur état infantile prendre le contrôle. Ils sont toujours capables de vivre dans le monde adulte, d'utiliser des compétences et avoir des relations d'adultes. Mais le côté adulte est construit sur un noyau infantile. Cela se manifeste chez eux par des traits puérils ou enfantins qui échappent à leur attention mais qui peuvent être vus par des observateurs perspicaces alors qu'ils ont une intelligence, un vécu et une personnalité tout à fait normaux. Lorsqu'ils régressent, la régression provient d'un état plus profond de régression classique non pas d'un état non-régressé.

Ces personnes sont ce que j'appelle des Bébés Naturellement Infantile dans la mesure où beaucoup de leur comportement a des aspects ou des pointes infantiles la plupart du temps indépendamment des régressions réelles.

Ils sont habituellement populaires auprès des tout-petits et jeunes enfants – même comme compagnons de jeu – parce qu'ils se rapprochent d'eux à un niveau dont ils n'ont pas conscience. Ils vont regarder les programmes télévisés pour enfants. Ils vont regarder les jouets pour bébés ou pour enfants avec un détachement d'adulte, mais choisiront intérieurement celui avec lequel ils voudraient jouer si vous leur en donniez l'opportunité. Ils vont souvent mouiller leur lit comme des adultes souffrant d'énurésie alors qu'ils sont émotionnellement mûrs et sans raisons apparentes. Ce sont ceux qui sont incontinents sans aucune raison médicale et font tout cela en dehors d'un jeu de rôle ou d'un épisode de régression, car ils ont ce noyau infantile en eux. Être propre n'a pas de réelle

## Derrière la régression – Le Bébé Naturellement Infantile

résonnance pour eux car il s'agit d'un niveau plus âgé et plus mature que leur noyau n'a pas encore atteint. Pour ces personnes, la régression ne va pas ou ne sort pas d'un état infantile, mais va plus ou moins profondément dans un état infantile déjà présent. C'est plus que de la simple régression.

Une caractéristique du Bébé Naturellement Infantile (BNI) est que le fait de se conduire de manière infantile se fait de manière naturelle. Ceux qui sont seulement des bébés dans leur état régressif ne peuvent pas simplement « sauter dans leur rôle de bébé » à un instant T. Ils ont besoin d'initier leur déclencheur régressif ou trouver leur chambre de bébé et pendant un temps donné descendre dans l'enfance. Contrairement à un BNI qui peut commencer à se comporter ou penser comme un enfant en un temps très court, généralement en quelques secondes, parce qu'ils sont *toujours* des enfants. Ils n'ont pas « grandi » depuis l'enfance. La seule chose qui change est leur degré d'enfance.

Examinons les traits de comportements qui séparent les BNI des AB :

- un niveau important dans le comportement en bébé adulte,
- le début de manifestations de fortes pulsions infantiles pendant l'enfance,
- l'énurésie sans raison médicale,
- un retard ou une absence d'apprentissage de la propreté,
- une incontinence urinaire précoce sans raison médicale,
- une paraisse intestinale conduisant à de nombreuses couches sales sans raisons apparentes,
- une excellente relation, *d'égal à égale*, avec les bébés et les jeunes enfants,
- un fort besoin de succion, par exemple la demande du sein, du biberon, la suce/tétine ou du pouce,
- beaucoup de masturbation, souvent inapproprié,
- jouer ou désirer jouer avec des jouets pour enfants,
- regarder des programmes pour enfant avec un niveau de compréhension/implication approprié,
- lire des livres pour enfants y compris les livres d'images,
- marcher à quatre pattes en dehors des périodes régressives,
- faire des caprices,
- crier,
- refuser de parler ou utiliser le langage bébé,
- ne pas changer leur couche quand ils le devraient (si incontinent),
- ne pas se sentir à l'aise dans des vêtements pour adultes mais dans des vêtements pour bébés,
- avoir des peurs infantiles en dehors des périodes régressives,
- jeu anal,
- fascination pour le popo.

Bien sûr, beaucoup de ce qui précède peuvent s'appliquer parfois chez les Adult Babies classique, mais un BNI présentera la plupart de ceux-ci et ils ne seront pas nécessairement liés à des signes évident de régression. Un BNI peut sembler se comporter normalement en adulte et en quelques seconde, marcher à quatre pattes ou sucer une tétine ou faire popo dans leur couche dans un endroit ou à un moment inapproprié.

Le BNI doit faire face à une immense difficulté. En effet il n'est pas juste un AB qui est un adulte avec des pulsions et des besoins d'être un enfant. Mais plutôt un adulte qui est encore en grande partie un enfant qui ne s'arrête jamais, ne dormira jamais et qui demandera régulièrement de l'attention, du temps, du contrôle et de l'éducation.

## Derrière la régression – Le Bébé Naturellement Infantile

Traiter avec un AB dans une relation est toujours difficile car inhabituel, même pour les amis ou partenaires DL. L'AB a des besoins et des désirs qui doivent être satisfaits, mais ils peuvent être facilement programmés et traités malgré que ça ne puisse pas se faire tout le temps. On traitera de ce détail dans un autre livre. Dans tous les cas, les BNI sont des cas à part qui demandent plus attention.

Pour aller plus loin, un AB a un fort désir de relation parent/enfant où leurs partenaires adoptent un comportement parental au moins pendant leur épisode de régression et parfois en dehors de ces périodes, dans la vie normale. C'est l'une des pulsions dominantes chez n'importe quel AB. Alors que les BNI vont plus loin avec leurs partenaires en leur demandant de devenir de vraies mères efficaces face à un enfant imprévisible. Bien que la relation adulte-adulte ne soit en aucun cas éliminée, un BNI nécessitera un maternage important *tout le temps*. Tout le temps est la différence importante. Une partenaire compétente et attentionnée sera en fait la mère d'un BNI *tout le temps* et devra simplement adapter le maternage en fonction de l'âge apparent de « son enfant ». Mais encore une fois il est essentiel de comprendre que le rôle de mère ne se termine jamais complètement parce le noyau infantile est toujours présent. Pour une relation parent/enfant avec un AB, le maternage a un début et une fin, mais avec un BNI ce maternage est simplement un aller-retour continu.



### S'occuper d'un Bébé Naturellement Infantile

La dichotomie entre l'enfant et l'adulte dans un même corps fait qu'il est difficile de savoir ce qu'il faut faire avec des BNI, surtout quand ils semblent être adultes la plupart du temps. Pourtant en réalité, il existe un conflit, voire une bataille interne qui redéfinit ou restreint ce qu'ils sont, comment ils agissent et comment ils se sentent.

L'une des premières observations (et dilemme) pour un couple AB qui se lance dans une dynamique de parent/bébé, est que les besoins et envies du bébé changent et évoluent pendant un laps de temps jusqu'à trouver son équilibre. Ça peut être frustrant et imprévisible parce qu'en effet pour chaque AB, en dehors d'une relation amoureuse et parent/enfant, ses envies sont faites par *opportunité*, non par besoin. Ils veulent porter des couches *quand ils peuvent*. Ils veulent être habillés *quand ils veulent*. Ils veulent jouer comme un bébé *quand ils veulent*. Ces restrictions artificielles forcent l'AB à se limiter de manière significative pour trouver la meilleure dynamique qu'ils peuvent. Mais dans une relation, leurs comportements se développent et se transforment jusqu'à ce qu'ils arrivent à l'*expression réelle* de leur bébé intérieur ou du moins tendent à s'en approcher. Tant qu'il y aura toujours un équilibre entre l'adulte et le bébé avec la pression et les obligations propres à l'adulte, on peut trouver le stade très proche de l'AB qu'il est vraiment. Cependant pour les BNI c'est beaucoup plus difficile.

Alors que pour le « vrai bébé adulte » son identité et son expression peuvent être un tout petit ou un jeune enfant ou encore un enfant, les BNI seront typiquement très jeunes et souvent autour de 12 mois voire moins. Les BNI sont rarement des petits, mais plutôt un des bébés avec des besoins, des pulsions et des expressions qui sont essentiellement infantiles. Cela place un niveau de responsabilité nettement supérieur sur le parent pour répondre à ses besoins et les équilibrer avec le monde adulte.

#### RESUME :

Certaines personnes qui lisent cet article n'auront aucune idée de ce dont il est fait mention. Mais pour d'autres cela fera écho à leur idée d'être un bébé « tout le temps ». Le niveau de désir et le besoin d'être un bébé s'inscrivent dans un mouvement de va-et-vient qui ne disparaît jamais réellement. Leur « côté » bébé est une véritable identité inconsciente qui est belle et bien formée, bien qu'il y manque beaucoup d'éléments et qu'elle soit subordonnée à l'identité adulte. Les BNI sont des adultes, mais avec encore une part d'enfance.

Traduit par Simba

Relecture par bebeosteo

[www.abdiscovery.com.au](http://www.abdiscovery.com.au)