



DOSSIER SPIRITUALITE N°1

UNE N.D.E, C'EST QUOI ?

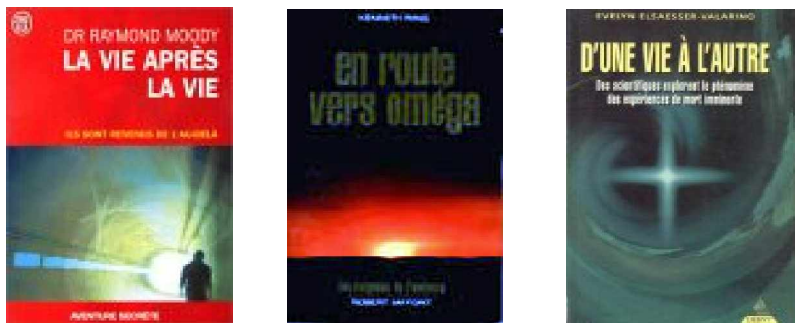
Quelques remarques générales au sujet des N.D.E

Pour plus de commodité nous utiliserons dans ce dossier consacré aux N.D.E, le terme anglo-américain d'expérienceur pour désigner toute personne ayant vécue une Expérience de Mort Imminente (E.M.I), encore appelée N.D.E (Near-Death Experience), ou E.F.M (Expérience aux Frontières de la Mort). A noter que dans la réalité, les expérienceurs ne connaissent pas l'intégralité des phases que nous décrivons ici. Généralement, seules quelques-unes d'entre elles sont vécues. Ce qui est remarquable dans le phénomène des N.D.E, c'est que nous retrouvons toujours les mêmes phases, bien qu'il n'y ait pas deux N.D.E identiques. Il arrive, cependant, que l'ordre des phases soit différent d'une N.D.E à l'autre. Malgré tout, les chercheurs s'accordent pour dire qu'il existe une sorte de « structure type » de la N.D.E, un modèle de référence, dont ils soulignent les caractères d'invariabilité et de permanence, quelque soit la culture, l'époque, la zone géographique, l'âge et le sexe du sujet. C'est le Dr Raymond Moody qui est le premier à avoir mis au point un modèle dans le déroulement des phases d'une N.D.E.

Il faut, malgré tout, se méfier des systématisations hâtives et des modèles figés. Il est en effet important de comprendre qu'une N.D.E est une expérience globale et globalisante qui se prête mal à une dissection parcellaire de ses éléments que l'on essaierait par la suite de relier entre eux par des liens de cause à effet. En réalité, cette expérience se situe tellement au-dessus de la capacité de nos outils analytiques habituels, que toute tentative visant à la comprendre en la divisant, et en l'émiettant en quelque sorte, s'expose inexorablement à en travestir la véritable nature. Un exemple frappant est le fait que certains des expérienceurs qui ont pris connaissance du schéma et du contenu de la « structure type » que nous exposons ici, nous ont dit que l'ordre des phases et les descriptions de ces phases ne correspondaient pas du tout à ce qu'ils avaient vécu. Ils ne reconnaissaient pas leur expérience dans le modèle standard qui circule aujourd'hui dans la littérature traitant des N.D.E. De telles remarques doivent être prises en considération et les chercheurs doivent en tirer les conséquences qui s'imposent. Une représentation modélisée d'un phénomène et d'une expérience, comme la « structure type » pour les N.D.E, est certes un moyen commode qu'utilise l'intelligence humaine pour essayer de comprendre cette expérience, mais ce n'est qu'un outil qui doit être perfectionné avec le temps et qui, en aucun cas, ne doit devenir un dogme rigide.

Il s'avère que la possibilité d'expérimenter une N.DE serait une constante universelle, une possibilité inhérente à la condition humaine qui ne serait ni rare, ni récente. Par ailleurs, les N.D.E sont remarquables par la richesse de leur contenu. Potentiellement, elles comportent une prodigieuse variété de thèmes de réflexions et d'interrogations, ainsi que des voies de recherches prometteuses dans des domaines aussi différents que la mécanique quantique, ou l'existence d'entités immatérielles, désignées comme étant des « anges », ou des « guides ». D'ailleurs, ceux qui s'intéressent aux N.D.E, découvrent bien vite en les étudiant, qu'il semble impossible d'épuiser l'immense champs de recherches qu'elles contiennent à l'état latent. Pour établir cette « structure type », nous nous sommes inspirés des travaux du Docteur Raymond Moody, et principalement de son livre fondateur, « La vie après la vie ». Nous avons aussi puisé dans l'oeuvre du professeur Kenneth Ring, surtout dans ses deux livres intitulés : « Sur la frontière de la vie », et l'excellent « En route vers Omega ». Le livre d'Evelyn Elsaesser-Valarino, intitulé « D'une vie à l'autre », nous a été d'une grande aide pour reconstituer l'ordre des différentes phases. Quelques-uns des témoignages que nous avons pu recueillir lors de nos investigations personnelles ont complété utilement nos études livresques. Enfin, en consultant au fil des années l'abondante littérature qui a été publiée sur ce sujet nous y avons trouvé confirmation du modèle que nous présentons ici. Nous proposons à la fin de ce dossier une bibliographie aussi complète que possible (décembre 2008). Le lecteur pourra ainsi se faire une idée du nombre et de la diversité des publications (en France) concernant les N.D.E.

Trois livres incontournables.



Ci-dessus : à gauche, « La vie après la vie », le best seller mondial du Dr Raymond Moody. Le livre fondateur de la recherche sur les N.D.E. Au centre, le livre de Kenneth Ring, « En route vers Omega », qui est une réflexion sur le sens à donner à ces expériences aux frontières de la mort. A droite, « D'une vie à l'autre », l'enquête menée par Evelyn Elsaesser-Valarino auprès des plus grands spécialistes de la recherche sur les N.D.E.

Ci-dessous : l'oeuvre de Jérôme Bosch (1450 - 1516) représentant « La montée des Bienheureux vers l'Empyrée » (Venise, Palais Ducal). Cette oeuvre est une illustration saisissante de la phase de l'entrée dans le tunnel rapportée par de nombreux expérienceurs. L'âme ou la conscience survivante du défunt s'apprête à rencontrer la Lumière située au bout du tunnel. L'âme est accompagnée d'un « guide » ailé, et au loin, un personnage (un parent décédé peut-être) semble l'attendre.



Les principales phases de la N.D.E

-1) - Phase de danger mortel.
-2) - Phase physiologique d'entrée dans la mort.
-3) - Phase de calme et de paix.
-4) - Phase autoscopique (sortie hors du corps).
-5) - Phase du tunnel.
-6) - Phase de rencontre avec un ou plusieurs « guides ».
-7) - Phase de la Lumière.
 - a). Panorama de la vie.
 - b). Connaissance intégrale.
-8) - Phase de la rencontre avec des personnes décédées.
-9) - Phase des paysages paradisiaques.
-10) - Phase de la cité de lumière.
-11) - Phase de la vision d'une frontière.
-12) - Phase de la prise de décision.
-13) - Phase de retour dans le corps.
-14) - Phase d'intégration de l'expérience.
-15) - Phase de mutation.
 - a). Renversement des valeurs.
 - b). Changement de personnalité.
 - c). Recherche de connaissances nouvelles.
 - d). Dons psychiques.
 - e). Envie de partager son expérience.
 - f). Préoccupations écologiques.
 - g). Développement de la créativité.

1) - Phase de danger mortel.

Dans cette phase, les conditions externes sont réunies pour entraîner la mort. Il s'agit généralement de situations critiques comme des accidents, des chutes, et toutes sortes de situations potentiellement mortelles. Les conditions externes peuvent être accompagnées de la sensation de mourir et de l'imminence de la mort. Les conditions externes entraînent la perception d'un danger mortel. Dans cette phase, si les conditions externes mortelles sont réunies, l'intégrité physique de l'expérienceur est encore intacte. C'est la phase qui précède le choc lors d'un accident ou d'une chute par exemple. Dans le cas des chutes, nous possédons un étude fort intéressante effectuée par l'un des pionniers de la recherche sur les N.D.E - Albert Heim - intitulée : « Remarks on fatal falls », Year Book of the Swiss Alpin Club (1892). Les enquêtes de Heim montrent que lors de chutes en montagne mettant la vie des

alpinistes en danger, ces derniers pouvaient vivre des expériences qui se rapprochent des N.D.E. Une restriction est à apporter ici, car il existe des cas où des N.D.E se sont produites en dehors de tout risque mortel. Il n'est donc pas nécessaire, en effet, d'être physiquement proche de la mort pour vivre une N.D.E (ce n'est donc plus une N.D.E au sens stricte du terme, mais plutôt une expérience similaire ou E.C.M : Expérience de Conscience Modifiée). Des études récentes ont montré qu'une personne en bonne santé peut vivre une N.D.E. Cette restriction est importante, car elle montre que la N.D.E n'est pas intrinsèquement liée à la détérioration des fonctions biologiques de l'organisme. Cette remarque peut nous servir à valider le rapprochement entre les N.D.E et les expériences religieuses, mystiques, ou initiatiques. Nous pensons que les phases de l'expérience initiatique traditionnelle comporte en effet de nombreux points communs avec les phases vécues lors d'une N.D.E.

2) - Phase physiologique d'entrée dans la mort.

Lorsque la N.D.E survient dans des circonstances pouvant entraîner la mort, lors d'un accident ou d'une maladie par exemple, l'état interne (physiologique et organique) de l'expérienceur est généralement très dégradé. Il entre alors dans le processus qui conduit naturellement à la mort, et les mécanismes physiologiques correspondants sont amorcés. On peut enregistrer extérieurement une perte de connaissance, un arrêt cardiaque brusque, un électroencéphalogramme plat, un pouls indétectable, une respiration imperceptible. Dans cette phase, les conditions physiologiques objectives sont réunies pour aboutir réellement à la mort clinique. L'intégrité physique de l'expérienceur est gravement menacée.

3) - Phase de calme et de paix.

En opposition avec la phase précédente, il semblerait qu'il se produise un renversement de l'état psychique du mourant au moment où celui-ci pénètre plus avant dans le processus de la mort. Succédant à la peur et à l'angoisse de mourir, un grand calme et une paix profonde envahiraient soudainement son esprit. Même les douleurs physiques les plus vives disparaîtraient subitement, pour laisser place au bien-être, au calme et à la tranquillité intérieure. Vue de l'extérieur l'entrée dans la mort peut nous sembler terrible, mais vue de l'intérieur elle pourrait être perçue de façon totalement différente.

Voici le témoignage significatif d'un rescapé tiré du livre de Moody « La Vie Après la Vie » : « *A l'instant de la blessure, j'ai momentanément ressenti une très vive douleur, puis la souffrance a disparu. J'eus la sensation de flotter dans un espace obscur. Il faisait ce jour-là un froid intense, mais tandis que je me trouvais dans le noir, tout ce que je ressentais était une douce chaleur et un immense bien-être, tel que je n'en avais jamais éprouvé auparavant. (...) Je me rappelle avoir pensé : Je dois être mort* ».

4) - Phase autoscopique (sortie hors du corps).

La phase autoscopique correspond à l'épisode de sortie hors du corps. L'expérienceur dit qu'il a vécu une véritable décorporation, c'est-à-dire l'abandon du corps par la conscience, encore appelée O.B.E (Out of Body Expérience). Lors de cette décorporation il se voit lui-même comme quelqu'un d'autre car il n'a pas immédiatement conscience d'être hors de son corps. Il éprouve une sensation de légèreté et il découvre qu'il

flotte au-dessus de son corps inerte. Il voit le personnel médical s'affairer autour de son corps pour tenter de le ramener à la vie. Il possède la faculté de « lire » directement dans les pensées des personnes présentes dans la pièce. Il éprouve aussi la sensation de « planer » ou de « voler » au plafond de la pièce. De nombreux expérienceurs disent avoir vu, par exemple, la poussière au-dessus des lampes qui éclairaient la pièce. Brusquement, l'expérienceur réalise qu'il est vraiment mort, mais cette situation n'engendre pas forcément de l'angoisse. Il a la faculté de se déplacer au travers des objets matériels, des personnes, et des murs. Les déplacements sont généralement très rapides, à la « vitesse de la pensée » disent les témoins. Cette situation offre aussi la possibilité de se déplacer très loin de l'endroit où se trouve le corps physique. Certains expérienceurs prétendent être sortis de leur corps, avoir quitté notre planète et s'être retrouvés dans l'espace au-dessus de l'atmosphère terrestre. Bien que le corps physique ait été abandonné, l'expérienceur a parfois la sensation de posséder une sorte de corps subtil, une sorte de double énergétique du corps physique.

5) - Phase du tunnel.

L'expérienceur se sent aspiré dans une sorte de tunnel obscur, ou dans un couloir étroit, voir dans une « canalisation », et même parfois dans un « entonnoir ». De façon générale il est pris dans un tourbillon qui l'entraîne dans une cavité sombre. Il existe cependant des cas, mais ils sont plus rares, où l'expérienceur dit qu'il a franchi un tunnel de lumière, ou un passage d'énergie protectrice, avant de pénétrer dans la lumière. Il éprouve aussi la sensation de ne pas savoir où il est. Dans la majorité des cas, le déplacement dans le tunnel est aussi très rapide. La vitesse est si prodigieuse, que l'expérienceur à, dans certains récits, l'impression de ce déplacer plus vite que la vitesse de la lumière et de franchir d'énormes distances (« un nombre infini de kilomètres » disent certains) en un temps presque nul. Au bout du tunnel il y a comme une « étoile », ou une lumière qui scintille. Plus l'expérienceur progresse dans le tunnel, et plus la lumière augmente d'intensité. Il se sent irrésistiblement attiré par cette lumière. Il éprouve l'envie de rejoindre à tout prix cette lumière. Lorsqu'il est dans le tunnel l'expérienceur entend parfois différents sons qui peuvent être harmonieux, comme une sorte de musique inconnue sur terre et d'une très grande beauté. Au contraire, il peut percevoir des sons pénibles et dérangeants. La notion de tunnel doit d'ailleurs être utilisée avec beaucoup de précautions, car il n'est pas du tout certain qu'il s'agisse d'un tunnel tel que l'entend le sens commun. Des témoins se sont demandés si le tunnel en question avait une réalité propre ou s'il s'agissait d'une sorte « d'effet tunnel » produit par la très grande vitesse de déplacement de la conscience. Quelques-uns d'entre eux évoquent, d'ailleurs, un « vide noir » plutôt qu'un tunnel.

6) - Phase de rencontre avec un ou plusieurs « guides ».

Les « guides » sont décrits comme étant des entités spirituelles qui sont parfois assimilées aux Anges gardiens. Les « guides » peuvent aider l'expérienceur à franchir la phase du tunnel. Ils communiquent télépathiquement avec lui, le rassurent et lui font comprendre que tout va bien se passer pour lui. En général, ils répondent toujours aux questions que se pose l'expérienceur. Des chercheurs ont remarqué que les « guides » apparaissent très souvent dans les N.D.E des enfants et qu'ils prennent alors une apparence féminine (sans doute pour rappeler l'image la mère). Les « guides » sont toujours bienveillants. Lors des N.D.E provoquées par un accident, il arrive que les « guides »

conseillent l'expérienceur dans son comportement pour lui éviter de graves blessures physiques, ou tout simplement pour l'empêcher de mourir.

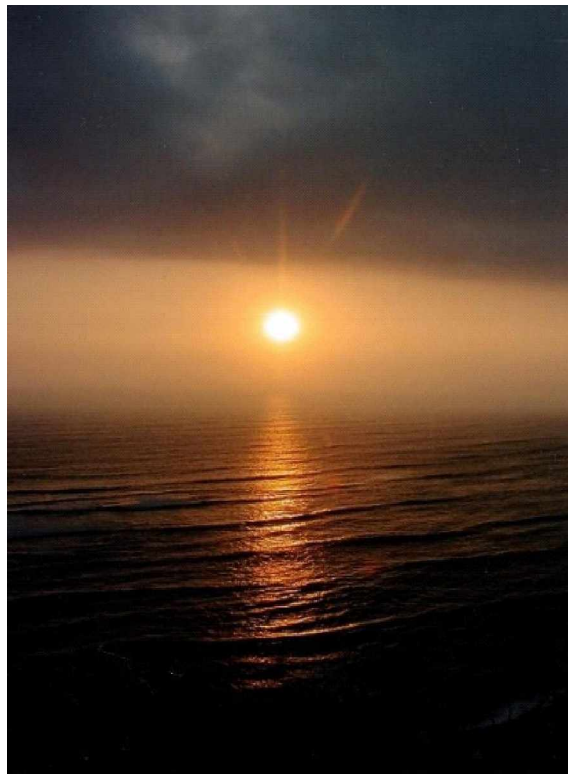
Les « guides » peuvent prendre l'apparence d'une entité humaine ayant un corps subtil éclatant revêtu d'une tunique blanche qui descend jusqu'aux pieds (à noter que les pieds sont presque toujours invisibles). Ils peuvent aussi se présenter uniquement sous une forme lumineuse indéfinie, sorte de foyer énergétique de conscience pure. Parfois même, l'expérienceur ne voit aucune forme, mais il ressent une présence près de lui et il entend le son d'une voix en lui-même.

7) - Phase de la Lumière.

Elle comprend :

- a). **Panorama de la vie.**
- b). **Connaissance intégrale.**

Une fois toute la distance du tunnel franchie, l'expérienceur pénètre dans ce qu'il décrit comme une Lumière (que nous écrirons désormais avec un L majuscule) d'une beauté ineffable. Mais cette Lumière bien qu'étant très brillante (blanche ou dorée), ne brûle pas les yeux. Elle n'est ni aveuglante, ni éblouissante. Elle n'empêche pas de voir distinctement les objets environnants. Dans certains récits, la Lumière est comparée à un soleil, ou à un coucher de soleil, dont on peut curieusement regarder les rayons en face sans être incommodé. Dans la Lumière, il peut y avoir perception d'autres couleurs qui sont décrites comme étant très vives et parfaites. Elle ressemble parfois à une sorte d'arc-en-ciel supraterrrestre. Une sensation de chaleur est souvent associée à la perception lumineuse.



Cette source lumineuse est fascinante. Elle exerce sur l'expérienceur un attrait irrésistible, presque magnétique. La Lumière est perçue comme un Etre ayant une personnalité investie d'une grande puissance. Elle est douée d'une compréhension illimitée et Elle semble tout connaître de nous. Quand l'expérienceur traverse la Lumière, il se sent enveloppé par Elle. C'est comme s'il pénétrait dans un autre univers, dans une autre forme de réalité. La Lumière semble être un univers à elle seule, ou comme une « porte » permettant d'accéder à cet univers.

Les expérienceurs décrivent parfois une sorte de fusion entre la Lumière et eux. Ils deviennent la Lumière et Elle devient eux. Lorsqu'il est plongé dans la Lumière l'expérienceur ne se préoccupe plus de son existence terrestre, ni de son corps, ni de ses parents, ni de sa famille et de ses amis (pour ses propres enfants la question est plus délicate). Il est dans un état où seule existe la conscience, mais une forme sublime et transcendante de la conscience. Il comprend alors que la vie réside essentiellement dans la conscience.

Pour l'expérienceur, la fusion avec la Lumière est une nouvelle naissance à un niveau plus élevé d'existence. Il y a une communication directe entre l'expérienceur et la Lumière. Cette communication est comparable à un transfert immédiat de la pensée et des idées, sans aucun obstacle. Les pensées qui « circulent » sont nettes, claires, non équivoques, nobles, limpides, elles ne sont entachées d'aucune erreur ni d'aucun mensonge. Les pensées sont émises et reçues sans l'intermédiaire d'aucun langage particulier. Toutes les pensées sont immédiatement comprises. L'information semble « circuler » de façon instantanée. La Lumière est apaisante, réconfortante, douce, et chaleureuse. Certains expérienceurs n'hésitent pas à dire que la Lumière est gaie, et qu'elle possède même un solide sens de l'humour. Parfois, la Lumière peut prendre la forme d'un « être humain » très lumineux. Dans le processus de la N.D.E, la Lumière met fin à la phase obscure et sombre du passage dans le tunnel. Elle représente donc un stade nouveau et supérieur de ce processus. Le passage de l'obscurité à la Lumière est interprété comme le passage de l'état de mort à celui d'une forme de vie nouvelle. Il s'agit alors d'une vie régénérée, équivalente à une renaissance spirituelle.

Quand il pénètre dans la Lumière l'expérienceur est confronté à diverses expériences qui revêtent pour lui une singulière importance. La phase de la Lumière doit donc être considérée comme représentant le noyau dur de la N.D.E, « l'expérience centrale », selon l'expression de Kenneth Ring : « le coeur et le noyau de la N.D.E ». C'est la phase transcendante par excellence, ce qui d'une certaine façon lui donne son sens. Tous les témoins le disent : après le passage dans la Lumière l'être humain n'est plus le même.

De nombreux expérienceurs ont rapporté le fait que la Lumière, ou plus exactement l'Etre de Lumière qui s'exprime à travers Elle, posait une question essentielle concernant leur vie. Cette question pouvait prendre les formes suivantes :

- Es-tu préparé à la mort ?
- Es-tu prêt à mourir ?
- Qu'as-tu fait de ta vie ?
- Qu'as-tu fait de ta vie que tu puisses me montrer ?
- Qu'as-tu fait de ta vie que tu estimes suffisant ?
- Qu'as-tu fait pour autrui ?
- As-tu aimé suffisamment ton prochain ?

La façon dont cette question est posée ne suggère pas, de la part de la Lumière, une condamnation ou un jugement quelconque. La question aide au contraire l'expérienceur à prendre conscience des vraies valeurs de la vie. Elle l'oblige à revoir son point de vue sur ce qui est essentiel et sur ce qui ne l'est pas. A noter que ce questionnement de la Lumière est directement lié à la vision du panorama de la vie que nous allons examiner plus loin. L'expérienceur ne dispose pas des éléments nécessaires qui lui permettraient de répondre à la question posée par la Lumière. C'est pour lui donner les moyens de saisir la portée de cette question que la Lumière entraîne l'expérienceur dans son passé (voir phase du panorama de la vie).

Dans la Lumière l'expérienceur éprouve un sentiment de bonheur infini. La Lumière dispense un amour inconditionnel qui n'a pas d'équivalent sur terre. C'est une expérience cruciale, d'une profondeur et d'une beauté indescriptibles. Certains expérienceurs parlent d'extase et de béatitude, mots qui pour certains d'entre eux sont même trop faibles pour exprimer ce qu'ils ont éprouvé. L'expérienceur ressent une paix absolue, un sentiment radieux de perfection, une joie et un bonheur difficilement comparables à ceux qu'il a connus sur terre. La Lumière amène avec Elle un sentiment de sérénité absolue, de délivrance, d'apaisement, et d'éblouissement. Le témoin dit qu'il a le sentiment d'avoir retrouvé enfin sa « vraie patrie », sa « vraie demeure », c'est comme si il était de retour chez lui, ou revenait « à la maison » après les « tempêtes » et les épreuves de la vie.

Les expérienceurs qui ont des convictions religieuses assimilent la Lumière à DIEU et au Christ pour les chrétiens. Ces derniers disent parfois clairement qu'ils ont vu le Christ baigner dans cette Lumière, ou générant lui-même cette Lumière. Mais il faut noter qu'il est très rare que la Lumière se présente elle-même comme étant le Christ. Si l'expérienceur appartient à une autre culture religieuse, la Lumière sera plutôt assimilée aux divinités propres à cette culture.

a) - Phase du panorama de la vie.

Lorsque l'expérienceur pénètre dans la Lumière, il assiste généralement au panorama de sa vie et il est submergé par un immense flot de connaissances. Dans la phase du panorama de la vie, l'expérienceur bénéficie d'une revue panoramique, en couleur, hors du temps, et en trois dimensions, de toute sa vie, ou seulement des événements essentiels de celle-ci. Il y a distorsion du temps, comme si le temps était suspendu, ou « gelé », pendant toute cette phase. Si de l'extérieur il ne s'est écoulé qu'une fraction de seconde, par contre, pour l'expérienceur, le temps lui a semblé beaucoup plus long. C'est comme si le temps était changé en espace. Passé, présent, futur sont alors visibles simultanément. L'expérienceur revoit toute sa vie comme un spectateur, il assiste de l'extérieur au déroulement de sa vie.

Il juge lui-même les actes essentiels de sa vie. Il y a inversion des critères de valeur des actes par rapport à la vie terrestre ordinaire. Le système des valeurs est inversé. Ce qui paraissait important sur terre (position sociale, argent, possessions matérielles, notoriété, succès mondains, réussite scolaire, etc..), devient secondaire dans la Lumière. De même, les actes jugés insignifiants sur terre prennent alors une dimension insoupçonnée et une valeur considérable.

Importance primordiale de l'Amour. Les actes sont jugés en fonction du degré d'Amour avec lequel ils ont été accomplis. Le critère fondamental de la conduite humaine est

l'Amour. Toute notre vie est jugée à l'aune de l'Amour. Seuls les actes faits avec Amour sont essentiels et représentent un facteur de progrès spirituel.

Le panorama de la vie s'effectue sous la « surveillance » d'une présence bienveillante et aimante. Cette présence ne juge pas, elle montre simplement les bonnes et les mauvaises actions. La présentation du panorama de la vie a naturellement valeur d'enseignement pour l'expérienceur. Elle l'aide aussi à comprendre et à résoudre certains blocages profonds de sa personnalité. A noter que dans certains cas, le panorama de la vie ne se limite pas uniquement au passé de l'expérienceur, mais qu'il peut aussi bénéficier de la vision d'évènements qui ne se sont pas encore produits dans sa vie. Parfois, l'expérienceur peut même percevoir des scènes de ses vies antérieures. Dans certaines N.D.E l'expérienceur assiste à des évènements qui semblent liées à l'avenir de l'Humanité. Généralement, ce qui lui est montré concerne des catastrophes naturelles (inondations, tremblements de terre, activité volcanique accrue, etc..), des guerres, des famines, et des problèmes engendrés par la pollution. La leçon qui se dégage de ces images est que si l'Humanité s'entête dans ses erreurs et ses errements actuels, il lui faudra bientôt affronter de redoutables épreuves.

A noter enfin, que la revue panoramique de la vie peut survenir au tout début de la N.D.E, et dans ce cas, elle se déclenche au moment d'un accident, d'une noyade, ou encore lors d'une chute vertigineuse en montagne. Enfin, la revue panoramique de la vie ne doit pas être confondue avec le simple « film de la vie » qui n'est qu'une vision fugitive dépourvue de relief des évènements vécus et qui se déroule sans la présence de la Lumière.

b) - Phase de la Connaissance intégrale.

En plus de l'Amour inconditionnel, l'expérienceur se voit gratifier d'une connaissance absolument prodigieuse concernant la totalité de l'Univers. Cette connaissance est, semble-t-il, dispensée par la Lumière, ou par des « guides ». L'expérienceur a alors le sentiment que tous les secrets de l'Univers lui sont dévoilés. La Connaissance qui lui est donnée dépasse infiniment toutes les formes de connaissances humaines et les capacités cognitives de l'expérienceur lui-même. Tout se passe comme si il avait accès à un flot immense et continu d'informations, ou, selon l'expression de certains expérienceurs, c'est comme si « il se baignait dans un océan d'informations ». Avec la connaissance intégrale, l'expérienceur comprend soudain le sens de sa vie et de la vie en général. Il comprend aussi le sens de l'organisation de l'Univers. Sa compréhension s'étend des origines jusqu'à aujourd'hui, depuis le début de la création jusqu'à la fin des temps, comme si le temps et l'espace étaient abolis. Il découvre les secrets de l'espace et du temps, « ceux des planètes et du Soleil » disent certains témoins. L'expérienceur perçoit l'harmonie de toutes choses, et les liens qui unissent les êtres. Il réalise aussi que sa vie est importante et qu'il a une « mission » à remplir sur Terre. Cette connaissance n'est pas transmise verbalement, c'est au contraire un flux direct d'informations qui pénètre sa pensée. Certains prétendent que lorsqu'ils ont expérimenté cet état de connaissance absolue, ils n'ont pas eu le sentiment d'avoir « acquis » ce savoir, mais plutôt qu'ils s'en « souvenaient », comme s'il avait toujours été en eux.

Pendant sa N.D.E, l'expérienceur ressent comme une sorte d'élargissement de sa conscience. Il semble être en mesure de réfléchir plus clairement, de disposer d'une gamme plus vaste de concepts et d'idées. Sa compréhension de la réalité est plus profonde et plus vaste. Il a le sentiment d'avoir accès à la Sagesse. L'expérienceur dit qu'il a vécu sa N.D.E comme si c'était (dans ces nouvelles conditions d'existence) une version élargie de lui-même qui s'exprimait. Il se sentait plus authentiquement lui-même. Il prenait conscience que son

ego personnel n'était, en définitive, qu'un aspect contracté et limité de son être véritable, comme s'il y avait en lui une sorte de « moi » supérieur et transcendant possédant des facultés plus étendues que son moi terrestre. L'être véritable serait une parcelle de la Lumière. Notre conscience serait une parcelle de Lumière incarnée dans un corps physique. Cette conscience serait de même nature que la conscience supérieure de la Lumière. Nous serions donc fondamentalement des êtres « lumineux », dans le sens où nous serions tous des porteurs de Lumière.

En déroulant devant l'expérienceur le panorama de sa vie, en le gratifiant d'un Amour inconditionnel et d'une Connaissance intégrale, il est indéniable que le stade de la Lumière représente la phase centrale et décisive de la N.D.E. Bien entendu, les phases de la Connaissance intégrale et de la vision panoramique de la vie peuvent se présenter à tout autre stade de la N.D.E.

8) - Phase de la rencontre avec des personnes décédées.

La rencontre avec des personnes décédées peut se faire à différents stades de la N.D.E. Le plus souvent cette rencontre a lieu au moment où l'expérienceur aborde la phase de la Lumière. Il existe cependant des cas où la rencontre se produit au moment de la phase du tunnel, ou lors de la phase autoscopique. Les défunts rencontrés par l'expérienceur peuvent être des personnes connues de lui (parents et amis), ou des personnes qu'il n'a jamais connu de son vivant (un ancêtre mort avant sa naissance par exemple). Il semblerait que ce soit les défunts qui viennent spontanément à la rencontre de l'expérienceur, à la fois pour l'accueillir, et surtout pour l'aider à franchir le seuil de la mort. Il peut n'y avoir qu'un seul défunt, ou plusieurs. Certains expérienceurs, en effet, disent avoir été accueillis par une « foule » composée de défunts mais aussi de personnes inconnues. Généralement, les défunts semblent heureux d'accueillir l'expérienceur. La rencontre peut alors prendre l'allure de joyeuses retrouvailles après une très longue séparation. Dans d'autres cas, le défunt reste muet et se contente de sourire. Lorsqu'il y a communication entre l'expérienceur et le défunt, c'est toujours une communication télépathique directe, d'esprit à esprit. Les défunts peuvent apparaître dans une sorte de corps subtil diaphane, réplique exacte de leur corps physique terrestre. Même si au moment de mourir le corps du défunt avait été gravement endommagé par un accident par exemple, ou abîmé par la vieillesse et la maladie, en apparaissant aux expérienceurs, le corps ne semble pas avoir gardé les traces des circonstances de cette mort.

9) - Phase des paysages paradisiaques.

Lorsqu'il pénètre dans la Lumière, l'expérienceur est parfois projeté dans une sorte de paysage surnaturel d'une très grande beauté. Plus tard, au réveil, il pourra comparer ce paysage au « Paradis ». Les paysages décrits par les expérienceurs sont soit de magnifiques jardins, soit des prairies ou des paysages champêtres analogues à nos belles campagnes. Mais la splendeur et la beauté de ces paysages n'ont pas d'équivalents terrestres. Il y règne, en effet, une perfection si indescriptible qu'elle a fait dire à certains expérienceurs qu'ils avaient l'impression d'avoir réellement séjourné au « Paradis ». La mort semble bannie de cette étrange contrée. Aucune feuille fanée, aucune branche cassée, ni aucun arbre desséché ne vient rompre le charme fascinant de ces paysages irréels. Là-bas, tout semble étonnement vivant. Aucune trace de destruction ou de détérioration ne peut y être décelée. Tous les expérienceurs qui ont eut la chance de « visiter » ces fabuleux territoires disent qu'ils ont pu y

observer une très grande variété de fleurs et de plantes, dont certaines leur étaient totalement inconnues sur terre.

Les fleurs, par exemple, possèdent la faculté de réagir au touché en changeant de couleur. Certains expérienceurs affirment même que cette flore fantastique interagissait avec leurs propres états de conscience. L'herbe qui y pousse est d'une si extraordinaire beauté que les expérienceurs ne peuvent l'oublier. Cette nature bienveillante, parfaite et harmonieuse, donne l'impression d'être en osmose avec l'état d'esprit de l'expérienceur. Des animaux (chevaux, oiseaux, etc..) sont parfois mentionnés. Nous y voyons aussi des chemins, des clôtures, des ponts, des habitations, des lacs, des collines, et des vallées. En aucun cas, cette nature magnifique et variée ne manifeste une quelconque hostilité envers l'expérienceur, et jamais il n'y rencontre des animaux sauvages qui voudraient lui nuire.

Cette mention du « Paradis », fait aussitôt penser au fameux jardin d'Eden décrit dans la Bible, et à toutes les descriptions de jardins paradisiaques mentionnées dans d'autres traditions religieuses. La tentation est grande d'assimiler les « visions » des expérienceurs aux Paradis décrits dans les religions, mais en l'état actuel de nos connaissances ce rapprochement nous paraît totalement infondé. La première question qui vient à l'esprit lorsque l'on écoute un expérienceur nous décrire de façon parfois très réaliste ces merveilleux paysages, est celle de savoir si ce qu'il dit avoir vu était réel, ou purement imaginaire. A-t-il vraiment arpenté une telle contrée, ou bien a-t-il été seulement victime d'une projection de son esprit ? Nous n'approfondiront pas cette question ici, mais nous nous contenterons seulement de la poser. Nous ne sommes pas sûrs, d'ailleurs, qu'une réponse ne puisse jamais être fournie à cette question étant donné la très grande étrangeté de ces visions.

10) - Phase de la cité de lumière

Dans les N.D.E particulièrement profondes, les témoins mentionnent parfois la visite de « villes de lumière » (Nicole Dron). Ces « villes », qui sont généralement immenses, ressemblent à des cités terrestres. Comme elles, elles sont faites de rues, de jardins avec une végétation extraordinaire, de bâtiments et d'édifices divers. Dans certains récits de témoins il est précisé que la différence entre les cités terrestres et les « villes » de l'au-delà réside dans le fait que ces dernières sont fabriquées avec des sortes de matériaux transparents ressemblant à du Plexiglas. Ces matériaux ont la forme de briques cubiques à l'intérieur desquelles brille une « lumière d'or et d'argent ». La lumière de la « ville » semble donc provenir à la fois du centre de la ville et des bâtiments eux-mêmes. Tout dans ces « villes » respire la clarté, la pureté, l'harmonie, la beauté et la douceur. Dans les récits, la « ville de lumière » est en liaison étroite avec la Connaissance intégrale telle qu'elle a été définie ci-dessus. En effet, certains édifices de la « ville » sont parfois décrits comme étant des « cathédrales », et lorsque l'on pénètre à l'intérieur de ces « cathédrales » on se sent envahi par un flot immense de connaissances. La « cathédrale » est alors assimilée par l'expérienceur à un véritable lieu de savoir, à une sorte de bibliothèque de l'au-delà où les livres auraient la forme d'ondes lumineuses porteuses d'un savoir infini. Selon l'expérienceur, tout l'édifice est réellement fait de connaissances, comme si les matériaux de construction étaient la Connaissance elle-même. Dans ces étranges édifices, il lui arrive même d'entendre et de comprendre des langues inconnues sur Terre.

11) - Phase de la vision d'une frontière.

Cette frontière représente la limite entre le monde des vivants et celui des morts. Elle est sensée matérialiser une zone de démarcation, à la fois réelle et symbolique, entre notre condition humaine terrestre et une autre forme d'existence supraterrrestre. L'expérienceur sait que s'il franchit cette limite, il ne pourra plus revenir dans le monde des vivants. Bien qu'il leur soit difficile de la décrire avec des mots empruntés au langage humain ordinaire, certains expérienceurs ont comparé cette frontière à une étendue d'eau (lac ou rivière), à une barrière (mur, clôture, haie) et même à une montagne.

12) - Phase de la prise de décision.

Un des aspects les plus étranges de cette phase concerne la réintégration corporelle qui survient immédiatement après la décision de revenir à la vie (que cette décision soit volontaire ou non). Ce qui représente, selon nous, un véritable mystère, ce n'est pas tellement le retour de la conscience dans le corps, mais plutôt le fait qu'il y ait inversion du processus de mort à ce moment précis. En fait, nous pouvons dire que tant que la décision de retour n'est pas prise, l'expérienceur est en quelque sorte un mort en puissance ou en sursis. Tout ce passe alors comme si la vie physique de l'expérienceur était suspendue à cette prise de décision. Décide-t-il de rester dans l'au-delà, et il meurt. Décide-t-il au contraire de revenir à la vie, et comme par miracle toutes ses fonctions vitales se rétablissent, et cela, quelque soit le degré de gravité ou de détérioration de son état physique. Le fait que la vie du corps soit dépendante à ce point d'une décision d'ordre spirituelle, semble indiquer que la réalité spirituelle prime sur la réalité corporelle. Ce serait le spirituel qui, en définitive, dirigerait et gouvernerait le corporel, et non l'inverse. De nombreux cas de retour à la vie se sont produits alors que les fonctions corporelles des expérienceurs étaient si affaiblies ou détériorées que normalement (c'est-à-dire selon les critères de la médecine classique), ils n'auraient pas du survivre. L'exemple des noyés dont le cerveau avait été privé d'oxygène pendant plus de trois minutes et qui sont revenus à la vie sans aucune séquelle neurologique, est une illustration particulièrement troublante de la formidable capacité de « récupération » des expérienceurs.

13) - Phase de retour dans le corps.

Cette phase est généralement décrite de façon très succincte par les expérienceurs. Ils n'ont du retour dans leur corps qu'un souvenir bref et confus, comme si cette phase de la N.D.E était soit inconsciemment occulté, soit réellement insignifiante dans le déroulement global de l'expérience. Généralement, le retour s'effectue par le sommet du crâne (fontanelle). L'expérienceur a souvent l'impression qu'il rentre dans un vêtement trop petit pour lui et dans lequel il se sent à l'étroit. Le corps est assimilé à un « vêtement », parfois à un gant, et même à une « prison ».

14) - Phase d'intégration de l'expérience.

Tous les expérienceurs sont unanimes pour souligner le caractère transformateur de la N.D.E (surtout ceux qui ont vécu la phase transcendante de la Lumière). Une N.D.E n'est pas une expérience anodine que l'on oublie facilement. Bien au contraire, la transformation qu'elle opère est, dans bien des cas, si radicale et si profonde qu'elle laisse une

empreinte indélébile dans l'esprit de celui qui l'a vécu. Les métamorphoses intérieures qui en découlent marquent souvent une rupture définitive avec le passé, et il faut parfois de nombreuses années avant que la N.D.E soit complètement intégrée par l'expérienceur. De plus, l'intégration est d'autant plus longue et difficile que les proches (parents et amis) ne sont, dans la plupart des cas, pas du tout préparés à recevoir et à accepter ce genre d'expérience.

15) - Phase de mutation.

Elle comprend :

- a). Renversement des valeurs.
- b). Changement de personnalité.
- c). Recherche de connaissances nouvelles.
- d). Dons psychiques.
- e). Envie de partager son expérience.
- f). Préoccupations écologiques.
- g). Développement de la créativité.

a) - Renversement des valeurs.

Il semblerait que l'origine de la mutation qui s'opère chez les expérienceurs soit à rechercher dans la phase centrale de la rencontre avec la Lumière. Les expérienceurs qui n'ont pas vécu cette phase (Phase 7 - a et b) ne manifestent pas une transformation aussi radicale que ceux qui l'ont expérimentée. Certains de ceux qui ont traversé cette phase disent que la Lumière a déposé « quelque chose » en eux. Ce « quelque chose » pourrait être comparée à un don ou à une « graine » porteuse de toutes les transformations et mutations futures.

Les qualités intrinsèques de la Lumière pénètrent, d'une certaine façon, l'essence de l'individu, le menant à une union complète avec Elle. On peut alors envisager qu'une parcelle de la Lumière (une parcelle de Lumière de nature spirituelle) est déposée dans la conscience de l'expérienceur, avec transmission concomitante de potentialités psychospirituelles. La maturation ultérieure de ces potentialités dépendra de facteurs qui, eux, ne font pas partie de l'expérience.

La N.D.E modifie notablement les rapports que l'expérienceur entretenait avec son entourage. Désormais (ce que nous disons ici ne sont que des généralités brossant en quelque sorte un tableau idéal de la phase de mutation qui ne correspond pas forcément à la réalité spécifique de chaque expérienceur), il ressent une plus grande ouverture vers les autres. Il a le souci d'autrui. Il possède une nouvelle vision de l'existence humaine. Sa façon de comprendre les relations humaines est différente. Bien souvent il rejette le matérialisme et l'individualisme moderne. Il donne désormais la priorité aux valeurs essentielles de la vie. Pour lui, il y a primauté de l'être sur l'avoir, primauté de l'Amour dans toutes les situations relationnelles. Il développe la compassion à l'égard d'autrui, cultive l'oubli de soi, et s'attache à diminuer son égoïsme. Nous insistons : ce n'est qu'une approche idéalisante. La réalité vécue par le témoin est souvent très différente.

Après leur N.D.E, les expérienceurs pensent que notre passage sur Terre est relativement court en comparaison de ce qui nous attend après la mort. Pour eux, nous

sommes sur Terre pour apprendre et pour évoluer spirituellement. La vie est faite d'épreuves qui offrent justement l'occasion d'apprendre et d'évoluer. Les expérienceurs n'ont plus peur de la mort. Ils sont en majorité persuadés qu'il existe une vie après la mort. Ils pensent que lorsque nous quittons notre véhicule corporel et que nous accédons aux réalités de l'au-delà, nous continuons notre apprentissage.

Notre évolution spirituelle se poursuit après la mort. Les expérienceurs ont tendance à admettre la réalité de la réincarnation, et ils sont attirés par les religions orientales (surtout le Bouddhisme). Certains mentionnent même des souvenirs de leurs existences antérieures. En ce qui concerne leurs rapports avec les religions institutionnalisées, les expérienceurs paraissent accorder moins d'importance aux aspects formels et rituels de chaque culte. Cette tendance provient sans doute du fait qu'ils ont une vision unitive des différentes religions. Ils les considèrent comme les manifestations relatives et particulières d'une vérité absolue sous-jacente ou transcendante. D'ailleurs, un certain nombre d'entre eux rêvent d'une sorte de religion universelle qui engloberait tous les cultes particuliers. Même s'ils n'ont bien souvent qu'une vague idée de ce que pourrait être une telle religion, ce point de vue illustre sans ambiguïté la position globalisatrice, ou globalisante, qu'ils ont désormais adopté. Il semble que partout ils recherchent l'unité plutôt que la division et la séparation. Pour eux, il est urgent, aujourd'hui même, de penser en termes d'Humanité globale. Ils préfèrent mettre l'accent sur ce qui rassemble les hommes et positionne l'Humanité dans un vaste projet à l'échelle de la planète, plutôt que sur les particularismes locaux.

b) - Changement de personnalité.

La terre est un endroit merveilleux, si vous n'en connaissez pas d'autres pour vivre. Or le problème qui se pose pour un certain nombre d'expérienceurs (ceux du moins qui ont vécu la phase de la Lumière), c'est que précisément ils ont entrevu un autre monde où la vie semble y être bien meilleure que sur Terre.

Le fait d'avoir connu une réalité merveilleuse et ensuite d'être revenu sur Terre dans un corps parfois très douloureux, peut générer, et on le comprendra aisément, une profonde fracture intérieure. D'un côté il ressent la nostalgie d'une sorte de « paradis perdu », et de l'autre, il doit affronter à nouveau toutes les contraintes de l'existence terrestre. Cette situation peut engendrer un déséquilibre psychologique accompagné d'une vraie dépression.

Les difficultés de réadaptation à une vie normale sont plutôt la règle que l'exception. Les liens sociaux et familiaux établis avant l'expérience sont souvent mis à rude épreuve après une N.D.E. Les cas de divorce ne sont pas rares.

Heureusement, cette situation difficile va évoluer, et peu à peu, l'expérienceur va intégrer dans sa vie quotidienne les bouleversements provoqués par sa N.D.E. S'il réussit cette intégration, les répercussions au plan psychologique se révèlent souvent très positives. Le comportement de l'expérienceur peut parfois changer radicalement. L'intégration est réussie lorsque s'accomplit le processus qui conduit l'expérienceur à adopter, ou à retrouver, un mode d'existence plus conforme à sa nature profonde. Les traits généraux qui caractérisent le changement de personnalité peuvent être résumés ainsi :

Un amour de soi plus grand.

Une plus grande estime de soi, ainsi qu'une plus grande confiance en soi.

Une auto-acceptation de soi, de ses qualités et de ses défauts.

Un jugement plus objectif et serein sur soi-même.
 L'expérienceur cherche désormais à exprimer sa véritable identité.
 Il aspire à l'authenticité dans ses relations avec les autres.
 Il veut être, dans ses rapports avec les autres, tel qu'il est vraiment.
 Il est moins sensible à l'opinion des autres et il ne craint plus de s'affirmer.
 Il est, d'une façon générale, moins passif et cherche à s'impliquer dans divers projets.
 Il éprouve une sorte de paix et de réconciliation intérieure.
 Il apprécie simplement l'instant qui passe.

**Ceux qui ont tenté de se suicider rejettent désormais toute idée de mettre fin à leur vie.
 (Ce point est très important et il fait l'unanimité).**

L'expérienceur ne se fait plus de souci pour sa propre mort car il sait qu'une autre vie l'attend.

Si le changement de personnalité est parfois très spectaculaire, il faut savoir qu'il ne se produit pas sans souffrance, et souvent au prix de douloureuses ruptures avec le passé. En tout cas, il paraît évident que l'expérienceur ne peut plus être celui qu'il a été. Il devient impératif pour lui de devenir celui qu'il est vraiment, c'est-à-dire d'essayer de renouer avec son essence la plus intime (Lumineuse).

c) - Recherche de connaissances nouvelles.

L'expérienceur qui a entrevu la « Connaissance intégrale », sait que l'un des buts de notre bref passage sur terre est l'acquisition de connaissances nouvelles. D'où son envie insatiable de connaître et de s'informer. On a remarqué que les expérienceurs consacraient plus de temps à la lecture et à la réflexion. Ils entreprennent, dans la plupart des cas, des recherches dans le domaine de la spiritualité et s'intéressent de près aux états modifiés de conscience. Ils éprouvent parfois, une attirance marquée soit pour la cosmologie, ou la physique. En physique, leur intérêt va surtout vers la physique quantique, alors qu'ils n'ont même pas les connaissances de base dans ce domaine. Il est vrai que les concepts développés par la théorie quantique semblent plus conformes à la nouvelle vision que les expérienceurs ont de la réalité. En effet, la théorie des quanta nous donne une représentation de l'espace et du temps très différente de la conception habituelle et ordinaire de ces dimensions. Pour elle, il existe un niveau de réalité dans lequel il n'y a ni passé, ni présent, ni avenir, mais simultanéité absolue de tous les événements. Il semble que la théorie des quanta donne plus de sens aux N.D.E que la physique conventionnelle (Newtonienne). Cela ne veut pas dire que la théorie des quanta puisse donner une explication complète des N.D.E.

d) - Dons psychiques.

Selon de nombreux chercheurs, une des répercussions de la N.D.E sur l'expérienceur serait l'acquisition de dons psychiques spéciaux tels que la télépathie, la télékinésie, la clairvoyance, la précognition, les synchronicités, la rétrocognition, le don de guérison, le don de prédiction, les sorties du corps (ou O.B.E), la bilocation, et les visions de défunts. Si l'on part du principe que la N.D.E est bien une expérience spirituelle, qui peut dans certains cas être très profonde, rien n'interdit de penser que, comme d'autres expériences spirituelles (expériences mystiques par exemple), elle soit capable de déclencher un développement plus ou moins spectaculaire des facultés psychiques de l'expérienceur. Cet aspect des implications de la N.D.E est des plus fascinants. Cependant, les études dans ce domaine ne sont pas facile à réaliser, d'une part parce qu'il est difficile de prouver que c'est bien la N.D.E qui est à l'origine du « réveil » des facultés psychiques, et d'autre part parce

que ces facultés ne se laissent pas facilement appréhender par les méthodes habituelles d'investigation scientifique.

e) - Envie de faire connaître son expérience.

On a souvent souligné le fait que les expérienceurs rencontraient des difficultés pour décrire leur N.D.E et l'expliquer à des tiers. Nombre d'entre eux ont mis l'accent sur l'impossibilité où ils étaient d'en faire part à leur famille et à leurs amis. Plusieurs années pouvaient parfois s'écouler avant qu'ils osent enfin en parler à leurs proches. Je crois que cette situation a changé, et qu'il est plus facile aujourd'hui (2009), pour un expérienceur, de faire connaître sa N.D.E qu'il y a 30 ans.

Souvent l'expérienceur mentionne le fait qu'il est revenu à la vie parce qu'il n'avait pas achevé son « travail » sur Terre, ou qu'il avait encore quelque chose d'important à faire ici-bas. De fait, les expérienceurs ont désormais conscience que leur vie a un sens, ou du moins cherchent-ils une signification nouvelle à cette vie qu'ils ont failli perdre. Ils veulent connaître la finalité de l'existence en général, et savoir à quel but consacrer la leur. Les expérienceurs ont tendance à penser qu'il y a une raison pour qu'ils aient vécu une N.D.E, c'est-à-dire pour qu'ils soient revenus à la vie alors qu'il aurait très bien pu mourir. Ils ont le sentiment que leur vie s'inscrit dans un ensemble plus vaste et qu'ils ont désormais un rôle à jouer, voir même une mission à accomplir dans le monde. Précisément, ce rôle consiste d'abord à témoigner et à tenter d'expliquer aux autres ce qui leur est arrivé. D'où le désir, très ancré chez certains, de faire connaître leur expérience par toutes sortes de moyens (devenir écrivain, faire des conférences, fonder une association). A noter, d'ailleurs, le paradoxe de cette situation, puisque quasiment tous les expérienceurs insistent sur le caractère ineffable de leur expérience, d'où découle logiquement l'impossibilité où ils se trouvent de la partager avec les autres.

f) - Préoccupations écologiques.

Une des préoccupations majeures des expérienceurs, qui semble découler de leur N.D.E, concerne l'avenir de la planète et les problèmes soulevés par la pollution sous toutes ses formes. L'apparition de ces préoccupations écologiques peut s'expliquer de diverses manières. Le fait d'être passé près de la mort pourrait être en soi une raison suffisante susceptible de rendre compte du souci des expérienceurs de préserver la vie sur notre planète. Il est en effet possible que cette expérience leur ait donné une conscience plus aiguë de la précarité et de la fragilité des systèmes vivants. Cependant, je crois que cette explication n'est pas suffisante et qu'il est nécessaire d'évoquer une raison plus profonde à l'inquiétude suscitée par les récentes et graves ruptures de l'équilibre écologique. Certes nous vivons une époque où non seulement cet équilibre est très menacé, mais où nous commençons aussi à assister à l'émergence d'une timide forme de conscience écologique.

Les expérienceurs s'inscriraient donc parfaitement dans cette mouvance, mais avec cette différence que leurs motivations s'enracineraient avant tout dans l'une des phases de leur N.D.E. De ce point de vue, la phase de la revue panoramique de la vie me paraît décisive. Deux composantes de cette phase sont à prendre en considération :

- les visions planétaires semblant annoncer d'importants bouleversements à la fois géologiques, climatiques et écologiques.

- les visions d'événements sensés provenir d'une ou de plusieurs existences antérieures, et qui validerait, en quelque sorte, le point de vue réincarnationniste du destin post-mortem de la conscience humaine.

On peut sans peine imaginer que de telles visions puissent modifier en profondeur la perception que les expérienceurs ont de l'avenir. Dans ce cas, leur propre avenir (réincarnation dans un nouveau corps sur Terre) est donc intimement lié à l'avenir de la planète. Leur souci de préserver un monde habitable ne serait donc pas seulement dicté par des considérations altruistes, mais aussi par la conscience qu'il leur faudra peut-être un jour assumer, dans ce monde, une nouvelle existence.

g) - Développement de la créativité.

Il n'est pas rare (mais ce n'est pas une règle générale) qu'à la suite d'une N.D.E, les expérienceurs aient brusquement une irrépressible envie de créer. Ceux qui étaient déjà artistes trouvent alors de nouvelles sources d'inspirations, et pour certains d'entre eux, ils prétendent même être « guidés » par une force qui les dépasse. Ceux qui n'avaient pas de prédispositions particulières pour les arts se sentent brusquement inspirés par les muses et se lancent à corps perdu dans la poterie, la sculpture, la danse, la peinture.

Conclusion

La présentation de cette « structure type » n'est évidemment pas exhaustive. Elle offre surtout l'avantage de donner des points de repère (ceux qui sont le plus souvent cités dans la littérature spécialisée) pour essayer de comprendre les N.D.E. Nous sommes conscients de proposer seulement un modèle évolutif et non pas d'établir un tableau qui se voudrait définitif. A titre d'exemples nous citerons deux autres points qui auraient pu figurer dans la phase de mutation :

- Les effets biologiques éventuels (mesurables en laboratoire) des N.D.E sur les expérienceurs, c'est-à-dire, par exemple, les effets sur la composition sanguine, le système immunitaire, et le fonctionnement du système nerveux. Des études sont en cours.
- La multiplication des N.D.E en Occident et l'impact éventuel de ce phénomène sur l'évolution de l'Humanité.

Mais les recherches dans ces deux domaines sont encore si embryonnaires qu'il ne nous a pas paru opportun de les intégrer, pour l'instant, dans la « structure type ». Nous pensons que nous ne sommes qu'au début des recherches sur les N.D.E, mais si nous continuons nos efforts pour percer le secret de ces expériences, nous aurons sûrement de belles et étonnantes découvertes à faire dans un avenir proche. Personnellement, je crois que les N.D.E, nous montre un chemin d'évolution spirituelle. Elles nous livrent des informations inestimables sur la place réelle de l'être humain dans l'Univers. Elles sont porteuses de tellement d'espoirs et elles nous ouvrent des perspectives si extraordinaires, que ce serait vraiment faire preuve d'un aveuglement absurde que de vouloir les ignorer ou de les classer dans le domaine des simples curiosités psychiques. J'en suis convaincu, elles sont beaucoup plus que cela, et nous devrions dès maintenant concentrer tous nos efforts pour tenter de percer leur mystère.

Daniel Robin (*Janvier 2009*)

Bibliographie générale sur les expériences de mort imminente, et l'évolution spirituelle de l'Humanité.

ACTES DU COLLOQUE DE MARTIGUES (17 juin 2006).

- *Premières rencontres internationales sur le thème des expériences de mort imminente.* S17 Production, 2007.

AMBRE Alexis.

- *Qui dit que la mort est une fin ? Le témoignage d'une femme déclarée morte et revenue à la vie.* Editions Cœur de Lumière, 2003. Récit d'une expérience de mort imminente.

BAUDOIN Bernard.

- *La mort dévoilée. Un autre sens donné à la vie.* Editions De Vecchi, collection Spiritualité, 2003, nouvelle édition 2008. Un remarquable petit livre qui offre des perspectives fascinantes.

- *Near-Death Experiences (Expériences de mort imminente). Perceptions d'une vie après la mort.* Editions De Vecchi, 2006.

BENHEDI Louis et MORISSON Jocelin.

- *Les NDE, expériences de mort imminente. Des témoignages inédits. Un point complet sur l'état de la recherche scientifique actuelle.* Editions DERVY, 2008. Louis BENHEDI et Jocelin MORISSON animaient l'émission « Les Aventuriers de l'Etrange » sur Sud Radio.

CHARBONIER Jean-Jacques.

- *Les preuves scientifiques d'une vie après la vie.* Editions Exergue, 2008.

- *L'après-vie existe.* Editions CLC/PLEIN SOLEIL, 2006.

DESCAMPS Marc-Alain.

- *Les expériences de mort imminente et l'après-vie.* Editions DANGLES, 2008.

DESJARDINS Arnaud.

- *Pour une mort sans peur.* Editions de la Table Ronde, 1983.

DOUGHERTY Ned.

- *Voie Express pour le Paradis, l'expérience aux frontières de la mort la plus extraordinaire jamais vécue !* Editions Le Jardin des Livres, 2004. Récit d'une expérience de mort imminente.

DUTHEIL Régis et DUTHEIL Brigitte.

- *L'homme superlumineux.* Editions Sand, collection « Recherches », 1990.

- *La médecine superlumineuse.* Editions Sand, collection « Recherches », 1992.

DUTHEIL Brigitte.

- *L'univers superlumineux, Voyage au pays de l'immortalité.* Editions Sand, collection « Recherches », 1994.

EADIE Betty J.

- *Dans les bras de la lumière, un document bouleversant sur la vie après la mort.* Préface du Docteur Melvin Morse. Editions Filipacchi, 1994. Récit d'une expérience de mort imminente.

ELSAESSER-VALARINO Evelyn.

- *D'une Vie à l'Autre, des scientifiques explorent le phénomène des expériences de mort imminente.* Editions Dervy, 1999.

- *Le pays d'Ange ou la grâce de l'expérience de mort imminente.* Roman (à ma connaissance non publié à ce jour), 2001.

JANKOVICH Stephan von.

- *La mort, ma plus belle expérience.* Préface d'Elisabeth Klübler-Ross. Editions du Signal, Lausanne, 1988. Récit d'une expérience de mort imminente.

- *Réalité de la réincarnation, réflexions sur les expériences de réincarnation en état de mort clinique.* Editions du Signal, Lausanne, 1994.

JOURDAN Jean-Pierre.

- *Deadline, dernière limite. Expériences de mort imminente, 20 ans de recherches sur une énigme scientifique.* Editions Les 3 Orangers, 2006. Préface du Dr Raymond Moody. Une étude monumentale qui fait le point sur les recherches scientifiques dans le domaine des N.D.E. A lire absolument.

JOVANOVIC Pierre.

- *Enquête sur l'existence des anges gardiens.* Editions Le jardin des Livres (édition enrichie : 600 pages), 2002.

JUNG Carl Gustav.

- *Ma vie, souvenirs, rêves et pensées.* Editions Gallimard Folio, nouvelle édition revue et augmentée d'un index, 1973. Dans le chapitre X, page 331, Jung décrit une expérience vécue qui a été interprétée comme étant une N.D.E.

KUBLER-ROSS Elisabeth.

- *La mort dernière étape de la croissance.* Editions du Rocher, Jean-Paul Bertrand, 1985.
 - *La mort est un nouveau soleil.* Editions du Rocher Jean-Paul Bertrand, collection Age du Verseau, 1988.
 - *La mort est une question vitale.* Editions Albin Michel, 1996.
 - *Mémoires de vie, Mémoires d'éternité.* Editions Jean-Claude Lattès, 1998.
 Bien évidemment, nous recommandons la lecture de toute l'œuvre d'Elisabeth Kübler-Ross, qui dépasse largement la liste que nous donnons ici.

LABRO Philippe.

- *La traversée.* Editions Gallimard, 1996. Récit autobiographique d'une expérience de mort imminente.

LE BLE Aurélien.

- *De la vie à l'après-vie, le parcours des témoins, le regard des médecins.* Editions Michel Lafon, 2001.
 - *Au coin de la vie, l'étrange, 100 phénomènes paranormaux hallucinants.* Editions Michel Lafon, 2003. Dans cet ouvrage est publié le récit de l'expérience de Pierre-Jean : « Le Grand Rêve », (voir cas 89, page 237 et suivantes).

LIGNON Yves et BENHEDI Louis.

- *La vie derrière la vie, des témoignages inédits, une approche scientifique.* Editions Michel Lafon, 1998.

LORIMER David.

- *L'énigme de la survie.* Editions Robert Laffont, collection Les énigmes de l'univers, 1987.
 - *La mort l'autre visage de la vie.* Editions du Rocher, Jean-Paul Bertrand, 1995.

LYNE Léon.

- *Ma mort et puis après.* Editions Philippe Lebaud, 1990. Signé Nine Laügt, l'ouvrage a été réédité sous le titre *La porte Blanche*, Editions Les 3 Orangers, préface d'Yves Lignon, 2003. Lyne Léon est un pseudonyme. Récit d'une expérience de mort imminente.

MAURER Daniel.

- *La vie à corps perdu.* Les Editions des 3 monts, 2001.
 - *L'Autre réalité l'au-delà.* Editions du Félin, Philippe Lebaud, 2002.
 - *Les expériences de mort imminente. Science et croyance face à la survie.* Editions du Rocher, 2005.

MERCIER Evelyne-Sarah.

- *La Mort Transfigurée, recherches sur les expériences vécues aux approches de la mort (N.D.E).* Ouvrage collectif rédigé sous le patronage de l'association IANDS-France, et sous la direction d'Evelyne-Sarah Mercier. Préface d'Edgar Morin. Editions Belfond - l'Age du Verseau, 1992.
 - *Le Voyage Interdit, expériences au seuil de la mort.* En collaboration avec Vivian Muguette. Editions Belfond, 1995. Témoignages d'expériences de morts imminentes, et récit d'une initiation.
 - *Expériences autour d'un miroir, visions, apparitions, hallucinations de défunts ?* En collaboration avec Djohar Si Ahmed. J.M.G Editions, collection Science-Conscience, 1997.

MONTINERI Nicole.

- *N'ayons pas peur de mourir.* Editions Accarias l'Originel, 2008. Un texte d'une beauté admirable, bouleversant et d'une rare profondeur. L'auteur, engagée dans une voie de développement spirituel, montre que l'expérience

de mort imminente a renforcé son engagement dans cette voie, et lui a donné l'occasion de l'approfondir dans des proportions spectaculaires.

MOODY Raymond.

- *La vie après la vie, enquête à propos d'un phénomène : la survie de la conscience après la mort du corps.* Préface de Paul Misraki. Editions Robert Laffont, collection Les énigmes de l'univers, 1977.
- *Lumières nouvelles sur la vie après la vie.* Editions Robert Laffont, collection Les énigmes de l'univers, 1978.
- *La lumière de l'au-delà.* Editions Robert Laffont, collection Les énigmes de l'univers, 1988.
- *Voyages dans les vies antérieures.* Editions Robert Laffont, 1990.
- *Rencontres, l'histoire fantastique des contacts avec les disparus : de l'Antiquité aux plus récentes expériences.* Editions Robert Laffont, collection Les énigmes de l'univers, 1994.
- *Nouvelles révélations sur la vie après la vie.* En anglais : *The last laugh*, littéralement « le dernier rire ». Editions Presses du Châtelet, 2001.

MORSE Melvin.

- *Des enfants dans la lumière de l'au-delà, témoignages d'enfants sur leur voyage spirituel aux frontières de la vie.* Préface de Raymond Moody. Editions Robert Laffont, collection La vie et au-delà, 1992.
- *La divine connexion, le premier livre qui démontre la présence de Dieu dans le cerveau humain.* Editions Le Jardins des Livres, 2002.

MORZELLE Jean.

- *Témoignages d'Eternité, après notre mort... la vie !* Préface de Evelyne-Sarah Mercier. Editions Aquarius, 2003. Récit d'une expérience de mort imminente.
- *Tout commence... Après. Mes rencontres avec l'au-delà.* Editions CLC/PLEIN SOLEIL, 2007. Préface du Dr Jean-Jacques Charbonier, anesthésiste réanimateur.

NOUVELLES CLES.

- *Entrer vivant dans la mort, N.D.E et Traditions.* N° 26 novembre/décembre 1992.
- *Explorons les limites du connu...L'initiation chamanique de Vincent Ravalec.* N° 38, été 2003.

PESRIN Anne-Marie.

- *Grandissons dans la Lumière.* Editions Alphée, 2006.

PICARD Michel.

- *O.V.N.I, laboratoire du futur, du camouflage politique et socioculturel à l'hypothèse extraterrestre.* Editions Orion, collection Axis Mundi, 1997. Ce livre bouillonnant d'idées reprend dans un de ses chapitres la thèse de Kenneth Ring sur l'analogie entre les rencontres ovnis et les N.D.E.

PLATON.

- *Le mythe d'Er.* Le mythe d'Er constitue la clôture du Livre X de La République de Platon, et aussi la dernière partie de cet ouvrage. Le mythe d'Er le Pamphylien n'est pas une pure invention de Platon. Le philosophe en emprunte les principaux éléments aux traditions orphiques et pythagoriciennes.

RAULET Eric.

- *Lumières obscures, enquêtes sur les phénomènes inexplicables d'après des témoignages inédites.* Editions Dervy, 2003.

RAULET Eric et DUTS Emmanuel-Just.

- *Paranormal : entre mythes et réalités ? Actes du Symposium « Mythes et paranormal : faut-il parler des mythes ? », organisé à Paris les 18 et 19 novembre 2000 avec l'association CENCES.* Editions Dervy, 2002.

RAWLINGS Maurice.

- *Derrière les portes de la Lumière. Expériences aux frontières de la mort négatives et positives.* Editions Le jardin des livres, collection Intemporel, 2006.

RENARD Hélène.

- *L'après-vie, quatre expériences vécues ici-bas, prouvant la vie après la mort.* Editions Philippe Lebaud, 1985.
- *Des prodiges et des hommes.* Editions Philippe Lebaud, 1989.

RING Kenneth.

- *Sur la frontière de la vie*. Préface de Raymond Moody. Editions Robert Laffont, collection les énigmes de l'univers, 1982.
- *En route vers Omega, à la recherche du sens de l'expérience de mort imminente*. Editions Robert Laffont, collection les énigmes de l'univers, 1991.
- *Projet Oméga, expériences du troisième type-N.D.E.* Editions du Rocher Jean-Paul Bertrand Editeur, 1994.

RITCHIE George.

- *Retour de l'au-delà*. Préface de Raymond Moody. Editions Robert Laffont, collection Les énigmes de l'univers, 1986. Récit d'une expérience de mort imminente.

ROBIN Daniel.

- *La révélation du Point Oméga (roman)*. Editions les Confins, collection spiritualité, 2008.

SABOM Michael B.

- *Souvenirs de la mort, une investigation médicale*. Editions Robert Laffont, collection Les énigmes de l'univers, 1983.

SBALCHIERO Patrick.

- *Enquêtes aux portes de la mort. Le point sur les expériences de mort imminente*. Editions CLD, 2008.

SCHNETZLER Jean-Pierre.

- *De la mort à la vie. Transmigration et réincarnation, science et Bouddhisme*. Editions Dervy, 2006.

SCIENCE et AVENIR. n° 660 de février 2002.

- Les miraculés du coma. Les expériences de «mort imminente» obligent les scientifiques à repenser la localisation de la conscience.

SCIENCE & VIE. n° 962 de novembre 1997.

- *Coma, aux portes de la mort...Ce qu'ils ont vu*. Article signé Philippe Chambon.

SOGYAL Rinpoché.

- *Le livre tibétain de la vie et de la mort*. Editions de la Table Ronde, 1993. Avant-propos de Sa Sainteté le Dalaï-Lama. Nouvelle édition en livre de poche 2003.

THOUIN Lise.

- *De l'autre côté des choses, le miracle de la vie*. Editions Presses de la Renaissance, 1997. Récit d'une expérience de mort imminente.

TRESCASES Jacques.

- *La symbolique de la Mort ou Herméneutique de la résurrection*. Editions Guy Trédaniel, 1983, nouvelle édition 2008.

VAN EERSEL Patrice.

- *Sacrés Français !* Editions Stock, 1977.
 - *La source noire, révélations aux portes de la mort*. Editions Grasset, 1986.
 - *Le cinquième rêve, le dauphin, l'homme, l'évolution*. Editions Grasset, 1993.
 - *La Source Blanche, l'étonnante histoire des Dialogues avec l'Ange*. Editions Grasset, 1996.
 - *Réapprivoiser la mort, nouvelles recherches sur l'expérience de mort imminente*. Editions Albin Michel, 1997.
 - *Le cercle des Anciens, des hommes-médecine du monde entier se réunissent autour du Dalaï Lama*. Editions Albin Michel, 1998.
- Patrice Van Eersel est également rédacteur en chef de la revue *Nouvelles Clés*, le magazine de l'écologie intérieure.

VERMEULEN Danielle.

- *Récits de l'entre-deux-vie, étude et témoignages des Expériences de Mort Retour (EMR)*. Editions Albiana, 2002.

VIGNE Pierre.

- *Où, la vie existe après la mort ! Récits authentiques et extraordinaires de ceux qui sont revenus à la vie après avoir été cliniquement mort.* Editions de Vecchi, 1993.

WILSON Ian.

- *Enquête aux frontières de la Mort.* Préface de François Brune. Editions Exergue, 1998.



Ci-dessus : la phase autoscopique : le témoin à la sensation de sortir de son corps.