Michel Bacq

Expériences de plénitude et d'amour inconditionnel (EMI)

15 témoignages

Copies

Toute reproduction à des fins commerciales de ce document requiert l'accord préalable et écrit de l'auteur.

Du même auteur

- Avec une équipe Esdac : *Pratique du discernement en commun*, Cerf, 2022.
- *L'empathie fait des miracles*, Cerf, 2025.

Introduction

De nombreuses personnes racontent avoir vécu une expérience extraordinaire de plénitude et d'amour inconditionnel qui a transformé leur vie et les a libérées de la peur de la mort. Elles ressentent un besoin profond de partager leur expérience. J'ai rassemblé ici une quinzaine de récits d'EMI, Expériences de Mort Imminente, ou bien EMP pour Expériences de Mort Provisoire ; en anglais : NDE, Near Death Experiences. Dans ce livre j'utiliserai le terme EMI.

Toutes les EMI n'ont pas une connotation positive. Certaines personnes ont été profondément ébranlées, perturbées, déstructurées par cette expérience hors du commun. J'ai choisi de me limiter ici à des expériences qui ont stimulé la vie.

J'ouvre ce recueil avec le récit surprenant de l'un des fondateurs de la psychanalyse : Carl Jung. Les autres récits proviennent d'interviews filmées trouvées sur internet et que j'ai pris plaisir à transcrire.

Un mot revient souvent : plénitude. Il décrit adéquatement le ressenti de multiples personnes qui ont vécu une EMI. Elles ont été plongées dans un océan d'amour sans mesure. Elles ont eu conscience d'être infiniment aimées. Elles se sentaient elles-mêmes, « chez elles », comme anticipativement arrivées au terme de leur croissance. Elles étaient tellement pénétrées de lumière qu'elles redoutaient d'être prises pour des illuminées.

Elles ont revu leur vie, y compris leurs moins beaux côtés. Elles ont vécu ce bilan d'existence non comme un jugement mais comme un réajustement opéré par ce lumineux amour inconditionnel. Elles se sentaient désormais dotées de nouvelles capacités pour être, à leur tour, de lumineuses sources d'amour dans leur quotidien

Lorsqu'elles étaient là-bas, au-delà de notre univers physique, elles savaient tout. Et une fois revenues dans notre monde, elles ont tout oublié, sinon avoir eu accès à la connaissance universelle. Elles en ont gardé la conscience du sens et de la finalité de l'existence.

Elles ont expérimenté que tout est interconnecté : le végétal, l'animal, l'être humain ; le passé, le présent et le futur. Tout ne fait qu'un. Elles étaient à la fois tout et elles-mêmes.

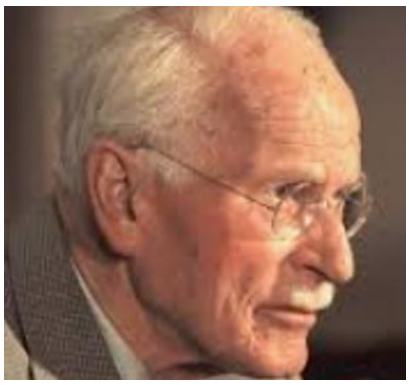
La tentation était grande pour elles de rester dans ce monde paradisiaque. Mais, en expérimentant combien l'amour se donnait généreusement à elles, elles ont réalisé qu'elles étaient appelées à leur tour à se donner généreusement à autrui. Bien plus, cet amour régénérateur leur a promis de ne pas les quitter et il s'est révélé magnifiquement adapté à leur condition terrestre. Au quotidien, il les accompagne, ouvre leur cœur, leur intelligence, leur conscience.

Je vous invite à ouvrir la table des matières et les brèves notices présentant chaque témoignage. Si un titre vous attire, commencez par celui-là. Et poursuivez au gré de vos centres d'intérêt.

Bonne lecture.

Michel Bacq

« C'était la béatitude éternelle » (Carl Jung)



Voici le témoignage de Carl Gustav Jung[1] (1875-1961), qui fut d'abord le disciple de Freud avant de prendre ses distances et de fonder sa propre approche de la psychologie. Jung confie qu'il a attendu d'avoir plus de 80 ans pour oser publier ce récit. S'il l'avait fait plus tôt, il aurait craint de perdre toute crédibilité professionnelle, voire d'être considéré comme un malade mental. Il précise que l'expérience personnelle qu'il raconte ici a joué un rôle déterminant dans ses recherches et dans ses découvertes.

Un détail de sa biographie éclaire peut-être cette ouverture : sa mère avait, dit-on, des dons de médium. N'est-ce pas l'une des raisons pour lesquelles Jung est resté, toute sa vie, réceptif à des dimensions plus vastes de la réalité, qu'il n'a cessé d'explorer de manière rigoureuse, notamment en dialogue avec Wolfgang Pauli, l'un des grands pionniers de la physique quantique ?

Au début de l'année 1944, je me fracturai le pied et peu après j'eus un infarctus cardiaque. En état d'inconscience, j'eus des délires et des visions. Ils doivent avoir commencé alors qu'en danger de mort on m'administrait de l'oxygène et du camphre. Les images avaient une telle violence que j'en conclus moi-même que j'étais tout près de mourir. Mon infirmière me dit plus tard : « Vous étiez comme entouré d'un halo lumineux ! » C'est un phénomène qu'elle avait parfois observé chez les mourants. J'avais atteint la limite extrême et ne sais si c'était rêve ou extase. Quoi qu'il en soit, des choses fort étranges pour moi commencèrent à se dérouler.

Je croyais être très haut dans l'espace cosmique. Bien loin au-dessous de moi j'apercevais la sphère terrestre baignée d'une merveilleuse lumière bleue, je voyais la mer d'un bleu profond et les continents. Tout en bas, sous mes pieds, était Ceylan et devant moi s'étendait le subcontinent indien. Mon champ visuel n'embrassait pas la terre entière, mais sa forme sphérique était nettement perceptible et ses contours brillaient comme de l'argent à travers la merveilleuse lumière bleue […].

Plus tard, je me suis renseigné et j'ai demandé à quelle distance de la terre on devait se trouver dans l'espace pour embrasser une vue d'une telle ampleur : environ mille cinq cents kilomètres ! Le spectacle de la terre vue de cette hauteur était ce que j'ai vécu de plus merveilleux et de plus féerique […].

D'en bas, venant de l'Europe, une image s'éleva : c'était mon médecin […] délégué par la terre pour m'apporter un message : […] je n'avais pas le droit de quitter la terre et devais retourner. Au moment où je perçus ce message, la vision disparut. J'étais déçu à l'extrême […].

En réalité, il se passa encore trois bonnes semaines avant que je pusse me décider à revivre […]. Durant ces semaines, le rythme de ma vie fut étrange. Le jour, j'étais le plus souvent déprimé, je me sentais misérable et faible et osais à peine faire un mouvement ; mélancoliquement je pensais : « Maintenant il me faut retourner dans ce monde de grisaille.» Vers le

[1] C. G. Jung, *Ma vie. Souvenirs, rêves et pensées*. Folio n° 2291. Gallimard. Paris, 1973, p. 331-340.

soir je m'endormais et mon sommeil durait jusqu'aux environs de minuit. Alors je revenais à moi et restais éveillé une heure peut-être, mais dans un état très particulier. Je me sentais comme planant dans l'espace, comme abrité dans le sein de l'univers, dans un vide immense, bien qu'empli du plus grand sentiment de bonheur qui soit. C'était la béatitude éternelle ; on ne peut la décrire, c'est bien trop merveilleux me disais-je […].

Quant à la beauté et à l'intensité du sentiment pendant les visions, on ne peut s'en faire aucune idée. C'est ce que j'ai vécu de plus prodigieux. Et quel contraste, le jour ! Tout m'irritait. Tout était trop matériel, trop grossier et trop pesant, limité dans l'espace et en esprit ; tout était rétréci artificiellement pour des fins inconnaissables, et cependant semblait avoir un pouvoir hypnotique péremptoire pour que nous y croyions, comme si c'était la réalité même, alors que clairement on en saisissait l'inanité […].

Á l'époque, je priai la sœur [infirmière] de bien vouloir m'excuser si jamais elle subissait un dommage : il y avait une telle sacralité dans la pièce qu'elle était dangereuse et pouvait lui nuire. Naturellement elle ne comprit pas. Pour moi la présence du sacré créait une atmosphère magique, mais je craignais que ce fut insupportable pour autrui. C'est alors que je compris pourquoi on parle de l' « odeur de sainteté » et de l' « odeur » du Saint Esprit qui remplit la pièce. C'était cela ! Il y avait dans la pièce un pneuma d'une ineffable sainteté […].

On recule devant l'emploi du mot « éternel » ; et pourtant je ne puis décrire ce que j'ai vécu que comme la béatitude d'un état intemporel, dans lequel passé, présent, avenir ne font plus qu'un […].

Après cette maladie commença pour moi une période fertile de travail. Bon nombre de mes œuvres principales ne furent écrites qu'après. La connaissance ou l'intuition de la fin de toutes choses me donnèrent le courage de chercher de nouvelles formes d'expression. Je ne tentais plus d'imposer mon propre point de vue mais je me soumettais moi-même au cours de mes pensées. Un problème après l'autre s'emparait de moi, mûrissait et prenait forme.

Ma maladie eut encore d'autres retentissements : ils consistèrent, pourrais-je dire, en une acceptation de l'être, en un « oui » inconditionnel à ce qui est, sans objection subjective, en une acceptation des conditions de l'existence, comme je les vois, comme je les comprends ; acceptation de mon être, simplement comme il est […]. Ce n'est qu'après ma maladie que je compris combien il est important d'accepter son destin. Car ainsi il y a un moi qui ne flanche pas quand surgit l'incompréhensible. Un moi qui tient bon, qui supporte la vérité et qui est à la hauteur du monde et du destin. Alors une défaite peut être en même temps une victoire. Rien n'est troublé, ni au-dedans ni au dehors, car notre propre continuité a résisté au fleuve de la vie et du temps. Mais cela ne peut se produire que si notre prétention n'interdit pas au destin de manifester ses intentions.

Le 1er février 1945, Jung écrit au Docteur Kristine Mann alors qu'il vient d'apprendre qu'elle est atteinte d'une forme grave d'un cancer[2] :

Vous savez que j'ai été moi aussi terrassé par l'ange de la mort qui a bien failli réussir à m'effacer de ses tablettes […]. Cette maladie a été pour moi une expérience extrêmement précieuse ; elle m'a donné l'occasion rare de jeter un œil derrière le voile. C'est déjà là une chose difficile : se détacher du corps, devenir nu, vide du monde et de la volonté du Moi. Lorsqu'on parvient à se débarrasser de la volonté furieuse de vivre et qu'on a l'impression de

[2] https://www.cgjung.net/espace/accueil/textes/vie-et-mort-selon-jung/

tomber dans un brouillard sans fond, commence la vraie vie, avec tout ce pourquoi on était fait et qu'on n'avait jamais atteint. C'est quelque chose d'indiciblement grand. J'étais libre, complètement libre et j'éprouvais des sensations totalement nouvelles […].

Mais pendant les trois semaines qui ont suivi, j'ai passé toute la journée à dormir et, chaque nuit, je m'éveillais dans l'univers et retrouvais cette vision. Ce n'était pas moi qui étais uni à quelqu'un ou à quelque chose. C'était uni, c'était le *hieros gamos* [mariage sacré], l'agneau mystique. C'était une fête muette, invisible, traversée par un sentiment incomparable et indescriptible de félicité éternelle ; je n'aurais jamais cru qu'un tel sentiment soit du domaine de l'expérience humaine […].

Tant que nous nous situons à l'extérieur de la mort et que nous la voyons du dehors, elle est de la plus grande cruauté. Mais dès que l'on se tient à l'intérieur de la mort, on éprouve un sentiment si profond de totalité, de paix et d'accomplissement que l'on voudrait ne plus en revenir. J'ai en effet souffert, lors du mois qui a suivi ma première vision, de profondes dépressions car je sentais que je guérissais. C'était comme si je mourais.

Je ne voulais pas vivre et retrouver cette vie fragmentée, restreinte, étroite, quasi mécanique, où l'on est soumis aux lois de la pesanteur et de l'attraction, où l'on est prisonnier d'un système tridimensionnel, constamment entraîné avec d'autres corps dans le tourbillon du fleuve impétueux du temps. Là-bas, c'était la plénitude, c'est-à-dire l'accomplissement, le mouvement éternel (et non le mouvement dans le temps)[3].

« Je suis passée de l'enfer au paradis » (Sarah Rojon)



Voici le témoignage de Sarah Rojon, interviewée par Faustine Bollaert dans l'émission de télévision Ça commence aujourd'hui, *le 10 janvier 2018. Ce récit est particulièrement intéressant pour deux raisons. D'abord, il révèle une telle soif de témoigner que Madame Rojon n'hésite pas à s'exposer dans une émission grand public afin de partager son expérience.*

Ensuite, elle raconte avoir traversé une véritable expérience d'«enfer» avant d'être immergée dans un bain d'amour et de lumière. La marque laissée en elle est celle d'un passage intérieur qu'elle choisit de refaire chaque jour : passer des ténèbres à la lumière.

- Sarah Rojon : C'était il y a à peu près deux ans, à l'occasion d'une rupture avec mon ancien compagnon qui n'a pas accepté que je le quitte. Il s'est jeté sur moi et il m'a étranglée. C'était d'une violence inouïe. Il avait vraiment le regard d'un tueur. Je savais que j'allais mourir. C'était comme inéluctable. Tout de suite, j'ai eu le réflexe de l'instinct de survie : se débattre, se défendre comme on peut. Je n'ai pas pu, face à lui. Et je crois qu'assez vite je me suis laissée aller à ce qui était. C'est-à-dire que j'ai accepté la situation.
- Faustine Bollaert : Vous avez accepté de mourir ?

[3] Ces extraits figurent dans le livre C.G. Jung, *Correspondance, Tome 2.* Repris par Jean-Pierre Robert – Juillet 2022. https://www.cgjung.net/espace/accueil/textes/vie-et-mort-selon-jung/

- Oui. J'ai accepté de mourir. Ça paraît un peu aberrant. J'ai accepté de me laisser aller. Cela ne servait à rien de résister. Je perdais mes forces à vouloir lutter. C'était inutile. J'ai eu l'impression qu'en me laissant aller, c'est comme s'il y avait une force tranquille qui émergeait, et je me suis sentie dans un état de plénitude, alors que j'étais en train d'agoniser. C'est un peu particulier. C'était atroce en fait mais c'était OK. Je suis incapable de dire combien de temps l'étranglement a duré, mais je me suis sentie partir.
- Vous aussi vous vous êtes retrouvée au-dessus de votre corps ?
- En ce qui me concerne, cette expérience de décorporation, comme vous dites, s'est faite en douceur, je ne m'en suis même pas rendu compte, parce qu'en fait je suis entrée dans le corps de mon agresseur. C'est comme si j'avais pu entrer à l'intérieur de son corps. J'étais en lui. J'étais lui. J'étais dans ses viscères, ses cellules. Et je pouvais être en contact avec sa détresse absolue, cette violence qui se déchaînait à travers lui. Je le vivais de l'intérieur, à l'intérieur de lui.
- C'est la perception que vous avez eue.
- C'est la manière dont je l'ai vécu. C'est comme cela que je peux le raconter. Je me suis retrouvée dans un espace, un lieu vraiment atroce. C'était comme si j'avais accès à toute la cruauté, toute l'atrocité de l'humanité, de l'horreur dont l'humain est capable.
- Vous êtes inconsciente à ce moment-là ?
- Je n'étais plus dans mon corps physique. J'avais perdu conscience.
- Votre corps physique avait perdu conscience ?
- Oui, mon corps physique avait perdu conscience. On le traduit dans ces termes-là. Mais j'étais très lucide. J'avais un accès particulier…
- … un accès à des choses auxquelles vous n'avez pas accès dans votre corps réel, terrestre ?
- C'est ça.
- Cela a duré combien de temps ce voyage à l'intérieur de lui ?
- Je n'en ai aucune idée. Mais, en tout cas c'était un cauchemar. Une vision d'horreur. « Terrific. »
- Et à votre réveil, vous étiez où ?
- Je ne me suis pas réveillée tout de suite. J'ai été happée par une source de lumière. C'est comme si j'étais sur des rails et que j'étais téléguidée.
- Vous avanciez sans décider d'avancer.
- C'est ça. J'étais happée par cette lumière. Alors, là, c'était en contraste extraordinaire avec ce que je venais de traverser, cette vision de l'enfer pourrait-on presque dire. Je me suis retrouvée dans un espace infini. C'était une lumière absolument merveilleuse. C'était à la fois doux et puissant. Et c'était une lumière d'amour.
- Cette lumière merveilleuse, vous avez eu envie d'y plonger ?
- J'étais dans ce bain d'amour et de lumière. J'étais complètement enveloppée. J'avais juste envie de rester là, c'était parfait […] Cette lumière m'a alors transmis l'information que je devais revenir dans ma vie terrestre. Et y retourner avec l'amour et la compassion.
- Vous êtes radieuse lorsque vous en parlez.
- Oui, c'est la plus belle expérience de toute ma vie, pourtant liée à l'expérience la plus atroce. C'est un petit peu une expérience de non-dualité.
- Vous êtes nostalgique de cet état serein ?
- De cet état de grâce, oui, d'amour inconditionnel.

- Quand je suis arrivée à mon corps, c'est comme si on était deux. Je me suis vue en train de convulser et de pousser un cri d'une puissance extraordinaire. Et simultanément je me suis retrouvée à vivre cela dans ce corps qui convulsait et qui sortait ce bruit malgré moi. C'est comme si j'avais basculé d'un état à l'autre. J'étais comme dans un scaphandre, enfermée dans ce corps.
- Cette expérience vous a changée radicalement ?
- Oui. Cette information d'amour et de compassion a comme été engrammée en moi. C'est cela aussi qui m'a permis de me libérer de cette situation [avec mon compagnon] quand je suis revenue dans mon corps. Dans cet état de conscience, avec cette conscience, je sentais que j'étais protégée, que mon compagnon était protégé et que nous étions en sécurité. Si je rebasculais dans l'état de conscience ordinaire, la peur, la haine pouvaient faire surface. J'ai senti l'intérêt de laisser faire cette présence à travers moi et je sens que cette plénitude, cette paix peuvent être vécues ici-bas.

« Je peux laisser ma marque sur le monde » (Andrea Pfeifer)



Andrea Pfeifer confie son récit à Franz Dschulnigg créateur et webmaster du site « Empirische Jenseitsforschung » (Recherche empirique sur l'au-delà).[4] *Elle est musicienne, harpiste. Elle compose de la musique mais n'a jamais osé jouer une de ses créations en public. Elle nous relate la conversion qu'une EMI a provoqué en elle.*

À la suite d'un empoisonnement alimentaire, je me suis allongée. Je souffrais horriblement. J'ai tourné la tête et réalisé que quelqu'un était assis sur mon lit. Il s'agissait d'une présence. Un être aux traits humains. Un jeune homme, mais pas tout-à-fait humain parce que son apparence était éthérée, comme remplie de lumière. Il avait des yeux marrons, les plus incroyables, magnifiques… et très doux.

La première émotion qui m'est venue est une sorte de reconnaissance, comme si je le reconnaissais. C'était un sentiment : « Ah c'est toi, j'étais sûre de te revoir.» La deuxième chose, c'est que je n'ai plus eu aucune conscience de mon corps à partir de ce moment-là. Nous avons commencé à communiquer. Mais il ne s'agissait pas de communication verbale. Il ne s'agissait pas non plus de communication télépathique. Il s'agissait plutôt d'un échange d'émotions, un échange émotionnel d'informations entre nous. Je savais que cet ami, cet être, allait maintenant m'accompagner de l'autre côté, qu'il allait m'accompagner vers la mort.

La première chose qui s'est passée ensuite, c'est que toutes les interactions humaines que j'avais eues dans ma vie ont été étalées devant moi comme un jeu de cartes. Cela m'a permis d'examiner en détail chacune de ces relations, individuellement, et de faire la paix avec elles. Certaines étaient des amis d'enfance. D'autres étaient des rencontres très brèves que j'avais déjà depuis bien longtemps oubliées. Il y a eu un processus me permettant de faire la paix avec chacune de ces personnes. Ayant atteint ce but, j'ai senti un sentiment de paix envahir mon cœur grâce à cette réconciliation avec chacune d'entre elles. C'était très beau […].

[4] Youtube : « L'expérience de mort imminente de Mme Andrea Pfeifer », 2 mai 2020, https://www.youtube.com/watch?v=GLzcOFJ3O1o.

Je me suis sentie tout-à-coup transportée dans l'espace, flottant là, avec cet ami à mes côtés. Et j'observais ma vie au-dessous, comme si ma vie entière était un globe. Mais il n'y avait pas d'ordre chronologique, de la naissance jusqu'à la mort. Toutefois il s'agissait bien de ma vie tout entière vécue en un seul et unique moment. J'ai eu pleinement conscience que j'allais maintenant laisser derrière moi cette vie magnifique. J'ai essayé de savoir ce que l'on sentait quand ce moment arrivait. Et cela a fait monter en moi un sentiment de profonde tristesse.

Cette tristesse était provoquée par un sentiment de regret incroyable de n'avoir pas laissé ma marque sur le monde parce que je ne lui avais pas partagé mes talents. [Je suis musicienne, je joue de la harpe et] à l'époque j'écrivais déjà de la musique mais je préférais ne pas montrer ce que j'avais créé, parce que je n'osais pas le partager. J'étais très timide. Je pensais toujours ne pas être assez bien. Et maintenant j'avais le sentiment de ne pas avoir été suffisamment généreuse en ne partageant pas mes talents, en ne laissant pas ma marque sur le monde. Le fait de ne pas avoir offert au monde qui j'étais vraiment avait été tout-à-fait fatal. Et ce sentiment de tristesse était si fort que j'ai été forcée de réintégrer mon corps.

Un véritable combat a commencé. Car je ne voulais en aucun cas revenir dans mon corps. J'ai donc approché cet être, et je me souviens parfaitement avoir tout tenté. Je l'ai menacé, je l'ai supplié, j'ai essayé de le piéger, j'ai essayé de négocier. Cependant il se contentait de me regarder avec un tel regard, si plein d'amour, me communiquant simplement : « Je te comprends. Je t'aime. Mais tu dois retourner. » J'ai finalement réalisé que mes efforts étaient vains, que c'était inéluctable, et qu'il me fallait maintenant revenir. Et l'amour, la compassion qui émanaient de lui m'ont finalement amenée à dire : « D'accord, il est maintenant temps de repartir. »

Dès que je suis revenue dans mon corps, j'ai tout à coup perçu à l'intérieur de mon corps terrestre un deuxième corps. Ce deuxième corps, je pouvais en sentir chacune de ses cellules. Chacune était remplie de lumière. Et ce corps de lumière s'est libéré de mon corps physique en flottant vers l'arrière et vers le haut, et en explosant ensuite d'extase. C'était comme une explosion de joie incontrôlable. Il y a eu un « bang » et je me suis retrouvée flottant dans un océan infini de lumière, d'amour, de béatitude, de liberté et également de conscience. C'était comme une conscience totale, englobant tout. Il n'y avait plus ni questions ni réponses. Tout n'était qu'expérience. Et tout était parfaitement à sa place. D'un côté, j'étais cette conscience englobant tout, cet océan infini, et d'un autre côté, j'étais toujours cette petite étincelle qui avait gardé une certaine conscience d'elle-même. J'étais les deux à la fois, simultanément. C'était tout à- ait incroyable. Aucun mot ne peut le décrire. J'étais chez moi, véritablement chez moi […].

J'étais partie prenante de cette décision de revenir, sachant que c'était logique : il fallait que je revienne. Àpartir de ce moment-là, un sentiment de joie profonde m'a toujours accompagnée […].

J'ai perdu toute peur de mourir. J'attends même ce moment où je rentrerai à la maison. Quand je serai à nouveau sur le point de mourir, j'aimerais pouvoir regarder ma vie écoulée et dire : « Oui, c'était bien, j'ai tout donné. J'ai été un véritable cadeau à la vie, et maintenant j'ai le droit de mourir. » La deuxième chose : « Maintenant j'ai été capable de m'exprimer à travers ma musique en étant la plus vraie, la plus authentique possible. »

« On m'a demandé : "Comment as-tu aimé ?" » (Nicole Dron)



Nicole Dron a été l'une des premières personnes en France à avoir accepté, dans les années 90, de parler publiquement de son expérience de mort imminente vécue en 1968. Elle l'a fait très souvent et a écrit deux livres[5] *à ce sujet. Ce recul l'a aidée à formuler son expérience de manière de plus en plus fine. Voici le témoignage*[6] *qu'elle a donné le 13 mai 2024 sur le site Résilience Psy d'Évelyne Josse, psychologue et psychotraumatologue.*

Évelyne Josse : Nicole, vous avez fait une expérience de mort imminente à l'âge de 26 ans, lors de l'accouchement de votre deuxième enfant.

Nicole Dron : Oui, l'accouchement s'était bien passé, mais il était resté du placenta dans l'utérus. Et trois semaines après, j'ai fait une très grave hémorragie. On s'est aperçu que l'utérus était perforé. Il a fallu opérer. Pendant cette intervention, mon cœur s'est arrêté de battre pendant 45 secondes avec électrocardiogramme était plat […]. Je me suis retrouvée à la hauteur du plafond de la salle d'opération. J'éprouvais un sentiment indescriptible, celui de me sentir vivre au-delà de mon corps. Pour la première fois de ma vie, je me suis sentie l'habitant de mon corps. « Moi », ce n'était pas mon corps […].

Je suis rentrée dans la lumière. C'est le plus beau moment de ma vie. Je ne peux pas décrire ce qu'est cette lumière. Quand j'essaye de décrire des choses comme cela, c'est comme si je me replaçais dans le mental et que je me coupais de l'état dans lequel j'étais alors. Je dirais : « Je rentrais chez moi. Je rentrais dans ma patrie. J'étais dans ma famille. » Et cette lumière-là, c'est aussi un océan d'amour. C'est l'amour pur. J'avais un sentiment d'unité. J'étais moi, et à la fois j'étais tout. Et cela dans une liberté, dans un amour, dans une connaissance… je dirais même plus que la connaissance : la sagesse. Parce que, pour moi, la sagesse c'est de la connaissance qui est concrétisée, qui devient de l'expérience. Je ne faisais qu'un avec la vie, avec l'amour, avec l'univers. C'est la plus belle expérience de ma vie parce que j'ai compris que je n'étais pas sur la terre identifiée à mon corps, à mes pensées, et à mes sentiments. Mais ce qu'on est en vérité, en totalité, est encore différent de ça.

Je me suis trouvée dans un très beau jardin, un jardin comme on peut en trouver sur la terre. Mais là, étant donné que j'avais la possibilité de m'identifier à tout, d'être tout, je devenais un brin d'herbe. Je voyais sa texture, sa finesse, et j'étais la vie de ce brin d'herbe. Je me suis assise près d'un ruisseau. L'eau, c'était de la lumière d'eau. J'étais en extase quelque part […].

J'ai vu des êtres venir à moi. Je ne les connaissais pas sur la terre et je les connaissais pourtant […]. J'ai vu venir à moi mon petit frère décédé quand il avait 11 ans. J'étais en présence d'un adolescent irradiant de lumière, et je savais de façon formelle que c'était mon frère. Je me suis trouvée dans ses bras et il était aussi solide que s'il était sur terre,

---

[5] Nicole Dron. *45 secondes d'éternité - Mes souvenirs de l'au-delà, Exergue* - Trédaniel, 2022. *Comment as-tu aimé ? Qu'as-tu fait pour les autres ?* Exergue – Trédaniel, 2023 ».

[6] Expérience de mort imminente (#emi). Avec Nicole Dron. Youtube Résilience Psy - 13 mai 2024. https://www.youtube.com/watch?v=-4jyYcKeoQw

et moi aussi. Et je lui ai dit – mais c'est encore plus que de la télépathie, c'est une communion, j'étais lui et il était moi – ; bref, je lui ai dit : « Mais quel bonheur ! Si papa et maman pouvaient te voir en ce moment ! » Alors il m'a dit qu'il nous avait toujours guidés, toujours aimés, toujours suivis. J'étais particulièrement émue parce qu'il nous aimait avec l'envergure de l'univers. Ce n'est pas simplement un amour humain. Cet amour de l'autre côté est [incomparable]. Il nous aimait sans jalousie, sans égoïsme, sans passion […].

Je vous parle comme s'il y avait une succession de faits, alors que ce cela ne s'est pas passé comme cela. Tout était là. Mais je suis obligée d'employer des mots qui se succèdent pour en parler. En 45 secondes [d'arrêt cardiaque], j'ai vécu des millénaires. J'ai vu le commencement de la terre […]. On me parlait de civilisations disparues […]. On me disait que la vie était partout dans l'univers, que tout n'était qu'un. On m'a montré que notre humanité était à la croisée des chemins – nous étions en 1968 –, qu'il y avait une grande technologie mais si peu de sagesse, si peu de fraternité. Et on me montrait tout ce qui risquait d'arriver si on ne changeait pas de conscience. Pour moi, ce qui est important c'est le « si » ; parce que c'est notre part de liberté.

On me disait que Dieu était la force, la vie et le mouvement. Je n'étais pas habituée à penser à Dieu de cette manière. On me faisait comprendre que quand je mourrai, on ne me demandera pas de quelle religion ou de quelle philosophie ou de quelle race je suis mais simplement comment j'ai aimé. Et qu'est-ce que j'ai fait pour les autres, parce que seule la qualité de la conscience d'un individu est importante […]. Je classe cette expérience au-delà de toute religion, et, en même temps peut-être, au cœur de chaque vraie religion […]. Je fais une distinction entre la religion qui pour moi est l'amour – l'unité et l'amour –, et l'institution religieuse et ce que les hommes en ont fait.

On me disait aussi que le Christ n'appartenait à aucune religion, que c'était la complétude, la concrétisation de la force de l'amour, de la vie, de la sagesse, de tout ce qui peut exister de mieux dans tout ce qui vit. Pour moi, c'était énorme. Je crois que j'ai pleuré parce que je me suis rendu compte que ce qui nous était demandé, ce n'est pas d'acquérir une belle voiture, une belle maison et de belles vacances. Je n'ai rien contre tout cela : il faut vivre et trouver le point d'équilibre entre la matière et l'esprit. Mais je veux dire que si notre cœur est trop accaparé par ces valeurs superficielles, on passe à côté de notre vie. Je prenais conscience que c'était en ouvrant en nous ce petit bouton de rose d'amour, de conscience, que cette dimension « Christ » pourra vivre en nous. Et elle vit en chacun de nous.

Je voyais l'avenir « si » l'on reste à cette croisée des chemins, s'il n'y a que l'égo qui compte. Je voyais qu'on allait alors droit dans le mur. Dans ce futur, si on ne changeait pas, je voyais beaucoup de violence, ce qui m'a beaucoup interpellée […].

- Le cœur de mon expérience c'était ce bilan de vie. À un certain moment, j'ai eu le sentiment que tout l'univers se mettait à ma portée, sous la forme d'un être qui ne s'est pas présenté mais que notre cœur connaît. Il m'a posé deux questions très simples : « Comment as-tu aimé ? Qu'as-tu fait pour les autres ? » Maintenant, avec beaucoup plus de recul et peut-être d'expérience, j'oserais dire : « Comment as-tu fait grandir la vie en toi et en tout ce qui est autour de toi ? Comment t'es-tu dépouillée de tout ce qui n'est pas toi ? » En sa présence, toute ma vie était là, mes joies, mes peines. On ne peut rien cacher. Tout ce que j'ai pensé, tout ce qui est à l'origine des actes de ma vie était là. Quand j'avais fait quelque chose de bien, j'étais dans le cœur de la personne à qui j'avais fait du bien. J'étais l'autre. Et quand j'avais été désagréable, je ressentais la peine de l'autre parce que j'étais devenue l'autre aussi. Et en même

temps, tout s'éclaircissait : souvent quand on fait du mal à quelqu'un, ce n'est pas forcément parce qu'on est méchant, mais c'est quelque fois parce qu'on est ignorant de certaines choses. Tout s'éclaircissait parce que j'avais mon point de vue mais j'avais aussi le point de vue des autres. Tout devenait équitable. J'étais capable de voir tout cela, mais j'étais aussi la partie de moi qui me regardait vivre. Je n'étais pas dans le jugement. J'étais dans l'acceptation de ce que j'étais avec cette compréhension de qui j'étais quand je n'étais pas enfermée dans tous les miasmes de l'ego. Je me voyais telle que j'étais, sans me justifier.

- **Évelyne Josse** : Sans vous culpabiliser non plus ! Certaines personnes disent se culpabiliser alors que l'être de lumière qui est parfois présent ne culpabilise pas. Et donc pour ces personnes, l'après EMI reste quelque chose de douloureux.
- **Nicole Dron** : Il est possible qu'on se culpabilise. Mais, avant tout, on comprend nos mécanismes psychologiques qui ont conduit à cela. Et alors tout s'éclaircit. On n'a plus envie de reproduire cela. Et ça a été pour moi le début d'une grande quête intérieure.

On m'a demandé si je voulais rester ou revenir. Cela peut paraître monstrueux à certaines mamans, mais je n'avais plus envie de revenir. Pourtant, j'avais mon mari qui m'aimait et que j'aimais, mes deux petits enfants en bas âge. Mais ne pas vouloir revenir n'était pas de l'égoïsme. Dans l'état où j'étais [là], j'étais moi et j'étais eux. [Si j'étais restée là-bas] je n'aurais pas été séparée d'eux. Si j'étais restée pour toujours dans la dimension ultime de moi-même, franchement j'aurais pu remettre mon mari et mes enfants dans les bras de la Providence divine. Et je sais que tout aurait été bien pour eux […]. J'ai témoigné un jour en Belgique et un papa m'a rapporté ce que lui avait dit sa petite fille de 11 ans devenue orpheline : « Je suis remplie de maman ». J'ai encore peur de la mort, j'ai peur de souffrir, mais je n'ai plus peur de ne plus exister. Je sais que je continuerai à vivre dans d'autres dimensions […].

On m'a montré aussi le futur de ma vie. Par exemple, j'ai vu que mes beaux-parents et ma grand-mère nous quitteraient presqu'en même temps. Je savais que deux partiraient à trois semaines d'intervalle. Et ce fut ainsi. Je voyais l'avenir. Je voyais mes enfants grandir. Ainsi j'ai vu que mon fils et ma fille se casseraient la jambe. Et ce fut ainsi. Ce sont des choses bénignes par rapport à l'immensité de l'expérience que j'ai faite. Je me demande si on n'a pas fait exprès de me faire souvenir de petites choses bien concrètes pour que le récit de mon expérience soit acceptable autour de moi.

- **Évelyne Josse** : Oui. Peut-être aussi au moment où ces évènements se sont produits pour vous rattacher à cette expérience-là. Mais comment avez-vous vécu après ?
- **Nicole Dron** : Je suis restée 10 ans sans en parler ni à mon mari, ni à ma famille, ni à ma mère, qui pourtant ont toujours été très présents pour moi. Mais j'avais peur qu'on me prenne pour une illuminée de la famille, dans le mauvais sens du terme. À cette époque je ne connaissais personne qui avait vécu cette expérience. J'ai eu très envie d'aller voir un ou une psychologue, pour lui en parler. Mais j'avais peur qu'on classe cette expérience dans un petit coffre. Je me disais : « Comment peut-on comprendre cette expérience si soi-même on ne l'a pas faite ? » Je sais maintenant que j'avais tort […]. Quand j'étais de l'autre côté, mon frère m'a demandé de ne pas parler de cette expérience avant 17 ans. Nous étions en 1968, donc pas avant 1985. Sinon cette expérience aurait pu être considérée comme une pathologie à la suite d'une intervention chirurgicale. Un jour où j'avais témoigné dans le sud de la France, une dame m'a dit qu'elle avait fait une expérience similaire en 1974 et qu'on lui avait demandé d'attendre 11 ans avant d'en parler…

- **Evelyne Josse** : Ce qui correspond à 1985…
- **Nicole Dron** : Et l'expérience de cette dame-là, qui devait être infirmière je crois, a été tellement profonde qu'elle a fait des études pour devenir psychiatre, pour comprendre cette expérience dans toutes ses ramifications. Durant l'expérience, elle avait un jeune enfant, et on lui montrait qu'il partirait très jeune, en étant adolescent. Et c'est ce qui est arrivé. Elle a dit : heureusement qu'elle avait fait cette expérience parce qu'en tant que femme c'était tellement dur qu'elle aurait envisagé le suicide. C'est pour cela qu'on n'a pas le droit de conserver ces expériences pour soi.
- **Evelyne Josse** : Comment avez-vous fait pour tenir votre langue durant 10 ans même avec votre mari ? S'est-il rendu compte que quelque chose s'était passé ? Vous étiez devenue un peu différente dans la vie.

Nicole Dron : Il s'en est aperçu – il me l'a dit par après – parce que j'avais une boulimie de livres. Je m'intéressais à la psychologie. Je dévorais des livres de Pierre Daco[7]. Après, je me suis intéressée à l'œuvre de Jung. J'avais peur de parler à mon mari car je me rendais compte à cette époque que j'avais besoin avant tout de me consolider. Je n'avais aucune preuve matérielle d'avoir fait cette expérience. Alors n'importe qui pouvait me détruire, c'est-à-dire désacraliser cette expérience, car je n'avais pas les mots pour pouvoir en parler. Je me suis donc tue pendant 10 ans. Mais, au bout de quelques années, j'ai eu le sentiment que j'allais mourir si je n'en parlais pas. J'allais mourir parce que je me rendais compte que je me taisais par facilité, pour ne pas déplaire aux gens. Je me détruisais parce que je ne pouvais pas être moi.

Quand j'en ai parlé à mon mari, il m'a dit : « Tu ne crois pas que c'est un rêve ? » Il m'a quand même dit plus tard : « Quand tu m'en as parlé, j'ai su que c'était vrai. Surtout quand tu m'as dit tout ce que je pensais à l'intérieur de moi alors qu'on t'opérait et que j'étais dans la salle d'attente. » […] C'est aussi un chemin de croissance pour mon mari.

Un jour, je suis entrée dans une librairie pour acheter un livre scolaire pour mes enfants. Et un livre est presque tombé d'une étagère dans mes mains : *La vie après la vie,* du Docteur Moody. C'est un bienfaiteur de l'humanité, cet homme. Je feuillette. J'ai payé ce livre en sanglotant. Je l'ai dévoré toute la matinée. Je l'ai acheté en plusieurs exemplaires et l'ai offert. À partir du moment où j'ai vraiment osé être moi-même, j'ai réalisé que ce n'étaient pas les autres qui me jugeaient, c'était moi.

Après, cela n'a pas été facile. J'aurais voulu bousculer beaucoup de choses. Mais je me rendais compte que, même si j'allais à tout petit pas pour en parler, c'était déjà beaucoup. Donc, il a fallu que j'apprenne la patience, à mesurer mes paroles, à être diplomate, à ne pas vouloir imposer aux autres l'expérience que j'avais vécue, à savoir attendre le bon moment.

- **Évelyne Josse** : Mais est-ce que cela a porté ses fruits ? Vous dites que votre mari est sur un chemin de croissance. Qu'en est-il de vos enfants ?
- **Nicole Dron** : Quand mes enfants étaient adolescents, il ne fallait surtout pas en parler devant leurs amis parce qu'ils avaient peur que cela leur porte préjudice. Puis, un jour, dans la promotion de ma fille qui faisait des études d'assistante sociale, il y a une jeune fille qui est décédée très brutalement d'un anévrisme. Toute la classe s'est demandé : « Qu'est-ce qu'elle devient Nathalie ? » Ma fille m'a dit : « Là j'ai vu que j'avais fait un

[7] Pierre Daco (1936-1992) psychologue et psychothérapeute belge connu pour avoir popularisé la psychanalyse auprès du grand public

petit chemin à l'intérieur de moi parce que spontanément j'ai dit : "Ma mère a vécu ça." Et je le leur ai raconté à toutes » […].

- **Évelyne Josse** : Cela doit vous faire plaisir cette révolution actuelle. Parce que ces dernières décennies, on en parle beaucoup plus. Cela s'est ouvert dans les universités […]. Les scientifiques s'emparent de cette question de la conscience, de ce que sont les expériences de mort imminente.
- **Nicole Dron** : C'est un bonheur pour moi d'avoir connu cette évolution. J'ai 83 ans maintenant et je me dis que je peux partir en paix […]. Je suis une personne parmi des millions qui ont vécu cette expérience. Et puis il y a des gens comme les docteurs Jean-Jacques Charbonnier, Bernard Samson, Pim van Lommel et bien d'autres, comme vous aussi Evelyne. Nous ne faisons qu'un bloc pour permettre cette prise de conscience. Ce qui m'intéresse, c'est de favoriser un éveil spirituel. Sans cet éveil spirituel ,on risque de passer par de très mauvais moments.
- **Évelyne Josse** : […] Même si c'est une expérience fabuleuse, ce qui n'est pas toujours fabuleux, c'est le retour. N'avez-vous pas souffert de cette nostalgie dont parlent certaines personnes ? Parce que c'était tellement merveilleux, qu'après ça semble un peu fade, les couleurs sont moins vives sur la terre.
- **Nicole Dron** : J'ai cette nostalgie de ne pas pouvoir reproduire concrètement, dans ma vie de tous les jours, ce niveau d'amour et de sagesse que j'avais de l'autre côté. Il a fallu que j'accepte de ne pas pouvoir être moi-même cette perfection. Ce qui m'a fait beaucoup mal, c'est toute la violence qu'on a passée dans les programmes de télévision pour enfants. Tout ça, à notre insu, cela modèle des consciences. Il m'a fallu apprendre à accepter certaines choses, même si je n'étais pas d'accord avec. Il me faut vivre dans ce monde et essayer, à ma mesure, de l'améliorer […]. J'ai vu la lumière mais je ne suis pas devenue lumière. J'ai encore tout le même chemin que chacun de nous doit faire pour devenir lumière. Par contre, par rapport à avant je suis plus vigilante envers moi. Pour continuer à m'améliorer, je dis qu'il faut donner du temps au temps […].

  C'est dur quand je vois que, par orgueil, par désir de puissance, on risque de mettre le monde en danger. C'est dur parce que je me sens impuissante. On vit dans le monde de l'égo, avec le désir de domination entre autres. Il va falloir vraiment changer notre façon d'être. Est-ce qu'on va y arriver ? J'ai envie de dire oui, parce qu'on est fait de lumière et d'amour. Et on reviendra à la lumière et à l'amour. Mais si on sait y revenir en prenant conscience de qui on est et en devenant ce qu'on est, on y reviendra plus facilement que si on est obligé de passer par des conflits qui nous font prendre conscience.
- **Évelyne Josse** : Puissiez-vous être entendue, Nicole.
- **Nicole Dron** : Depuis 1968 notre technologie s'est encore exponentiellement développée. Quelqu'un qui a ce désir de puissance exacerbé est capable de faire tout sauter maintenant. Il n'y a qu'une seule chose qui pourra nous délivrer de cela – je l'ai compris en pleurant – c'est de devenir ce qu'on est, de réaliser en nous cet amour et cette sagesse. Bien sûr, beaucoup de personnes ne le veulent pas parce que cela nécessite un grand retournement. Cela ne se fait pas dans la facilité. Ce n'est pas facile de voir qu'il y a des moments où l'on est un peu fier ou encore égoïste. Mais c'est tellement plus facile après l'avoir découvert d'en rigoler un peu, d'essayer de mettre de la légèreté dans tout cela, et de s'en débarrasser. Quand on se dépouille – dans l'Évangile on dit : « du vieil homme » –, on se remplit d'autre chose.

« J'ai accepté la mort de mon mari » (Sarah Friederich)



Sarah Friederich est interiewée par Franz Dschulnigg[8]. Alors qu'elle est en train de se noyer, elle se met à prier et deux mots lui sont donnés qui vont l'aider à se maintenir en vie et à faire face au destin tragique de son époux. Il y a ici comme une étroite coopération entre le ciel et la terre.

C'était en 2012. Nous étions en lune de miel en Colombie et nous sommes allés nous baigner le soir. Un courant nous a entraînés vers le large. Nous avons appelé à l'aide. Désespérée, je me suis mise à prier. Soudain, deux mots me sont venus à l'esprit. « Confiance » et « dévouement ». Je me suis dit : « OK, fais confiance à la mer. » J'ai compris que je ne devais pas nager à contre-courant. J'ai donc commencé à attendre les vagues et lorsqu'une d'entre elles est arrivée sur moi, j'ai nagé avec elle aussi loin que j'ai pu. Et quand elle s'est retirée, j'ai nagé sur place sans essayer d'aller plus loin. Mon mari se débattait dans toutes les directions. Un ami nous a entendu appeler à l'aide et il s'est occupé de mon mari, mais il a dû lâcher prise. Les vagues ont ramené le corps de mon mari sur le rivage. Deux personnes ont réussi à l'emmener là où j'étais arrivée. J'ai réalisé que nous ne pouvions pas le ramener à la vie.

À ce moment-là, j'ai appelé à l'aide de tout mon cœur, du plus profond de mon âme. Soudain, sur ma droite, j'ai remarqué une présence sur la plage. C'était un être de lumière, ce qu'on pourrait appeler un ange. C'était un être entièrement fait de lumière dorée. Magnifique. J'ai regardé cet être et je me suis dit en moi-même : « Qu'est-ce que tu fais là ? Fais quelque chose. » Mais l'ange m'a fait comprendre qu'il ne pouvait rien faire. J'ai alors reçu le plus beau des cadeaux. J'ai vu la vie de mon mari depuis sa naissance jusqu'à ce moment précis. Puis, j'ai vu ma propre vie, de la naissance à ce moment précis. J'ai compris que mon mari devait partir, que son heure était venue. Et à ce moment-là, j'ai pu l'accepter et dire intérieurement : « OK. » J'ai demandé à l'ange si j'avais le droit d'accompagner mon mari. Il m'a répondu : « Non, ce n'est pas encore ton heure. Tu as encore un travail à faire. » J'ai accepté. Et puis, j'ai lâché prise. J'ai lâché tout ce à quoi nous nous accrochons dans la vie, nos projets, notre propre identité. Rien de tout cela n'avait de sens à ce moment-là. La vie que j'avais menée jusqu'alors s'est effondrée […].

J'ai senti que j'étais tirée hors de mon corps et que je me retrouvais dans la lumière. J'étais dans un endroit où il n'y avait que de la lumière, de la paix et de l'amour. Un endroit où il n'y a pas de séparation. Un endroit absolument merveilleux. Je me tenais sur la plage dans mon corps de lumière, et à côté de moi se trouvait mon corps physique. À côté de mon corps physique, se trouvait le corps physique de mon mari. Dans cette expérience extracorporelle, je l'ai vu lui aussi, dans son corps de lumière. Je l'ai regardé et j'ai dit : « Ah, te voilà ! Je me faisais du souci pour toi. » J'ai vu qu'il s'inquiétait aussi pour moi et pour les gens qu'il laissait derrière lui. Je lui ai donc parlé intérieurement et je lui ai dit que tout allait bien se passer, que je savais et comprenais qu'il devait partir. Je lui ai promis que je trouverais un moyen d'aller de l'avant, d'être heureuse même, et de continuer à vivre. Nous avons pu nous dire au revoir. J'ai retrouvé mon corps et il est parti. Et pour moi, ce fut le début d'un grand processus d'intégration, de deuil, de lâcher prise et de transformation.

[8] Youtube : L'expérience hors du corps de Madame Sarah Friederich.

« J'ai entendu : "Il n'y a rien à te faire pardonner" » (Jeffery Olsen)



Ce qui est arrivé à Jeffery Olsen auraiti pu être source d'une effroyable culpabilité si l'EMI ne l'en avait protégé. Au volant de sa voiture, il a eu un terrible accident[9]*.*

Une des choses les plus difficiles à raconter, c'est que je me suis assoupi au volant. J'ai perdu le contrôle du véhicule. On m'a dit que la voiture a fait au moins 6 à 8 tonneaux. Mes deux jambes avaient été écrasées. Ma jambe gauche a fini par devoir être amputée au-dessus du genou. Mon dos avait été brisé à plusieurs endroits […]. Mes poumons se sont affaissés et j'avais du mal à respirer. Mon fils de 7 ans, Spencer, pleurait.

C'est à ce moment-là que j'ai pris conscience de l'horrible réalité : personne d'autre ne pleurait. Je me suis rendu compte que ma femme Tamara et Griffin, mon plus jeune fils, avaient été tués sur le coup. C'est l'enfer le plus sombre dans lequel un homme puisse se trouver. La moitié de la famille avait disparu. J'en étais conscient. Et c'est moi qui conduisais la voiture. La culpabilité m'étreignait.

Dans cette obscurité chaotique, la lumière est soudain apparue. J'ai eu l'impression que la lumière est venue à moi, qu'elle m'entourait et me réconfortait dans cette situation horrible. J'ai pu respirer et j'ai eu l'impression de m'élever au-dessus de la scène de l'accident. La douleur avait disparu. J'étais très conscient, super conscient. Soudain, Tamara s'est retrouvée dans cette lumière avec moi. Elle n'avait aucune blessure ni aucun traumatisme. Elle était magnifique, rayonnante. Elle communiquait avec moi et n'arrêtait pas de me dire : « Jeff, tu ne peux pas être ici. Tu dois repartir. » Nous avons littéralement eu une conversation. Nous avons discuté du fait que si je restais avec elle, notre fils survivant deviendrait orphelin. J'ai dit l'adieu le plus profond que je n'ai jamais dit et je me suis retrouvé à me déplacer librement dans un hôpital […]. J'y connaissais toutes les personnes rencontrées, les infirmières, les médecins, les patients, et leurs intentions. Tout était lié dans un amour inconditionnel, absolu. Je les aimais. L'un des médecins et l'une des infirmières m'ont raconté [plus tard] que pendant que je vivais cette EMI, ils ont également vécu une expérience profonde. Ils ont tous deux vu mon épouse Tamara. Ils ont vu son âme, son esprit, dans la salle d'opération. Elle les a remerciés pour tout ce qu'ils faisaient pour me sauver la vie.

Soudain, j'ai rencontré un corps : « Oh, mon Dieu, c'est moi. » Je savais que je devais retourner dans ce corps, dans son état brisé. J'y ai retrouvé le deuil, le chagrin, la douleur, les regrets, la culpabilité et le traumatisme. C'était si lourd.

C'est alors que j'ai vécu une nouvelle sortie de corps. J'ai senti la lumière revenir. Je me suis retrouvé dans le plus bel endroit qui soit. J'étais chez moi. Au bout d'un couloir, il y avait un berceau. Mon fils, Griffin, 14 mois [tué dans l'accident], y dormait. Je l'ai pris dans mes bras. Je pouvais le sentir respirer. Je sentais son souffle sur mon cou. J'ai commencé à pleurer en le tenant, en sentant ses cheveux et en embrassant son visage. Et pendant que je faisais cela, j'ai senti une présence venir derrière moi, cette présence cosmique, puissante et écrasante.

[9] https://www.youtube.com/watch?v=COoS7iqsRDE

C'est alors que j'ai commencé à nouveau à ressentir de la culpabilité, tout ce regret. Compte tenu de mon éducation j'ai eu l'impression que cette présence était Dieu. J'ai pensé : « J'espère qu'il y a une chance d'être pardonné. » Cette présence s'est rapprochée et j'ai senti ses bras divins nous entourer et nous tenir, mon petit garçon et moi. J'ai commencé à pleurer. Il y a eu un téléchargement d'informations de paix, d'amour. La première chose qui a été communiquée est : « Il n'y a rien à [te faire] pardonner. Tout est dans l'ordre divin, parfait. »

Ensuite ,j'ai [vécu] ce qu'on appelle le bilan de vie. J'ai vu le divorce de mes parents et ce que cela m'a fait. Cela m'a rendu si peu sûr de moi.… J'ai vu mes frères, mes meilleurs amis. Et lorsque je disais : « Oh, cela c'est une erreur », cet être magnifique qui me tenait m'a dit qu'il n'y avait pas d'erreur. « Qu'en as-tu appris ? » me disait-il. « Considérer cela comme une erreur, c'est ton propre jugement, pas le nôtre. Qu'es-tu devenu grâce à cela ? Pas à cause de cela. » Et il y avait tout cet amour. Cette présence m'a dit que même si j'étais en colère contre Dieu toute ma vie, ce n'était pas grave, Il m'aimerait de toute façon.

On m'a alors donné un choix à faire. L'être qui me tenait et que j'appelle Dieu m'a dit : « Je veux que tu aies ton libre arbitre dans cette circonstance. » Et j'ai dit « Ma volonté ? J'ai été élevé dans un foyer chrétien conservateur. C'est ta volonté qui doit être faite, pas la mienne. » Dieu m'a dit : « Ta volonté est ma volonté. C'est à ce point-là que nous t'aimons. Ma volonté a toujours été que tu aies ton libre arbitre. Et je veux que tu fasses un choix. »

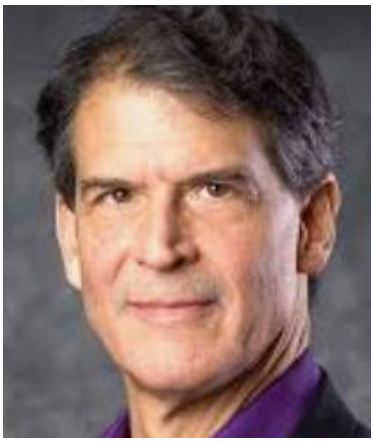
Il m'a été communiqué que je pouvais « rendre » mon fils Griffin à Dieu. Je pouvais le remettre à Dieu, le libérer et lâcher prise, plutôt que d'entretenir toute cette colère, cette culpabilité et cette agitation en moi.

Et dans toute cette paix, cet amour, cette beauté, cette perspicacité et cette sagesse j'ai pu embrasser mon petit garçon et je l'ai rendu, je l'ai remis à Dieu. Et j'ai lâché prise.

J'ai réalisé que la vie n'était pas une épreuve. C'est un cadeau […].

Tout est amour. Même le deuil est de l'amour. Nous ne nous affligeons que parce que nous aimons.

« Elle m'a dit : "Tu es aimé et chéri" » (Eben Alexander)



Eben Alexander est un neurochirurgien formé dans les meilleures écoles, et ancien professeur à Harvard. Comme la plupart des scientifiques, il pensait que les EMI n'étaient que de simples fantasmes produits par un cerveau en situation de stress extrême, jusqu'au jour où il a vécu lui-même une EMI. Il a relaté son aventure dans le livre La preuve du paradis. Voyage d'un neurochirugien dans l'après vie *(Trédaniel, 2013). Voici un large extrait de la conférence[10] qu'il a donnée au colloque international organisé par la Mutualité à Paris, le 4 février 2017.*

Mon père était chirurgien dans le corps des Marines américains. Il avait grandi dans le Tenessee, un état très religieux […]. Pour lui, il n'y avait aucun conflit entre sa foi en Dieu et l'aspect scientifique de son métier de chirurgien. Mais moi, je m'opposais à lui sur ce sujet comme le faisaient beaucoup de ceux qui ont grandi dans les années 60 et 70. Moi je savais que la science était le chemin vers la

[10] https://www.youtube.com/watch?v=ke9H6X-nkbc&pp=ygUHI3N0YXVuZQ%3D%3D
Une expérience de mort imminente vécue par un neurologue - Avec Eben ALEXANDER
BEBOODA. La traduction française a été revue par Miche Bacq.

vérité […]. J'adhérais complètement à la théorie selon laquelle c'est le cerveau qui forme la conscience, et une fois que le cerveau est mort, tout est mort.

Mais en 2008, un matin, tout a changé. Je me réveille, j'ai très mal à la tête, j'ai très mal au dos, et tout à coup je commence à faire des convulsions. Je tombe et sombre dans le coma […]. On me transporte d'urgence à l'hôpital et là, on diagnostique une méningite bactérienne, la pire. L'urgentiste a estimé que j'avais 10 % de chances de survie. Je suis resté une semaine aux soins intensifs. Mon cortex cérébral était complètement fichu, abimé par la maladie. Le septième jour, les médecins ont appelé ma famille et lui ont dit : « On est passé à 2 % de chances de survie, et s'il fait partie des 2 % il sera en coma végétatif pendant quelques mois, dans une maison de soins intensifs. Et ensuite ce sera la fin. » Les médecins ont recommandé à ma famille de me débrancher.

C'est à ce moment-là que j'ai commencé à revenir dans ce monde, mais avec un cerveau complètement abimé. Il n'y avait plus rien dans ma mémoire, plus de mots, plus de visages, plus de scènes de ma vie sur cette planète. En revanche, j'avais un souvenir extrêmement précis de ce que je venais de vivre pendant ces sept jours […]. Il a fallu 8 semaines pour que les 54 ans de ma vie me reviennent en mémoire. Au fur et à mesure que ces souvenirs commençaient à se réinstaller en moi, je prenais de plus en plus conscience de l'extraordinaire richesse de ce que je venais de vivre.

Cela avait pourtant commencé dans un univers assez rugueux, lorsque tout à coup il y a eu une espèce de spirale à la fois argentée et dorée avec une musique d'une mélodie absolument parfaite. J'ai été emmené vers une porte s'ouvrant sur une vallée extraordinaire. Elle était d'une beauté à la fois terrestre et non terrestre. Elle était beaucoup plus réelle que ce que je n'avais jamais vu sur terre, qui, en comparaison est du rêve. Cette vallée était grouillante de vie, de fertilité, de croissance. Il n'y avait aucun signe de mort ou de dégradation, mais des plantes, des fleurs, des arbres, dans toute la palette des couleurs de l'arc-en-ciel. J'étais extrêmement attentif et pouvais ressentir même le frôlement d'un papillon.

Et, subitement, ce furent des millions de papillons qui se sont élevés de cette plaine verdoyante. Tout autour de moi des millions d'âmes heureuses faisaient la fête. Des enfants jouaient, dansaient, sautaient. Et, entourée des papillons, il y avait une jolie jeune femme avec un sourire charmant, rayonnant d'un amour infini. Elle n'a pas dit un mot, mais ses pensées sont entrées directement dans ma conscience. Il me semble que le message le plus profond que j'ai reçu de ce monde m'est venu à travers elle : « Tu es profondément aimé et chéri. On prend soin de toi. Tu n'as rien à craindre. »

Alors, l'espace et le temps se sont évanouis. Une lumière est apparue. Je l'appelle le chœur des anges, l'amour inconditionnel. Ce chœur angélique me faisait entendre une mélodie à laquelle faisait écho les êtres qui chantaient dans la vallée. De nouvelles portes se sont ouvertes à moi, car, dans une EMI, notre cerveau ne joue plus son rôle de filtre. Du coup, je suis devenu un avec le cœur de la matière, avec cet amour pur, avec la source de l'univers. J'étais identifié à tout. Il était clair que cet amour divin est tellement profond qu'il englobe chacun de nous en tant qu'être conscient. Ce monde-là révèle tant de choses concernant la nature du temps, de l'espace, de l'énergie, mais surtout concernant l'unité de la conscience. La conscience, nous la partageons avec les autres, pas seulement avec les êtres humains, mais avec toute vie, et avec la vie au-delà de cette terre. Et tout ce pur amour, cette infinité, cette éternité nous sont envoyés de là-haut sur terre.

J'ai réussi à me remémorer parfaitement les premières notes de la mélodie que j'ai entendue. Et chaque fois que je joue ou entends ces notes, cela me ramène immédiatement à

l'expérience que j'ai vécue, à ce que j'appelle le chœur des anges […]. Je suis arrivé tout proche de ce centre […].

Jusqu'alors je n'avais ressenti aucune peur puisque je n'avais aucune responsabilité. Mais lorsque m'est apparu le visage d'un enfant de 10 ans, j'ai ressenti de la peur. Je n'ai tout d'abord par reconnu ce visage car j'étais amnésique de l'Eben Alexander que j'avais été sur terre. En fait, ce visage était celui de mon jeune fils. Il avait assisté à la rencontre où les médecins avaient dit de me débrancher. Il s'est alors planté devant moi en criant : « Papa, cela va aller, cela va aller. » Je ne comprenais pas un mot de ce qu'il me disait. Mais j'ai pourtant réalisé qu'il fallait que je revienne […]. Cela a été la chose la plus difficile à faire dans ma vie. C'était impossible de revenir mais c'était également impossible de ne pas revenir, parce qu'il y avait tout cet amour me connectant à une autre âme.

Je suis donc revenu, et dans les jours qui ont suivi, j'ai commencé à parler avec les médecins de ce que j'avais vécu. Ils m'ont regardé et m'ont dit : « Ton cerveau était bien abimé. Ne t'inquiète pas. Ce n'est pas grave, tu vas tout oublier. »À l'époque, mon fils aîné faisait des études en neurosciences. Lui, il était tout à fait conscient du miracle qui s'était opéré. Il m'a pris dans ses bras et j'ai ressenti comme une lumière qui brillait en moi. Je lui ai dit : « C'était beaucoup trop réel pour que ce soit réel. » En discutant avec les médecins je me disais : « J'ai dû faire des méga-hallucinations. » Puis, en réfléchissant, je me suis dit : « Cela ne peut pas être des hallucinations puisque la partie du cerveau qui fabrique les hallucinations était hors d'état de fonctionner. »

Nous sommes arrivés à la conclusion que cela ne pouvait pas s'être produit à l'intérieur de mon cerveau car mon cortex était trop abimé. Or, j'avais ressenti une expérience de conscience comme jamais je n'en avais ressentie auparavant. Là, je me suis rendu compte que le cerveau ne crée pas la conscience. Cela a été le point de départ d'un long voyage de neuf années qui m'ont amené à travailler sur la relation entre l'esprit et le corps, l'esprit et le cerveau, la nature de la conscience, la nature de toute réalité […].

En fait, nous sommes conscients malgré notre cerveau qui sert plutôt de filtre par rapport à cette conscience préexistante […]. Nous sommes tous connectés à cette conscience primordiale. Habituellement nous devons, bien sûr, passer par le filtre de notre cerveau, mais nous pouvons aussi le transcender. La bonne nouvelle pour vous, c'est que vous n'avez pas besoin de vivre personnellement une expérience de mort imminente. Nous avons tous la capacité d'atteindre cet état de conscience, dès lors que nous savons que nous faisons partie de cette conscience originelle qui est le lien entre nous et l'univers entier. Alors, nous pouvons nous ouvrir et accueillir toute cette créativité, toute cette richesse et nous pouvons exercer notre libre arbitre. Cela nous permet d'entrer en pleine conscience en laissant de côté la partie de notre égo qui se nourrit de nos anxiétés et de nos peurs.

Il n'y a aucune séparation entre nous et l'univers. Un peu partout maintenant on commence à reconnaître que l'univers lui-même est conscient d'être conscient. Et nous faisons partie de cet univers. Nous co-créons cet univers grâce à notre liberté, en nous connectant à la source primordiale de l'être. Nous sommes co-créateurs d'un univers d'amour, de compassion, de pardon, d'acceptation et de miséricorde. La majorité de nos problèmes vient du fait que nous ne nous aimons même pas nous-mêmes. C'est en nous remémorant cet amour suprême que nous pouvons guérir et ensuite partager cet amour avec d'autres. Tous les moments pénibles que nous traversons dans la vie (maladies, deuils…) sont des cadeaux que nous fait l'univers. Ils nous permettent de voir comment nous pouvons aider les autres autour de nous et partager avec eux cette vision d'amour universel. Je pratique maintenant régulièrement la méditation. C'est un puissant outil pour atteindre cet état de conscience.

« Mon suicide s'est mué en leçon de vie » (Christine Clémino-Naéglé)



Dans sa famille, Christine Clémino-Naéglé a connu des soucis d'alcool, de dépression, et, enfant, elle a été victime d'attouchements sexuels. Elle n'avait pas pu en parler. Elle a commencé à sombrer et à avoir une très mauvaise image d'elle-même. À l'école, elle ne s'est jamais intégrée. Sa mère était malade et son décès a été ressenti comme très violent par Christine dont voici le témoignage[11].

J'avais 15 ans. J'avais la volonté de retrouver ma mère [décédée], d'en finir avec cette mascarade. Je voulais arrêter ma souffrance, mon désespoir devenu ingérable. Je ne savais pas pourquoi j'étais là. Je ne savais pas à quoi servait la vie.

Le matin, quand je me suis levée, je ne me suis pas dit : « C'est ma dernière journée. » Ça m'est venu durant le cours de math. Je suis allée dans le bâtiment d'en face. Quand j'ai monté les escaliers, j'étais déjà dans un état d'esprit particulier, comme si j'étais hypnotisée.

Je laisse mon corps tomber. J'abandonne tout. Je ne sens pas le corps qui chute. Au contraire, c'est la sensation d'ascension que je ressens. Je suis en haut. Je vois un corps en bas. Je vois des gens qui courent, qui paniquent. Je ne réalise pas que le corps au sol, c'est moi. Une ambulance arrive, puis mon papa. J'entends la conversation entre mon papa et l'ambulancier.

Et je me retrouve aspirée dans un tunnel. Ça va très vite. J'ai peur. Je prie pour que cela s'arrête. Et à ce moment-là, je regrette mon acte. « Si c'est ça la mort, ça me fout la trouille. » J'arrive dans un espace tout noir. Je me dis : « Pourquoi tu paniques alors qu'il n'y a rien. » J'arrête de paniquer et cela se calme. Je suis donc en train de fabriquer moi-même mes peurs.

Un point de poussière lumineux descend. Ce n'est pas une ampoule électrique. C'est un amour vivant. Même le fait de vous en parler, j'en aurais presque les larmes aux yeux. Ce ne sont pas des larmes de tristesse. C'est peut-être un peu la nostalgie de revivre ça. Je suis tellement bien. Une telle joie. Une luminosité tellement incroyable.

Un être de lumière apparaît. Il me connaît parfaitement. La communication n'est pas verbale. Elle est télépathique. Cela va extrêmement vite. Je lui demande :

- C'est tellement beau. Comment faire pour être pareil ? J'aimerais bien savoir ce qui se passe après. Elle est où, ma mère ?
- Ne t'inquiète pas. Tout va bien.

Cette présence ne sait pas trop quoi me répondre. Elle me questionne :

- Pourquoi tu es là ?
- Parce que cela ne se passe pas bien dans ma vie. Je ne trouve pas le sens de ma vie. Il y a une telle souffrance que je ne peux plus la vivre… Vu que [maintenant, ici] je suis en train de vivre quelque chose d'incroyable, je voudrais que ce soit tout le temps cela ma vie.
- Qu'est-ce qui t'en empêche ?
- Mais c'est ma famille, les gens, la société, le monde, la planète qui se détruisent.

Je me plains beaucoup. Et cette présence est tellement aimante, elle m'envoie tellement d'amour, elle essaie de me faire passer un message :

- Est-ce que tu veux savoir ?

[11] Sur youtube : « Entretien avec Christine Clémino-Naéglé, Expérience de mort imminente 2. Tystria. https://www.youtube.com/watch?v=W2mauYcyAr0

- Oui, je veux apprendre.

Alors, il y a un changement qui m'emmène dans le passé. Et je revis le film de la rencontre de mes parents, le jour où ils ont décidé d'avoir un bébé, de m'avoir. Et moi déjà j'étais là, avant la conception. Et je vis ce qui se passe dans le ventre de ma mère. La division cellulaire, je la vois. Là, je prends conscience de l'importance de mon geste, parce que j'ai supprimé la vie qui a été voulue.

Après, ça va très vite. Je vois toute mon enfance qui défile. J'ai une tante qui a perdu plusieurs bébés, fait des fausses couches et des enfants mal nés, mal formés, et je ne lui ai jamais exprimé ni la peine que j'avais pour elle ni le soutien que j'aurais pu lui apporter. Je n'en ai jamais rien fait. Dans le film de mon passé, je suis à la place de cette tante. J'ai ses yeux et vois comment elle me perçoit. Elle a une très mauvaise image de moi. Cet être de lumière me dit :

- Tu aurais pu mieux faire.

Et je m'autocritique… mais d'une manière tellement douce : « C'est pas grave. » À ce moment-là, je reviens dans l'espace lumineux. Cet être de lumière me demande :

- Est-ce que tu veux encore voir ?
- Bien sûr.
- Il me projette dans l'univers. Je vois la planète terre, et je prends conscience de cette beauté et de cet espace. Mais ça va très vite. Il m'emmène loin, loin, loin. J'apprends la constitution de l'univers. J'apprends que tout ce vide-là n'est pas si vide que ça. Il y a beaucoup d'énergie. J'ai traversé des trous noirs.

Je me dis : « N'oublie pas pourquoi tu es là. » Et en un claquement de doigts, je reviens dans cette luminosité incroyable. À chaque aller-retour que je fais, je suis régénérée, je suis de plus en plus forte. Et cet amour m'habite de plus en plus.

- Est-ce que tu veux encore voir ?
- Oui. À quoi ça sert la vie en fait ? Pourquoi je ne suis pas comme vous ? Qu'est-ce qui me manque ?
- Tu ferais mieux de retourner. Avec tout ce que tu as appris, tu as assez de bagage. Retourne faire ta vie.
- Mais comment ?

Il me montre le film du futur. Je vois comment cela se passera plus tard. Cette planète bleue que j'ai vue-là, elle va s'abîmer, il va y avoir un réchauffement climatique. Je vois des écoulements de boue, des villages entiers qui sont détruits et des familles qui sont décédées, perdues. Beaucoup d'enfants sont sans famille, et les adultes en profitent pour les maltraiter et en abuser. Je dis :

- Arrêtez de me montrer cela. C'est un supplice.
- Mais tu peux aider.
- Ah bon, moi je peux aider ? Comment ?
- Chaque geste compte.
- Chaque geste compte ?
- Il va falloir que tu donnes de l'amour.

Et à ce moment-là, « ça » m'envoie une dose d'amour. « Ça » m'inonde**.** « Il » me montre des enfants et me dit :

- Tu vas aider.
- Promis, je ferai de mon mieux. Je suis sûre que c'est possible.
- Il faut d'abord que tu sois assistante maternelle.

Je suis émue parce qu'alors il m'a été montré un film que j'ai pu vérifier aujourd'hui. C'est ça la richesse de l'expérience.

Il y a une paix infinie. Une luminosité infinie. Un espace infini. Toutes les possibilités sont infinies. Tout brille. Il y a des silhouettes ultrabrillantes qui se penchent, me regardent en bas et se moquent de moi :

- Mais elle n'a rien compris. Elle est là trop tôt. Ce n'est pas ça qu'elle doit faire.

Et je réalise que c'est possible de leur ressembler.

Mais je n'oublie pas mon désir de voir ma mère. Et là, dans toute cette luminosité, en arrière-plan il y a une brillance qui se dégage, et c'est elle, l'amour maternel qu'elle a. On ne peut pas me faire croire le contraire. Elle est si reconnaissable, et encore plus que cela, elle est plus que « elle ». Elle est guérie de sa maladie. Elle a une aura magnifique. Je dis :

- Maman, comme tu es belle. Approche-toi, et on va créer quelque chose à nous deux.

Elle me fait un STOP. Et je suis dépitée. Au moment fatidique, elle s'évanouit dans la brillance, et je m'effondre. J'étais si proche du but. Une colère monte. C'est plus que viscéral. Il y a quelque chose qui m'englobe. Une noirceur. Je commence à tomber. Et l'expérience négative commence à ce moment-là. Une telle haine que je tombe dans un gouffre sans fin. Et au fond du fond, c'est horrible. Il y a des corps de chair gluante. C'est cauchemardesque. Si je me laisse faire, les corps vont m'attraper pour me dissoudre. Ils étaient là pour me détruire, m'anéantir.

J'ai résisté pendant longtemps, parce que je me disais : « Tu as appris tellement de choses. Ce n'est pas possible de finir comme ça. Il faut te battre. » La force que j'avais ressentie auparavant m'a permis de remonter et de ne pas me laisser emporter dans cette horreur […].

Je m'apaise à nouveau. Et cet être de lumière est toujours là. Sans que je ne le décide, je suis dans un jardin lumineux, avec des couleurs non substantielles, magnifiques. Je vois un grand arbre, des oiseaux qui en sortent. Il y a des fleurs que je traverse en fait. Je m'en approche, et il y a un brin d'herbe qui se détache de toute la pelouse. C'est d'un vert vivant. Comme une caméra, je fais un zoom et je plonge dans le brin d'herbe. Et je prends conscience que toute la chlorophylle ; tout cela, c'est vivant. Ça continue, et je traverse la terre. Je vois toutes les racines qui s'entremêlent les unes aux autres, et je suis dans toutes les racines. Je me balade sous la terre. Tout est en interconnexion avec le grand sapin, avec l'eau. Tous les éléments s'interpénètrent. Et j'entends :

- Tu es comme ce brin d'herbe. Tu te crois isolée dans toute la pelouse, mais en fait tu n'es pas seule. Toi aussi tu es connectée à tout ce qui se passe. Tu as décidé de ne regarder que de ton prisme et c'est cela qui te rend malheureuse.

Tout d'un coup, je me retrouve dans ma chambre d'hôpital, collée au plafond. Je regarde la scène. Au lieu de passer par la porte, curieusement je passe par le mur et je me dirige vers le couloir. Il n'y a pas un chat. Je reviens en repassant par le mur. Je vois un lit avec quelqu'un dessus. Au début, je ne comprends pas que c'est moi. Je m'approche. Papa me tient la main. Il est triste. Qu'est-ce qui s'est passé ?

- Papa, ne t'inquiète pas. Je suis là. Tout va bien. Allez, lève la tête. Je suis désolée.

Ça y est. Je me rappelle. Vu que papa ne veut pas me répondre et qu'il ne m'entend pas, j'ai décidé de rentrer en lui. Et je passe par le sommet de son crâne, je deviens lui. Mais quel homme ! Ce n'est pas parce que c'est mon papa que je dis ça. Je l'ai anéanti cet homme-là. Je vois sa vie. Je vois qu'il est vaillant. Il ne s'est jamais découragé. Je dois être forte au moins pour lui. Et je reviens dans mon corps. Je reprends possession des lieux. Et là, il y a le physique qui se fait entendre. Les machines bipent. Cela faisait cinq jours que j'étais allongée là dans un coma artificiel pour pouvoir rester immobile […]. Je vois mon père. Je dis :

- Papa, papa, tu ne devineras jamais ce qui s'est passé.
- Non, mais tu débloques complètement. Tais-toi, on va te mettre la camisole de force.

Alors je me tais […]. Lorsque les gens venaient me voir par pure curiosité, je le sentais. Et avec une franchise sans limite je disais :

- Toi, tu dégages.

Et les gens étaient choqués :

- Christine était tellement timide, tellement gentille, tellement niaise, comment est-ce possible qu'elle nous parle ainsi ? […].

Je dois me rendre à l'évidence. J'ai les jambes paralysées. Mon père parle d'aménager la maison, d'un fauteuil roulant. Je lui dis :

- Mais non. Tu verras. Laisse tomber. Je referai du vélo.

Je suis dans le déni total. N'empêche que le déni m'a sauvé la peau. Garder l'espoir m'a fait garder le moral.

Trois mois plus tard, en centre de rééducation, j'avais beau me pincer, je ne sentais rien.

Je ne me suis pas dit que j'avais eu une EMI. Je ne savais même pas que cela s'appelait comme ça. Cette expérience-là, je l'ai occultée. N'empêche que ce que j'ai gardé, c'est la motivation, cette force, cette énergie qui est capable de décupler quand on en a le plus besoin.

Je visualisais mes jambes. J'avais besoin de silence, le même silence que celui de l'expérience, dans ce noir absolu, pour aller chercher en moi cette part lumineuse, cette part divine qui me permet aujourd'hui d'être debout devant vous. Et j'allais m'entraîner en cachette. J'allais dans la salle de sport la nuit. Je restais en pyjama dans mon fauteuil roulant et j'allais aux barres parallèles, alors que tout le monde m'avait condamnée.

[Maintenant] je n'ai pas peur de la mort […]. Ce qui change, c'est la perception du matériel, de l'argent. Tout d'un coup, on est dans de vraies relations humaines. Vouloir toujours plus de biens matériels crée un déséquilibre. Et on en souffre.

Autre message : la luminosité est en chacun de nous. Je ne me serais jamais doutée que j'avais cela en moi, sinon je n'aurais pas fait mon acte de suicide. C'est ça qu'il est nécessaire de faire connaître : si vous libérez cette conscience et cette énorme capacité d'amour intarissable, vous vous rendez compte de la puissance de vie que vous avez. Pour cela, il faut aller vers soi. J'attendais tellement du regard des autres que cela m'a rendue malheureuse.

Sur mon expérience, il y avait un couvercle, même une chape de plomb, parce que je n'y pensais plus. Je me suis tue durant 22 ans. J'ai fait ma vie de femme, ma vie de maman de deux enfants. J'avais mon métier. Mais il me manquait l'essentiel. L'hypnose m'a permis de regarder en moi, d'aller dans mes souvenirs. Et il n'a pas fallu grand-chose pour les faire émerger.

J'étais tellement crispée que j'ai dû me mettre en arrêt maladie. Il y avait la force qui cherchait à s'exprimer et à se libérer. Ça m'a fait un tel bien. Tout est remonté à la surface, d'un coup. Je me suis retrouvée complètement libérée, euphorique. Tous les masques sont tombés.

Cela a été d'une telle beauté que la transformation a été vue par les gens qui me connaissaient avant. Je me suis connectée à internet. J'ai regardé Raymond Moody (*La vie après la vie*), les EMI. Je me suis dit : « Oh, mais je ne suis pas toute seule. C'est incroyable. »

Depuis, j'ai assisté à une réunion. J'ai organisé des groupes de partage. Des gens me livrent des confidences, alors que je n'ai rien demandé. Ces personnes sont en détresse, vont mal, parce qu'il faut libérer la parole. Je me suis demandé comment diffuser ce que je suis.

J'ai décidé de me former. J'ai eu mon examen de praticienne en Reiky. J'ai décidé d'accompagner les personnes en détresse psychologique réactionnelle, les personnes suicidaires et les personnes au fond du gouffre qui n'arrivent pas à retrouver un sens à leur vie.

Si j'étais tombée sur une personne qui avait su m'écouter, je n'en serais pas arrivée là. Il ne faut pas s'auto-flageller quand on ne va pas bien. Ne pas culpabiliser. J'ai compris que j'étais venue là pour apporter quelque chose : diffuser cet amour. Montrer comment aimer de la meilleure manière qui soit. Montrer comment être bienveillante. Quand on donne de l'amour, on ne peut pas s'en lasser. Car c'est tellement juste pour tout le monde, pour tout ce qui nous entoure. Ça rayonne. Si j'aime mes enfants, ils vont être de bonne humeur, ils vont bien travailler à l'école. Ils vont rendre les professeurs heureux, des camarades heureux.

Je suis très optimiste parce qu'il y a de plus en plus de gens qui osent parler et mettre en œuvre leurs convictions. Il y a de plus en plus de gens qui cherchent des solutions pour contrecarrer le matérialisme et se rapprocher de la nature, pour avoir moins de luxe à la maison mais plus de luxe dans le cœur.

« J'ai radicalement changé d'attitude envers autrui » (Marie de Solemne)



Marie de Solemne est cascadeuse à cheval. Elle fait une chute de cheval, tête la première. Elle est dans le coma avec une fracture du crâne. Elle voit sa grand-mère – toujours vivante – et réalise qu'elle n'avait pas été très cool avec elle. Elle raconte[12] *:*

Je suis rentrée dans la lumière. Cette lumière n'était pas comme quelque chose que l'on peut connaître. Il y avait de la douceur… de la chaleur… de l'amour... Pas l'amour comme on l'entend d'habitude, mais quelque chose qui vous enveloppe. Et c'est là qu'il y a eu le plus beau moment. Je me suis laissé porter par toutes ces émotions qui étaient démultipliées. Cela n'a rien à voir avec ce que, de toute ma vie, j'ai ressenti dans mon état incarné.

La première chose que j'ai pensée, c'est : « Je suis chez moi… Ça y est, pour de bon, je suis rentrée chez moi. C'est ma maison. » Dans ma vie, j'avais toujours eu l'impression de ne pas me sentir chez moi. Là, c'était extraordinaire. Un bonheur que personne ne peut imaginer. Avoir la sensation qu'on est revenu à un endroit où le mal n'existe pas, où il n'arrivera plus jamais rien de mal. Ce n'étaient que des sensations, mais tellement fortes. Trente-deux ans plus tard, elles ne m'ont jamais quittée […].

Il y avait une entité, quelqu'un, quelque chose. Je ne savais pas quoi. Je l'ai appelé « il-ça » car je ne savais pas si c'était un objet ou un sujet […]. À partir de là a commencé un énorme échange […].

On m'a montré ma grand-mère. Je n'avais pas été très cool avec elle. Et je voyais l'absolu de cette grand-mère, qui était d'une bonté ! J'entrais dans la totalité de ce qu'elle était. Vraiment ce n'était pas terrible la manière dont je l'avais envoyée balader parfois […].

[12] Sur Youtube : « Expérience de Mort Imminente, Marie de Solemne, KcDxdn hvQc, 2015 » 1,34 :25, International Association for Near-Death Studies (IANDS) – France.

Elle n'était pas décédée à l'époque. Elle était bien vivante. Je n'ai pas tout de suite compris. Mais les explications – mentales, de pensée à pensée – m'ont montré à quel point cette femme avait souffert dans sa vie, à quel point son cœur n'était que bonté, générosité, bienveillance. Elle ne demandait rien, et elle donnait tout. J'ai compris que j'avais parfois un peu dépassé les bornes. Je sentais que cette entité me disait qu'elle savait pourquoi, que c'était parce que j'avais souffert enfant, mais que, malgré tout, et quelle que soit la souffrance, on ne doit pas faire du mal, on ne doit pas « se venger », pourrait-on dire. On m'a montré cela non pas pour que je puisse « me racheter », mais pour que j'aie, envers ma grand-mère, une attitude qu'elle méritait vraiment.

Comment cela m'a-t-il été montré ? Quand je parlais mal à ma grand-mère ou l'envoyais valser ou la laissais dans l'inquiétude, alors que j'aurais pu la rassurer, je ressentais cela comme si c'était à moi que cela arrivait, comme si j'étais elle. Et c'était moche. Ce n'était pas juste. Ça faisait mal. Et c'était mis en parallèle avec cette bienveillance totale qu'elle avait envers moi.

L'entité ne me jugeait pas. Il n'y avait aucun jugement pour dire « c'est bien ou c'est mal.» C'est moi qui me disais : « Mais pourquoi lui ai-je fait cela ? Je lui ai fait du mal. » Je ressentais ce qu'elle avait ressenti. C'est la plus grande leçon qu'on peut recevoir. Apprendre la théorie, c'est une chose. Mais l'expérience personnelle est irremplaçable. Là, j'avais l'expérience de la souffrance. Une fois qu'on a ressenti cela, plus jamais on ne peut faire souffrir. J'aimais ma grand-mère autant avant qu'après, mais mon comportement devait changer. J'étais très dure avant. Dès que j'allais revenir dans mon corps, ce serait mon premier travail : lui apporter la douceur qu'elle n'avait jamais eue, et la bienveillance. Tout de suite. C'est ce que j'ai fait – ce que j'ai essayé de faire –, car je n'ai pas été au top immédiatement. Ça, je l'ai gardé en mémoire toujours. Aujourd'hui, ma grand-mère est décédée et j'y pense au moins trois ou quatre fois par semaine, quand ce n'est pas tous les jours. Je parle avec elle. J'espère lui avoir apporté un peu de douceur et de rire. Du rire, elle n'en avait jamais eu. C'est quelque chose que je pouvais lui apporter.

J'avais accès à la souffrance du monde entier. À la joie du monde entier. À la perception du vivant et à la sensibilité de toute chose vivante, de la plante, de l'animal, de tout. Une hyper-conscience que la douleur chez l'humain était inacceptable ; que quelqu'un de malheureux, ce n'était pas tolérable. J'avais cette sensation de vivre la douleur de quelqu'un d'autre. Je réalisais que c'était horrible […]. Je ne prenais pas conscience de l'existence du mal et de la douleur mais du fait que je n'avais jamais rien fait contre.

J'ai alors eu la sensation que ce fameux « Il-ça », ce « truc », a fait mes valises. Il m'a préparé un sac-à-dos, comme pour dire : « Allez, je te donne un coup de main. » Il a mis plein de choses dedans, plein de connaissances, plein d'aptitudes qui devraient me servir plus tard.

Je ne peux pas dire qu'il m'a pris dans ses bras. C'est bien plus que cela. C'est comme s'il touchait la plus extrême pointe de mon âme ou de mon esprit avec le sien. C'était d'une délicatesse extraordinaire. Et j'ai ressenti ce que pouvait être un amour au-delà de tout ce qu'on peut concevoir. Je savais que plus rien [de mal] ne pouvait m'arriver. Il m'a dit : « Maintenant, tu vas repartir, mais je resterai avec toi jusqu'à ta prochaine venue. Sache que je suis en toi. Je t'aiderai à faire tout ce que tu as à faire. Mais tu dois le faire. » De temps en temps, je me dis : « Ça doit être dur pour mon bien-aimé, car tout l'amour qu'il peut me donner – « l'agapè » selon la philosophie grecque –, ce n'est rien du tout à côté de ce que j'ai ressenti alors ….].

J'ai eu accès à une forme de connaissance absolue. Il existe un savoir illimité, et plus l'humanité avance, plus il y a de choses à savoir. Ça m'a rappelé la phrase de Socrate : « La seule

chose que je sais, c'est que je ne sais rien. » C'était comme si tous les êtres humains, de tous les âges confondus, étaient réunis et que l'on ressentait la totalité de ce que peut ressentir un être humain. Et c'était aussi savoir comment il faut avancer vers l'humain pour lui permettre de supprimer la violence au bénéfice de la bienveillance. C'est quelque chose que tout le monde désire, même les plus méchants. Très peu y arrivent parce qu'on a trop de pulsions, de peurs intérieures qui nous bloquent l'accès à cette générosité première, à cette bienveillance immédiate. Cette connaissance ultime consiste à savoir que tout élément vivant, l'animal, la plante, et même le minéral font partie d'un tout, que tout est relié et qu'on ne doit négliger rien ni personne […].

Lorsqu'on me demande si l'expérience a apporté un sens supplémentaire à ma vie, je réponds : « Elle m'a apporté UN sens, tout court. » Avant, ma vie n'avait pas de sens […]. Je suis passée d'une cascadeuse folle dingue amorale à quelqu'un qui ne pensait qu'à une chose : faire des études de philosophie, aimer l'humain, sourire, être bienveillante.

J'ai fait un doctorat de philo, un master 2 de psycho, un DEA de sociologie. Tout ça, pas pour avoir des diplômes, mais pour finalement me rendre crédible aux yeux des autres, pour avoir le droit de parler de tout ce qu'on m'avait appris de l'intérieur […]. Le « partenaire intérieur » m'a aidée à 95 % à faire un parcours d'études énorme dans un minimum de temps. Les études, c'était le moyen pour être passeur. Il faut que tous ceux qui ont vécu une telle expérience puissent un jour parler et montrer à quel point la vie est belle et qu'on n'est pas là pour rien.

Ma vie a un sens, dans les deux acceptations du terme d'ailleurs. Dans le sens d'une orientation : je fais ce que j'ai à faire, et je retournerai chez moi. Et dans un sens philosophique, existentialiste, psychologique. À tous les niveaux, en tout cas pour moi : chacun a reçu un travail à faire. J'ai l'impression que la vie est une grande université, où on passe des étapes. On demande plus à celui qui est à une étape plus avancée. Au fur et à mesure de mes épreuves, de mon avancée, les épreuves étaient de plus en plus difficiles. Et parfois je voulais tout arrêter. Et j'apercevais chaque fois le bonheur que je recevais d'avoir réussi l'épreuve, d'avoir réussi à aider quelqu'un. C'est à moi que cela apportait du bonheur. Oui, ma vie a pris un sens. Pour moi, ce sens-là, ce « travail », cette « mission » (quoique je n'aime pas ce mot qui fait penser à « missionnaire »), c'est d'être passeur. Pour moi, le sens de la vie c'est d'aimer. Apprendre à aimer. L'amour existe, l'expérience vécue il y a 32 ans me l'a prouvé […].

Petit flash-back. Avant cette EMI, j'avais quitté avec bonheur le domicile familial à 17 ans, avec ma rage au ventre. Je n'ai pas fait d'études alors. Je n'en avais pas envie. Je n'étais d'ailleurs pas très douée. J'étais une « physique », une sportive. Après l'EMI, cela a été complètement différent. Au bout de six, sept mois, où il a fallu que je me familiarise avec tout ce que j'avais expérimenté, que j'écrive beaucoup de choses dans mon « cahier de silence », les demandes du « partenaire intérieur » ont commencé à se faire plus précises. La première m'a dirigée vers la bibliothèque. Cela me faisait beaucoup rire parce que je n'avais jamais mis les pieds dans une bibliothèque. Je suis allée dans le rayonnage philosophie, psychologie, etc. Je voyais les titres et je me disais : « Qu'est-ce que je fais là ? » Et j'étais toujours poussée : « Prends un livre. » J'ai pris un livre d'un philosophe contemporain, Vladimir Jankélévitch, un de ses livres particulièrement difficiles d'accès – ce que j'ignorais évidement. Je lisais et je comprenais. Et ça m'intéressait beaucoup. J'ai pris un autre livre… J'ai ressenti une énorme soif d'apprendre. Il fallait que j'apprenne les sciences humaines. Toutes les sciences humaines, c'est cela qui m'intéressait. Avec l'accompagnement de cette entité, de ce partenaire, de « Ilça », j'ai eu droit à une faveur, une grâce imméritée, une facilité d'apprentissage hors du commun. J'ai avalé des livres.

À ce moment-là, j'ai perdu tous mes amis, j'ai écarté toute ma famille. Ma vieille grand-mère, elle, était merveilleuse : quoi que je fasse c'était bien. Quand je lui ai dit : « Je suis à la Sorbonne à Paris pour faire des études de philo », elle m'a dit : « Oh, c'est bien. Je suis fière de toi. » Elle ne doutait pas de moi. Ma mère, elle, m'aurait dit : « Mais, tu en es incapable. » J'ai fait ces études avec beaucoup de sérieux et en même temps avec beaucoup de facilité parce que l'objectif c'était d'avoir un passeport pour aller ailleurs. Donc, il fallait faire vite. C'est probablement pour cela que j'ai eu droit à des facilités énormes. Au milieu de cela, j'ai fait des études de pharmacie, une ou deux années de médecine. Le tout aurait dû me prendre à peu près quinze ans. Je l'ai fait en cinq.

Dans le cadeau que j'ai reçu, il n'y avait pas seulement la capacité d'apprendre. Ce fameux bagage contenait des aptitudes que je n'avais pas avant, des choses que je savais faire alors que je n'aurais pas dû savoir les faire. Elles sont données (pas juste pour faire le malin). Si j'ai vraiment besoin de savoir quelque chose au niveau médical, eh bien je vais le savoir. C'est-à-dire que je vais ouvrir une page internet ou un livre où il y a de la vulgarisation. J'accroche sur un mot ou deux, et tout le reste arrive. Pas aussi bien que pour un vrai médecin, mais suffisamment pour vraiment savoir de quoi je parle et pouvoir aider soit quelqu'un qui souffre, soit moi. Je ressens de manière suraigüe les émotions des autres, même s'ils me les cachent. J'ai une empathie multipliée par mille […].

Mais c'est au-delà de l'empathie humaine. Avec tous les outils reçus, j'ai appris à supporter le négativisme ou la noirceur des autres et à les ranger dans un coin, à leur opposer la bienveillance. J'utilise tous les outils pour faire parler les gens et aller vers ce qu'ils ont de meilleur. Ça ne marche pas à tous les coups. Des fois, je ressors plus malade que l'autre.

Oui, c'est un don. Pas un pouvoir. J'ai plusieurs petits dons comme ça. Mais, le principal c'est de faire en sorte que l'autre se sente bien. Avant l'EMI, je n'étais pas comme ça. J'avais la langue fourchue. Je suis complètement différente. Tous mes amis, je les ai perdus. Je m'en suis fait de nouveaux. La libération est venue d'avoir pu parler pour la première fois au bout de 32 ans.

Une expérience aussi extraordinaire, au sens sémantique du terme, ne doit pas rester dans l'ombre, puisqu'on a appris quelque chose. D'après ce que j'ai lu, tous ceux qui ont vécu une EMI ont appris que la vie est belle, que les soucis qui nous font parfois mettre martel en tête, c'est dérisoire, qu'on est là pour aimer, pour donner, pour échanger, pour faire en sorte que cette planète soit la plus belle possible, pour que les habitants de cette planète soient le plus heureux possible.

Certains vont pouvoir le transmettre à cent personnes à la fois – c'est le cas lorsque je donne une conférence, encore que je n'en toucherai peut-être que deux. Mais si on transmet à ses propres enfants, son mari, sa sœur, son frère, son ami, ça suffit. C'est déjà pas mal.

Il faut prendre confiance en soi et ne pas cacher ce qu'on a vécu par crainte de scientifiques qui vont se moquer de nous. Il faut parler pour que les gens arrêtent de dégrader ce qui est tellement beau. C'est essentiel que le sujet ne soit pas tabou, qu'on en parle de plus en plus. Il est nécessaire d'enlever toutes nos pudeurs et de livrer ce qu'on a peut-être de plus précieux et de plus intime dans toute notre vie. Dans mon cas, cette expérience remonte à 32 ans. À cette époque, les tout premiers livres de Raymond Moody sortaient. Au niveau médical, cela appartenait à des choses bizarres, sectaires. C'était de l'ordre de la maladie mentale. Ce n'était pas possible d'en parler à mes amis. Pour eux, cela aurait été considéré comme des séquelles de mon accident : la fracture du crâne aurait provoqué dans mon cerveau des hallucinations.

Comment se passe ce « compagnonnage » avec celui que j'appelle « le compagnon intérieur » ? En réalité, ce compagnon, c'est également moi. C'est une part de moi qui s'est ouverte et qui m'a donné accès à une potentialité que je n'avais pas, à certains dons. En cas de nécessité, je puise dans un réservoir, alors arrivent, dans ma pensée, le mot qu'il faut, l'explication qu'il faut, la connaissance de ce qu'il va falloir faire ,etc. Ce n'est pas de la divination de ce que l'autre a dans la tête. Cela peut concerner la construction d'une maison alors que je n'y connais strictement rien. Je dis : « Il faudrait une pente comme ci ou comme ça, avec des parpaings » et l'interlocuteur a l'impression que je sais de quoi je parle et finit par dire : « Ah oui, c'est exactement ça. » Ce savoir je l'ai sorti de mon petit puits, de cette énergie que j'appelle « il-ça », car il vient de cette rencontre-là. Mais je n'ai pas l'impression d'être habitée par quelqu'un d'autre.

En m'expliquant, je chosifie un peu. Je rends cela comme un sujet parce que cela me fait rigoler, comme s'il y avait des discussions. En fait, quand cette porte s'ouvre, c'est toujours moi,. C'est une porte battante. Je n'ai pas accès (comme dans l'EMI) à une connaissance infinie, mais à des choses très pratiques que je ne suis sensée ni savoir ni comprendre.

« Primat de l'amour par rapport à la connaissance » (Maria Kohr)



Depuis son EMI, Maria Kohr vit beaucoup plus « en conscience ». Elle est interviewée par Franz Dschulnigg[13].

En 1979, j'étais enceinte, et lors d'un voyage, j'ai eu des saignements. On m'a transportée à l'hôpital. En pleine nuit, j'ai senti des contractions. J'ai été emmenée en salle d'accouchement. On m'a administré un produit pour provoquer l'accouchement. Mais moi je voulais garder le bébé. Des sages-femmes se sont mises à trois pour tirer le bébé […] C'était épouvantable. J'avais l'impression d'être dans une salle de torture.

Alors s'est produit quelque chose dont je n'avais jamais fait l'expérience. Ma conscience s'est en quelque sorte scindée en deux. Sur un plan, je vivais l'horreur absolue, la douleur et tout ce qui va avec. Et sur un autre plan plus élevé, j'étais calme et en paix, et j'avais cette capacité de raisonner de façon bien plus claire que d'habitude. Étrangement je vivais les deux expériences en même temps, simultanément. D'ordinaire, ce que je vous décris là est bien sûr impossible. Mais je pense que, dans cet état, c'est exactement ce qui s'est passé. Malheureusement cela n'a pas duré très longtemps et à un moment je me suis retrouvée seulement sur le plan du bas. Les sages-femmes avaient réussi à retirer le bébé. Mais elles ont recommencé puisqu'il fallait retirer le placenta. Il a fallu appeler une équipe chirurgicale en pleine nuit.

Subitement, j'ai vu la salle d'opération du dessus, les médecins présents ainsi que mon corps. Ça n'a pas duré plus de trente secondes. Je dois dire que je ne sais pas ce qui a été l'étape suivante. Je peux seulement vous dire les différentes situations que j'ai vécues, mais je suis incapable de vous en donner la chronologie.

J'ai tout-à-coup vu le film de ma vie flotter devant moi. Pas comme des images d'un film mais plutôt comme des images qu'on aurait tirées d'une pellicule d'un appareil photo. C'était

[13] L'expérience de mort imminente de Madame Maria Kohr. Youtube.

comme un chapelet de photos. Et au-dessus de certaines de ces images, il y avait une petite flamme comme la flamme d'une bougie.

Ce qui était encore plus étrange c'est que, non seulement, je voyais ce qui était devant moi, mais en même temps, je voyais ce qui était derrière moi. Et là, derrière moi, sur ma gauche il y avait un être spirituel magnifique. C'est ainsi qu'on pourrait sûrement imaginer un ange, mais il n'avait pas d'ailes. Il portait une longue tunique blanche et ses cheveux ondulaient jusqu'à ses épaules. Il était masculin. Il avait un air grave et il m'inspirait beaucoup de respect. C'est d'ailleurs pourquoi je n'ai pas osé lui demander ce qu'étaient ces petites flammes.

Alors que je regardais le film de ma vie, tout-à-coup, ça a fait boum et ça s'est effondré comme une espèce de poussière grise. Seules les images avec les petites flammes au-dessus étaient restées. J'ai alors ressenti un choc important, incroyable. Et une profonde tristesse m'a envahie. J'avais le sentiment que ma vie ne comptait plus, qu'elle n'avait aucune valeur. Je ne comprenais pas le sens de tout cela. Pourtant je pensais ne rien avoir fait de mal dans ma vie. Je pensais avoir mené une vie normale. J'avais été élevée dans la foi chrétienne, je faisais partie de la communauté chrétienne. Et déjà à cette époque, je croyais en Dieu et en Jésus-Christ avec lequel j'avais vécu de belles expériences. Et là, c'est comme s'il n'en restait plus rien.

Suite à ce choc, j'ai demandé à cet être qui était donc derrière moi : « Qu'est-ce que ça signifie tout ça ? » Je n'oublierai jamais ses mots. Il m'a dit : « Toutes les choses que tu as aimées du fond du cœur, de façon désintéressée, sans calcul, avec dévouement, abnégation, par amour inconditionnel, où tu donnais et pardonnais aussi, ça tu peux l'emmener dans l'éternité. C'est ce qui va rester. »

Et je vais vous le dire franchement, si ça n'avait été que 10 %, ç'aurait déjà été beaucoup pour moi, mais c'était bien moins que ça. Sur ce fait, des images me sont venues à l'esprit, des scènes que j'avais oubliées pour la plupart. Elles ont toutes quelque chose en commun. Ici, dans le monde physique tout le monde s'accorderait pour dire que, dans ces situations, j'avais fait ce qu'il fallait, pris la bonne décision et ainsi de suite. Mais dans ce monde-là, je peux vous dire qu'on regarde « dans toute situation » le cœur et uniquement le cœur. Eh bien c'était complètement différent. Une scène notamment est restée très claire dans ma mémoire, sans doute en raison de son impact dans ma vie jusqu'à aujourd'hui.

J'avais été végétarienne depuis l'enfance, alors que mon entourage mangeait de la viande. J'avais souvent des désaccords à ce sujet. Je disais par exemple : « Oh, les pauvres animaux, ce n'est vraiment pas bien de les tuer pour les manger. » Et cela me contrariait beaucoup. Cela n'allait pas jusqu'à ce qu'on se crie dessus, mais cela empêchait une atmosphère paisible avec mes proches. Je n'étais pas sereine avec moi-même non plus. Ça créait une tension. Ça n'était pas épouvantable, mais ce n'était pas confortable.

C'est intéressant de voir comment cela est considéré de l'autre côté. On m'a dit très clairement qu'il est bien sûr préférable de ne pas manger de viande. Mais mes objections étaient telles qu'elles entrainaient de la contrariété. Il n'y avait pas de paix, de sérénité. J'allais contre la loi de l'amour dans ces situations-là […].

Tous les moments où j'avais éprouvé douleur, tristesse, chagrin, qu'il s'agisse de souffrances physiques, morales, ou bien simplement de moments qui n'avaient pas été faciles, de l'autre côté, ces moments étaient considérés comme des moments précieux, de vrais joyaux. Toutes ces journées agréables que nous aimons tant, c'est très bien aussi, bien sûr. Toutefois, ces moments agréables sont un peu comme des bijoux de fantaisie. Ils sont beaux, c'est sûr, mais ils n'ont pas de vraie valeur. Ce qui m'apporte beaucoup de paix et de sérénité, c'est que

tout a un sens profond. Cela m'apporte de la paix de savoir que les moments difficiles n'arrivent pas par hasard. Rien n'arrive par hasard. Tout a du sens. Tout ce qui se produit a une raison d'être.

Je n'ai pas eu l'occasion de regarder chacune des situations en détail. J'ai perçu ce film de ma vie plutôt comme un tout. J'ai eu la signification des images au-dessus desquelles il y avait une petite flamme. Je réalisais que j'avais eu accès au sens vraiment profond du mystère de la vie quand j'avais répondu avec mon cœur. Oui, uniquement avec mon cœur à certaines situations. Et même dans certaines situations où j'avais pourtant « raté » ma prestation, le cœur était là […].

Je me suis aussi retrouvée dans une sphère faite de lumière magnifique, très paisible. Les paysages ressemblaient à des paysages où la nature est particulièrement ravissante, ici, sur terre. La seule différence est que tout dans ce monde non physique est plus merveilleux. Quand je fixais quelque chose qui était très éloigné de moi, je le voyais malgré tout comme si c'était en gros plan, comme si je regardais à travers une loupe. À une certaine distance, je percevais un être spirituel ou un être décédé. J'ai réalisé que les lois qui régissaient mon expérience étaient les mêmes pour ces êtres-là.

Par exemple, avant même que je ne dise quelque chose que je pensais, ce que je ressentais se dégageait de moi comme des rayons, des ondes avec des couleurs splendides au niveau du cœur, de l'estomac – aujourd'hui je dirais du plexus solaire. Ces rayons de couleur merveilleuse étaient aussi composés de sons, de mélodies. Ils vibraient et sortaient de mon être. C'est vraiment très difficile à expliquer. C'était si beau, comme d'ailleurs ce qui émanait de cet être spirituel. J'ai réalisé que sur ce plan du non-physique il n'était pas possible de faire semblant, de mentir. On est comme un livre ouvert. Rien n'est caché, tout est connu.

Et je réalisais que ces couleurs, ces vibrations, ces formes, ces merveilleuses mélodies provenaient de l'herbe, des fleurs, des arbres, des animaux. Même si je n'ai pas vu d'animaux, je savais que cela émanait d'eux aussi. Cela émanait de tout, vraiment de tout. La meilleure comparaison que je puisse proposer serait d'imaginer un merveilleux feu d'artifice, mais sans le bruit, avec juste l'harmonie. Tout est harmonie dans le monde non physique. Aucune dissonance. C'était tellement beau ! J'aurais souhaité y rester. Mais, d'un coup, cela s'est arrêté et j'ai été entraînée ailleurs.

Je me suis retrouvée au cœur d'un brouillard fait de lumière, comme on peut en voir sur terre avant que le soleil ne perce. Je flottais là. J'avais l'impression que je venais juste de me réveiller. Comme si ma vie sur terre avait été un rêve. Et là, j'étais totalement présente. Je pouvais à nouveau penser avec beaucoup plus d'acuité, très clairement. Je me sentais également beaucoup plus forte, plus joyeuse. Je me sentais si bien. Tout allait très bien. J'avais l'impression que la vie sur terre se déroulait comme derrière une sorte de voile, derrière un brouillard. Non pas que cette vie sur terre n'avait pas d'importance, mais c'était un peu comme être en classe dans une école. Si je compare, je n'étais pas pleinement présente sur terre, comme je l'étais là dans le non physique.

Je savais – comment, je n'en ai aucune idée – mais je savais que si je continuais à dériver ainsi j'allais atteindre un endroit d'où partiraient de nombreux chemins […]. J'étais sur le point de franchir ce mur de brouillard […] et j'ai entendu une voix très claire et très forte qui disait : « Préfères-tu rester ici ou préfères-tu repartir ? » Et à ce moment-là, je ne me souvenais plus du tout que j'avais décidé de repartir pour réparer et faire mieux. Ma première réaction était de rester. Mais ensuite, j'ai pensé à mon mari. Je me suis souvenue qu'il m'avait rendu visite la veille. Et quand nous nous sommes dit au revoir, nous avions bon espoir de sauver le bébé. Je me suis alors dit : « Quand il va venir demain, et que non seulement le bébé sera parti mais

que sa femme aussi sera décédée il va devenir fou. » Il n'y avait pas d'alternative, il fallait que je reparte. Je n'ai plus entendu de voix ou autre chose après cela.

J'ai senti une forte aspiration, comme celle d'un aspirateur qui me ramenait à une vitesse incroyable. J'ai traversé l'espace. J'ai vu Neptune, Pluton, Uranus. Je dois préciser par souci d'honnêteté que j'avais lu auparavant un livre sur les planètes et, du coup, je ne suis plus sûre d'avoir vécu ça pour de vrai ou si ce que j'ai lu dans le livre s'est mélangé à mon expérience. Pour autant, je pense que c'était réel parce que l'expérience n'a pas connu d'interruption. Je volais à travers l'espace et je trouvais cela fascinant. Je me disais : « Oh, quelle chance tu as !» Je me suis demandé pourquoi je n'étais pas gelée, parce que l'idée m'est venue qu'il fait un froid glacial dans l'espace et je n'avais rien pour me protéger. Je suis entrée dans l'atmosphère terrestre. Cela pourrait être comparé à la sensation qu'on a quand on saute dans l'eau. Mais la sensation était beaucoup plus contrastée.

Puis, ça semblait ralentir un peu tout en restant rapide. Je volais peut-être à vingt mètres au-dessus de la surface de la terre et je suis arrivée au niveau d'une sorte de salle de congrès qui était presqu'entièrement vitrée et dont le toit était en pente. J'ai juste volé pour me retrouver à l'intérieur. J'ai traversé la vitre. Il y avait des gens qui se tenaient là. La majorité d'entre eux étaient des hommes et ils se parlaient avec animation. Ils trouvaient que tout ce qu'ils disaient était très important. Je n'ai pas appris l'anglais à l'école, je ne comprends donc pas l'anglais avec mon intelligence physique. Mais bizarrement, j'ai compris ce qu'ils disaient même si je ne suis pas capable de le répéter. Et j'ai pensé : « Oh la, la, c'est vraiment sans aucun intérêt quand on considère d'où tu viens, de l'au-delà, comparé à ce qui est vraiment important dans la vie. » Je me suis dit : « Va-t'en d'ici. »

Aussitôt, j'ai ressenti à nouveau cette aspiration qui m'a entraînée au-dessus d'une fête foraine. En fait, j'aimais bien aller à la foire. J'adorais faire des tours de manège. Mais maintenant, je voyais les choses différemment. Il y avait un bruit épouvantable qui montait des manèges, des stands de tir. J'éprouvais beaucoup de compassion envers les gens que je voyais là. Je me disais : « Oh mon Dieu, ils ne semblent pas savoir ce qui fait la vraie valeur de la vie. Ils recherchent des distractions dans des plaisirs terrestres alors que la réalité profonde de la vie est si belle. Ce bruit insupportable était un tel contraste avec la merveilleuse symphonie que j'avais entendue sur cet autre plan. J'ai pensé : « Va-t'en. »

Et immédiatement cette aspiration est revenue et j'ai été emportée à travers la fenêtre de l'hôpital. C'était à nouveau très beau. Je flottais horizontalement près de mon corps mais il y avait un tel silence… ! Je ne pense pas qu'il existe un silence pareil ici. Il y avait un silence si profond, une paix si profonde. Je me sentais protégée et tout allait si bien. Et tout à coup, boum, j'étais de retour dans mon corps. À partir de ce moment-là, cette horrible douleur est revenue.

- Franz Dschulnigg : Quel impact a eu cette expérience particulière sur votre vie par la suite ?
- Maria Kohr : Au début, je pense que je n'ai pratiquement ressenti aucun effet. L'expérience de mort imminente était étouffée par la douleur physique et morale. J'avais perdu cet enfant et c'était une deuxième fausse couche. Les quelques personnes à qui je m'étais confiée ne savaient trop qu'en dire. Et pour ma part, je n'avais jamais entendu parler de choses semblables ni même de quelque chose de très vaguement similaire. Je savais que j'avais vécu quelque chose de très spécial à ce moment-là, mais je n'arrivais pas à le classifier. Du coup, je l'ai mis de côté pour un temps. Mais rétrospectivement, je pense que l'expérience faisait déjà son chemin en moi, à mon insu. Ensuite, j'ai finalement pris conscience de tout cela […].

Je me suis de plus en plus intéressée au sujet, et, ce faisant j'ai commencé à vivre plus « en conscience ». Aujourd'hui, lorsqu'il me faut prendre une décision j'essaie de me replacer dans le contexte de mon expérience. Je me demande : « Comment vais-je évaluer cela quand je vais être à nouveau de l'autre côté ? Comment vais-je juger cette situation ? Quelle est ma motivation ? Est-ce que je vais me désoler ? Est-ce que le remords va m'envahir à nouveau ? » Parce que peut-être ici je n'ai pas réussi à faire le choix du cœur. Peut-être ai-je raté l'occasion qui m'a été présentée.

Cette approche m'aide beaucoup dans mes prises de décision. Cet amour dont cet être spirituel a parlé ne faisait pas seulement référence à ma famille et aux personnes que j'aime. Non, cela fait très clairement référence à toute la création, aux animaux, aux plantes, à ce que nous appelons l'environnement. Comme je l'ai dit, j'étais végétarienne depuis l'enfance. Mais ce qui est devenu ensuite un point important pour moi c'est que je suis devenue végétalienne. Je ne pouvais tout simplement plus supporter l'idée que les animaux souffrent pour moi […]. Je ne me mets pas seulement à la place des animaux, mais aussi à la place des plantes […].

- F. D.: On pourrait dire que vous êtes devenue beaucoup plus sensible ?
- M. K. : Oui c'est certain. C'est évidemment très réconfortant pour moi d'avoir pu ramener ces connaissances avec moi. La souffrance a un rôle très important et cela m'aide à l'accepter un peu plus facilement. Lorsqu'il arrive quelque chose que je ne comprends pas, qui me perturbe beaucoup, avec lequel je ne suis pas à l'aise, je me dis : « Qui sait quel sens profond cela peut avoir ? Je sais que sur cet autre plan, de toute façon j'en comprendrais le sens. Cette situation, quelle qu'elle soit, elle est précieuse. Surtout les expériences difficiles. »

Par exemple, ce qui est aussi très important et un grand soulagement pour moi, ce sont les situations de divergences d'opinions. Quelqu'un dit blanc, l'autre dit rouge… Mais nous n'avons pas à nous disputer ! Tout est enregistré en quelque sorte de toute façon. C'est pourquoi je peux en rester là sans m'énerver. Je sais que cela a été « filmé ». Pas seulement mes paroles, mes actions visibles du monde extérieur, mais aussi mon attitude, mon ressenti, mes sentiments à ce sujet. Ma motivation également : pourquoi ai-je fait cela ou me suis-je abstenu de le faire ? Donc je suis tout-à-fait sereine, en paix.

Je m'assure aussi, comme je l'ai fait par exemple concernant la viande, que je communique mes opinions de manière agréable et sans me montrer opiniâtre. Je dois cependant admettre que les bonnes intentions que j'avais de l'autre côté éclatent encore trop souvent comme des bulles de savon ici dans la vie de tous les jours. Mais j'ai conscience que je suis une élève, j'apprends, j'essaie de faire mieux la fois suivante.

- F. D. : Quelle est la leçon la plus importante que vous pourriez tirer de cet examen ?
- M. K. : Rétrospectivement je dois dire que je suis très reconnaissante d'avoir pu vivre cette expérience, aussi douloureuse qu'elle ait été à travers cette fausse couche. Je considère comme une grande grâce qu'il m'ait été permis, si tôt dans ma vie, d'avoir un aperçu de l'amour comme la norme de toutes les actions humaines. De ce fait, je suis maintenant capable de vivre plus « en conscience ». J'ai acquis cette confiance, cette certitude que tout a un sens profond et que tout est pour le mieux, pour notre bien, pour nous permettre d'avancer plus haut, plus près de Dieu.

« Ce n'était pas une hallucination » (Philippe Malbrunot)



Contaminé par le scepticisme de ses amis, Philippe Malbrunot ne voit plus dans son EMI que le fruit d'une hallucination produite par son cerveau bombardé d'endomorphines pour calmer la douleur. Au bout de 33 ans, il se « réveille ». Voici son témoignage sur le site qu'il a fini par créer[14].

J'étais parti faire un Trek au Népal […]. Je voyageais sur le toit d'un bus, avec les bagages. Les accotements de la route n'étaient pas stabilisés. J'ai senti le bus démarrer puis s'ébranler et basculer très rapidement. En une fraction de seconde, j'ai tragiquement réalisé que le car tombait dans un ravin et moi avec ! […] J'ai eu la sensation de basculer – au sens propre comme au figuré – dans une autre dimension et de ressentir une nouvelle perception […].

J'ai vu très rapidement ma vie défiler […]. J'étais terriblement affligé à l'idée que mes parents et mes proches allaient être très malheureux de ma disparition. J'étais hyper conscient avec une perception complétement différente du temps et de l'espace […]. Une idée, une sensation presque douce s'installait doucement : ça ne me semblait finalement pas si grave de mourir. Je ressentais alors une forme d'amour puissante et unique, une félicité universelle […].

À ce moment, je me vis sortir de mon corps et traverser le bus qui était couché sur le flanc avec moi en dessous. Sensation étrange et agréable, je flottais au-dessus de mon corps, voyant parfaitement la scène. J'étais attiré par une lumière blanche dans laquelle je sentais se rapprocher la présence d'âmes, d'êtres bienveillants. Plus aucune souffrance, c'était un moment de calme et de plénitude absolue. J'étais attiré vers un point de lumière éblouissant, chaleureux et rassurant. Le mouvement s'est accéléré, je voyageais dans un tunnel lumineux, accompagné par des présences, des âmes. J'avais l'impression de bien les connaître, comme s'ils/elles faisaient partie de ma famille proche. Je discernais une apparence humaine et lumineuse, des êtres de lumière.

J'avais l'impression de revenir vers un endroit, dans une dimension que je connaissais bien, ancrée au fond de moi-même. Cette puissante sensation de revenir vers un endroit familier m'a frappé. C'était comme une évidence : « C'est ça notre vrai monde, notre maison ! » Je me sentais si bien, je ne me suis jamais senti aussi bien. C'était bouleversant !

Ce moment dans mon souvenir semblait à la fois rapide et quasi éternel. Attiré par la lumière et le tunnel, je flottais dans l'espace tout en me déplaçant très rapidement. La sensation était merveilleuse. Les mots peinent à décrire ce moment, ces sensations d'harmonie et d'amour éternel.

J'avais également le sentiment d'avoir accès à une – plutôt à LA – connaissance infinie. Tout me paraissait simple, limpide, évident. Comme si je possédais instantanément et naturellement un savoir universel dépassant l'entendement […].

J'ai reçu une information, directement en moi, comme venant de plusieurs voix claires : « Non, ce n'est pas le moment pour toi. Tu dois revenir. » […] Dans ma chambre d'hôpital, j'ai d'abord vécu un moment étrange, irréel, l'esprit errant entre le ressenti de mon expérience de mort imminente et mon retour à la vie réelle. Je me sentais bien, un peu aidé par les opiacés

[14] https://emiste.com/emi-temoignage

prescrits pour soulager la douleur et par l'incroyable sensation d'être revenu de très loin. Puis, en quelques jours, j'ai complétement repris mes esprits. J'étais assurément encouragé par les nombreuses personnes qui venaient me visiter (soignants, expatriés, autres patients). L'histoire de l'accident s'est répandue. Même au Népal, s'en sortir vivant après avoir été écrasé sous un bus, n'est pas très courant. J'étais peut-être vu comme une sorte de « miraculé ». Je suis resté près d'une semaine à Katmandou avant d'être rapatrié par un médecin à Paris. Je fus complétement rétabli en quelques mois. J'ai ensuite repris le cours de ma vie comme si de rien n'était.

Pendant les premières années qui ont suivi l'accident, il m'arrivait encore d'en parler lorsque parfois mes amis me demandaient de raconter mon « aventure » à d'autres. Lors de mes récits, je minimisais la phase de l'EMI car je voyais bien qu'il était difficile d'être compris, voire d'être pris au sérieux. J'avais presque nourri un léger sentiment de honte à ce sujet. Pour tout le monde, et même pour moi-même, ce que j'avais ressenti, vécu, n'était qu'une hallucination, une manifestation de mon cerveau ; certainement bombardé d'endomorphines pour supporter le choc et la douleur.

Très peu porté sur la spiritualité, pendant 33 ans j'ai quasiment perdu le souvenir ce qui m'est arrivé. Au fond de moi cependant, je n'avais pas complétement oublié. Je me suis parfois demandé ce que devait être mon chemin de vie. Je me disais que si j'avais été « épargné », c'était pour faire quelque chose en ce bas monde. Même si je la mettais de côté, la dimension spirituelle de ma mésaventure me taraudait plus profondément qu'il n'y paraissait.

Pendant 33 ans, je n'ai pas trouvé de sens à mon aventure, mais j'avais un peu l'impression de passer à côté de quelque chose. Je ressentais une certaine culpabilité et une tristesse lancinante. Je me sentais un peu spectateur de ma vie, pas toujours impliqué à 100 %. Il y a quelques années, j'ai réalisé, que cette posture devait être liée à ce qui m'était arrivé au Népal. En effet, j'ai le souvenir qu'avant mon accident, j'étais un peu plus en prise avec l'extérieur, moins détaché, plus impliqué […].

Fin octobre 2022, mon épouse a lu un article sur la sortie du livre du Docteur Christophe Fauré : *Cette vie et au-delà* […]. Sans trop savoir pourquoi, presque sur un coup de tête, il m'a semblé évident qu'il fallait que je lise ce livre […]. Dès le démarrage de la lecture, je me suis senti un peu étrange, complétement connecté à ce que je lisais. J'étais très ému par les témoignages et surtout j'ai eu comme une révélation, un choc. En quelques heures, j'ai rapidement ressenti qu'une partie de mon esprit et de ma conscience extérieure, était présente et connectée […]. La fin du livre évoquait le post-matérialisme et la notion de conscience universelle, dont je n'avais jamais entendu parler. Tout à coup, ces notions me semblaient très familières, c'était comme une évidence.

Depuis, j'ai l'impression d'avoir vécu une expérience libératrice et agréable, qui m'a connecté un peu plus aux autres, tout en me mettant plus en phase avec moi-même. Curieusement, j'ai l'impression d'avoir été « réveillé ».

« Ma conception du karma a changé » (Anita Moorjani)

L'EMI d'Anita Moorjani a profondément transformé sa vision de la mort, de la vie et de la spiritualité. Elle a guéri du cancer de façon spectaculaire. Elle est interviewée par Alex Ferrari du site Next Level Soul[15].

[15] Une Femme Meurt Et On Lui Montre Pourquoi Nous Sommes Ici ! (EMI) Anita Moorjani, Next Level Soul, Français,31 janv. 2024.



Avant mon EMI, je me sentais profondément spirituelle. C'est après mon EMI que j'ai réalisé que cette spiritualité était en fait motivée par la peur. Je conduisais mon existence de façon à éliminer le mauvais karma[16]. Je cherchais constamment à devenir plus spirituelle. Je croyais avec conviction que je devais intensifier mes efforts, méditer davantage, prier plus souvent, participer à plus de séminaires spirituels, assister à des réunions, visiter des temples et des églises. J'avais de nombreuses peurs durant cette période de ma vie. La peur de l'au-delà, la peur du désaveu, la peur de décevoir les gens qui m'entouraient.

J'ai toujours eu l'impression que mon père désapprouvait tout ce que je faisais, toute ma vie, parce que j'étais contre les mariages arrangés. Dans notre culture [en Inde], les femmes sont préparées pour les mariages arrangés, surtout à l'époque où j'ai grandi. Ton père est censé prendre soin de toi jusqu'à ce que tu te maries. Et après, c'est à ton mari de prendre le relais. Mes parents avaient arrangé un mariage pour moi avec un homme qui ne voulait pas que je travaille. Je me suis enfuie, causant ainsi beaucoup de tension et de désarroi dans ma famille. Scandale dans notre communauté. Je souhaitais être libre, travailler et gagner mon propre argent. Et je voulais parcourir le monde. Mais j'ai alors rencontré un homme incroyable, Dany, que j'ai épousé et qui m'a accompagnée tout au long de ce parcours. Et c'est la meilleure chose que j'ai faite à cette période de ma vie.

Mon cancer a été diagnostiqué en 2002 […]. À cette époque, deux personnes extrêmement proches de moi, et qui avaient mon âge étaient toutes deux atteintes d'un cancer en phase terminale. L'une était ma meilleure amie et l'autre était le beau-frère de mon mari. L'un d'eux était pris en charge dans le meilleur hôpital spécialisé en cancérologie de New York, tandis que l'autre était soigné dans le meilleur établissement hospitalier de Hong Kong où nous vivions. Malgré cela, leur état de santé continuait à se détériorer. Il me semblait que chaque fois qu'ils recevaient un traitement, leur état empirait.

Alors, quand j'ai été diagnostiquée et que la seule option qui m'a été proposée était le traitement qu'ils avaient reçu – la chimio, la radiothérapie –, je me suis dit : « Non, vraiment je ne veux pas de ça. Je vais plutôt tenter ma chance avec des traitements naturels. »

Je me suis fait soigner par un docteur ayurvédique en Inde et je commençais réellement à me sentir beaucoup mieux. Tout le monde disait que j'allais mieux. Mais, étrangement, il y a eu des rechutes suivies d'améliorations. Des gens m'ont dit : « Tu dois te faire examiner par un vrai médecin. » Je me suis laissé faire. J'ai été chez un médecin occidental qui a fait les examens et a affirmé que c'était idiot de ma part de consulter des médecins orientaux. Il a fait des scanners et m'a dit : « Vous n'avez que trois mois à vivre à ce rythme. » Après avoir entendu cela, ma santé s'est dégradée de manière spectaculaire. Mon corps a cessé de capter les nutriments nécessaires. Mon appétit s'est évanoui. Mes muscles ont commencé à se détériorer. Je ne pouvais plus marcher. Mes poumons étaient remplis de liquide.

- Alex Ferrari : Votre état d'esprit a changé en entendant cela, et votre corps a réagi à ce que vous croyiez être vai. Mais lorsque vous étiez avec le médecin ayurvédique et que vous l'écoutiez, vous vous sentiez très bien. C'est cela que vous affirmez ?

[16] De façon simple, on peut dire que le karma est un dogme central de l'hindouisme, du bouddhisme, selon lequel la destinée d'un être vivant et conscient est déterminée par la totalité de ses actions passées, de ses vies antérieures.

- Anita Moorjani : Oui, exactement. Parfois j'hésite à partager cette facette de moi-même de façon si définitive et explicite parce qu'il y a des personnes qui ont d'excellents médecins. Je ne souhaite pas perturber ce qui fonctionne déjà bien pour elles.
- A. F. : Cela se juge au cas par cas, mais cela illustre parfaitement la puissance de l'esprit. L'effet placébo, pour résumer, est ici pratiquement de 100 %.
- A. M. : C'est pour cela que j'invite instamment les médecins à faire attention à leurs mots. Ils ne réalisent pas le pouvoir qu'ils ont. Je l'ai vérifié avec plusieurs personnes qui me disent que mon histoire les a aidées. Elles se sentaient plus mal, ou vraiment effrayées à cause de ce que leur médecin avait dit, lorsqu'elles allaient bien avant d'avoir entendu le diagnostic […].

Le matin du 2 février 2006, je ne me suis pas réveillée. J'étais dans le coma. Mon mari paniquait. Il m'a précipitamment emmenée à l'hôpital et les médecins ont dit : « C'est fini, elle ne s'en sortira pas. Elle est en train de mourir. »

Mais, à l'insu de tous ceux qui m'entouraient, je me sentais incroyablement bien. J'avais quitté mon corps. Mon esprit ou mon âme – peu importe le nom –, s'était vraiment détaché de mon enveloppe charnelle. Je me sentais incroyablement légère et libre […].

J'étais consciente que mon mari me conduisait à toute vitesse à l'hôpital. À l'hôpital, ma famille m'attendait déjà : mon frère, ma mère, tous étaient là. On leur avait annoncé que c'étaient mes dernières heures, que j'étais en train de mourir et qu'il n'y avait aucune chance que je sorte du coma. Tout en étant consciente de ce qui se déroulait autour de moi, je pouvais également percevoir la douleur et le chagrin qu'ils éprouvaient.

C'est lorsque je suis arrivée à l'hôpital que j'ai commencé à réaliser que : « Oh, je ne suis pas juste dans mon corps. Je suis plus que mon corps ». J'avais l'impression de m'étendre au-delà de mon corps. Et peu à peu, j'ai commencé à prendre conscience de certaines choses telles que les actions des infirmières, les gestes des médecins. Et je devenais de plus en plus consciente de ce qui se déroulait à l'extérieur de ma chambre, des discussions qu'on menait. J'entendais et je pouvais voir les interactions, les échanges entre mon médecin et mon mari. J'ai vu et entendu moi-même le médecin dire à mon mari : « Elle ne s'en sortira absolument pas. » Il a affirmé que je ne survivrais pas à la nuit.

Alors j'ai pénétré comme dans un état de clarté mentale. J'étais entourée par des êtres qui n'étaient pas de ce monde. J'ai commencé à perdre la conscience des personnes qui étaient physiquement autour de moi, et j'ai pris conscience des personnes non physiques qui m'entouraient. Certaines, je les reconnaissais comme des personnes que j'avais connues dans cette vie. L'une d'elles était ma meilleure amie qui était décédée d'un cancer. Elle était partie deux ans plus tôt, et elle était là pour m'accueillir.

Une autre était mon père qui était décédé dix ans auparavant. Et j'ai toujours eu le sentiment de décevoir mon père. Nous étions toujours en conflit. Mais là, dans cet autre monde, tout ce que je ressentais de sa part c'était un amour pur et inconditionnel. C'était comme si nous ne possédions pas de corps physique ou biologique. Nous étions dépourvus de cordes vocales, nous ne disposions pas d'yeux. Par conséquent, notre manière de percevoir était extrêmement différente, c'était de la pure conscience. Donc mon père n'avait pas besoin de me parler. Je savais ce qu'il voulait que je sache. C'était comme si son énergie et la mienne s'entremêlaient. Nous avons simplement fusionné et je savais tout […].

Une des choses que je réalise, c'est que lorsque nous passons de l'autre côté, nous ne laissons pas seulement derrière nous notre corps physique, mais aussi notre identité de genre, notre appartenance raciale, notre culture, notre religion et l'ensemble de nos croyances. J'ai compris que la seule chose qui passe de l'autre côté, c'est notre essence pure. Et notre essence

pure, je la définirais comme de l'amour pur de Dieu, d'une source pure, ou de conscience pure, peu importe le nom qu'on lui donne.

Me voici donc porteur de l'essence pure de mon père et de la mienne. Et c'était comme si nous pouvions fusionner, permettant ainsi une compréhension mutuelle profonde. Comme j'ai toujours cru être une victime de ma culture, j'ai compris qu'il était simplement lui aussi victime de la même culture et qu'il faisait de son mieux pour naviguer au sein de cette culture […].

Cette expérience a changé ma vision du karma. Elle a changé ma vision de tout, de ce que signifie la spiritualité et de ce que signifie être spirituel, de la religion. Parce que je voyais le karma de manière très simple. C'était comme si, lorsque vous faites quelque chose de mal, vous le remboursez soit dans cette vie soit dans la suivante […]. J'ai compris que la réalité était tout-à-fait l'inverse de ce que je pensais. Je devais m'exprimer pleinement et non pas me réprimer. J'étais destinée à venir ici pour être une expression complète de cette âme qui a choisi d'habiter ce corps. Le fait de croire que nous devons constamment travailler à être bons signifie que notre croyance fondamentale à propos de nous-mêmes est que nous ne sommes pas suffisamment bons.

Au contraire, ce que j'ai appris, ce que nous devons vraiment savoir, c'est que notre âme est incroyable, qu'elle est une facette de Dieu, ou de l'amour, ou de la pure conscience qui s'exprime à travers ce corps. Lorsque nous faisons des choses qui ne sont pas bonnes, c'est parce que nous avons perdu notre chemin, nous avons oublié qui nous sommes vraiment. J'avais réprimé qui je suis. Alors, le corps s'est rebellé en quelque sorte. Et quand j'ai appris que : « Oh mon Dieu, je suis bien plus puissante que je ne le pensais, je suis une expression de Dieu », j'ai pris la décision de revenir dans mon corps d'origine. Et alors j'ai reçu ce message, de mon père : « Maintenant que tu connais la vérité sur qui tu es vraiment et ce que tu es destinée à être, ton corps va guérir de façon très spectaculaire. » Et c*'est ce qui s'est réellement passé.*

« J'étais un être de lumière » (Alice T.)



Durant son EMI, Alice T. a eu réponse à de nombreuses questions qu'elle se posait. Mais elle n'a pas pu les ramener, et elle comprend pourquoi. Elle est interviewée par Franz Dschulnigg[17]*.*

Rentrée chez moi après l'opération d'un fibrome, j'avais la sensation d'être à la recherche de quelque chose, sans savoir de quoi […]. Je me suis mise à regarder des vidéos sur youtube. Je suis tombée sur des expériences de mort imminente. C'était très très profondément émouvant pour moi. Un jour, l'une d'elles a tout de suite attiré mon attention et cela a fait tilt. Cela a été une révélation. Je me suis dit : « Voilà ce qui t'est arrivé. » J'ai eu alors comme des flashes-back, en rêve ou dans la journée. Je me souvenais tout-à-coup de petits bouts de l'expérience. J'en ai parlé à un médecin et il m'a dit qu'en effet c'était possible […]. Donc il m'a fallu recomposer mon expérience de mort imminente pièce par pièce […].

- FD : Quels sont vos souvenirs ?

[17] https://www.youtube.com/watch?v=NOpM4nqGh-s

- AT : J'étais debout au milieu d'une prairie. Elle était d'un vert intense. Les couleurs sont telles que je n'en ai jamais vues de pareilles […]. J'ai regardé atour de moi et j'ai vu le paysage, des collines, des vallées ; mais, en même temps, je regardais aussi la prairie. Je pouvais focaliser mon attention sur un point très précis et en même temps avoir une vue panoramique […]. J'ai vu le ciel. Il était d'un bleu tout à fait éclatant avec un arc-en-ciel dans son entier […]. Et il y avait également de la musique, partout. Tout était musique. Tout était vibration et énergie. C'est comme si tout était relié. Ce n'est pas comme ici ou d'abord vous allez entendre de la musique, puis, ensuite vous allez voir quelque chose : le ciel, puis la terre. Non. Tout est vibration, musique, harmonie […].

J'ai continué à regarder un peu autour de moi. C'était un sentiment si agréable. Tout était si harmonieux, rempli d'amour. D'amour inconditionnel. C'était un sentiment de bien-être. Tout était juste. Tout était à sa place, comme si cela avait été planifié ainsi. Ensuite je me souviens avoir vu – je l'appellerais maintenant ainsi – un « ange ». D'autres l'appelleraient sans doute un « être spirituel ». Ça n'était pas un proche comme certains en ont fait l'expérience. Il était fait d'énergie pure, de lumière. C'était une sorte de compagnon, de guide, de mentor, de protecteur. En un mot c'était un ange.

- FD : Un être masculin ou féminin ?
- AT : Ni l'un ni l'autre. Pour moi, ce n'était pas une personne qui avait vécu et qui était décédée. Ce n'était pas un être comme moi. Il était différent. J'ai été élevée chrétienne, donc je le décrirais comme un ange. C'était différent de moi. Mais c'était fait de lumière également. Il était plein de quelque chose de rayonnant. C'est beau à couper le souffle.

Ensuite, à ma demande, nous avons survolé le paysage. Ma curiosité était très grande. Cet être m'a fait visiter les lieux comme superman, pourrait-on dire. Nous avons survolé des paysages très similaires à ceux que nous avons sur terre, mais, en même temps, plus romantiques. Il y avait des étangs, des villages avec des petites maisons. J'ai vu des gens, avec des chiens qui jouaient […]. Je leur faisais un signe pour les saluer. Et ils m'ont répondu eux aussi par un signe. Cela montre combien cet au-delà avait quelque chose d'innocent, d'enfantin. J'ai un peu le sentiment que chacun de nous a sa propre expérience et est unique.

Je me souviens avoir vu une ville dorée, vraiment faite de l'or le plus pur, avec cette énorme porte d'entrée. Je me suis demandé : « Pourquoi une ville dorée ? » Et je me suis souvenue de tas d'histoires tirées de la Bible que ma grand-mère me racontait lorsque j'étais enfant.

Je rappelle que moi-même j'étais un être de lumière ; il y avait aussi ce guide – appelons-le un ange –, et il y avait aussi cette énergie présente en tout et englobant tout, que je nommerais maintenant Dieu.

- FD : C'était un ressenti ?
- AT : Oui, au départ c'était juste un ressenti. Enfin… on peut difficilement dire que ce n'était qu'un ressenti. C'était tout. C'était en tout. C'était vous. C'était sensation. C'était vibration. C'était énergie. On peut le voir, mais en même temps c'est invisible. C'est la chose la plus difficile à décrire. C'est en vous, c'est tout autour de vous, c'est ce dont vous êtes fait et vous en êtes une partie.

Il y avait aussi quelque part dans le ciel une sorte d'obscurité, un vide, si noir que ce noir en brillait. De ce lieu, il était possible de glaner des connaissances. Elles y étaient concentrées. Je décrirais cela comme une concentration de savoir. On pouvait y puiser tout le savoir qu'on voulait. Et on absorbait les informations. Parce que chacun de nous a une multitude de questions. Mais elles ont toutes une réponse. J'ai posé quantité de questions et j'ai reçu de nombreuses réponses. Mais je n'ai pas pu les ramener. Notre cerveau humain n'est pas fait pour

cela. Il n'est pas capable de les contenir. Et ce n'est pas la raison de toute façon pour laquelle nous sommes ici-bas. Nous ne sommes pas ici pour tout savoir. Ça c'est très, très, très important pour moi : l'explication de pourquoi je ne pouvais pas tout ramener avec moi. J'aurais pu faire tant de choses avec ce savoir. Mais ce n'est pas l'objectif. C'est quelque chose qui reste avec force en moi.

- FD : Par la suite, quel a été sur vous l'effet de cette expérience de mort imminente ?
- AT : Aujourd'hui je cherche encore. Quant à ce qu'il y a après la mort, je suis certaine que quelque chose continue.

Il n'y a pas de « mort » véritablement. Il y a seulement une transition vers autre chose. Voilà quelque chose qui a véritablement changé pour moi : je n'ai plus la moindre peur de la mort désormais. C'est même plutôt l'inverse. Ma vie a changé à l'intérieur plutôt qu'à l'extérieur. Bien que mes enfants disent que j'ai énormément changé, que je suis plus décontractée.

« J'avais un pied là-bas et un pied ici » (Mathilda Moutoussamy)



En 2006, Mathilda a 23 ans. Elle est étudiante. L'expérience extraordinaire qu'elle vit alors lui apprend à savourer avec délice le plus ordinaire de tous les moments de la vie. Elle raconte[18]*.*

J'ai frôlé la mort. Je ne sais pas si je suis complètement sortie de mon corps. Je n'ai pas l'impression parce que quand j'ai senti que la mort rôdait, une pensée s'est produite à l'intérieur de moi : « Non, je suis trop jeune, je ne veux pas partir. »

Chronologiquement l'histoire commence en 2000. J'ai des problèmes de santé qui ne sont pas diagnostiqués. Ça revient en 2006, mais beaucoup, beaucoup plus fort. On diagnostique une maladie intestinale chronique. On me donne des médicaments. Le premier ne fonctionne pas. On m'en donne un deuxième et je commence à tomber malade régulièrement. Je suis aux études supérieures et les médecins mettent cela sur le compte du stress car je suis en train de préparer un concours. J'arrive à un stade où j'ai du mal à marcher. Je fais trois pas et je suis essoufflée. J'enchaîne les infections.

J'ai passé les examens académiques. J'avais un énorme mal de crâne. Après coup, je saurai que j'ai très bien réussi mes examens. J'avais très mal partout mais j'avais une clarté d'esprit qui était super forte.

Ça continue comme ça. Je sens bien que je ne suis pas dans un état physique habituel. J'ai déjà vu quatre médecins qui me disent que c'est normal.

Un soir je m'allonge dans mon lit pour dormir. Il est assez tard. Et là, il y a un truc qui me saisit. J'ai l'impression que si je ferme les yeux, je vais partir […]. Je conscientise « partir ». Je ne sais pas si cela veut dire mourir ou tomber dans le coma. Je ne veux pas fermer les yeux. J'ai l'impression que si je les ferme, je ne vais pas les rouvrir.

Á ce moment-là, je ressens beaucoup, beaucoup, beaucoup d'amour. Je pense à toutes les personnes que j'ai aimées. Cet instant est resté comme très ancré dans ma mémoire. Je

[18] https://www.youtube.com/watch?v=YcUcq2lON5k

trouve la force de me lever pour écrire une lettre, pour dire aux gens : « Je vous aime. » Il y a beaucoup d'amour. Je pleure.

Je suis très faible. Le matin, j'arrive à avoir un rendez-vous en urgence avec mon médecin traitant qui me fait faire une prise de sang tout de suite. Je n'ai toujours pas dormi. J'ai les yeux ouverts depuis la veille. Il y a un truc en moi qui dit : « Si tu fermes les yeux, tu n'es plus là. » Le laboratoire qui a fait la prise de sang m'appelle : « Vous devez être hospitalisée tout de suite ». Le gastro-entérologue qui m'a prescrit le médicament débarque chez moi et m'emmène à l'hôpital.

Une fois installée dans la chambre, une infirmière me dit le diagnostic : « Aplasie médullaire » : la moelle osseuse s'arrête de fonctionner. La moelle osseuse, c'est l'endroit où sont créés les globules blancs, les globules rouges et les plaquettes.

Ils m'expliquent qu'il n'y a dans le service que les leucémiques en fin de leucémie ou les grands blessés de la route qui ont perdu plein de sang qui sont normalement dans cet état-là. Je suis dans cet état-là. « Il ne faut pas que je ferme les yeux. Si je ferme les yeux, ça ne va pas aller. » Ils m'expliquent que le seul remède ce sont les transfusions sanguines.

Je suis en chambre stérile, car je n'ai plus de défense immunitaire. Et je vois la mort. C'est un « bonhomme squelette » avec une grande cape qui est assis dans le coin et qui ne me fait pas peur du tout. Je suis très, très calme. Tout est très distordu à ce moment-là. Dans le timing, dans le temps, tout est très bizarre. J'ai l'impression d'être sur un fil où je peux partir et ne pas partir. J'ai l'impression que je suis plutôt au ralenti.

Et en même temps,j'ai des espèces de visions. C'est comme si je suis en haut, mais je me vois de l'extérieur. C'est comme si je suis complètement dans mon corps et aussi complètement en haut. J'ai une espèce de vision où je me vois, comme si c'était moi, avec un corps lumineux qui flotte dans le ciel et qui survole quelque chose où il y a plein de structures. C'est plutôt noir. Il y a plein de formes géométriques. C'est très grand, très vaste, infini.

Est-ce un corps lumineux ? Une absence de corps matériel en tout cas, mais je ne crois pas que le mot lumière correspond complètement. Ce n'est pas la lumière du soleil. C'est une forme très légère vu que je flottais […].

Au moment où je suis transfusée, il y a un truc en moi qui dit : « C'est bon. » Et je m'endors. Après coup, j'ai su que je faisais une allergie au médicament que je prenais. C'est assez différent de ce que les gens décrivent car j'ai toujours eu ce « Non, je ne veux pas partir. » Et j'ai toujours senti que j'étais dans mon corps.

Ce qui m'a le plus marquée, ce n'est pas tant la notion d'amour […]. Je sais que j'avais une clarté mentale extrêmement forte, que le temps était distordu. Quels mots mettre là-dessus ? Fluidité ? Tout est clair ? Ce que j'ai senti et ce que j'ai vu, je n'arrive pas à le décrire. Quand on parle d'amour, de bien-être, de paix, j'ai l'impression que c'est peut-être tout ça à la fois. Et en même temps, c'est peut-être plus vaste. Le mot qui me vient à l'esprit, c'est : « densité ». Je me suis rendu compte de la densité de la vie après coup. J'avais un examen universitaire à passer à Châlons-en-Champagne. Là, il y a du champagne. Je me rappelle avoir pris un verre de champagne en terrasse au mois de juin. C'est le printemps, c'est le premier moment où on peut être dehors avec le soleil et c'est un bonheur indescriptible. Comme si tout est tellement présent. Je passe un examen qui est national. Tout le monde est stressé autour de moi, et moi je n'en ai rien à faire, je suis en mode vivant. Et je suis en train de boire cette coupe de champagne, avec tellement de densité, et tellement de bonheur d'être là. Il y a encore des douleurs dans mon corps, je suis encore assez faible, mais je me dis : « Je suis là, je suis en train de marcher. »

J'écoute une musique en boucle qui parle des toutes petites choses de la vie. Une chanson de film qui s'appelle « Tiny Pretty Things » qui dit que toutes les petites choses de la vie sont incroyables. Chaque chose est incroyable : le soleil sur la peau, le soleil de juin, le fait d'être en terrasse, le fait d'être là. Toutes les sensations sont plus fortes, décuplées. C'est comme si elles apportent plus de bonheur. Ou alors c'est parce que j'ai frôlé la mort et que je donne plus d'importance aux choses ?

Ça m'a beaucoup questionné. Avant ce qui m'est arrivé, je croyais déjà à l'après-vie. Je suis quelqu'un qui aime bien expérimenter plein de choses et j'ai eu l'impression que l'état de bien-être absolu, de bien-être amoureux – quand tu as l'impression de ressentir tellement d'amour dans ton cœur –, on peut le revivre grâce à des techniques sur terre. Je l'ai testé sur des techniques de méditation, de jeûne, de clarté mentale. On peut vivre dans des espèces d'états de grâce […].

Je n'ai pas l'impression que la mort c'est là-bas, que c'est ailleurs, là-haut. J'ai l'impression que c'est ici, mais que tu passes juste dans un autre état […].

Je me questionne : « Est-ce que c'est réellement une EMI ? » Est-ce que je suis partie, pas partie ? J'ai l'impression que j'avais un pied là-bas et un pied ici […].

Pour les examens académiques passés alors que je souffrais d'aplasie médullaire, j'ai eu des notes extraordinaires. J'avais mal partout. Je n'étais pas censée marcher. Cela a bien corroboré cette notion de clarté du mental. J'ai l'impression qu'il y a un supra-mode qui a pris le relais à ce moment-là. J'étais émotionnellement calme. J'ai eu de super notes alors que je n'étais pas censée avoir un cerveau qui fonctionne bien car normalement je n'avais pas assez de sang, pas assez de globules rouges pour être oxygénée. J'avais mal à la tête. Pourquoi est-on est capable de réfléchir dans ces cas-là ? […].

J'ai été voir des psys parce que j'avais peur. Je n'avais pas peur de la mort. J'avais peur de me mettre en danger et de ne pas m'en rendre compte. Je me suis dit : « On peut frôler la mort sans s'en rendre compte. On peut pousser les barrières de son corps très loin. Est-ce qu'on grille des cartouches d'espérance-vie dans ces cas-là ? Est-ce que les sportifs de haut niveau n'ont pas connu des états comme cela ? Jusqu'où peut-on dépasser ses limites ? »

Le truc vraiment principal que j'ai retenu, ce n'est pas ce que j'ai senti de l'autre côté. Ce n'est pas tout l'amour que j'ai senti. Ce que je retiens vraiment c'est que c'est kiffant d'être sur Terre, d'être capable d'apprécier complètement un moment en terrasse. Il y a tellement de choses auxquelles on ne fait pas attention dans la vie quotidienne et qui sont juste géniales. En tout cas, il y a des états d'être qui nous permettent de vivre cela comme génial.

Quand je parle de ce moment avec la coupe de champagne, je me sens comblée, nourrie. Je n'ai pas besoin d'autre chose. Cela va complètement avec la matière, la boisson, le contact avec la peau. Certes, il peut y avoir des choses très douloureuses dans le corps, mais, en même temps il y a des choses tellement extraordinaires. Elles ne sont pas évidentes parce qu'on a mille choses à faire et on court dans nos vies quotidiennes. Généralement, quand on arrive à se poser, à passer des moments avec des amis, avec des enfants, avec la nature, il y a des trucs géniaux qui sont là.

« J'ai su que mon père m'aimait » (Manuella Fazzi)



Après son expérience hors du commun, Manuella Fazzi a été convaincue qu'il existe quelque chose au-delà de ce monde et que sa vie a une raison d'être. Elle est interviewée par Franz Dschulnigg[19].

J'avais 19 ans. J'étais en apprentissage comme fleuriste. J'ai eu un kyste ovarien de 5 centimètres. J'ai été opérée, mais ma paroi intestinale a été endommagée. J'ai ressenti de violentes douleurs […]. Je perdais beaucoup de sang. Il a fallu opérer à nouveau […]. J'ai perdu encore plus de sang. On m'a emmenée dans un autre hôpital où j'ai été opérée pour la troisième fois [en utilisant une autre méthode]. J'ai été anesthésiée. Je me suis alors sentie aspirée vers le haut […].

J'ai vu ma vie à rebours jusqu'à ma naissance […]. Je ressentais mes propres émotions mais également les émotions des autres personnes. J'ai vécu cela comme si je regardais la télé […]. Je ne revivais pas seulement mes propres émotions, mais également les émotions des personnes avec lesquelles j'interagissais, comme si j'étais les deux à la fois.

Tout cela était vraiment extraordinaire et surtout un moment particulier [….]. Quand j'étais enfant, je trouvais mon père très froid. Il n'exprimait pas ses sentiments. Et, petite, j'ai toujours un peu cru qu'il ne m'aimait pas […]. Mais, dans cette revue de vie, j'ai revécu une scène où mon père rentrait à la maison. À cette époque-là je n'étais encore qu'un bébé, je faisais mes premiers pas. Mon père est arrivé en voiture et je savais que c'était lui. Il est sorti de sa voiture, et à ce moment-là, j'étais dans une prairie sur une petite colline. Je me suis alors tournée vers lui et j'étais vraiment très heureuse de le voir. Il était heureux lui aussi. J'avais beau n'être qu'un bébé, j'étais capable de ressentir sa joie.

Il est venu vers moi. Il a vu que j'essayais de me mettre debout. C'étaient mes premiers pas. Et ils étaient pour aller vers lui. J'ai véritablement vécu ces premiers pas comme si je me retrouvais d'un coup deux fois plus grande. Et je sentais que c'était très instable. J'ai donc essayé d'avancer tant bien que mal vers lui. Il m'a alors aidée en me tenant les bras. Il m'a ensuite soulevée en l'air. Et quand il a fait ça, j'ai pu ressentir ce qu'il ressentait. J'ai en fait ressenti ce qu'il ressentait tout au long de l'expérience, mais à ce moment précis j'ai ressenti combien il m'aimait et combien il était fier de moi. Cette scène a été la plus importante pour moi, parce que je n'avais jamais vécu cela avec lui, ici, dans le monde physique. C'était si formidable de faire l'expérience de ses véritables sentiments qu'il n'avait jamais été capable de montrer de son vivant.

Tout est redevenu sombre […]. Et maintenant je flottais en direction d'une lumière magnifique. Cette lumière était si agréable et si magnifique. C'était comme s'il s'agissait d'amour pur, comme si quelqu'un m'aimait énormément. Je me suis élevée assez vite et c'est comme si je me dissolvais dans cette lumière, parce que, tout-à-coup, je ne sentais plus mon corps même physique. Il faisait bon et chaud comme s'il s'agissait d'un cocon. Ce que j'ai ressenti alors est difficile à décrire. Je n'ai jamais ressenti cela ici. C'était si intense. C'était une combinaison de plusieurs émotions que l'on pourrait ressentir ici, toutes éprouvées en même temps, comme voler, se sentir entièrement libre, ressentir l'amour pur. C'était aussi un peu comme

[19] Sur YouTube : L'expérience de Mort Imminente (EMI) de Mme Manuela Fazzi.

un orgasme en quelque sorte. En fait, c'est vraiment impossible de le décrire avec des mots. C'est la plus belle émotion que j'ai ressentie [dans ma vie]. C'était si intense qu'il est impossible pour moi de l'oublier. C'était tout simplement magnifique.

Ensuite […] je me suis réveillée dans mon corps douloureux. […Depuis cette expérience,] je suis devenue beaucoup plus sensible. Je ressens les émotions des gens comme si elles étaient les miennes. C'est comme si ma conscience s'était élargie […].

Je n'ai jamais cru en Dieu. Je n'ai jamais cru en rien. Je ne suis d'aucune religion. J'ai toutefois commencé à prier. J'ai été convaincue, suite à mon expérience, qu'il y avait quelque chose au-delà de ce monde et au-delà de ce corps. J'ai donc prié pour que, si ma vie avait une raison d'être – en dépit de ma santé fragile et du fait que je ne pouvais plus rien faire –, on me montre le chemin.

Et, peut-être deux semaines après avoir fait cette prière, j'ai rencontré trois personnes qui chacune m'ont parlé de yoga […]. C'était un signe si clair d'en haut que j'ai accepté que ce soit la dernière chose que j'allais essayer. J'avais déjà essayé tant de thérapies, mais aucune ne m'avait vraiment aidée […].

Ces techniques de yoga se sont révélées miraculeuses pour moi. Parce qu'après six mois, cinquante pour cent de mes douleurs avaient disparu. Et après une année complète, j'avais presque retrouvé ma qualité de vie. Je pouvais vivre normalement et mon corps fonctionnait normalement. Pour moi, bien sûr, cela a été le plus beau cadeau imaginable. Tout était à nouveau possible. J'avais une vie à nouveau. J'étais si reconnaissante que j'ai décidé de vendre tout ce que je possédais en Suisse afin de suivre mon chemin. Je voulais tout apprendre sur le yoga. J'ai donc suivi une formation pour devenir professeur de yoga […]. Depuis mon enfance, je rêvais d'aller en Australie. Je n'avais pas assez d'argent pour cela, bien sûr, mais j'ai simplement décidé de réaliser mon rêve.

Je n'ai plus peur de mourir. Au contraire. Je sais que mourir a été ma plus belle expérience. Pour moi, c'est comme si cette expérience m'avait permis d'aller à la rencontre de mes origines humaines, de cette lumière, de cette énergie, où j'étais accueillie entièrement, totalement.

Conclusion

Ces récits me touchent profondément. Ce ne sont pas des témoignages de grands mystiques ni de célèbres maîtres zen mais de personnes ordinaires qui n'ont jamais cherché à vivre de telles expériences. Elles les ont simplement reçues. Et très vite, elles ont senti qu'un tel trésor ne pouvait être gardé pour elles seules. Il fallait témoigner.

Personnellement, au cours d'une retraite spirituelle, j'ai pu ressentir l'invitation d'ouvrir mon cœur à l'Amour de Jésus à qui j'ai consacré ma vie. C'était tellement fort que j'ai cru subir un infarctus foudroyant. Je ne suis pas mort. Je me sens comme un ressuscité. Et il faut que je témoigne.

L'Évangile relate que Pierre, Jacques et Jean, disciples de Jésus, ont été emmenés par Lui sur une montagne où Il s'est manifesté rayonnant de lumière. Eux-mêmes furent baignés dans cette lumière[20]. Et ils ont témoigné.

De nos jours, beaucoup de scientifiques se demandent si la conscience peut durer après la mort. Ils cherchent si c'est le cerveau qui produit la conscience ou si c'est la conscience qui

[20] Évangile selon Mathieu, chapitre 17, versets 1 à 13. Et deuxième lettre de Pierre, chapitre 1, versets 16 à 18.

produit le cerveau[21]. Les personnes qui nous offrent leur témoignage dans ce livre ne se posent pas de questions pareilles. Elles sont conscientes d'être aimées inconditionnellement. Et ce savoir – cette science – les pousse à aimer à leur tour consciemment, lucidement, intentionnellement. Conscientes que dans l'Univers tout vise l'harmonie, elles cherchent à rester reliées à l'Amour qui les connecte à elles-mêmes et aux autres. Le mot « conscience » évoque pour elles bien plus qu'un état de lucidité. Il évoque aussi la responsabilité et la solidarité. D'où leur irrépressible besoin de témoigner.

Remerciements

Je remercie chaleureusement toutes les personnes dont les noms sont repris dans la table des matières. Elles ont eu le courage et l'audace de livrer le témoignage d'une expérience hors normes ainsi que les fruits et les convictions qu'elles en ont retirés.

Je remercie Christiane et Xavier Demuylder : nos conversations m'ont beaucoup aidé à préciser ce que je voulais transmettre.

Merci à Manuel Grandin et Thierry Lomboley qui m'ont encouragé à écrire ce document.

Merci à Céline Doutrepont qui a soigneusement relu et corrigé le manuscrit.

[21] Voir par exemple les travaux et ouvrages de Steven Laureys, Pit Van Lommel, Sylvie Dethiollaz et le livre de Patrice Van Eersel, *Le Soleil est-il conscient ?* Trédaniel 2025.

Table des matières

Introduction 4
« C'était la béatitude éternelle » (Carl Jung) 6
« Je suis passée de l'enfer au paradis » (Sarah Rojon) 8
« Je peux laisser ma marque sur le monde » (Andrea Pfeifer) 10
« On m'a demandé : "Comment as-tu aimé ?" » (Nicole Dron) 12
« J'ai accepté la mort de mon mari » (Sarah Friederich) 17
« J'ai entendu : "Il n'y a rien à te faire pardonner" » (Jeffery Olsen) 18
« Elle m'a dit : "Tu es aimé et chéri" » (Eben Alexander) 19
« Mon suicide s'est mué en leçon de vie » (Christine Clémino-Naéglé) 22
« Un changement radical d'attitude envers autrui » (Marie de Solemne) 26
« Primat de l'amour par rapport à la connaissance » (Maria Kohr) 30
« Ce n'était pas une hallucination » (Philippe Malbrunot) 35
« Ma conception du karma a changé » (Anita Moorjani) 36
« J'étais un être de lumière » (Alice T.) 39
« J'avais un pied là-bas et un pied ici » (Mathilda Moutoussamy) 41
« J'ai su que mon père m'aimait » (Manuella Fazzi) 44
Conclusion 45
Remerciements 46
Quatrième de couverture 48

Quatrième de couverture

Voici des récits de personnes qui n'ont plus peur de la mort. Elles ont fait une expérience de mort imminente (EMI), appelée aussi Expérience de Mort Provisoire (EMP) ; en anglais : Near Death Experience (NDE). Elles éprouvent le besoin irrésistible de témoigner. Leur récit est criant de vérité. Il fait du bien.

Plénitude : ce mot décrit adéquatement l'expérience vécue par ces personnes. Elles ont été plongées dans un océan d'amour sans mesure. Elles se sentaient elles-mêmes, « chez elles », comme anticipativement arrivées au terme de leur croissance.

Elles ont revu leur vie, sans se sentir jugées. Elles ont expérimenté que tout est interconnecté : le minéral, le végétal, l'animal, l'être humain ; le passé, le présent, l'avenir. Tout ne fait qu'un, et elles savent quelle place elles ont dans ce tout. Elles ont reçu le goût et la capacité de donner aux autres l'amour qu'elles ont reçu « là-bas ».

Michel Bacq est membre de la Compagnie de Jésus. Il accompagne des personnes et des groupes en quête de Vie.