

Stéphane Allix présente

L'expérience de mort imminente

par Jocelin Morisson

Une enquête aux frontières
de l'après-vie

**Éditions
de La Martinière**

Collection « Expériences Extraordinaires »,
dirigée par Stéphane Allix

Dans la même collection :

- *Quand la mort arrive*, par Carine Anselme
- *Intuition et 6^e sens*, par Jocelin Morisson
- *La voyance*, par Jocelin Morisson
- *La conscience de la Nature*, par Alessandra Moro Buronzo
- *Le chamanisme*, par Audrey Mouge
- *Le mystère des guérisseurs*, par Audrey Mouge
- *Les guérisseurs de l'habitat*, par Audrey Mouge
- *Contact avec l'au-delà*, par Samuel Socquet
- *Enfance et surnaturel*, par Samuel Socquet
- *La réincarnation*, par Miriam Gablier

© 2015, Éditions de La Martinière,
une marque de la société EDLM

Retrouvez-nous sur :
www.editionsdelamartiniere.fr
www.facebook.com/editionsdelamartiniere

ISBN : 978-2-7324-6279-0

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Sommaire

Pourquoi ce livre ?, par Stéphane Allix	7
Qu'est-ce qu'une expérience de mort imminente ?	9
Ce qu'ils ont vu au seuil de la mort	27
Les EMI à travers le temps	61
Quand l'EMI change la vie	101
L'EMI et la science	137
Qu'est-ce que la conscience et peut-elle se poursuivre après la mort ?	173
Bibliographie	195
Table	199
Pour aller plus loin...	201

Pourquoi ce livre ?

Autour de nous, quantité d'expériences se produisent que nous ne comprenons pas. Ces expériences que nous qualifions d'extraordinaires, voire de surnaturelles, nous placent dans une zone frontière de l'esprit humain, un espace où il est aisé de perdre ses repères. Pourtant elles imprègnent nos vies, notre quotidien foisonne de ces moments particuliers, souvent subtils, parfois intenses, qui échappent à toute explication conventionnelle. Aussi, ces expériences extraordinaires suscitent-elles deux formes de réactions opposées : rejet ou fascination. Mais pourquoi n'aurions-nous le choix qu'entre ces deux options ? Ce livre vous présente une autre voie, celle de l'enquête journalistique sérieuse et objective.

Vous étiez souvent perdu devant l'absence de références sérieuses sur les phénomènes inexplicables ? Ce livre répond à ce manque. Je vous propose de découvrir dans les pages qui suivent le fruit d'un véritable travail d'enquête réalisé par un grand reporter ayant

abordé son sujet avec rigueur, méthode, et sans idée préconçue.

Avec cet ouvrage accessible qui privilégie le sérieux plutôt que le sensationnel, entrez dans un grand reportage fascinant, où se mêlent des témoignages, des entretiens avec les spécialistes – médecins, chercheurs, etc. – et toutes les références reconnues par la communauté scientifique sur ce sujet frontière. Ce livre le démontre : il est possible de s'intéresser à ces expériences que nous n'arrivons pas à expliquer tout en conservant les deux pieds sur terre. Il nous révèle en outre qu'en ces temps de mutations profondes c'est la science elle-même qui nous engage à modifier notre rapport à la réalité. En effet, cette enquête nous invite à une remise en question de nos certitudes, et nous offre de porter un regard différent sur la réalité. Et si l'extraordinaire nous permettait de voir le monde autrement ?

Stéphane Allix
www.inrees.com

Qu'est-ce qu'une expérience de mort imminente ?

L'expérience de mort imminente (EMI) [ou NDE, Near Death Experience] est un phénomène qui déroute et dérange. Un vécu hors du corps et hors du commun qui transforme celui ou celle qui l'éprouve. Une promesse peut-être trop belle pour être vraie d'une existence qui se poursuivrait après la mort. Une preuve selon certains de l'autonomie de la conscience par rapport au corps et même, selon d'autres, du paradis lui-même. L'EMI est tout cela et bien plus encore. Bien que la science médicale continue de n'y voir globalement que les manifestations erratiques d'un cerveau en souffrance, au bord de l'anéantissement, force lui est de constater que ces vécus sont porteurs de sens, un sens ô combien profond, pour la personne qui rapporte des souvenirs d'une période d'inconscience, quelles qu'en fussent les circonstances et les causes. Pour l'esprit rationnel, ces expériences dérangent car elles obligent à une relecture de l'héritage

religieux et même ésotérique où ne seraient pas consignées que des fadaises. Ainsi, le rationalisme occidental triomphant pensait en avoir fini avec les illusions et les promesses infantiles des religions, au mieux « opium du peuple » selon Marx, au pire « névrose obsessionnelle » selon Freud. Certes, le visage que la plupart d'entre elles donnent à voir en ce début de XXI^e siècle n'est guère plus engageant, véhiculant trop souvent plus de haine ou de mépris que d'amour du prochain. Mais ces vécus d'EMI sont porteurs d'un sens spirituel qui outrepassa la simple religiosité. Il s'agit véritablement d'expériences mystiques survenant dans un cadre profane et qui poussent à concevoir la spiritualité dans un contexte plus large que celui des religions. Là où les religions ont prétendu régenter et ont en quelque sorte « confisqué » la vie spirituelle des individus, ces intrusions sauvages de mysticisme chez le quidam, qui n'a rien demandé ni recherché, amènent à se (re) poser la question de notre nature profonde et véritable. Celle de l'existence d'une « âme », celle de la nature ultime de la conscience, celle du sens de la vie.

Les EMI ne prouvent pas l'existence de l'âme, ni l'autonomie de la conscience ou sa capacité éventuelle à survivre à la mort, mais elles suggèrent à tout le moins qu'il est rationnel d'envisager de telles possibilités. Après tout, c'est une simple alternative : soit l'existence se poursuit après la mort du corps physique, soit elle s'arrête. Sous quelle forme l'existence se poursuivrait-elle est une autre question, à laquelle les EMI ne font là aussi que suggérer de possibles réponses, car en tout état de cause, celui qui revient d'un coma ou d'une période d'inconscience pour raconter ce qu'il a vu, entendu, senti et ressenti, n'était pas, *stricto sensu*, mort. La mort est cela

dont on ne revient pas, par définition. C'est pourquoi il est plus juste de parler d'une forme d'existence qui se poursuivrait après la mort plutôt que d'une « vie après la vie », même si la formule a fait florès dans le sillage du succès du livre éponyme de Raymond Moody, ce jeune médecin et philosophe qui a compilé au milieu des années 1970 plusieurs témoignages pour en extraire les caractéristiques communes et dresser un « portrait-robot » de l'EMI. Nous reviendrons sur ce portrait-robot devenu véritable « modèle standard » de l'EMI, avec des implications plus ou moins heureuses. Comme nous le verrons également, certains témoins étaient en tout cas très proches de la mort. Beaucoup ont été déclarés en état de mort clinique, avec un cœur arrêté et des fonctions cérébrales largement compromises, et ne doivent leur survie qu'aux manœuvres de réanimation entreprises par des proches ou des sauveteurs. Les progrès considérables des techniques de réanimation modernes sont sans nul doute l'une des explications à la multiplication des témoignages recueillis ces dernières décennies. On « ramène » aujourd'hui à la vie des personnes qui n'auraient pas survécu à leur arrêt cardiaque ou leur maladie grave il y a encore cinquante ans ou moins. Les sondages et enquêtes récentes montrent qu'environ 4 % de la population des pays les plus développés, là où la pratique de la réanimation est assortie d'une haute technicité en termes matériels et humains, auraient vécu une telle expérience. Treize millions d'individus seraient donc concernés pour les seuls États-Unis, et plus de 16 millions en Europe de l'Ouest, dont 2,5 millions en France.

Qu'ont donc en commun ces personnes, d'après celles dont on a recueilli le témoignage ? Le trait commun le

plus saillant est justement un rapport transformé à la mort. Une immense majorité d'entre elles affirme ne plus craindre la mort, ni en tant qu'instant ni en ce qui concerne ce qui le suivrait. C'est l'une des caractéristiques fortes de l'EMI que de provoquer cette disparition de la peur de la mort, qui conditionne, que nous en ayons conscience ou non, notre rapport à la vie elle-même. Comme l'écrivait Montaigne : « *Nous troublons la vie par le soin de la mort et la mort par le soin de la vie. L'une nous tourmente, l'autre nous effraie.* » C'est bien sûr pourquoi Montaigne estimait, comme Platon avant lui, que « *philosopher, c'est apprendre à mourir* ». Le besoin d'accumuler possessions et richesses matérielles, d'être reconnu, voire envié par ses pairs, d'être aimé sinon admiré par ses proches, a-t-il un autre fondement que la peur de la mort ? En réalité, ce que nous craignons dans la mort est l'anéantissement dont elle semble être la promesse, pour qui n'a pas remis son « salut » entre les mains du ministre d'une religion quelconque. Bien sûr, la déchéance physique et la souffrance nous effraient, en tant que telles mais surtout parce qu'elles annoncent également cet anéantissement, cette plongée vers le néant. Si l'expérience de mort imminente ne faisait que cela, suspendre notre peur de la mort, elle serait déjà une bénédiction. Les études ont d'ailleurs montré qu'elle produisait cet effet non seulement sur ceux qui l'avaient vécue mais aussi sur ceux qui étaient confrontés à de tels témoignages, et qui les considéraient avec attention¹.

Mais il se trouve que l'EMI est bien plus que cela. Elle questionne avant tout notre conception et notre com-

1. Éric Dudoit, Éliane Lheureux, *Ces EMI qui nous soignent (Expériences de mort imminente)*, S17 Production, 2013.

préhension de la conscience, cette part de nous-mêmes qui fonde notre rapport au monde. « Qu'est-ce que la conscience ? » est une question qui n'a pas de réponse simple, n'en déplaise aux matérialistes dits « réductionnistes » qui voudraient n'y voir que le fruit de l'activité cérébrale elle-même. La conscience est le résultat de l'activité des neurones, affirment-ils, la réduisant à un phénomène émergent de la complexité croissante du cerveau au fil de l'évolution. La science matérialiste contemporaine n'a guère dépassé l'analyse de Pierre Jean Georges Cabanis, médecin du XVIII^e siècle, qui considérait que « *le cerveau sécrète la pensée comme le foie sécrète la bile* ». Une version encore moins glamour est attribuée au physiologiste néerlandais Jakob Moleschott, qui proposait quelque cent ans plus tard que « *le cerveau sécrète la pensée comme le rein sécrète l'urine* ». Notons que cette seconde formule serait presque plus juste si l'on considère que le rein, plutôt que de « sécréter » l'urine, la « filtre » en fait à partir du sang. Ce processus nous rapprocherait d'un modèle défendu en leur temps par le philosophe Henri Bergson, le psychologue William James ou encore l'écrivain Aldous Huxley, qui pensaient que le cerveau filtrait en effet la conscience à partir d'un champ d'information étendu dans l'espace. La question est bien de savoir si le cerveau « produit » la conscience ou si cette dernière est d'une autre nature. Le problème étant que notre seul outil pour étudier la conscience n'est autre que la conscience elle-même, d'où une incomplétude fondamentale et un incontournable « point aveugle » dans cette quête pourtant essentielle. Nous évoquerons cette question dans la conclusion.

L'apport des EMI à cette réflexion repose sur deux incongruités majeures. D'une part, une grande quantité

de témoignages rapportent des vécus qui se sont déroulés, selon toute vraisemblance, alors que les fonctions cognitives du cerveau étaient largement altérées. C'est-à-dire que l'électroencéphalogramme était plat quand il a pu être mesuré et supposé plat quand il s'agissait d'arrêts cardiaques prolongés, puisque les études de physiologie ont démontré que l'arrêt de l'activité du cortex cérébral – qui permet les fonctions supérieures de perception, mémorisation, sens de soi, etc. – suit d'environ vingt secondes l'arrêt de la fonction cardiaque elle-même. Dans d'autres cas, c'est une pathologie du cerveau qui compromettait ces fonctions supérieures du cortex. La seconde incongruité, assortie d'une multitude d'anecdotes plus extraordinaires les unes que les autres, est qu'une majorité des témoignages font état de perceptions impossibles à réaliser depuis le point de vue du corps physique, précédées par des ressentis eux-mêmes très nets de « sortie hors du corps ».

À ce stade, il est sans doute utile de présenter le « modèle standard » de l'EMI, celui d'une expérience typique qui n'est vécue dans toutes ses composantes que par certaines personnes, car chaque expérience est unique et la plupart d'entre elles ne comprennent qu'une partie de ces phases, en tout cas dans le souvenir qui est rapporté. Rappelons d'abord que, pour le chercheur qui s'y intéresse « à la troisième personne », l'EMI est en effet le récit du souvenir d'un vécu conscient lors d'une période d'inconscience supposée. On comprend facilement qu'une perte d'information et de sens est susceptible de survenir à l'étape du souvenir comme à celle du récit. « L'expérimenteur », selon le néologisme retenu mais dont nous tâcherons de faire l'économie, se sou-

vient d'une partie de son vécu mais pas de l'intégralité car, et c'est une première caractéristique essentielle, le vécu dépasse toute expérience consciente ordinaire. Il s'agit d'un « état modifié de conscience » au cours duquel l'ensemble du ressenti est différent en qualité et en contenu de l'expérience éprouvée à l'état normal de veille. Par exemple, le témoin a parfois l'impression qu'il a eu accès à « toute la connaissance » ; il sait qu'il a su, mais ne peut rapporter ce savoir une fois « revenu dans son corps ». En second lieu, il a le sentiment que son expérience s'est déroulée « hors du temps et hors de l'espace ». La sensation de durée était absente et, comme dans un rêve mais à la puissance mille, une période d'inconscience qui n'a duré que quelques minutes sinon quelques secondes du point de vue extérieur peut avoir produit une expérience qui a semblé durer des heures, voire « une éternité », et sans la sensation d'écoulement du temps propre à notre vécu ordinaire. En outre, le rapport à l'espace est transformé et l'on entendra souvent un témoin dire qu'il « ne faisait qu'un » avec ce qui l'entourait, les objets, les personnes et l'environnement lui-même.

Ces caractéristiques générales du ressenti expliquent pourquoi la mise en mots est si difficile. Après le premier filtre du souvenir, celui du récit est donc un second niveau de perte de sens et d'information, et d'abord parce que le récit va utiliser une mise en forme chronologique qui ne correspond pas au vécu de l'expérience, même si plusieurs étapes ou phases sont distinguées. Puis il va falloir trouver les mots pour décrire ce pour quoi « il n'y a pas de mots », comme le disent l'immense majorité des témoins. Les mots retenus seront

donc des succédanés, des périphrases pour dire l'indicible. La difficulté du récit tient ensuite à la culture du témoin, la richesse de son vocabulaire et l'étendue de ses connaissances préalables en matière de science et de spiritualité notamment.

Bien que de nombreux livres aient été écrits par des témoins d'EMI, tous font part de leur frustration de ne pouvoir rendre directement l'intensité de leur expérience, sans commune mesure avec toute expérience vécue « ici-bas ». C'est un trait souvent mal apprécié et largement sous-estimé de ces récits et il faut donc insister sur le fait que la conscience n'était pas dans un état « altéré » lors de l'expérience mais bel et bien « augmenté ». La lucidité, la capacité de compréhension, la sensation de réalité étaient bien supérieures à ce qu'elles sont dans l'expérience de veille ordinaire. La réalité rencontrée lors de l'EMI était « plus réelle » que celle que nous éprouvons au quotidien. De nombreux témoins rapportent un sentiment de familiarité, comme un « retour à la maison », et comme si la réalité rencontrée lors de l'expérience correspondait à notre véritable nature, en comparaison de laquelle notre réalité ordinaire serait comme un rêve dont on s'éveille lors de l'EMI. On ne peut pas sous-estimer cet aspect quand on envisage que l'EMI puisse n'être qu'une illusion produite par un cerveau dérégulé, car qui s'attendrait à ce qu'une télévision débranchée et dont on aurait retiré les composants essentiels se mette à produire une image bien plus nette et bien plus belle, aux couleurs incomparablement plus riches de nuances, qu'en temps normal ? Pour ce que vaut la métaphore, reconnaissons en tout cas que si ces expériences sont des hallucinations que l'évolution du cerveau humain a

progressivement retenues pour adoucir notre transition vers ce qui serait un néant, le mécanisme est incroyablement et inutilement sophistiqué. Pourquoi l'approche de la mort s'accompagnerait-elle d'un vécu aussi riche et aussi intense alors qu'il suffirait d'un simple *interrupteur* ?

Ces composantes qualitatives et contextuelles étant précisées, quel est le contenu en tant que tel de ces expériences ? Dans l'expérience typique, qui n'est encore une fois pas vécue systématiquement par tous les témoins, la première sensation est la « sortie du corps ». Soit la personne sent qu'elle quitte son corps, soit elle reprend conscience directement hors du corps, et observe une scène depuis un point de vue élevé. La scène est en général sa propre réanimation, son opération chirurgicale ou l'accident dont elle vient d'être victime. Elle est capable d'entendre et de voir « à trois cent soixante degrés », et « dans toutes les directions à la fois ». Elle est capable de « zoomer » sur des détails, de voir « à travers les objets », et de se déplacer par la pensée. En l'occurrence, c'est la pensée qui contrôle le déplacement et celle-ci peut amener la « conscience » du sujet à se retrouver instantanément dans un endroit éloigné du corps physique, par exemple auprès de proches auxquels elle aura pensé ; « dans la maison de mes parents », « dans la salle d'attente de l'hôpital », etc. Le témoin peut également se déplacer volontairement en traversant les personnes, les objets et même les parois de la pièce où il se trouve. Nous serons amenés à revenir sur d'autres caractéristiques de l'expérience hors du corps, dont il faut préciser qu'elle peut être vécue dans des contextes anodins, sans proximité de la mort et sans les autres éléments constitutifs de l'EMI. On peut également sou-

ligner que cette expérience peut être vécue sans que la vie ne soit aucunement menacée. Cette phase hors du corps est extrêmement importante car c'est celle au cours de laquelle le témoin va pouvoir observer des détails de la scène, visuels ou auditifs, qu'il sera éventuellement capable de rapporter par la suite. C'est donc sur cette partie de l'expérience que se concentrent les recherches contemporaines pour tenter d'établir la réalité objective de ce vécu dans des conditions scientifiques contrôlées, sachant que de telles recherches sont entreprises depuis quelques années à la suite de nombreux témoignages d'observation qui ont pu être recoupsés et confirmés par des tiers. N'étant pas recueillis dans le cadre d'un protocole scientifique préétabli, ils n'ont cependant que le statut d'anecdotes. De tels protocoles existent désormais dans plusieurs hôpitaux, et s'ils ont été mis en place, c'est précisément parce que quantité de ces « anecdotes » sont hautement crédibles aux yeux d'un nombre croissant de scientifiques et de médecins.

La phase de « décorporation » s'accompagne d'une sensation de bien-être et de paix profonde, surtout si elle survient dans le cadre d'un accident ou d'une autre situation violente ou effrayante. Dans l'EMI typique, alors qu'il se trouve hors du corps, le sujet va ensuite percevoir un point de lumière au-dessus ou au-dessous de lui et se sentir irrésistiblement attiré dans sa direction. Ou bien ce point de lumière apparaîtra dans un espace noir, qui semble sans limites. Le point lumineux va grossir et la personne va avoir la sensation de s'engager dans un tunnel, selon le terme le plus souvent rapporté, dans lequel elle va se déplacer à très grande vitesse. Des présences peuvent être également ressenties

dans ce tunnel ; présences de nature spirituelle telles que des « anges », ou des proches décédés du témoin. Ce fameux tunnel débouche sur une lumière qui est qualifiée d'indescriptible tant elle est à la fois merveilleusement brillante et cependant non éblouissante. L'expérience de « la lumière au bout du tunnel » est souvent ce à quoi l'on réduit l'EMI dans la culture populaire, mais la lumière est ressentie par les témoins comme une énergie vivante, intelligente, au point qu'elle est parfois assimilée à une manifestation divine ou en tout cas de nature spirituelle. Selon la culture d'origine du témoin, cette lumière est « Dieu » lui-même, comme c'est le cas pour de nombreux Américains, très imprégnés de religiosité, qu'ils soient ou non croyants. Pour d'autres, la lumière est associée à la présence d'un « ange » ou d'un « guide ». Dans la quasi-totalité des cas, la notion d'amour est largement mise en avant par le témoin, qui parle « d'amour inconditionnel », incomparablement supérieur au sentiment terrestre même dans ses manifestations les plus fortes.

Un autre « tableau » classique de l'expérience survient souvent à ce stade, c'est la fameuse « revue de vie ». Le témoin revoit sa vie défiler devant lui, sur une sorte d'écran panoramique, avec des scènes qui se succèdent et qui l'amènent à revivre à la fois les sentiments et sensations éprouvés par lui-même, mais aussi ceux éprouvés par les autres protagonistes lors de chaque situation. Cette extrême empathie ressentie lors de cette revue de vie conduit à une profonde compréhension du sens des actes et pensées associées, de sorte que la revue de vie est tout sauf un « jugement ». Très souvent, la présence ressentie sinon perçue aux côtés du témoin permet de

dédramatiser cette phase en l'accompagnant d'humour et d'une grande compassion. De façon surprenante là encore, la personne qui vit cet épisode insistera sur le fait que cette revue de la vie semble s'effectuer en un instant, bien que de nombreux détails de scènes vécues et oubliées soient exposés. Cette phase est chargée d'un sens profond pour celui qui l'éprouve parce que l'accent porte sur la qualité des pensées qui accompagnent des moments en apparence anodins de la vie du témoin. Cette qualité s'apprécie en termes d'amour et de service aux autres. « Qu'as-tu fait pour servir ? », « Comment as-tu aimé ? », sont par exemple des questions qui accompagnent la revue de vie comme ce fut le cas pour Nicole Dron, dont l'EMI fut d'une grande intensité¹. Encore plus extraordinaire, il arrive également que des témoins assistent à des scènes de « vies antérieures » et même de leur propre futur ou du futur de l'humanité.

Au cours de cette phase dite transcendante de l'EMI, par opposition à la décorporation qui reste vécue dans l'environnement physique matériel, le sujet peut vivre bien d'autres aventures dont il rapportera des bribes et qui ont trait à la nature spirituelle de l'existence, au sens de la vie sur Terre, à la structure de l'Univers, etc. À un certain point du vécu cependant, la personne va ressentir une limite, une frontière qu'on lui indique comme étant infranchissable parce que « l'heure n'est pas venue » et qu'il faut retourner. C'est parfois un proche défunt du témoin qui lui enjoint de « revenir » à la vie terrestre. Une présence accompagne en tout cas le

1. Nicole Dron, *45 secondes d'éternité. Mes souvenirs de l'au-delà*, Kymzo, 2009.

plus souvent ce moment du choix, car c'en est un, en insistant sur l'importance du chemin qui reste à parcourir, qu'il s'agisse de s'occuper de ses enfants, d'accomplir sa « mission de vie » ou de rapporter un message à ses semblables. Cette sensation d'une frontière, d'un point de non-retour, est une caractéristique importante de l'EMI parce qu'elle semble signifier que l'expérience se déroule en fait dans une « antichambre » de ce qui serait un au-delà et non dans l'au-delà lui-même tel qu'il serait éprouvé si cette limite était franchie. De ce point de vue, il semble abusif d'affirmer que le témoin d'EMI a connu l'au-delà puis en est revenu, même si l'on peut considérer qu'on joue là sur les mots. En tout état de cause, pour que le récit nous soit accessible, il faut que la décision de revenir ait été prise, même si le sujet a pu être « poussé » à le faire, parfois même au sens propre.

L'expérience prend fin quand la personne se retrouve brutalement de nouveau « dans son corps », ou bien après avoir effectué le chemin inverse à travers le tunnel et réintégré son corps « *comme une main épouse un gant* », selon les mots du témoin Jean Morzelle¹. Le souvenir de l'expérience vécue peut être immédiatement présent ou revenir quelque temps après, selon les circonstances qui ont provoqué sa survenue. Dans l'immense majorité des cas, sinon la totalité, le témoin d'EMI va être profondément transformé par son expérience. C'est d'ailleurs ce trait qui a retenu l'attention des chercheurs dans les années 1970 parce qu'il est connu que les hallu-

1. Jean Morzelle, *La lumière vient toujours d'en haut*, Éditions Le temps présent, coll. « Témoins d'Au-delà », 2013.

cinations ne provoquent pas de changements notables en termes de personnalité ou de système de valeurs. Comme nous l'avons mentionné, la première caractéristique de ce changement est une disparition de la peur de la mort. Cela s'accompagne logiquement de la conviction inébranlable que la mort n'est pas la fin de l'existence. Les transformations ultérieures vont du développement de valeurs spirituelles et altruistes à la survenue de capacités de guérison, de clairvoyance ou de médiumnité par exemple. Si les transformations sont globalement positives, elles s'accompagnent aussi de remises en question et de ruptures éventuellement douloureuses avec « la vie d'avant ». Divorces, ruptures sentimentales et affectives, changements d'orientation professionnelle, sont ainsi fréquents. Il faut réapprendre à vivre après un traumatisme d'abord causé par l'accident ou la maladie qui fut à l'origine de l'expérience, auquel s'ajoute le choc de l'EMI elle-même. Une période d'intégration de l'expérience est nécessaire et parfois longue, en fonction du profil psychologique de la personne avant l'expérience, de ses croyances, de son âge et de l'enracinement de ses convictions. Car il faut souligner également que ces expériences concernent tout type de personnes, hommes, femmes et enfants de tous âges, toutes nationalités et toutes religions, aussi bien que des athées convaincus. Ajoutons enfin que certaines expériences sont dites « négatives », comportant des éléments effrayants, voire terrifiants, alors que d'autres mélangent des ressentis positifs et négatifs. Les EMI pleinement négatives sont nettement plus rares à en juger par les enquêtes et études réalisées, bien elles puissent souffrir d'une absence de déclarations, les témoins pouvant

DÉPARTEMENT ÉDITORIAL ART DE VIE

RÉALISATION : NORD COMPO, À VILLENEUVE-D'ASCQ

IMPRESSION : XXX
DÉPÔT LÉGAL : XXX

IMPRIMÉ EN FRANCE