

## **Quelques données personnelles**

Née en 1954 à Berne (Suisse), j'habite depuis de nombreuses années près de Genève. J'exerce mes activités professionnelles à l'Université de Genève. Depuis près de 25 ans, je consacre une grande partie de mon temps à l'étude des NDE et à l'écriture d'ouvrages et d'articles sur ce sujet. Je donne des conférences en Suisse et à l'étranger et je participe à des congrès internationaux dédiés à l'expérience de mort imminente. Par ailleurs, je suis depuis de nombreuses années coordinatrice du *Scientific and Medical Network* pour la Suisse romande.

## **Ma découverte des NDE**

Ma rencontre avec le phénomène des expériences de mort imminente eut lieu dans les années 80 et elle devait être décisive tant sur le plan de mes convictions que de mes activités. Comme des millions de lecteurs dans le monde, j'ai découvert les NDE grâce à l'ouvrage de Moody *La vie après la vie* (1979). Immédiatement, je me suis rendue compte que les témoignages des expérienceurs répondaient à nombre de mes interrogations existentialistes tout en soulevant d'autres questions, au moins aussi nombreuses. Les récits décrivant cet autre monde, étrangement ressemblant au nôtre bien que sublimé, m'incitèrent à penser qu'une lecture au premier degré ne rendrait pas justice à ce phénomène fascinant. Les années à venir devaient me donner raison : plus on approfondit l'étude des NDE et plus elles dévoilent leur complexité.

Aujourd'hui, je suis convaincue qu'il serait erroné de prendre ces représentations à la lettre. Je pense que la personne mourante se trouve dans une dimension qui est mise en scène de telle manière qu'elle puisse la comprendre, car, par nature, elle est incompréhensible pour l'esprit humain.

Je pense que cet autre monde existe, qu'il est aussi « réel » que le nôtre, mais si différent de tout ce qu'un être humain peut concevoir qu'il est transposé sous forme d'images qui lui sont familières. En quelque sorte, cette autre réalité s'adapte à lui. Les expérienceurs parlent de proches décédés qui les ont accueillis et qu'ils avaient immédiatement reconnus. On peut imaginer que ces êtres ont revêtu des apparences à peu près terrestres, sans l'être vraiment, afin qu'ils puissent les reconnaître. Je pense effectivement que ces êtres se trouvent dans l'autre monde, mais sous une forme qu'ils n'auraient pas pu comprendre s'ils ne s'étaient pas présentés d'une manière qui leur est familière. Mais ce n'est peut-être que la *transcription* de ce qu'ils ont perçu qui est humaine, qui est forcément humaine puisqu'ils sont là en chair et en os pour nous le raconter.

Dans les années 80, on trouvait de nombreux livres de témoignages et déjà quelques ouvrages scientifiques sur le sujet, mais il me manquait un éclairage pluridisciplinaire pour approfondir ma réflexion : que pensait un physicien quantique, un philosophe ou un biologiste des NDE ? Ne trouvant pas de tel ouvrage, j'ai décidé d'écrire le livre que je souhaitais lire. *D'une vie à l'autre*, publié en premier en traduction allemande en 1996 et traduit en cinq langues, est constitué d'entretiens

avec des professeurs de différentes disciplines, précédés d'une description détaillée de la phénoménologie de l'expérience de mort imminente et de ses conséquences.

## **Mes rencontres**



Ma rencontre en 1992 avec **Kenneth Ring** – professeur américain de psychologie et sommité internationale de la recherche sur les NDE – était déterminante à bien de titres. Généreusement, il m'a accueillie dans sa maison près de l'Université du Connecticut pour enregistrer la plus longue entrevue de sa carrière, comme il l'a dit avec malice. En effet, une journée entière d'enregistrement a permis de faire un tour d'horizon complet des résultats de ses nombreuses enquêtes et recherches et de cristalliser ses conclusions personnelles et ses intimes convictions, publiés dans *D'une vie à l'autre*.

De cette journée ensoleillée est née une amitié profonde qui a résisté au temps et à la distance, ainsi qu'une collaboration fructueuse qui a culminé dans ma participation à son ouvrage *Lessons from the Light*.

Ma conception des NDE s'est enrichie de discussions passionnantes que j'ai le privilège de poursuivre depuis de nombreuses années avec les chercheurs les plus éminents. Nos fréquentes rencontres aux quatre coins du globe lors de congrès auxquels nous participons ou à l'occasion de mises en chantier de projets communs nous donnent le bonheur de nous retrouver. Les joyeuses heures que nous partageons sont empreintes d'amitié autant que d'une passion commune. Nos discussions sont stimulantes, mais ce qui me semble essentiel, c'est le fait que nous nous engageons tous pleinement, avec notre cœur, dans une démarche authentique et durable, motivés par le désir constant de mieux comprendre les NDE afin de mieux aider les expérienceurs. En plus, cette exploration passionnante de l'expérience de mort imminente nous met face à notre destinée d'être humain et nous permet de réfléchir intensément à notre devenir au-delà des limites connues.

Je remercie tous les expérienceurs qui m'ont fait le cadeau de partager avec moi cette expérience si capitale dans leur vie. Ces rencontres sont chaque fois émouvantes, impressionnantes et édifiantes.

Pour eux, la NDE représente en même temps une blessure, une promesse et une bénédiction.

Il s'agit d'une blessure, car les expérienceurs doivent vivre avec une grande nostalgie de cette autre dimension et gérer une réintégration compliquée de leur quotidien. C'est en même temps une promesse qui prend racine dans leur certitude inébranlable qu'au terme de leur vie terrestre, ils retourneront dans ce monde meilleur et, finalement, c'est une bénédiction qui les gratifie d'une nouvelle échelle de valeurs et d'un véritable sens à donner à leur vie. Je me laisse entraîner chaque fois avec bonheur par leur intense quête de vérité et, à chaque nouvelle rencontre, je suis subjuguée par leur fabuleuse capacité d'aimer.

## **Mon rapport aux NDE**

Au fil des années, mon intérêt pour les NDE s'est intensifié au point de constituer une partie importante de ma vie aujourd'hui. Je pense que cette expérience nous interpelle au plus profond de nous-mêmes car elle émerge de l'essence même de l'être humain et fait appel à son destin. De nature complexe, elle doit être approchée sous un angle pluridisciplinaire. La psychologie est autant concernée que la physique quantique, la neurologie s'impose pour analyser le fonctionnement du cerveau à l'approche de la mort ou en état de mort clinique, l'étude historique permet de révéler les NDE qui se sont produites, nombreuses, dans le passé, l'ethnologie nous démontre l'étonnante similitude de cette expérience au sein de nombreux peuples de notre planète. La NDE nous amène à nous interroger sur des sujets captivants tels que la conscience, le fonctionnement de la mémoire et bien d'autres encore.

Je suis convaincue que l'avancée de la science permettra de lever un pan de plus en plus important du voile qui recouvre le mystère de la NDE, mais je pense également que la réponse définitive est inhérente à un certain état de conscience qui est associé à l'état de mort imminente et qui ne se révèle que dans ces conditions-là.

## **Mon analyse des NDE en tant que phénomène de société**

En quoi les NDE constituent-elles un **phénomène de société** ?

Les expériences de mort imminente, vécues par des millions de personnes à travers le monde, les transforment profondément et durablement et changent leur regard sur le monde et sur la société. Par leur nombre et par leur impact, elles constituent un phénomène de société aux implications nombreuses.

Sur le **plan psychologique**, les conséquences de la NDE évoluent avec le temps. D'abord, elles se situent au niveau de *l'intégration* de l'expérience, généralement difficile, qui peut s'étendre sur plusieurs années. L'expérienceur est souvent fragilisé car, ayant échappé de justesse à la mort, il a vécu un trauma majeur. Suite à son état de mort imminente, il se trouve souvent dans un état physique critique, conséquence de la maladie ou de l'accident qui l'ont amené à l'extrémité de la vie. L'incommunicabilité de la NDE est également un grand problème pour lui, le désir de partager cette expérience transcendantale avec ses proches se heurte douloureusement à leur incompréhension ou leur incrédulité. La nostalgie de ce qu'il a vécu rend son quotidien morne, l'appel à une nouvelle manière de vivre est pressant mais encore flou. Une prise en charge psychologique par un thérapeute qui connaît les NDE et ses conséquences peut alors s'avérer nécessaire (reentry problem).

Une fois le processus d'intégration achevé, la NDE déploie tous ses effets. Le professeur Kenneth Ring décrit la force de guérison psychique de la NDE dans la vie d'individus désespérés ou suicidaires (Ring, 1991). Les maladies sont mieux supportées, des troubles psychiques tels que la dépression ou la narco-dépendance dont certains expérienceurs étaient victime avant leur NDE peuvent disparaître. Les personnes sont plus confiantes, les angoisses névrotiques antérieures à la NDE disparaissent (Schröter-Kunhardt, 1993). Des études démontrent qu'aucune des

personnes interrogées suite à leur NDE induite par une tentative de suicide n'a récidivé, car elles étaient convaincues que leur tentative de suicide avait échoué afin de leur permettre de réorienter leur vie et de lui donner un sens.

Sur le plan de **la prise en charge psychothérapeutique en général**, la NDE a un important rôle à jouer qui commence à être discuté dans la littérature scientifique. La question de la place de l'homme dans une société de plus en plus déshumanisée, si éloignée des valeurs issues de la NDE, peut être débattue judicieusement à la lumière de l'enseignement des NDE qui permet d'offrir une nouvelle perspective philosophico-spirituelle.

Quelques thérapeutes se servent des NDE pour combattre des idées suicidaires de leurs patients et obtiennent des résultats spectaculaires (Winkler, 2003). Les changements de personnalité consécutifs à la NDE sont parfois comparés à une psychanalyse instantanée et entièrement réussie, dépassant les résultats qu'on peut espérer obtenir par des psychothérapies (Schröter-Kunhardt, 1993).

**L'impact social** de la NDE est multiple. Les expérienceurs vivent leurs nouvelles valeurs de manière communicative, leur joie de vivre surprend, leur empathie et leur dévouement rayonnent, leur confiance dans la vie et leur conviction de la survie de la conscience après la mort physique rassurent. Des études montrent que non seulement les personnes qui ont vécu une NDE changent dans le sens que je viens d'évoquer mais que le même phénomène se produit également, dans une moindre mesure, chez les individus qui s'intéressent aux NDE sans en avoir vécu une eux-mêmes mais qui se sont laissés pénétrer par ce phénomène. Eux aussi montrent les mêmes changements de valeurs, des modifications dans leur système de croyance, des adaptations de leur vision du monde. Eux aussi perdent la peur de la mort et manifestent une conviction croissante qu'il existe une vie après la mort. Au fur et à mesure que l'information concernant ces expériences commence à se répandre et que de plus en plus de personnes se familiarisent avec les NDE, il se crée comme un phénomène de masse secondaire – et cela sans tenir compte des personnes qui vivront une expérience de mort imminente grâce aux techniques de plus en plus sophistiquées de réanimation. Dans ce sens, nous avons façonné le terme de la « contagion bénigne de la NDE » (Ring et Elsaesser-Valarino, 1998).

La question se pose également dans quelle mesure et sous quelle forme la NDE peut jouer un rôle dans l'accompagnement des personnes en fin de vie. Cette « application » de la NDE est le sujet de mon nouveau livre *Le Pays d'Ange*. Dans l'assimilation du deuil également, la NDE peut aider de manière significative en offrant une nouvelle perspective et en apportant un réconfort certain.

**L'aspect socio-politique** de la NDE n'est pas souvent évoqué, il me semble pourtant flagrant. D'une certaine manière, l'expérience de mort imminente est subversive, car elle donne naissance à une palette de valeurs entièrement différente de celles qui dominent dans nos civilisations matérialistes actuelles. Elle est subversive en ce qu'elle contredit la pensée postmoderne. Les implications des NDE suggèrent que, peut-être, quelques-uns des enseignements des traditions spirituelles ou les aspects universels des traditions religieuses sont encore pertinents de nos jours. Bien des personnes se sentent mal à l'aise face aux NDE puisque leur

message ne correspond absolument pas à notre manière moderne de réfléchir et de fonctionner. Mais le fait que les expériences de mort imminente continuent à se produire, qu'elles persistent de manière obstinée en tant que phénomène – phénomène qui prend d'ailleurs de plus en plus d'ampleur – tout cela signifie peut-être bien que nous allons assister à une modification de quelques-unes des idées universelles postmodernes dans le sens d'une inclusion de la dimension spirituelle (Ring et Elsaesser-Valarino, 1998).

**L'aspect neurologique** est important, soulevant la question fondamentale si la NDE est produite par le cerveau ou si ce dernier n'est que le récepteur, en différé, de ce qui se passe lors d'une expérience de mort imminente en état de mort clinique. Le paradigme médical selon lequel l'esprit est obligatoirement une fonction du cerveau est remis en question. Le cardiologue Pim van Lommel déclare que « la présomption que la conscience et la mémoire émergent d'une fonction cérébrale n'est pas prouvée, puisque, à ce jour, il n'y a aucune preuve scientifique qu'il existe un corrélatif neural pour tous les aspects de l'expérience subjective » (Van Lommel, 2004).

Des modèles neurophysiologiques commencent à émerger. Il est probable que ce sont des expériences spirituelles du type NDE qui sont à l'origine du sentiment du sacré et de la constitution de religions.

**La médecine** est concernée par les étonnantes capacités de guérison qui peuvent apparaître suite à une NDE. Ces dons se développent souvent lentement, au fil du temps. Pour l'heure, nous disposons de peu de recherches scientifiques et de quelques données statistiques seulement. Le Dr. Cherie Sutherland a notamment analysé l'intuition (60% avant la NDE contre 95% après) et les dons de guérison (8% avant la NDE contre 70% après) (Sutherland, 1989). La notion de guérison est considérée sous un angle plus large par ces expérienceurs, ils associent une attitude positive face à la vie à la simple amélioration de l'état physique. Ces guérisons sont de deux types : *la guérison par les émotions* (emotional healing) basée sur la croyance dans la survie de la conscience, la perte de la peur de mourir, l'empathie, les émotions, l'intuition et l'amour ; et *la guérison physique* (physical healing) obtenue le plus souvent par l'apposition des mains qui permet le transfert d'énergie, la visualisation et la prière (Long, 2005).

Pour ma part, je suis convaincue que tous les êtres humains possèdent ces mêmes capacités à l'état latent et qu'il suffit d'un élargissement de la conscience, comme cela se produit lors de la NDE, pour activer ce potentiel naturel inhérent à la condition humaine.

Signalons également quelques cas de guérisons spontanées, quasi miraculeuses, suite à une expérience de mort imminente. Aucune recherche scientifique conséquente n'a été menée à ma connaissance à ce jour pour analyser ces cas, mais les individus concernés sont convaincus d'avoir été guéris par l'« être de lumière ». Ces conséquences de la NDE, encore assez mystérieuses, ouvrent des perspectives prometteuses et posent plus globalement la question de l'action de l'esprit sur la matière.

**La physique quantique** doit être associée à l'étude des NDE. En effet, de nombreux physiciens s'accordent à dire que l'expérience de mort imminente ressemble à un phénomène quantique. Plusieurs modèles ont déjà été développés, je ne mentionnerai que celui du professeur Régis Dutheil (médecin et professeur de physique et de biophysique), exposé en détail dans *D'une vie à l'autre*. Il fonde son hypothèse sur un modèle où la conscience est un champ de matière tachyonique, qu'il appelle « superlumineux », faisant partie du véritable univers fondamental dont notre monde ne serait qu'une projection holographique sous-lumineuse. Il affirme que sur le plan mathématique, il existe incontestablement la possibilité d'un autre univers, d'un autre espace-temps – superlumineux – et d'un seul. L'interface entre ces deux univers serait ce que les relativistes appellent le cône de la lumière sur la surface duquel se propagent la lumière, les photons et les autres particules qui vont à la vitesse de la lumière. La frontière entre ces deux univers serait une zone commune, probablement constituée de photons. Il a développé un modèle où le photon serait considéré comme formé d'une partie sous-lumineuse et d'une partie superlumineuse. Dans son hypothèse, les NDE seraient le passage pour l'être humain du monde sous-lumineux au monde superlumineux. Un certain nombre de phases caractériseraient ce passage. La traversée du tunnel obscur correspondrait, dans son modèle, au passage du mur de la lumière. Il pense qu'au moment précis du passage, la conscience partielle de la personne qui est en train de mourir et qui vit l'expérience traverserait le mur de la lumière et s'imprégnerait de particules allant à la vitesse de la lumière, donc de photons. Elle deviendrait lumière elle-même et percevrait tout ce qui l'entoure comme sombre. Son modèle propose des explications pour d'autres aspects de la NDE qu'il n'est pas opportun de développer ici. (Dutheil et Elsaesser-Valarino, 1999).

**La philosophie** : Michel Lefeuvre, professeur de philosophie des sciences, a tenté de donner aux NDE un statut ontologique – un statut de vérité – et, par là, de les intégrer dans une théorie générale de la conscience. Tirant un parallèle avec la madeleine de Proust il dit : » ce qui m'intéresse ici, ce n'est pas tellement le jugement explicite qui est pourtant la marque d'un esprit car seul un esprit peut comparer, discerner, porter un jugement, mais c'est plutôt le fait que le cerveau a si peu d'importance au moment où la conscience se trouve pleinement en contact avec elle-même, avec sa spiritualité, son essence intime parce que ce qui la sépare habituellement d'elle-même, la matérialité des choses, l'épaisseur des événements, l'espace-temps du monde, est en quelque sorte aboli, c'est même comme si la suspension de l'activité du cerveau permettait à la conscience de s'atteindre dans sa plénitude d'être ; d'où l'impression d'élargissement, de dilatation dans cet instant de plaisir intense, concentré sur lui-même dont nous parle Proust. » Il conclut sur ces paroles : »Mort et naissance sont les deux pendants opposés d'un même mystère puisqu'à la naissance, c'est l'esprit qui s'incarne mystérieusement dans la chair tandis qu'à la mort, c'est l'esprit qui se désincarne tout aussi mystérieusement ; l'incorporation comme la désincorporation sont aussi difficiles à imaginer l'une que l'autre, l'incorporation a pourtant eu lieu ; les NDE, elles, entrouvrent une perspective sur la décorporation ». (Lefeuvre et Elsaesser-Valarino, 1999)

## Mon nouveau livre : “*Le Pays d’Ange*”

J’ai écrit “*Le Pays d’Ange*” dans le but et avec le désir de rendre les connaissances actuelles de la recherche scientifique sur les NDE accessibles et profitables aux personnes qui sont confrontées à une crise de vie majeure.

A première vue, “*Le Pays d’Ange*” est l’histoire, racontée à la première personne, d’une jeune fille qui est tombée gravement malade. Le lecteur se retrouve dans les pensées de la narratrice et pénètre davantage dans son monde intérieur, dans ses réflexions et ses sentiments, au fur et à mesure que son mal progresse. La jeune fille l’entraîne dans sa maladie et ses vicissitudes et il devient son compagnon de voyage, intimement lié à elle et aux personnes qui l’entourent. En fin de compte, l’angoisse de la jeune fille devient la sienne, mais il bénéficie également de tout ce qu’elle apprend pendant qu’elle se bat pour comprendre et gérer ce malheur qui est entré dans sa vie. Et soudain, le lecteur se rend compte que les messages essentiels sont justement ces prises de conscience et cette connaissance que, petit à petit, elle acquiert. Au début du livre, l’héroïne semble être une jeune fille parfaitement ordinaire, mais pendant que sa maladie progresse, elle fait de même – dans sa connaissance, dans la profondeur de sa personnalité et, finalement, dans le degré élevé de sagesse spirituelle qu’elle acquiert grâce à sa poupée **Ange** et à un compagnon d’infortune qui vit une expérience de mort imminente et la lui raconte de manière poignante.

La recherche scientifique sur les NDE, loin d’avoir abouti, permet d’ores et déjà quelques « applications pratiques », ou, plus modestement, elle nous invite à partager la beauté et l’enseignement de cette expérience transcendante avec les personnes qui semblent pouvoir en tirer un profit immédiat et concret.

Au-delà d’un défi intellectuel, les connaissances que nous possédons aujourd’hui de la phénoménologie et des conséquences des NDE doivent aider les personnes confrontées plus immédiatement aux limites de l’existence humaine.

Les nouvelles perspectives que les NDE ouvrent, la conception plus douce de la mort physique qu’elles suggèrent, l’espoir qu’elles situent au-delà des limites connues, doivent être à disposition – si elles le souhaitent – des personnes malades, en fin de vie ou en deuil et, plus généralement, des êtres sensibilisés à la finalité de la destinée humaine.