

L'objectif

25 fév./ 9 mars 2000

Frôler la mort – une chance sur trois de vivre une EMI : rencontre avec Evelyn Elsaesser-Valarino, auteur du livre » D'une vie à l'autre », après sa conférence à la Librairie Bien-être à Fribourg qui a fait salle comble

Imaginez ! Vous vous trouvez à trois ou quatre mètres de votre corps, suspendu dans les airs. Vous voyez pour la première fois vos jambes, bras... en trois dimensions. Idée farfelue ou réalité ? La plupart des personnes ayant vécu une expérience de mort imminente s'accordent à dire que la décorporation est la première d'étape d'une EMI. « *C'est sans doute la phase qui se prête le mieux à des vérifications. La seule qui ne relève pas entièrement du ressenti subjectif d'une personne* » explique Evelyn Elsaesser-Valarino, auteur du livre « D'une vie à l'autre », une étude sur les EMI. Comment être sûr qu'il ne s'agit pas d'une hallucination ? Mme Elsaesser-Valarino tire de son livre une petite anecdote. Un patient américain a été transporté d'urgence dans un hôpital qu'il ne connaissait pas pour y subir une opération. Il vit une EMI. Durant sa décorporation, il se retrouve à la hauteur du toit de l'établissement. Il voit une vieille chaussure rouge coincée dans un recoin. Revenu à la vie, il raconte cet épisode à l'équipe médicale. Trouvant l'idée tellement saugrenue, les infirmières décident de la vérifier. « *Elle s'est révélée tout à fait exacte* » explique Mme Elsaesser-Valarino.

De récentes études démontrent que 13 millions d'Américains et deux millions d'Allemands ont vécu une EMI. Pour la Suisse, aucune étude n'a encore été entreprise . 30% des personnes qui se trouvent dans un état proche de la mort vivent une telle expérience selon l'auteur. Quel sort est réservé aux 70% restants ? Mystère. « *Bien que le cerveau ne fonctionne pas, certaines personnes mémorisent pourtant les EMI* » remarque-t-elle.

Viol, chute : éléments déclencheurs d'une EMI

Une EMI se produit dans la majorité des cas dans un état proche de la mort et parfois comateux. Dans de très rares cas, elle peut également survenir après une très grande frayeur chez une personne en parfaite santé. « *Un individu peut faire une EMI pendant une chute, avant d'atterrir sain et sauf dans la neige* », souligne-t-elle. Et d'ajouter que durant la décorporation, les sens de l'expérenceur (personne ayant vécu une EMI) ne fonctionnent plus. Il ne peut pas toucher physiquement un médecin ou un membre de sa famille car il passe tout simplement à travers. « *Un expérenceur peut lire dans la pensée des vivants. Il comprend ce qui se passe sans même qu'une parole ne soit prononcée.* » Autre fait marquant : l'expérenceur peut se retrouver instantanément à l'endroit de son choix, par le simple fait de le souhaiter.

Long tunnel et forte lumière

Un long tunnel obscur où l'expérenceur se déplace rapidement : la deuxième étape d'une EMI. Les gens sont comme aspirés par « ce trou noir ». A l'intérieur des bruits, souvent harmonieux et quelquefois désagréables. « *Je me sentais comme emporté dans une de ces attractions foraines genre montagne russe à une allure vertigineuse* » explique un témoin (extrait du livre « D'une vie à l'autre »). Au bout du

tunnel : une lumière rayonnante et attirante. L'expérienceur est souvent accueilli par des proches décédés ou des guides qu'il reconnaît malgré leurs corps flous. Mme Elsaesser-Valarino : *»Leur rôle semble d'encadrer et de rassurer la personne ».*

La rencontre avec l'être de lumière est souvent décrite comme étant l'étape la plus impressionnante. *« L'expérienceur ressent un amour immense, inconditionnel qui émane de cet être »,* explique l'auteur. Cette lumière intense n'éblouit pas l'expérienceur. La communication entre les deux parties se passe de manière instantanée et sans paroles, de conscience à conscience. Les chercheurs n'ont pas encore réussi à expliquer la nature de cet être de lumière : *« Le mystère reste entier. Il s'agit peut-être du moi supérieur, d'une émanation de Dieu... libre à chacun de l'interpréter comme il le souhaite. »*

L'ensemble de sa vie sur « grand écran »

La revue de vie qui suit généralement la rencontre avec l'être de lumière est un phénomène encore plus étrange. L'expérienceur voit – en dehors du temps et en trois dimensions – tous les événements de sa vie, des plus marquants aux plus banals. *« C'est comme un grand écran de télévision où l'on peut voir toutes les séquences de sa vie simultanément »,* explique un témoin. L'être de lumière aide l'expérienceur à comprendre ses actes, les bons et surtout les mauvais, et à réaliser quels impacts ses agissements ont eu sur les autres, explique Mme Elsaesser-Valarino en citant un témoignage : *»On vous montre votre vie et vous vous jugez vous-même (...) Même si ma revue de vie avait démontré que j'étais un diable, j'aurais quand même été quelqu'un de bien grâce à l'être de lumière qui m'aimait tout simplement pour ce que j'étais ».* Selon Mme Elsaesser-Valarino, cette expérience est éducative et jamais culpabilisante. *« L'expérienceur doit analyser sa propre vie en présence et avec l'assistance de l'être de lumière. Une démarche bénéfique qui aura d'importantes conséquences sur la vie future de la personne. Elle changera souvent de métier, se dirigeant fréquemment vers les professions de soins ou dans le social. »*

Retour à la vie souvent imposé

Le retour à la vie ? L'ultime étape d'une EMI. L'expérienceur se rapproche d'une frontière souvent décrite comme étant une rivière, une barrière. Il tente de franchir cet obstacle. Résultat : l'être de lumière ou un proche décédé l'en empêche. Il doit regagner son corps. Le retour à la vie peut être imposé, imploré ou laissé à l'initiative de l'expérienceur : il est souvent lié à une tâche qui doit être terminée sur terre. Le désir de s'occuper de ses proches, notamment de ses enfants est également plébiscité par les expérienceurs. *« Dans la majorité des cas, ils ne veulent pas retourner à la vie ».* La façon de réintégrer le corps physique n'a été décrite que très rarement par les témoins. L'auteur explique : *« Le retour se fait très rapidement. Certaines personnes racontent qu'elles sont repassées par le tunnel, en sens inverse. D'autres n'ont plus aucun souvenir. »*

Moins attirés par l'argent

Son corps réintégré, l'expérienceur fait face à de nombreuses difficultés : son état de santé est souvent très critique suite à l'événement qui l'a amené au seuil de la mort, la sensation de calme et de sérénité a disparu. *« Il est souvent nostalgique car il ne retrouve plus le bonheur absolu de l'EMI. L'incompréhension des proches le plonge souvent dans un état de grande solitude »,* souligne Mme Elsaesser-Valarino.

Les mois qui suivent sont également très pénibles : difficulté de se réinsérer dans un cadre familial et communautaire dont il ne partage plus les valeurs. Il quitte souvent sa profession pour se consacrer à des activités d'ordre social. Il se rapproche de la nature et l'argent a beaucoup moins d'importance dans sa vie... « *De nombreuses années sont parfois nécessaires à l'expérimenteur pour qu'il trouve réellement sa voie. Un long chemin pénible, semé d'interrogations et de quête intérieure l'attendent avant qu'il trouve une nouvelle manière de vivre.* »

Certains tentent d'oublier leur EMI afin de poursuivre la vie qu'ils avaient auparavant, mais le changement fini toujours par s'imposer.

« *Ils n'ont plus peur de la mort* »

Une grande soif d'apprendre, une caractéristique commune à tout expérimenteur. Beaucoup d'entre eux retournent sur les bancs d'école et se plongent dans des livres, notamment de science quantique. « *Ce n'est pas par hasard qu'ils se passionnent pour cette science, car elle pourrait expliquer les EMI* », souligne Mme Elsaesser-Valarino. Peu d'entre eux se tournent vers la religion. Ils n'ont plus peur de la mort et sont persuadés que la vie n'est qu'un passage. « *Cette nouvelle approche de la mort les transforme radicalement. Ils ne cherchent plus d'explications dans la religion. Ils ont leurs propres convictions basées sur une expérience concrète et directe.* »

Les croyants vivent-ils plus souvent des EMI ?

Un croyant a-t-il plus de probabilité de faire une EMI qu'un athée ? Non, répondent les spécialistes. Le sexe, l'âge, la nationalité, le type de maladie, le milieu social n'influencent pas la probabilité de vivre une EMI. Le vécu d'une personne pourrait-il être un élément déclencheur ? Peut-être. « *L'enfance de l'expérimenteur pourrait influencer la probabilité de vivre une EMI. Les premiers résultats de certaines recherches américaines semblent indiquer qu'une enfance traumatique, marquée par une maltraitance ou des maladies répétées, pourrait faciliter la survenance de EMI à l'état d'adulte* », explique-t-elle. Pour les sceptiques, les EMI ne sont que le fruit d'hallucinations liées à une anesthésie insuffisante lors d'interventions chirurgicales. D'autres avancent la thèse de l'hypoxie : les EMI seraient un délire provoqué par un manque d'oxygène dans le cerveau. Mme Elsaesser-Valarino répond : « *Durant l'écriture de mon livre, j'aurais souhaité mené un entretien avec un scientifique sceptique. Malheureusement, aucun d'entre eux n'a voulu débattre de ce sujet. Personnellement, je suis persuadée que les EMI ne sont pas des hallucinations, car elles n'ont pas les mêmes caractéristiques et les témoignages sont bien trop précis.* »

Les aveugles de naissance voient pendant une EMI

Les aveugles, même de naissance, retrouvent la vue pendant une EMI. Tel est le résultat d'une étude américaine (Ring et Cooper) basée sur les témoignages d'aveugles, y compris de naissance, de malvoyants et de personnes ayant une vue très faible. « *Ils peuvent décrire très précisément la salle d'opération, les gestes médicaux exécutés sur leur corps ou bien les détails des accidents qui les ont amenés au seuil de la mort* » explique Mme Elsaesser-Valarino qui a collaboré à cette étude. Les aveugles de naissance se heurtent toutefois à certains problèmes : ils ne peuvent pas nommer les couleurs car ils ne les connaissent pas. Ils parlent plus facilement de différents degrés de luminosité.