

Des Fribourgeois s'intéressent aux expériences de mort imminente (EMI): salle comble à la conférence d'**Evelyn Elsaesser-Valarino**, auteur.

Frôler la mort ? Une chance sur trois de vivre une EMI.

Arrêt cardiaque d'un patient pendant une opération. Les médecins tentent de le réanimer. Premier, deuxième puis troisième électrochoc. Il ne réagit pas. Et pourtant il assiste à la scène. Comment est-ce possible?



Il est sorti de son corps. Le malade vit une expérience de mort imminente (EMI). Rencontre avec Mme 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 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 transi porté 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 (lire encadré). 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 sujet 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'expérienceur (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 expérienceur 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'expérienceur 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'expérienceur 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 (tiré du livre). 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 but est 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 clairement 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'Etre 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'Etre de Lumière qui m'aimait pour ce que j'étais." Selon Mme Elsaesser-Valarino, cette expérience est éducative et jamais culpabilisante. "L'expérienceur doit analyser sa propre vie bien qu'aidé par l'Etre. Une démarche bénéfique qui aura d'importantes conséquences sur la vie future de la personne. Elle changera souvent de métier, se dirigeant généralement dans les 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'Etre 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 vite. Certaines personnes racontent qu'elles sont repassées par le tunnel. D'autres n'ont plus aucun souvenir."

Moins attirés par l'argent Son corps réintégré, l'expérienceur doit faire face à de nombreuses difficultés: son état de santé est souvent très critique, 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 plus sociales. 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'expérienceur pour qu'il trouve réellement sa voie. Un long chemin pénible semé d'interrogations." Certains tentent d'oublier leur EMI afin de poursuivre la vie qu'ils avaient auparavant. Le changement finit par s'imposer.

"Ils n'ont plus peur de la mort" Une grande soif d'apprendre, une caractéristique commune à tout expérienceur. Beaucoup d'entre eux retournent sur les bancs d'école et se plongent dans des livres de physique 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 qu'il ne s'agit que d'un passage (lire encadré). "Cette nouvelle approche de la mort les transforme radicalement. Ils ne recherchent plus d'explications dans la religion. Ils ont leurs propres convictions basées sur une expérience concrète et directe."

Les croyants font-ils plus d'EMI ? Un croyant a-t-il plus de chances 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 les chances de vivre une EMI. Le vécu d'une personne pouvait-il être un élément déclencheur? Peut-être. "L'enfance de l'expérienceur pourrait influencer une EMI. Les premiers résultats des recherches semblent indiquer qu'un enfant maltraité, martyrisé ou malade aurait plus de chances de vivre une EMI à l'âge adulte" explique-t-elle. Pour les sceptiques, les EMI ne sont que le fruit d'hallucination liée à une anesthésie trop faible. D'autres avancent la thèse de l'hypoxie: les EMI seraient un délire provoqué par un manque d'oxygène dans le cerveau. Alors info ou intox? Mme Elsaesser-Valarino: "Durant l'écriture de mon livre, j'étais intéressée à avoir le témoignage d'un scientifique sceptique. Malheureusement, aucun d'entre eux n'a voulu débattre de ce sujet. Personnellement, je suis persuadée qu'une EMI n'est pas une hallucination. Les témoignages sont trop précis."

Durée d'une EMI ? Un enfant venant au monde passe par certaines étapes identiques aux EMI. Un long tunnel puis une grande lumière. N'y a-t-il pas une similitude entre ces deux événements ? Mme Elsaesser-Valarino admet l'hypothèse livrée par certains chercheurs. "On ne pourra jamais donner une explication scientifique aux EMI. Les hypothèses des sceptiques n'expliquent en tout cas pas en entier ce genre de phénomènes." L'auteur préfère s'attarder sur l'aspect symbolique. Selon elle, les EMI se déroulent dans une autre dimension, une autre réalité aussi réelle que notre monde physique mais de nature complètement différente. Un monde dépourvu de passé, de présent et de futur. Où le temps ne s'écoule pas. "Une personne qui fait un arrêt cardiaque durant 20 secondes peut parcourir les mêmes étapes qu'une personne qui sera cliniquement morte pendant plusieurs minutes." Et d'ajouter que derrière l'Etre de Lumière, les guides, la frontière, se cache une symbolique qui nous échappe encore. "Il ne faut pas prendre les EMI à la lettre. IL s'agit d'une expérience fortement symbolique. Les expérienceurs utilisent des images qui leur sont familières et qui les aident à comprendre cette dimension qu'ils n'ont jamais connue auparavant." Comme le dit la série américaine X-Files, la vérité est décidément ailleurs...

D'une vie à l'autre, Ed. Dervy, Evelyn Elsaesser-Valarino, 1999



Propos recueillis par David Rossier

25.02.2000