



Voir la lumière et revenir à la vie

Les expériences de mort imminente sont de plus en plus courantes. Explications.

YSEULT THÉRAULAZ

Parmi ceux qui ont eu la malchance de côtoyer la Grande Faucheuse de très près, certains reviennent avec un récit intéressant de ce voyage dans l'au-delà. Une lumière intense et réconfortante, la rencontre de proches décédés, la sortie de son propre corps, un sentiment d'apaisement sont des étapes qui reviennent dans la plupart de ces récits mystérieux, résumés sous le nom d'expériences de mort imminente (ou NDE, pour *Near Death Experience*).

«Aujourd'hui, grâce aux méthodes de réanimation modernes, de plus en plus de personnes survivent à un épisode critique et sont susceptibles de vivre une NDE, explique la Bernoise Evelyn Elsaesser-Valarino, spécialiste en NDE et auteure de *Le pays d'Ange*, son dernier ouvrage sur le sujet. Aux Etats-Unis, on estime qu'il se produit 774 cas de NDE par jour.»

Pour l'heure, les statistiques suisses n'existent pas.

S'il faut côtoyer la mort de près pour vivre une NDE, un arrêt cardiaque ou une mort clinique ne sont pas les seuls incita-

teurs au voyage. «Lorsque nous étudions les dossiers médicaux, il n'y a aucune constante entre les différents cas, précise Sylvie Déthiollaz, fondatrice du centre Noësis, lieu d'accueil et de recherche consacré aux NDE, basé à Genève. Dix à vingt pour cent des patients en arrêt cardiaque vivent une NDE, mais cela peut aussi arriver aux personnes dans le coma ou à celles qui sont persuadées qu'elles vont mourir.»

A étudier scientifiquement

Hallucination, phénomène purement chimique, expérience spirituelle? «Actuellement, aucune explication scientifique ne tient la route», continue cette docteur en biologie moléculaire. «Il faut éviter de tirer des conclusions hâtives comme quoi les NDE sont la preuve qu'il y a une vie après la mort ou, au contraire,

qu'elles ne sont que de simples phénomènes chimiques, précise Claudia Mazzocato, médecin-chef du service de soins palliatifs du CHUV. Ce phénomène mérite d'être mieux étudié scientifiquement.»

Et Mario Beauregard, chercheur en neurosciences à l'Université de Montréal, d'expliquer: «Lorsque le cœur cesse de battre, l'activité du cerveau s'arrête au bout de quinze à vingt secondes. En principe, aucune perception ni émotion ne sont possibles.» Etonnant, dès lors, que les patients rapportent des conversations qui se sont déroulées dans la pièce où gisait leur corps. «J'ai vu les personnes autour de la table d'opération depuis une certaine hauteur, raconte Emma Otero, une Biennoise qui a vécu une NDE il y a plus de vingt ans suite à une hémorragie post-partum. J'ai eu la sensation d'avancer dans un tunnel. Au bout, il y avait une lumière. La peur n'existait plus. Pourtant, je n'avais aucune envie de quitter ce monde, car je voulais m'occuper de mes enfants.» Un retour à la réalité terrestre pas toujours évident. «La vie des personnes change radicalement après une

NDE, précise Evelyn Elsaesser-Valarino. Elles ne peuvent plus vivre comme avant, mais ne savent pas forcément comment réorganiser leur existence. Elles n'ont plus peur de la mort, croient en la survie de la conscience. Elles deviennent en général plus tolérantes et moins matérialistes.

Réorientations et divorces

Ces changements de personnalité profonds ont pour conséquence un nombre élevé de divorces et de réorientations professionnelles vers des métiers sociaux et d'entraide. Intégrer une NDE prend en moyenne sept ans.» Emma Otero approuve: «J'ai eu des problèmes avec tout mon entourage et je me suis temporairement séparée de mon mari.» Florence Fagherazzi, danseuse et chorégraphe, témoigne: «En préparant mon spectacle *Peau d'âme* retraçant les étapes d'une NDE et dansé l'an dernier à Fully, j'ai recueilli des témoignages sur ce phénomène. L'un des témoins m'a affirmé que si la mort est un si grand mystère, c'est parce que c'est trop bien! En ce qui me concerne, je n'ai désormais plus peur d'elle.» ■

Etudier les patients en état de mort clinique

Un vaste projet de recherche vient d'être lancé par l'Université de Montréal (UdeM) en collaboration avec le chercheur anglais Sam Parnia, de l'Université de Southampton. Mario Beauregard, chercheur en neurosciences à l'UdeM, explique: «Nous cherchons à objectiver le phénomène des NDE et à comprendre s'il s'agit d'une hallucination ou non. Les patients qui subissent une opération chirurgicale avec arrêt cardiocirculatoire et hypothermie profonde sont plongés dans un état de mort clinique.

Leur cerveau cesse toute activité, mais certains rapportent une NDE à leur réveil. Nous allons donc projeter des images pendant l'intervention et interviewer les patients après la chirurgie pour savoir ce qu'ils ont perçu pendant l'opération. S'ils ont vu ou non les images qui défilaient. Les études qui ont déjà été réalisées montrent qu'après une NDE les patients restent en contact permanent avec la lumière qu'ils ont vue. Leur activité cérébrale est différente de celle des gens qui n'ont pas eu de NDE.» **Y. T.**

Pour en savoir plus

www.elsaesser-valarino.com Les NDE expliquées en quelques questions-réponses, ainsi que d'autres informations et liens.
www.noesis.ch Le centre propose notamment un soutien psychothérapeutique, recueille les témoignages et fait de la recherche sur les états de conscience modifiés.
www.inrees.com Site officiel de l'Institut de recherche sur les expériences extraordinaires basé à Paris. Conférences et ateliers y sont régulièrement organisés, entre autres.
www.nderf.org Ce site réunit un grand nombre de témoignages et d'infos sur les NDE. Il est traduit en français, entre autres.

LE REPÈRE

Apprendre la vie

Depuis neuf ans, la collection de livres *A petits pas*, éditée par Actes Sud Junior, tente de vulgariser le monde des grands pour le rendre accessible aux petits. Les deux derniers ouvrages se penchent sur le sport et sur la politique. Joliment illustrés, accompagnés de bulles façon BD et de quiz, ils sont ludiques et intéressants.

«La plupart du temps, les thèmes sont choisis sur proposition des auteurs: journalistes

spécialisés ou scientifiques, explique Isabelle Péhourticq, responsable d'Actes Sud Junior. Nous pouvons aussi traiter un sujet en fonction de l'actualité à venir. Par exemple, nous rééditons *L'Europe à petits pas* en vue des élections européennes de 2009.»

Grâce à ses pages sur les expressions du milieu, *Le sport à petits pas* fera le bonheur des parents et des enfants néophytes. Il devrait même permettre

aux premiers de bluffer les fanatiques des jeux de ballon en tout genre.

La politique à petits pas passe en revue les différents types de régimes existants, se penche sur les grands partis politiques et évoque le pouvoir et ses dérives. Un bémol cependant: le livre décrypte le système français et ses partis, mais s'intéresse peu aux autres pays. Oubliés, les moutons et les corbeaux... **Y. T.**



Le football se pratiquait déjà chez les Chinois en 2500 av. J.-C. La version romaine, illustrée ici, s'appelait *harpastum* et se jouait avec les pieds aussi bien qu'avec les mains.

A lire



Le sport à petits pas
Bénédicte Mathieu
et Myrtille Rambion
70 pages,
Actes Sud Junior,
25 fr. 80
en librairie.



La politique à petits pas
Sophie Lamoureux
77 pages,
Actes Sud Junior,
25 fr. 80
en librairie.