

Préambule

S'ABANDONNER À LA VIE

Il a une cinquantaine d'années. D'une voix lasse et triste, mais pourtant assurée, l'homme raconte : « Ma compagne et moi avons perdu un enfant de vingt ans il y a quelques mois. Il s'est suicidé. Lors de ses obsèques à l'église, nous avons fait passer une chanson des Beatles que notre fils aimait bien, « Hey Jude ». Quelques semaines plus tard, nous étions chez nous. Il était tard. Nous allions nous coucher. Ma compagne était fébrile. Elle m'a demandé de brancher la radio, ce qui, chez elle, était très inhabituel. Elle ne m'a pas demandé de choisir une station plutôt qu'une autre. C'était comme une demande irrésistible. J'ai allumé et nous avons entendu le début d'une chanson : "Hey Jude", des Beatles. Nous n'avons rien dit, nous nous sommes regardés et nous avons écouté la chanson. En entier. Je me revendique cartésien, peu versé dans les histoires de spiritisme ; mais cette scène nous a bouleversés et m'a interrogé. Qu'elle puisse avoir eu lieu dans de telles circonstances ne pouvait être une coïncidence. Il m'a semblé qu'en termes statistiques le hasard n'avait pas là sa place. J'ai alors fait un rapprochement avec des témoignages que, plus jeune, j'avais recueillis sur des signes laissés par des défunts à des vivants de ma famille. J'ai pensé que notre fils nous faisait un signe. »

Ce témoignage poignant d'un des participants du colloque « Les chemins du deuil », organisé par Audiens en novembre 2017, a situé d'emblée le thème de cet

événement. L'interrogation : « La mort, et après ? » avait pour vocation de susciter des échanges touchant le spirituel, l'irréel, le déréel et l'immatériel.

Ce questionnement, dans le cas du deuil d'un proche, conduit à dévoiler un univers caché, non visible, mais perceptible aux signes du disparu qui nous atteignent et nous relie à lui. Un univers qui dépasse nos cinq sens, au travers de phénomènes particuliers que l'on craint, par pudeur, d'aborder, parce qu'ils sont qualifiés d'illusoires ou même de fantaisistes dans une société volontiers incrédule et cartésienne. « La mort, et après ? » est une question double. Que devient notre proche après sa mort ? Que devient-on, soi-même, à la fin de sa vie ?

*

Un être cher a disparu. Malgré la séparation, sa présence se fait toujours sentir. Le manque s'enrichit du lien, donne du sens à ce qui n'apparaît pas. Nous faisons l'expérience d'un monde émotionnel où l'invisible se révèle à nous et fissure l'espace-temps.

Il n'est pas rare de ressentir la présence de l'être cher, alors que surviennent des signes qui sont, pour la personne endeuillée, bien plus qu'une coïncidence. De là à émettre l'hypothèse de la survivance de l'esprit, de la conscience, de l'âme, ou même de la pensée, il n'y a qu'un pas.

« La mort, et après ? » Cette question nourrit les controverses et fonde l'éternité du débat. Depuis la nuit des temps, toutes les civilisations ont développé des croyances en une existence après la mort, chacune avec sa propre perception de l'esprit, de l'âme et du sens de la vie, avec une place particulière pour l'immortalité. L'archéologie et l'anthropologie nous apprennent que les plus anciens rites funéraires avérés remontent à cent millénaires, et que, en ce sens, ils répondent à des impératifs universels ; en d'autres termes, ils sont aux fondements de toute civilisation. En Égypte ancienne,

par exemple, le défunt continuait sa vie, s'immortalisait dans des espaces définis et appropriés, qu'il s'agisse des Champs d'Ialou, le monde souterrain d'Osiris, ou parmi les étoiles.

Se rapportant par essence à la philosophie et pouvant être considérée comme éloignée de la raison, la religion, au sens large, soutient ainsi la croyance en la survie de l'âme. Ce qu'on appelle la foi contrevient à la position scientifique selon laquelle aucune preuve n'a jamais été fournie d'une vie dans l'au-delà. Notre conscience ne serait que la résultante des processus physio-neurologiques du cerveau. En revanche, certains scientifiques démontrent, sans chercher à prouver l'existence de l'âme, que la nature de cette dernière s'inscrit dans les lois de la physique quantique.

Le débat s'enrichit de désaccords qu'il n'est pas interdit d'écouter avec intérêt. Le colloque « Les chemins du deuil » a voulu favoriser les échanges en invitant différents spécialistes, afin de mieux appréhender nos perceptions extrasensorielles, d'éclairer nos intuitions et de nous relier à l'univers du non-visible. Certains témoignages relatifs à des manifestations de défunts tentent de démontrer la réalité des expériences de mort imminente et développent des raisonnements pour apporter la preuve de l'existence et de la survivance de l'âme.

C'est ce qu'a entrepris le reporter et écrivain Stéphane Allix qui, à l'âge de trente-trois ans, a ramassé le corps de Thomas, son frère de trente ans, tué sous ses yeux dans un accident de voiture. « Toutes les questions existentielles liées au sens de la vie et à ce qu'il advient après la mort, je les avais remises à plus tard, dit-il. À la mort de Thomas, il m'a fallu y répondre. C'était impératif. J'ai fait alors un travail de journaliste. » Il s'intéresse aux expériences de mort imminente et remet en cause la certitude que la vie s'arrête quand le cerveau ne fonctionne plus : « Ce n'est pas scientifique ! C'est une croyance qui ne repose sur rien. » Selon lui,

ces expériences relèvent de ce que l'on appelle, en sciences, une anomalie. « Ces anomalies ne devraient pas survenir, et pourtant elles se produisent. La science n'est pas une citadelle de certitudes dont seraient chassés les mécréants et les ignorants qui souhaiteraient avoir un cheminement spirituel. La science est une grande machine en perpétuelle évolution, en perpétuelle remise en question. »

Dans son questionnement sur la mort, Stéphane Allix se veut rationnel : « Que peuvent nous dire les médecins sur la conscience ? demande-t-il. Que nous disent ces expériences de mort imminente sur la possibilité d'une poursuite de l'existence après la vie ? Que nous apprennent ces médiums, qui prétendent communiquer avec les défunts, sur le monde de l'au-delà ? Ces questions sont vertigineuses et excitantes. Un sentiment est constitutif de la relation que l'on entretient avec ces phénomènes-là : le doute. Le doute est une bouée de sauvetage. »

Plusieurs années durant, Stéphane Allix s'est attaché à chercher des preuves, à faire des expériences. À la mort de son père, et à la suite d'une « espèce d'intuition bizarre », il a l'idée de cacher quelques objets dans son cercueil, à l'insu de tous, et de consulter par la suite plusieurs médiums, au prétexte de réaliser une enquête journalistique. Six séances de médiumnalité, six tests réussis ! Son père, dont il sent la présence, indique à chaque séance le nom des objets déposés dans le cercueil. « J'ai compris qu'il était encore vivant quelque part, qu'il m'entendait quand je m'adressais à lui. » Qui plus est, Stéphane Allix dit être entré en contact, à cette occasion, avec le « monde invisible » et avoir communiqué avec des membres de sa famille disparus. Un livre est né de ces expériences rassérénantes, *Le Test*¹.

1. Albin Michel, 2015.

Aujourd'hui, Stéphane Allix estime que « les médiums ne sont pas des magiciens, des élus de Dieu pour une mission divine. Ils ont une sensibilité, une perméabilité avec le monde invisible et sont capables, en gardant les pieds sur terre face à des expériences qui peuvent être extrêmement envahissantes, de faire des liaisons entre notre monde et l'au-delà ».

*

Nombreux sont les témoignages de cet ordre qui, s'ils ne sont pas incontestables, ne peuvent laisser indifférent. Ils sont liés à certaines pratiques souvent décriées, telles que le spiritisme, le chamanisme et le lamaïsme, ou bouddhisme tibétain (pratiques venues d'Extrême-Orient, reposant sur la médiation entre les vivants et les morts). Plus proches de nous, certaines expérimentations font appel à des disciplines à la lisière de la science, telles que l'anthroposophie et la théosophie.

La mort interroge le sens de la vie. Une pluralité d'auteurs ont tenté de la définir philosophiquement. Pour Épicure, la mort n'est rien qu'une dissolution de l'âme et du corps. Heidegger l'envisage comme la forme même de la vie humaine, considérée dans sa finitude. Dans le *Phédon*, dialogue sur la mort de Socrate, Platon se demande quelle attitude le philosophe doit adopter devant la mort, qu'il envisage comme le terme d'une vie terrestre et l'accès à un monde idéal. Il évoque ainsi les liens entre l'âme et le corps, l'éternité de l'âme et la destinée de celle-ci après la mort.

*

Moi aussi, j'ai connu ces perceptions qui irisent un monde voisin du nôtre. Mon père et mon frère sont morts. Ces deux disparitions m'ont appris l'anéantissement. Puis, voici deux ans, l'enfant vivant et unique a traversé, dans la ferveur, l'agonie de sa mère. Pendant

une semaine. Avec le décès de maman, j'ai perçu, entendu, senti des signes de sa présence. Je ne suis pas tombée, j'ai chuté dans un monde fait d'intuitions, d'intentions et d'attentions. J'ai chuté en toute conscience, projetée en plein éveil du bas vers le haut.

Au moment où j'ai fermé ses yeux, au moment de son dernier souffle, aussi léger qu'une aile de papillon, mon corps m'a fait vivre la peur de mourir, la vraie douleur de la perte, du démembrement, de la dislocation ; douleur entière, unique, connue d'elle-même, concomitante à la naissance d'un nouveau monde, alors que maman naissait au ciel. Ce n'était pas une peur d'alerte face au péril de l'abandon, ni une peur ontologique face à l'anxiété ; il s'agissait d'une force créative appelant l'amour, la joie et la lumière pour sauver quelque chose en moi, en nous. Peur partagée en communion avec ma mère, âgée de quatre-vingt-onze ans, même si, poursuivie par un vieux cancer qui s'était assoupi puis réveillé, elle avait choisi de quitter ce monde. Avant sa décision, elle disait : « C'est dur ! C'est dur de mourir ! » Grâce de l'humilité, mystère de la résignation.

Je suis née de cette pensée vivifiée par le manque, verticalisée par sa présence, apaisée par la certitude de ne plus jamais être séparée. Boris Cyrulnik dit : « Mais, sans peur, nous n'aurions pas de raison d'aimer ! Si, idéalement, nous vivions dans un non-lieu où tout était organisé à la perfection, nous n'aurions aucune raison de nous attacher à d'autres. »

Un autre monde s'ouvrait, fait de transparence et de clarté. Un autre monde aiguisant une acuité sensorielle, diffractant le temps et modifiant l'espace.

J'ai été placée face à des synchronicités, à des pensées magiques, à des événements insolites. Menant depuis longtemps des groupes de partage avec des personnes endeuillées, j'ai recueilli nombre de témoignages de moments similaires, de rencontres particulières, pour ne pas dire surnaturelles. Il me semblait

PRÉAMBULE

important d'échanger sur «La mort, et après?» pour envisager, sans jugement, les lois de la survivance.

C'est la raison principale qui a présidé à la tenue du colloque et à la publication de ce livre. Je sais que nous n'aurons pas la réponse, sauf à penser qu'elle réside dans la question. La recherche de la preuve pour nommer le contenu de l'insolite n'est pas de grande utilité. Nous entrons dans un non-lieu acausal, fluctuant et fragmenté. Se poser simplement la question «la mort, et après?» donne du sens à la disparition des proches aimés et laisse imaginer qu'un jour nous *prendrons* la mort pour aller vivre dans une étoile.

Sarah NICAISE

PREMIÈRE PARTIE

LA MORT, ET APRÈS ?

BORIS CYRULNIK

« La contrainte à se représenter la vie
après la mort conduit à la spiritualité »

En présentant ses travaux sur la résilience, Boris Cyrulnik a su parler au meilleur de nous-mêmes. « Il a étayé, écrit Élodie Maurot, consolidé, encouragé une espérance intime et sociale profonde, celle de croire que nous sommes capables de traverser le malheur¹. » Tout ce qui fait l'homme et le construit, le neurologue, éthologue, psychiatre et psychanalyste français s'y penche avec une forme de bienveillance, en se fondant sur une solide connaissance scientifique que l'exercice et l'observation clinique lui a fournie.

Dans Psychothérapie de Dieu², Boris Cyrulnik s'attaque aux questions du divin, de la religion et de la mort. Comment se représenter Dieu? Comment s'imaginer l'au-delà? Comment donner un sens à la mort et, par voie de conséquence, quelle vie après la mort? Le psychiatre philosophe ouvre des pistes de réponses. On aime Dieu comme l'on aime les hommes, pense-t-il, et comme l'on a appris à aimer. « Ceux qui ont acquis un attachement rigide, écrit-il, se soumettront à un dieu totalitaire, alors que ceux qui bénéficient d'un attachement sécure se sentiront suffisamment en confiance avec leur dieu pour tolérer que d'autres en aiment un autre que lui. » Il y voit de nombreux bénéfices psychologiques: un sens à la vie, une sécurité, le développement d'une estime de soi. La religion offre en outre une explication sur le cours

1. *La Croix*, 2 octobre 2017.

2. Odile Jacob, 2017.

des choses, tout en indiquant la direction du bonheur. En liaison avec Dieu par les prières et les rituels, elle donne à croire qu'il suffit de bien obéir pour aller au paradis.

Boris Cyrulnik estime que la représentation de la vie après la mort – dont, selon lui, on ne revient pas («C'est absolu!») – est une recherche nécessaire consubstantielle à l'espèce, qui conduit à la spiritualité et non à la religion.

*

Tout être vivant peut percevoir *le* mort, mais il ne peut pas se représenter *la* mort. Le simple fait de penser en soi la mort nous conduit à une créativité symbolique, dans la mesure où nous ne la percevons pas. Être mort, c'est être ailleurs et, sur cet ailleurs, personne ne peut témoigner.

Deux attitudes s'offrent à nous face à la mort : soit nous restons dans le vide et dans l'angoisse de la non-représentabilité de la mort, soit nous remplissons ce vide. C'est la raison pour laquelle il y a des sépultures. Nous continuons à nouer des sentiments avec quelqu'un qui n'est plus là. Nous sommes contraints à la créativité et aux symboles. Nous comprenons, intellectuellement, que la personne n'est plus là, dans la vie, dans notre vie. Elle continue encore à vivre dans nos émotions et dans notre mémoire. Vient le besoin d'en parler, de se remémorer les bons souvenirs que l'on a gardés de lui ou d'elle. Nous regardons sa photographie pour faire vivre cette personne disparue, la ressentir encore en nous. La définition de la mort est simple : on n'en revient pas, c'est absolu ! Si les portes s'ouvrent, la mort est sans retour.

On ne revient pas de la mort. En revanche, on revient de la mort imminente. En l'espèce, on est un peu mort, pas totalement, on est plutôt sur le chemin de la mort. Depuis les progrès de l'anesthésie, les médecins peuvent ramener à la vie des gens qui sont

pratiquement morts, mais dont le tronc cérébral continue à envoyer des impulsions électriques. Dès lors, les témoignages de gens qui reviennent non pas de la mort, mais des portes de la mort, sont de plus en plus nombreux. Ils témoignent de moments qu'ils ont vécus. Auparavant, ils n'auraient pas osé témoigner, par crainte d'être considérés pour fous. Ces personnes qui ont connu la mort imminente racontent ce que beaucoup de gens ont raconté sans pouvoir en donner une explication. Elles redisent ce que Goethe aurait dit quelques instants avant sa mort. Le poète allemand, se redressant dans son lit et traçant de sa main un signe mystérieux, aurait prononcé ces paroles énigmatiques : « *Mebr Licht! Mebr Licht!* » (« Plus de lumière! Plus de lumière! »). Goethe s'éteint. Les portes de la mort se sont ouvertes pour lui.

Ils sont nombreux, ceux qui disent qu'ils reviennent des portes de la mort ou qu'ils ont frôlé la mort. Lorsque le cerveau se remet à fonctionner, à percevoir le monde réel, ces personnes vivent à cet instant une expérience d'autoscopie, c'est-à-dire qu'elles perçoivent l'environnement en dehors de leur propre corps. L'autoscopie se rencontre couramment dans la pratique psychiatrique moderne et est considérée, dans la recherche neurologique, comme une hallucination. Une hallucination par laquelle l'individu croit se voir lui-même comme un double. Il observe certaines parties de son corps avec un sentiment de confusion et d'angoisse. Il se voit couché avec son esprit, son âme flottant au-dessus du corps. On rencontre ces cas d'autoscopie chez les grands anxieux, ainsi que chez ceux qui se sont approchés des portes de la mort imminente.

Dans *Crime et Châtiment*, Dostoïevski décrit une situation similaire. Raskolnikov, qui a fracassé le crâne d'une femme âgée pour la voler, se sait coupable. Après son forfait, il monte l'escalier qui le conduit à son appartement de Saint-Pétersbourg. Il se sent mal. Il ouvre la