LA VIE APRÈS LA MORT

LE LIVRE DES RÉPONSES

DEEPAK CHOPRA

Guy Trédaniel Éditeur

DEEPAK CHOPRA

LA VIE APRÈS LA MORT

Le livre des réponses

Traduit de l'anglais par
André Dommergues

GUY TRÉDANIEL ÉDITEUR

Titre original : *LIFE AFTER DEATH*

Publié aux États-Unis par Harmony Books,
Crown Publishing Group,
Département de Random House, New York
www. crownpublishing. com

Copyright © 2006 Deepak Chopra

© Guy Trédaniel Éditeur, 2007,
pour la traduction en français

ISBN : 978-2-84445-750-9

À mes très chers parents

Table des matières

Remerciements

Aperçu général

Première partie

La vie après la mort

1. La mort sur le pas de la porte

Le miracle de la mort
L'éternité maintenant
Le Vedanta. Réponses de l'âme

2. Comment se guérir de la mort ?

Le passage dans l'au-delà
Les étapes de l'Éveil
L'approche de la vie après la mort
À quoi devons-nous nous attendre ?

3. La mort accorde trois souhaits

Une question de croyance
Êtes-vous croyant ou non ?

Quelque part dans l'entre-deux

4. Comment échapper au lasso ?

Le paradis d'un Rishi
Le ciel des harpes
L'enfer
Le conflit entre science et religion
La voie des rishis

5. Le chemin de l'enfer

Le karma et le salaire du péché
Comment se libérer du péché
Qu'en est-il de Satan ?
L'âme est occultée quand...
L'âme se révèle quand...

6. Les fantômes

Le domaine des rêves
L'akasha
L'univers akashique

7. Le fil invisible

Une multiplicité de mondes
Les sept destinations de l'âme
La conscience élargie
Un éventail de choix

8. La découverte de l'âme

La différence entre la vie et la mort
La nécessité de posséder certaines capacités
Inventaire des capacités indispensables

9. Deux mots magiques

L'éternité
Le voyage dans trois mondes
Les trois mondes ou la carte de l'éternité
Le choix d'une nouvelle allégeance

10. Survivre à la tempête

Vivre par-delà les frontières
Les cinq koshas
La conscience est votre domaine

11. Guides et messagers

Comment on fait un ange
La projection
L'effet devata

12. Le rêve se poursuit

La réincarnation
Retour sur terre et karma
Le Karma et le cerveau
De cette vie à la prochaine vie

La libération

Deuxième partie

La charge de la preuve

13. L'akasha existe-t-il ?

L'esprit l'emporte sur la matière
Est-ce que l'akasha explique tout ?

14. Penser en dehors du cerveau

Pénétrer dans le champ de l'esprit
Le cerveau par-delà les frontières
Les mimes et le comportement des croyances
L'élaboration d'une vision du monde
Est-il possible d'ouvrir l'esprit ?

15. Le mécanisme de la création

Les élans créateurs
La source de toutes choses
Sat Chit Ananda

Épilogue

Bibliographie

Remerciements

J’adresse mes plus vifs remerciements à :

Peter Guzzardi, mon directeur de publication depuis des années, qui m’a encouragé à écrire ce livre sur la mort. J’apprécie toujours l’intuition exceptionnelle de ce guide infiniment précieux, qui m’a accompagné tout au long de mon chemin.

David, Carolyn, Felicia et à tout le personnel du Centre Chopra. Jamais je n’oublierai le dévouement et la gentillesse qu’ils m’ont témoignés.

Tous les membres de ma famille qui m’ont prodigué leur bienveillance et leur

affection, que je ne saurais payer de retour au cours de ma vie.

Aperçu général

La vie dans l'au-delà

Alors que j'écrivais ce livre sur la vie après la mort, des histoires que j'avais entendues en Inde durant mon enfance ne cessaient de me revenir à l'esprit. Les paraboles permettent d'enseigner avec conviction toutes sortes de choses aux enfants et un grand nombre de celles que l'on m'a racontées me sont restées en mémoire. J'ai donc décidé de construire tout ce livre autour d'une histoire du genre de celles que j'ai entendues chez moi, aux alentours des temples et à l'école, dans l'espoir que le lecteur serait

séduit par un monde où les héros se battent avec les ténèbres pour émerger en pleine lumière.

Dans le cas présent le héros est une femme, Savitri, et l'ennemi qu'elle doit vaincre est Yama, le seigneur de la Mort. Yama apparaît un jour dans la cour devant la maison de Savitri et attend le retour de son mari pour l'emmener avec lui. Savitri est terrifiée. Quelle stratégie pourrait détourner la Mort de son inexorable mission ?

Je n'ai pas eu de peine à imaginer ces personnages. J'avais peur pour Savitri et je tenais beaucoup à découvrir comment se terminerait la bataille durant laquelle elle devait jouer au plus fin avec la Mort. Leur monde s'est introduit facilement dans le mien parce que l'Inde de mon enfance n'était guère différente de l'Inde ancienne. Je veux prendre ici le temps

d'expliquer ce que signifiaient alors la mort et l'au-delà.

Ce qui était le plus magique dans mon enfance, c'était la métamorphose. La mort elle-même était considérée comme une brève halte au cours d'un voyage sans fin de l'âme, qui pouvait transformer un paysan en roi et vice versa. La possibilité d'une infinité de vies dans l'avenir et dans le passé était d'autant plus fascinante que chaque âme pouvait connaître des centaines de paradis et d'enfers. La mort n'était pas un point final ; elle ouvrait d'infinies perspectives. À un niveau plus profond, les Indiens ne souffrent pas d'un besoin pathologique de permanence. Une goutte d'eau se transforme en vapeur, qui est invisible, pourtant la vapeur se matérialise en nuages. Ces nuages grandissent et donnent de la pluie qui arrose la terre. Ainsi naissent les fleuves

qui finissent par se jeter dans la mer. La goutte d'eau a-t-elle disparu au cours de son périple ? Non, chaque fois elle prend une forme différente. De même l'idée que j'ai un corps toujours identique enfermé dans l'espace et dans le temps est un mirage. N'importe quelle goutte d'eau à l'intérieur de mon corps aurait pu se trouver la veille dans un océan, un nuage, un fleuve ou une source. Je me rappelle cette réalité quand les contraintes de la vie quotidienne m'étouffent.

En Occident, on a toujours considéré l'au-delà comme un lieu semblable à notre monde matériel. Le paradis, l'enfer, le purgatoire se trouvent dans quelque lointaine région par-delà le ciel ou sous terre. Dans l'Inde de mon enfance l'au-delà n'était pas du tout un lieu matériel, mais un état de conscience.

L'univers que vous et moi connaissons actuellement, avec des arbres, des plantes, des gens, des maisons, des voitures, des étoiles et des galaxies, est simplement la conscience qui s'exprime à une fréquence particulière. Ailleurs, dans l'espace-temps, différents univers existent simultanément. Si j'avais demandé à ma grand-mère où se trouvait le paradis, elle aurait montré du doigt la maison où nous vivions, non seulement parce que celle-ci était pleine d'amour, mais parce qu'il était logique pour elle que de nombreux mondes puissent coexister en harmonie. Par analogie, si vous écoutez un orchestre, cent instruments jouent, chacun y occupe sa place dans l'espace et dans le temps. Vous pouvez écouter la symphonie dans son ensemble ou, si vous le désirez, fixer votre attention sur un instrument particulier. Vous pouvez

même isoler chaque note jouée par cet instrument. Une fréquence donnée n'exclut aucune des autres.

Je l'ignorais lorsque j'étais enfant mais, chaque fois que je me promenais dans le bazar grouillant de monde de Delhi où étaient entassés plus d'êtres humains qu'on ne pouvait l'imaginer, il y avait une multitude de choses qui échappaient à mon attention. Des voix, des ronflements de moteurs, des chants d'oiseaux, des ondes hertziennes, des rayons X, des rayons cosmiques et une infinité de particules subatomiques circulaient dans l'air que je respirais. D'innombrables réalités m'entouraient.

Chaque fréquence dans la nature coexiste avec les autres fréquences. Pourtant nous ne connaissons que ce que nous percevons. Il est naturel d'avoir peur de ce que nous ne pouvons pas

percevoir, et comme la mort soustrait les créatures à notre regard, notre réaction est de craindre la mort. Je n'étais certainement pas immunisé contre cette frayeur. La mort d'un animal de compagnie me faisait de la peine ; la mort de mon grand-père, qui survint soudain au milieu de la nuit, me terrifia. Mon jeune frère ne cessait de courir dans la maison en criant : « Où est-il ? Où est-il ? » Il s'écoula des années avant que je me rende compte que la réponse correcte était : « Ici et partout. »

Différents plans de l'existence représentent différentes fréquences de conscience. Le monde de la matière est simplement la manifestation d'une fréquence particulière. (Des décennies plus tard je fus stupéfait de lire que, selon les physiciens, il y a un bruit de fond dans l'univers qui est si spécifique

qu'il ressemble à la note si bémol, bien qu'il vibre à des fréquences infiniment inférieures à celles que peut percevoir l'oreille humaine.) En Inde, un enfant n'entendrait jamais parler d'une notion quasi scientifique aussi complexe, mais j'ai entendu parler des cinq éléments ou *Mahabhutas* : la terre, l'eau, le feu, l'air et l'espace. Ces éléments se sont combinés pour former tout ce qui existe, ce qui paraît rudimentaire à quelqu'un versé dans la science occidentale, mais on pouvait y voir une vérité intéressante : quelques éléments simples sont à l'origine de toutes les combinaisons.

Au XX^{e} siècle la science occidentale en est venue à comprendre que tous les objets solides sont en fait constitués de vibrations invisibles. Dans mon enfance on considérait que les choses solides contenaient une proportion importante de

l'élément terre. En d'autres termes les choses solides avaient des vibrations denses, c'est-à-dire des vibrations sur un plan inférieur, alors que les choses éthérées avaient des vibrations subtiles, c'est-à-dire des vibrations sur un plan supérieur.

De même qu'il existe différents plans pour les choses matérielles, il existe différents plans pour les choses de l'esprit. Cette notion pouvait choquer les frères des écoles chrétiennes, surtout des Irlandais, qui étaient mes maîtres d'école. Pour eux le seul esprit était le Saint-Esprit. Nous, les enfants, nous étions assez diplomates pour ne pas montrer notre désaccord. Pourtant dans notre cosmos il semblait logique que si la Terre était un monde spirituel dense, il devait y avoir des plans spirituels supérieurs, que nous connaissions sous le nom de *Lokas*

et qui, dans les cercles mystiques occidentaux, s'appellent « les plans astraux ». Il existe une multitude de plans astraux, qu'on peut classer en monde astral supérieur et en monde astral inférieur, et même les plans les plus bas vibrent à une fréquence supérieure à celle du monde de la matière.

Il y a longtemps que l'Occident a renoncé à essayer d'entendre la musique des sphères, mais en Inde on croit qu'une personne dont la conscience est affinée peut entendre vraiment la vibration des divers plans supérieurs. Dans le plan astral vous pouvez voir votre propre corps par exemple. Pourtant il pourrait changer d'âge d'un instant à l'autre.

Les dons psychiques, notamment le don de double vue et la télépathie, appartiennent aux plans astraux inférieurs. On y trouve aussi des

fantômes, des âmes errantes, des esprits qui, pour une raison ou une autre, sont « bloqués ». Quand j'étais enfant, j'étais certain que lorsqu'un chat ou un chien s'arrêtait pour renifler l'air, il voyait quelque chose que j'étais incapable de voir. Plus tard je n'ai pas été surpris de lire dans divers textes orientaux et occidentaux que les plans astraux inférieurs que nous percevons parfois dans des états de conscience supérieure sont souvent perçus par les animaux. Je n'ai pas été surpris non plus de rencontrer un interne en psychiatrie qui m'a fait cette confidence : quand la salle d'hôpital était faiblement éclairée, il pouvait voir – à la limite de la visibilité – l'âme quitter un mourant. En Inde les enfants dévorent des bandes dessinées où l'on voit les exploits de héros qui se battent dans de lointains Lokas. Pour

nous, voyager dans l'espace, c'était quitter le monde de la matière puis le réintégrer. Nos héros rencontraient des formes-pensées et des nuages-pensées, des ectoplasmes qui se déplaçaient pendant leur sommeil ; ils voyaient aussi des couleurs astrales et des auras. Dans tous les cas il s'agissait de vibrations du plan astral inférieur.

Dans la tradition indienne, à tout corps physique est attribué un corps astral qui l'accompagne. Votre corps astral est la réplique parfaite de votre corps physique ; il a un cœur, un foie, des bras, des jambes, un visage etc., mais comme il opère à une fréquence supérieure, la plupart des gens ne s'en rendent pas compte. Pendant la vie le corps physique fournit un vêtement à l'âme qui semble localisée dans le monde de la matière. Dans la mort, lorsque le corps physique

commence à se désintégrer, l'âme qui le quitte entre dans le plan astral qui correspond à son existence dans le plan de la matière. Elle est alors sur la fréquence qui correspond le mieux à son ancienne vie.

L'idée courante suivant laquelle vous allez dans le lieu qui vous est destiné m'était familière à cette époque. J'imaginais que les chiens allaient au paradis des chiens et que les gens qui aimaient les chiens les rejoignaient. J'imaginais que les méchants ne faisaient plus de mal à personne excepté à eux-mêmes, parce qu'ils étaient isolés dans une sorte de prison karmique. Je me consolais car j'étais convaincu que les gens pleins de bonté, qui m'aimaient mais qui étaient maintenant décédés, vivaient dans un lieu où régnait la bonté. Mais cette conception avait des limites. Mon

grand-père qui avait été un sage avait-il rencontré dans l'au-delà son grand-père qui avait été lui-même un sage ? Ce dernier lui avait-il montré ce qu'il devait faire ? Des anges ou des esprits éclairés s'en étaient-ils chargés ? Je ne connais pas la réponse. Bien plus tard, quand j'ai commencé à m'intéresser au karma, j'ai découvert qu'après notre mort nous restions très motivés. Une âme passe selon ses aspirations d'un plan astral à un autre. Elle projette comme en rêve le décor, les êtres, les guides et les entités astrales dont elle a besoin pour progresser.

En fin de compte tous ces plans ont été imaginés par l'Esprit, tout comme II a imaginé le plan de la matière. Le mot indien pour l'Esprit est *Brahman*, qui est le Tout, l'unique conscience qui occupe tous les plans de l'existence. Mais les

Indiens ne se soucient pas de la terminologie, comme cela sied à une culture très ancienne. Nous disions : Dieu, Rama, Shiva ou encore Maheshwara. Ce qui importait, ce n'était pas le nom mais le concept d'une conscience unique qui crée toutes choses et continue de le faire dans les espaces infinis, à une vitesse vertigineuse. Sur les plans astraux l'Esprit est toujours actif. On peut y voir des dieux, des déesses, des anges et des démons. Cependant ce ne sont que des illusions, car chaque plan astral est une représentation de l'Esprit. Ici, sur notre plan, nous connaissons l'Esprit en tant que matière, matérialité. Sur les plans astraux, nous connaissons les êtres subtils et les lieux qu'ils habitent – ce que nous pourrions appeler des rêves.

Le cosmos n'est pas localisé, c'est à dire qu'on ne peut pas en dresser la carte comme s'il était un lieu précis. Après la mort vous cessez petit à petit d'être localisé. Vous vous voyez comme vous êtes réellement du point de vue de l'âme : partout en même temps. Ce réajustement est sans doute l'obstacle le plus important que l'on rencontre sur les plans astraux. Actuellement vous êtes au centre de l'univers, parce que l'infini s'étend dans toutes les directions. Pourtant quelqu'un à l'autre extrémité du monde est aussi au centre de l'univers parce que l'infini s'étend aussi de tous les côtés par rapport à lui. Si vous êtes tous deux des centres de l'univers, vous devez être tous les deux au même endroit. Or vous semblez être dans des endroits différents, ce qui est une illusion des sens. Cette impression résulte de ce que

vous voyez et de ce que vous entendez, c'est-à-dire des phénomènes locaux. Mais vous n'êtes pas un phénomène local.

De même chaque instant est le centre du temps, parce que l'éternité s'étend dans toutes les directions autour de cet instant. Donc tout instant est identique à tout autre. Le cosmos, n'étant pas localisé, n'a pas de haut ni de bas, de nord ni de sud, d'est ni d'ouest. Ce ne sont que des points de référence pour notre commodité, car nous sommes sur une fréquence particulière (c'est-à-dire à l'intérieur d'un corps). Le processus de transformation après la mort ne consiste pas en un changement de lieu ou de temps, la qualité de notre attention change tout simplement. Nous ne pouvons voir que ce qui nous fait vibrer.

J'avais un oncle qui aimait voyager et rendre visite aux divers saints et sages

qui peuplent l'Inde en si grand nombre. Il m'est arrivé de l'accompagner. Ainsi j'ai vu des ascètes qui restaient assis dans la même posture pendant des années ; d'autres qui respiraient à peine. Mes yeux me trompaient, j'en ai maintenant la certitude absolue. Je voyais seulement l'extérieur d'une chrysalide à l'intérieur de laquelle se produisaient de merveilleuses transformations. En silence ces personnages se mettaient à l'écoute de fréquences différentes, par-delà notre monde. Grâce à une modification de l'attention ils pouvaient communiquer avec Rama (ou avec Bouddha ou avec le Christ, bien que ce fut moins probable en Inde). Pour eux la méditation profonde n'était pas un état d'inertie ; c'était une « rampe de lancement » pour la conscience. Dans la salle des urgences, quand quelqu'un meurt d'une crise cardiaque

puis est ressuscité après avoir fait l'expérience de la mort imminente, cette personne utilise une rampe de lancement différente. Dans les deux cas il y a eu une modification de la qualité de l'attention.

La grande différence, c'est que, lorsqu'un cardiaque entre dans la lumière, le voyage est involontaire. Mais les yogis silencieux de mon passé manifestaient une intention. Par leur volonté ils se situaient à un niveau de conscience profond, leur démarche ressemblait au processus de la mort. Quand on meurt, les sens déclinent l'un après l'autre. Le sens de l'ouïe disparaît en dernier, alors qu'il est le premier à apparaître à la naissance. (Pour les Indiens les cinq éléments apparaissent et disparaissent dans un ordre donné ; puisque le son est l'équivalent de la vibration qui maintient ensemble les

différentes parties du corps, il est logique qu'il soit le dernier à disparaître.)

À mesure que les cinq sens s'émoussent, les sens subtils s'aiguisent. Nous voyons et nous entendons encore après notre mort, mais les objets ne sont plus physiques. Paysages et sons célestes, êtres divins, lumières étincelantes existent sur le plan astral. Dans les expériences de mort imminente, en règle générale on perçoit des visages, des voix ou une présence affective. Un mourant peut avoir conscience de quelque chose de subtil autour de lui – une certaine chaleur, une forme ou un son indistinct avant de quitter son corps. On peut percevoir ces formes ou ces sons en se plaçant sur la fréquence vibratoire du mourant. Les mourants racontent parfois qu'une épouse défunte ou un autre être aimé mort depuis longtemps

vient les retrouver. Un contact avec le plan astral s'opère alors dans la zone de transition entre le monde physique et le monde subtil.

À la mort, la contrepartie astrale du corps physique s'en sépare. D'après les enseignements védiques, l'âme défunte sommeille un certain temps dans le plan astral, ce que j'interprète comme une période d'incubation. Des idées nouvelles surgissent dans l'esprit avant qu'on passe à l'action, quelque chose de similaire se produit avec l'âme. Normalement l'âme dort paisiblement, mais si une personne décède de mort subite ou prématurément, ou si un grand nombre de ses désirs n'ont pas été satisfaits, ce sommeil peut être agité et troublé. Les horreurs d'une mort violente continueraient à se manifester, il en serait de même pour des tourments plus banals tels qu'un amour non partagé

ou un chagrin. Les suicidés connaîtraient la même souffrance intérieure qui les a amenés à mettre fin à leurs jours.

L'aspiration au plaisir représente l'incapacité de lâcher prise. Mon oncle, qui se passionnait de spiritualité, avait entendu parler d'âmes immobilisées dans les plans astraux inférieurs. Pour l'âme il n'est pas question de jours, de mois et d'années. Quand des personnes meurent subitement ou d'une manière qui n'est pas conforme au processus naturel, elles n'ont pas eu le temps d'épuiser leur karma personnel ; jusqu'à ce qu'elles en aient fini avec les attachements qui leur tiennent à cœur et les obligations qui les lient, elles resteront attirées vers ce plan plus dense.

Les saints et les sages ont l'avantage de pouvoir voyager librement d'un plan astral à un autre sans être retenus par

leurs désirs. Les âmes troublées restent captives entre deux mondes et si des êtres chers restés sur terre continuent d'être en relation avec elles par leurs prières, par leur chagrin, par un amour frustré ou par des tentatives pour établir un contact, ces âmes continueront d'être perturbées. L'âme est censée dormir dans le corps astral, comme elle l'a fait dans l'utérus. Une mort paisible en donne la possibilité.

On peut aussi voir toute sa vie défiler devant ses yeux. Cela arrive à des gens qui sont sur le point de mourir, par exemple ceux qui se noient. Cet événement doit faire partie d'une transition, il n'est pas en rapport avec la mort à proprement parler. J'ai rencontré un docteur qui m'a raconté qu'il avait failli se noyer au large de la Grande Barrière de corail en Australie. Il m'a

décrit cet accident comme une expérience paisible qui consistait en une succession rapide d'images retraçant sa vie entière – cela ressemblait davantage à une projection de diapositives qu'à un film, m'a-t-il dit. (Peut-être serait-il devenu une âme errante, si des sauveteurs n'étaient pas parvenus à temps jusqu'à lui.)

Les pandits aiment parler de la vie après la mort. Pour certains d'entre eux, voir sa vie défiler devant ses yeux est un processus karmique spécifique. Le karma est enroulé autour de l'âme comme le fil autour d'un fuseau. Quand on est exposé à une mort soudaine, le fil se déroule rapidement et l'on voit les images d'événements passés. Alors dans cet enchaînement on perçoit seulement les moments karmiques les plus significatifs.

S'il faut à la personne des semaines ou des mois pour mourir, le karma se

déroule lentement. La personne a tout le temps d'être plongée dans son passé et d'y réfléchir. Mais à l'instant même de la mort, l'entrée dans le plan astral est accompagnée d'un défilé d'images karmiques, qui se déroulent à toute vitesse comme un film qui se défait de sa bobine.

Cependant les puristes indiens pourraient considérer qu'il s'agit d'une pure illusion. Le phénomène qui consiste à voir sa vie défiler devant soi en une fraction de seconde, diraient-ils, prouve que chaque seconde contient toute l'éternité. Durant le profond sommeil de l'âme entre les naissances, tous les souvenirs d'événements reliés à l'existence du corps physique s'impriment dans l'âme, formant le logiciel karmique qui donnera naissance à sa vie future.

Une pratique spirituelle que j'accomplis encore consiste à m'allonger dans mon lit avant de m'endormir et à passer en revue les événements de la journée. Je le fais en sens inverse, parce que le karma se déroule de cette façon : ainsi je peux comprendre ce qui m'est arrivé et faire la paix avec mon passé. J'ai le sentiment qu'un mourant doit avoir la même chance.

La durée du sommeil de l'âme varie selon son degré d'évolution au moment de la mort. L'âme s'endort à seule fin de se libérer de ses liens affectifs. La robustesse de ces liens détermine le temps nécessaire pour s'en débarrasser. Quand l'âme se réveille, elle peut accéder seulement à un plan d'existence qui lui correspond. Si vous deviez accéder à un plan supérieur à votre niveau d'évolution, vous seriez mal à l'aise, désorienté. De

même il vous est impossible de régresser au cours de votre évolution : vous pouvez seulement progresser.

Une sorte de cocon entoure l'âme endormie. Quand elle se réveille, elle rejette son enveloppe, qui finit par disparaître. Pendant le voyage astral les âmes rencontrent d'autres âmes qui vibrent à un niveau d'évolution semblable. Vous pouvez retrouver certaines âmes que vous aviez connues dans le monde de la matière, si elles sont sur votre fréquence. Durant la vie après la mort la plupart des gens aspirent à retrouver ceux ou celles qu'ils ont aimés. Leur âme ne va pas à la dérive dans le plan astral, elle est guidée par l'amour. L'amour est une vibration plus ancienne que l'humanité elle-même. Mais le principe qui nous oriente est très humain

: nous allons là où nous guident nos désirs les plus profonds.

Lorsque l'Esprit se déplace dans le monde physique, sa vibration est très basse et très dense, tant elle est ralentie par l'enveloppe de chair qu'est le corps. Quand il opère avec une vibration très haute, l'Esprit est immobile. Il connaît seulement la pure conscience – en d'autres termes, lui-même. Entre ces deux extrêmes s'étend tout le champ de la Création. Dans le monde astral l'âme peut à son gré aller visiter des plans de vibration inférieure, mais elle peut accéder à des plans supérieurs seulement en évoluant. Cela ressemble à ce qui arrive quand on fait passer des particules par des tamis. Les particules doivent diminuer de taille afin de « progresser », c'est-à-dire de passer à travers des tamis de plus en plus fins.

Les frères des écoles chrétiennes, qui ont été mes maîtres, aimaient parler de ce que serait la vie au ciel. Pour eux, la maison de Dieu était aussi réelle et aussi solide qu'un bâtiment de Delhi. Les pandits et les yogis étaient du même avis, mais seulement parce qu'ils croyaient que l'Esprit occupe tous les plans de l'existence. Selon votre niveau de conscience, vous projetez votre propre paradis, votre enfer ou votre purgatoire. Dans le monde physique, si vous voulez construire une maison, vous avez besoin de rassembler les briques, de les mettre l'une sur l'autre. Dans le monde astral vous pouvez tout simplement imaginer la maison selon vos désirs, et elle vous apparaîtra aussi réelle et aussi solide que celle du monde physique.

Sur le plan astral la souffrance et le plaisir sont imaginaires, même s'ils

semblent réels. Ironique retour des choses, une personne sceptique dans ce monde-ci aura toutes les chances d'être sceptique dans les plans astraux. Elle ne se rendra pas compte qu'elle se trouve dans le plan même dont elle nie l'existence. Le corps que vous habitez dans le monde astral est celui auquel vous vous êtes le plus identifié dans la vie physique précédente. Puisque c'est un corps imaginaire, vous pouvez le garder ou le changer pendant votre vie astrale. L'évolution sur le plan astral, tout comme sur le plan physique, est graduelle. Elle prend du temps.

L'idée que tout désir se réaliserait au ciel plaisait à mes maîtres chrétiens et, une fois encore, les pandits sont d'accord à leur façon. Le désir est toujours essentiel après la mort. L'évolution est en réalité le processus d'accomplissement du

désir. Dans le monde astral vous satisfaites et affinez les désirs qui vous restent de votre dernière vie sur terre. Vous affinez aussi vos expériences et vos connaissances acquises dans le monde de la matière. Votre âme emmagasine de l'énergie pour ses désirs plus nobles, plus évolués afin qu'ils puissent être satisfaits quand elle se rendra sur le plan physique et habitera un nouveau corps.

Je n'étais pas sûr de la raison pour laquelle les gens mouraient, si on se place dans la perspective chrétienne. Certains étaient manifestement chargés de péchés, tels des criminels qui sont parvenus au terme de leur carrière, alors que d'autres mouraient pour rencontrer Dieu, heureux que leur heure fut venue. En Inde on meurt après être parvenu au plus haut degré de l'évolution possible dans cette vie ; chacun est arrivé au terme de ce que

peut lui enseigner son karma. Il en est de même dans le miroir du monde astral.

Le cycle s'achève, suivi d'une renaissance, ce qui me paraissait tout à fait naturel lorsque j'étais enfant. Si naturel, en fait, que je n'appréhendais pas le mystère que ce processus impliquait. D'une façon ou d'une autre l'âme trouve les parents adéquats afin qu'elle puisse renaître pour poursuivre son évolution. Grâce à ce qui s'est produit sur le plan astral, cette réincarnation s'opère à un niveau plus élevé que celui où vous étiez resté. L'univers lui-même ou, comme le prétendent certaines Écritures, les seigneurs du karma effectuent des calculs complexes.

Quand j'étais enfant, j'imaginais un décor qui ressemblait assez à une salle d'audience dans laquelle des juges avisés siègent et examinent chaque cas – si

avisés qu'ils connaissent toutes les vies qu'une âme a connues. Avec une impartialité totale ils décident des événements qui surviendront dans la prochaine vie. Leur but n'est pas de récompenser ou de punir, mais de concevoir des occasions d'évoluer. Plus tard dans la vie, il m'est venu à l'esprit que les seigneurs du karma ne sont pas nécessaires puisque l'univers met déjà en corrélation non seulement chaque vie mais chaque événement. Entre les vies nous sommes parfaitement capables de faire nos propres choix d'évolution pour l'avenir. Pour les grands sages et les saints rien de tout ceci ne se produit inconsciemment. Ils se rappellent les expériences de leur vie passée aussi clairement que vous et moi pourrions évoquer les événements de la veille. Mais pour ceux d'entre nous dont la

conscience n'est pas libérée comme l'est la leur, il ne reste qu'un souvenir imperceptible de ce qui s'est passé auparavant.

Naître signifie parvenir à un nouveau niveau d'intuition et de créativité. Le processus se répète à l'infini. Chaque fois on accède à un plan légèrement supérieur. Quand votre karma a été épuisé, vous ne pouvez progresser sur ce plan, votre âme retombe dans le sommeil et le cycle continue.

La trajectoire de l'âme est toujours ascendante. Toute souffrance sur le plan astral, même l'enfer où nous subissons les tortures les plus effroyables, n'est qu'une étape temporaire. En s'épuisant, votre karma veille à ce que vos actions soient toujours meilleures durant la prochaine vie. Je sais que tout ceci est en contradiction avec la croyance populaire

selon laquelle la réincarnation peut faire régresser une personne au niveau d'un animal ou même d'un insecte, en conséquence de ses actions. L'Inde est une culture complexe, très ancienne et, quand j'ai grandi, j'ai été surpris de découvrir comme les enseignements spirituels pouvaient être contradictoires – les croyances comme la nourriture que l'on mange changeaient d'une ville à l'autre. Les Indiens sont éclectiques. À certaines époques ils ont été extrêmement crédules. Les maîtres chrétiens que j'ai eus ont été les derniers à proposer un nouveau menu. Mais j'ai fini par penser que la seule façon d'apprendre quelque chose sur les questions d'ordre spirituel, c'était d'en faire l'expérience et de m'instruire par la lecture.

Les Indiens de mon enfance croyaient qu'on ne choisit pas volontairement son

incarnation suivante. Cependant un facteur de choix entre en jeu. On a d'autant plus de choix qu'on fait preuve de lucidité envers soi-même dans le plan astral. Cette faculté, appelée l'art d'être témoin, est comparable à ce que nous éprouvons dans l'instant. Ceux d'entre nous qui ont la liberté de choix la plus réduite sont victimes d'obsessions, de contraintes, d'addictions et d'impulsions inconscientes. Dans la mesure où nous nous en libérons, nous avons davantage de choix. Il en est de même pour une âme qui considère avec attention sa prochaine incarnation.

Les saints et les sages sont de véritables témoins dans cette vie. On a dit que le Bouddha était capable de fermer les yeux et de voir en l'espace d'un instant des milliers de ses incarnations passées avec une multitude de détails. En

revanche, la plupart des gens sont tellement préoccupés par leurs désirs que, lorsqu'ils essaient de se voir tels qu'ils sont véritablement, ils ne voient que du brouillard ou du vide.

En développant votre capacité d'être témoin, d'être conscient de votre état, vous pourrez influencer vos vies futures. Vous pourrez aussi accélérer le processus qui consiste à épuiser votre karma. De la même façon vous pouvez aussi développer des capacités et des talents sur le plan astral. (Ceci explique, entre autres choses, comment de grands artistes et de grands musiciens peuvent manifester leurs dons à un âge inhabituel, souvent avant qu'ils aient trois ans ; naître avec un talent n'est pas un accident.) Quand vous naissez, vous venez avec les talents que vous avez acquis lors de vos vies antérieures.

L'âme entretient des relations sur le plan astral, tout comme elle en entretient dans le monde physique. Les relations que vous établissez sur le plan astral signifient que vous vibrez de concert avec l'âme de quelqu'un d'autre et que vous ressentez plus profondément l'amour, l'unité et la félicité. Ce n'est pas une relation sur le plan spatial ou physique, puisque le monde astral est peuplé seulement de formes-pensées. Quand l'âme désincarnée se met sur la fréquence d'un être cher resté sur le plan physique, celui-ci peut sentir la présence du disparu ; deux âmes peuvent communiquer intimement, même si l'une vibre dans le plan matériel et l'autre dans le plan astral.

L'âme revient sans cesse dans le plan matériel pour deux raisons : satisfaire ses désirs et rejoindre des âmes familières.

Nous sommes maintenant en relation avec les personnes dont l'âme était en relation avec la nôtre dans le passé. Nous cessons toute relation avec les personnes dont l'âme ne vibre plus avec la nôtre.

Quand j'étais enfant, la seule chose qui me troublait vraiment, c'était la façon dont l'histoire se terminait. En Occident depuis longtemps les gens rêvent de la prochaine vie bien plus que de celle-ci. Depuis le Moyen Âge nous sommes convaincus que la vie ici-bas est agréable. L'Inde a toujours été plus ambivalente. La vie comporte assez de souffrance pour que la perspective de la recommencer toujours soit angoissante. Comment peut-on échapper à la roue du karma ?

Selon certains Indiens, une fois qu'une âme a épuisé son karma, elle n'a plus de désirs terrestres. Après avoir transcendé toutes les choses et tous les attachements

d'ordre matériel, elle est éclairée. Une fois libérée du karma, elle n'a plus besoin de renaître que ce soit sur le plan physique ou sur le plan astral. Une telle âme continue son ascension en spirale au cours de son évolution, mais sur des plans que nous ne pouvons pas imaginer. Dans la philosophie orientale on les connaît sous le nom de « plans des causes » ; là, la conscience prend une forme si subtile que nous ne pouvons nous en faire aucune représentation. Nous connaîtrons le monde causal uniquement lorsque nous serons prêts à en faire l'expérience, et ce moment est différent pour chacun d'entre nous. Nous pouvons l'entrevoir pendant une épiphanie, mais nous y accéderons uniquement lorsque la vibration de notre âme sera suffisamment élevée.

Selon une autre variante indienne, le karma est infini et il se renouvelle constamment. Essayer de parvenir au terme de son karma serait comme si on vidait l'eau d'un bateau d'une main et on la reversait dans le bateau de l'autre. Ainsi l'évolution est quelque peu différente dans cette perspective. Quand vous parvenez à l'épanouissement personnel, vous ne vous identifiez plus à votre corps, à votre esprit, à votre ego ou à vos désirs. Vous devenez un témoin authentique et, dans cet état, vous pouvez choisir de transcender le karma. Cependant la fin du karma n'est pas la fin de la vie. C'est comme être libéré de ses dettes avec la liberté de dépenser son argent sans contrainte.

Dans mon cas le désir de libération est passé par des hauts et des bas, comme chez tout le monde. Dans la tradition

indienne, nous renaissons après tout pour une raison positive : exprimer et épuiser la force du désir. Même lorsque j'étais enfant, je savais que les frères des écoles chrétiennes n'admettaient pas cela, puisque la seule bonne raison de naître dans leur monde de péché, c'était de trouver un chemin qui mène vers Jésus. Le chrétien idéal serait tellement pressé d'être racheté qu'il renoncerait complètement à ce monde, comme l'ont fait de nombreux saints chrétiens – ainsi que de nombreux saints indiens.

L'Inde s'est imprégnée d'anciennes cultures qui ont précédé l'essor de l'hindouisme et, même sous l'influence de l'islam et des conquérants chrétiens, elle a maintenu l'éternité comme objectif. Dans l'esprit indien les royaumes célestes qui appartiennent à des fréquences supérieures sont innombrables mais,

comme nous l'avons vu, à un niveau supérieur d'évolution certaines âmes peuvent choisir d'achever leur pérégrination. Une fois que ces âmes ont atteint ce niveau, normalement elles ne souhaitent pas renaître, sauf si elles veulent assumer un rôle particulier, mais ces âmes sont l'exception. Le bouddhisme appelle ces âmes *bodhisattvas* : elles ne reviennent pas sur terre poussées par la force de l'évolution, elles choisissent plutôt de venir pour servir la cause de l'édification. Quand j'ai demandé à un lama tibétain ce qu'était un bodhisattva, il m'a dit : « Imaginez que vous ne rêvez plus et que, tout en aimant rester éveillé, vous aimiez aussi aider ceux qui sont encore endormis. »

Bien sûr la plupart des gens n'ont pas conscience de tout cela et, pour eux, le cycle karmique se poursuit de lui-même.

Ici-bas vous êtes entouré d'une infinité de plans. Si vous désiriez élever votre conscience à une fréquence supérieure, et si vous en étiez capable, vous pourriez être en compagnie des anges à l'instant même. Dans le champ des possibilités infinies vous existez à tous ces niveaux simultanément, mais du point de vue de l'expérience vous existez à un seul. D'après certains maîtres indiens, nous avons tous tellement envie d'atteindre ces autres niveaux que nous nous y rendons la nuit pendant notre sommeil. Alors le corps astral quitte le corps physique, auquel il reste attaché par un fil qui le ramène à lui. Si le fil se rompt, il n'y a pas de retour possible. Il est également dangereux de flirter avec les plans astraux inférieurs si on ne comprend pas leur nature. Cependant une fois que vous vous rendez vraiment compte que tout le

système des mondes est imaginé par l'Esprit et ceci, du niveau le plus bas au niveau le plus élevé – par exemple des démons aux anges – la Création ne peut plus rien comporter de dangereux.

Dans cet aperçu général j'ai essayé de vous introduire au monde que j'ai connu il y a soixante ans. Il s'agit de la perspective védique, comme je l'ai comprise. C'était un vaste océan spirituel et, d'une façon typiquement indienne, nous étions invités à nous y plonger et à y rester aussi longtemps que nous le souhaitions. Il est presque impossible pour une société d'avoir pour cadre l'infini et l'Inde ne fait pas exception. Les gens sont aussi troublés là-bas par la mort que le sont les gens ici, mais il y a ceux qui ont tourné le dos au monde des connaissances qui nous environne. En Occident nous avons notre propre vision

des choses. Nous refusons d'admettre qu'il soit possible de savoir ce qui se trouve par-delà la mort et cela, fort à propos, met temporairement fin à notre anxiété. Ou bien nous prétendons que les connaissances d'ordre spirituel sont toutes relatives. Ce qui nous importe, c'est la foi, non pas la chose en laquelle nous avons foi.

Voilà les limites que cet ouvrage tente de dépasser. Finalement la question : « Que se passe-t-il après notre mort ? » revient à : « Que se passe-t-il après ma mort ? » Le problème devient personnel, émotionnel, inéluctable. Si un musulman pratiquant se trouvait dans un paradis chrétien (ou vice versa), il serait très malheureux : l'éternité ne répondrait pas à son attente. J'ai eu de la chance quand j'étais enfant. En effet le système très simple qu'on m'a présenté – et que j'ai

exposé dans cet aperçu général – permet à chaque âme de trouver la demeure qui est la sienne.

J'ai retenu du passé certaines idées qui joueront un rôle important dans cet ouvrage :

La vie après la mort est un lieu où l'on perçoit une nouvelle clarté.

La vie après la mort n'est pas statique. Nous continuons d'évoluer après notre mort.

Nous effectuons des choix après la mort ; ils prennent de nouvelles dimensions.

Des scénarios conçus ici-bas nous accompagnent dans la vie après la mort (nom voyons ce que notre culture nous a conditionnés à voir), mais alors

l'âme fait preuve d'une imagination qui donne accès à des mondes nouveaux.

Je me propose de voir dans quelle mesure ces hypothèses sont crédibles. Elles vont bien plus loin que les notions chrétiennes du ciel et de l'enfer qu'apprennent la plupart des enfants en Occident. L'ancienne culture indienne stipule que l'amour et la mort sont liés, non pas comme des ennemis mais comme les éléments entrelacés d'une même vie. Écoutez Rabindranath Tagore, grand poète bengali :

La nuit a embrassé le jour qui baissait

En murmurant :

« Je suis la mort, ta mère.

Grâce à moi, tu connaîtras une nouvelle naissance. »

La vie après la mort avec laquelle j'ai grandi offre toutes sortes de possibilités, comme la vie ici-bas. L'ancienne sagesse spirituelle est restée gravée dans mon esprit depuis des dizaines et des dizaines d'années. L'expérience et la réflexion l'ont quelque peu modifiée. La seule conception de la mort qui me paraît avoir un sens nous permet de faire des expériences multiples. Maintenant j'espère donner aux lecteurs la chance de découvrir cette pleine liberté ici-bas et dans tous les mondes à venir.

Première partie

La vie après la mort

1

La mort sur le pas de la porte

Il y a bien longtemps, dans les forêts épaisses qui encerclaient la cité sainte de Bénarès, les bûcherons ne manquaient pas de travail. L'un d'eux était le beau Satyavan. Il était d'autant plus beau qu'il rayonnait d'amour pour son épouse, Savitri. Souvent le matin il avait de la peine à quitter sa cabane pour aller travailler dans les bois.

Un jour Savitri rêvassait dans son lit : elle songeait au bonheur qui la comblait. Soudain elle aperçut une silhouette assise, les jambes croisées, dans la clairière poussiéreuse qui servait de cour devant la maison. Un moine errant, pensa-t-elle. Elle mit du riz et des légumes dans un bol et sortit en toute hâte pour les offrir au saint homme. L'hospitalité était un devoir sacré.

— Je n'ai pas besoin de nourriture, dit l'inconnu en repoussant le bol que Savitri avait déposé devant lui sur le sol où jouaient l'ombre et la lumière du soleil. J'ai l'intention d'attendre ici.

Savitri recula, saisie d'effroi. Elle avait soudain deviné qui était son hôte. Ce n'était pas du tout un moine errant mais la Mort en personne, que l'on connaît en Inde sous le nom de seigneur Yama.

— Qui attendez-vous ? demanda-t-elle d'une voix tremblante.

— Un certain Satyavan, répondit poliment le seigneur de la Mort.

Il avait l'habitude d'exercer une autorité absolue sur les mortels et il les abordait avec simplicité, mais il ne tolérait guère la contradiction.

— Satyavan ! s'écria Savitri, qui faillit s'évanouir quand elle entendit le nom de son époux. Mais il est robuste et en parfaite santé, et nous nous aimons tendrement. Pourquoi devrait-il mourir ?

— Le sort en est jeté, répartit Yama d'un ton détaché en haussant les épaules.

— Mais si cela vous est égal, rétorqua Savitri, qui reprenait ses esprits, pourquoi ne pas prendre quelqu'un d'autre ? Il y a des malades et des malheureux qui supplient qu'on laisse la

mort les délivrer. Allez les voir et laissez-nous en paix.

— J'attendrai ici, répéta Yama, insensible à la supplication de Savitri et aux larmes qui lui montaient aux yeux.

Le visage de Yama reflétait un univers indéchiffrable et sans pitié.

La jeune femme retourna précipitamment chez elle. Elle allait et venait, folle de terreur à la pensée que son mari rentrerait pour affronter son destin fatal. Les tigres redoutaient la hache du valeureux Satyavan, mais ici se trouvait un ennemi qu'aucune lame ne pouvait atteindre. Alors le désespoir donna une idée à Savitri. Elle jeta un manteau sur ses épaules, sortit en courant par la porte de derrière et se précipita dans les bois.

Savitri avait entendu parler d'un lieu sacré sur la montagne, une anfractuosité aussi vaste qu'une caverne, formée par les racines d'un banian géant. Un saint homme réputé y vivait. Savitri implorerait son aide. Mais elle ne connaissait pas le chemin et constata bientôt qu'elle suivait des ravines et des pistes empruntées par les cerfs. Aiguillonnée par la peur, allant aussi vite que son souffle et ses forces le lui permettaient, Savitri erra sur la pente de la montagne jusqu'à l'épuisement total. Elle s'effondra alors sur le sol et s'endormit. Pendant combien de temps sommeilla-t-elle ? Elle n'aurait pas su le dire.

Quand un rayon de soleil lui fit ouvrir les yeux, Savitri se trouvait au pied d'un banian géant. Elle aperçut l'anfractuosité immense entre les racines et en scruta anxieusement les profondeurs. Elle

s'armait de courage pour y entrer quand une voix venue de l'intérieur cria :

— Hors d'ici !

La voix était si forte, le ton si violent que Savitri sursauta.

— Je ne veux pas m'en aller, murmura Savitri toute tremblante.

Elle expliqua pourquoi elle était désespérée, mais la voix qui montait des ténèbres retentit à nouveau.

— En quoi es-tu différente d'autrui ? La mort nous talonne du berceau jusqu'à la tombe. C'est la loi.

Des larmes montèrent aux yeux de Savitri.

— Si vous êtes plus sage que le commun des mortels, vous devez connaître le moyen de m'aider.

— Tu veux marchander avec la Mort ? Tous ceux qui ont essayé ont échoué,

répliqua la voix.

Savitri se redressa d'un air digne.

— Alors que Yama me prenne à la place de mon mari. Ce que tout le monde dit est vrai. La Mort est implacable. Mon seul espoir, c'est qu'elle me tuera et épargnera quelqu'un qui ne mérite pas de mourir.

Cette fois la voix se radoucit.

— Calme-toi. Il y a une solution.

Savitri entendit bouger dans l'obscurité, puis le saint homme sortit de sa caverne. C'était un ascète, un pagne ceignait son corps maigre et un châle de moine en soie était jeté sur ses épaules. Cependant il avait l'air étonnamment jeune.

— Je m'appelle Ramana.

— Vous connaissez un moyen de vaincre la mort ? Quel est-il ? implora Savitri.

Le moine plissa les yeux à cause du soleil et fît semblant de ne pas voir Savitri pendant quelques instants. Puis il lui jeta un regard énigmatique et il se baissa pour ramasser une vieille flûte en roseau.

— Viens. Peut-être pourras-tu apprendre quelque chose avec moi. Je ne te promets rien mais tu semblés vraiment désespérée.

Comme s'il oubliait sa présence, Ramana se mit à jouer de la flûte et prit la piste de cerfs. Savitri resta debout un moment, consternée, ne sachant que penser, mais alors que les notes de la flûte s'éloignaient dans la forêt, elle se mit à courir derrière elles.

Le miracle de la mort

Deux mystères encadrent toute vie. On considère seulement l'un d'eux, la naissance, comme un miracle. Si vous êtes croyant, vous pensez qu'à la naissance une nouvelle âme quitte son séjour céleste pour entrer dans le monde. Si vous n'êtes pas croyant, vous constatez qu'une seule cellule fécondée dans le sein maternel peut se diviser et se subdiviser pour produire un être tout à fait nouveau : c'est cela le miracle. Un agrégat de protéines et d'eau sait, en quelque sorte, comment se transformer en des yeux, des mains, de la peau et un cerveau.

Au cours des neuf mois la transformation ne cesse de s'accélérer, si bien qu'à la fin de la grossesse un million de nouvelles cellules naissent chaque

minute dans le cerveau. Lorsque le nouveau-né émerge, comme une navette spatiale se détache de la fusée porteuse, tous les éléments qui doivent fonctionner indépendamment – le cœur, les poumons, le cerveau et l'appareil digestif – s'aperçoivent soudain que c'est maintenant le moment d'être autonomes et pas un instant plus tard. Les organes cessent d'être complètement dépendants de la mère et se mettent à fonctionner avec une précision stupéfiante. En une fraction de seconde, la vie choisit d'exister.

L'autre mystère, la mort, qui survient en général des décennies plus tard, est d'une tout autre nature. La mort anéantit tout ce que la naissance avait créé avec tant d'efforts. Le cœur bat faiblement pour la dernière fois puis s'arrête : une frontière invisible a été franchie. La

soufflerie des poumons qui a pompé l'air quelque 700 millions de fois, refuse de continuer à le pomper, ne serait-ce qu'une fois de plus. Cent milliards de neurones meurent. Des milliards de milliards de cellules dans tout le corps apprennent qu'elles n'ont plus de mission à remplir. Pourtant cette fin abrupte est un mystère tout aussi grand que la naissance car, au moment où s'achève la vie, 99 % de nos cellules sont encore en état de fonctionner, et les trois milliards de codons, éléments de l'information dans la chaîne de l'ADN humain, restent intacts.

La mort n'est pas marquée par la coordination miraculeuse qui caractérise la naissance. Certaines cellules ne reçoivent même pas l'information pendant un certain temps. Si le défunt est ranimé dans les dix minutes environ qui suivent

le décès, avant que le cerveau ne soit définitivement endommagé par l'hypoxie, la machine corporelle se remettra à fonctionner comme si rien ne s'était passé. En effet la mort est un événement aux frontières si mal délimitées que les paupières peuvent continuer à battre dix ou douze fois après qu'un individu a été décapité. (On a fait cette constatation macabre au pied de la guillotine pendant la Révolution française).

Dans le contexte religieux la mort n'est pas un miracle. Les chrétiens associent la mort au péché et à Satan – l'équivalent en Occident du seigneur de la Mort. La mort est l'ennemi et Dieu nous arrache à ses griffes. Mais, grâce à Dieu, la mort nous conduit vers quelque chose de bien plus important – le début de la vie après la mort. Le dévot considère que la mort rapproche de Dieu et de tout temps des

témoins ont prétendu avoir vu l'âme quitter le corps. (Ces témoins ne sont pas tous des dévots. Je connais un psychiatre éminent dont l'athéisme a été fortement ébranlé lorsqu'il était à la faculté de médecine : en entrant dans la chambre d'un malade atteint d'un cancer, il a vu au moment de sa mort une forme spectrale lumineuse sortir du corps et disparaître.) Selon une légende tenace nous perdons 21 grammes de masse corporelle quand nous mourons, ce qui doit être le poids de l'âme. En fait il ne se passe rien de tel.

Qu'importe ce qui survient au moment de la mort, je crois qu'on peut parler de miracle. Le miracle, comble de l'ironie, c'est qu'on ne meurt pas. La mort du corps est une illusion et, tel un magicien qui tire un rideau, l'âme découvre ce qui se trouve dans l'au-delà. Les mystiques

connaissent depuis longtemps la félicité de cet instant. Comme le dit le grand poète perse Rûmî, « À la mort nous nous unissons à l'éternité. » Mais les mystiques ne sont pas les seuls à ne pas s'être laissés tromper par l'illusion de la mort. Voici ce qu'a écrit Ludwig Wittgenstein, l'éminent philosophe du XXe siècle : « Pour ceux qui vivent dans le présent, il n'y a pas de mort. La mort n'est pas un événement de la vie. Ce n'est pas une réalité de ce monde. »

Quant à moi, je crois que la mort accomplit les miracles suivants :

Elle remplace le temps par l'intemporel.

Elle repousse les limites de l'espace jusqu'à l'infini.

Elle révèle la source de la vie.

Elle apporte une nouvelle façon de connaître ce qui dépasse la portée de nos cinq sens.

Elle révèle l'intelligence qui sous-tend, organise et maintient en vie la Création (pour le moment nous ne parlerons pas de « Dieu », car dans de nombreuses cultures un créateur unique n'a aucun rapport avec le fait de mourir ou avec la vie après la mort).

En d'autres termes, la mort est l'accomplissement de notre mission ici-bas. Tel est le point de vue de nombreuses civilisations, mais la nôtre exige des preuves plus crédibles. À mon avis, ces preuves existent, mais elles ne peuvent être d'ordre physique, puisque par définition la mort met un terme à l'existence physique. Pour découvrir ces

preuves, nous devons repousser les frontières de la conscience afin de mieux nous connaître. Si nous avons conscience de transcender l'espace et le temps, notre identité prend une dimension qui lui permet d'inclure la mort. La raison pour laquelle nous ne cessons de chercher notre accomplissement par-delà les étoiles, c'est que nous avons l'impression que notre propre mystère se trouve là-bas, non point ici, dans l'espace limité du monde physique.

L'éternité maintenant

Étant un miracle qui se soustrait à notre regard, la mort est insaisissable. Mais certains indices nous portent à croire que ce qui se trouve « de l'autre côté » est en réalité terriblement proche de nous, à l'instant même. En général on ne comprend pas pourquoi tout cela est si important quand on considère la vie après la mort. Le mot « après » implique que le temps ne change pas véritablement au moment de la mort, qu'il continue de progresser en ligne droite, en nous faisant passer du temps terrestre au temps divin. Mais ce n'est pas exact pour deux raisons. En premier lieu l'éternité n'a aucun rapport avec le temps. Dans le christianisme, les pécheurs condamnés éternellement à l'enfer ne seraient pas

punis très longtemps. Ils seraient punis *en dehors du* temps. Les gens vertueux qui obtiendraient leur salut vivraient également là où le temps d'horloge n'existe pas. Aussi la façon dont nous appréhendons habituellement le temps n'a-t-elle aucun rapport avec ce qui vient « après. »

En second lieu la conscience que nous avons chaque jour du temps est elle-même fondée sur la notion d'éternité. Il y a quatorze milliards d'années l'univers est né d'une gigantesque explosion et a alors mis en marche l'horloge cosmique. Notre corps fait l'expérience du temps à cause de vibrations atomiques dues à la présence d'hydrogène, d'oxygène, d'azote et de carbone, les éléments constitutifs de la matière chimique organique. Nous mesurons les événements extérieurs en nous servant de l'horloge interne du

cerveau, qui n'est rien d'autre que cette matière. Le cerveau d'un escargot fonctionne si lentement que cinq secondes sont nécessaires pour qu'un événement s'écoule et qu'un nouvel événement ait lieu. Pendant ces cinq secondes vous pourriez ramasser un escargot et le poser trois mètres plus loin. L'escargot aurait l'impression d'avoir été téléporté à travers l'espace. Le cerveau humain fonctionne avec assez de rapidité pour que nous puissions prendre conscience d'événements qui durent seulement quelques millièmes de seconde (par exemple l'envol d'un moustique, le battement des ailes d'un oiseau-mouche), mais il est trop lent pour suivre le trajet d'une balle ou les millions de neutrinos qui traversent notre corps toutes les minutes.

Avant le big-bang le temps d'horloge n'existait pas ; une seconde équivalait à l'éternité. C'est ce que nous supposons parce que la physique quantique a détruit l'illusion du temps, en tournant le dos à l'horloge atomique pour explorer plus profondément la structure de l'univers. Au niveau le plus profond les vibrations cessent. L'univers s'aplatit comme un cerveau qui ne fonctionne plus. L'apparition de la mort est une illusion car la frontière qui signale la cessation de toute activité marque le début d'un nouveau territoire, connu comme étant la réalité virtuelle, où la matière et l'énergie n'existent qu'en tant que potentialités. Les fondements de la réalité virtuelle sont complexes mais, en simplifiant, on peut dire qu'un espace non physique est indispensable pour la création d'un univers physique. Il s'agit d'un espace

vide, ce qui ne signifie pas qu'il n'y a absolument rien. Lorsque vous sommeillez sur le canapé, votre esprit est vide mais peut s'éveiller en un instant et accéder à une infinité de pensées. De même le monde virtuel s'éveille et a accès à une infinité de nouveaux événements. La Création passe de l'état de vide à l'état de plénitude absolue, tout comme l'éternité passe du non-temps à la plénitude du temps.

Si l'éternité est proche de nous en ce moment et sert de fondement à toute existence physique, elle sert de fondement à la fois à votre existence et à la mienne. L'illusion du temps fait que vous et moi, nous croyons suivre une trajectoire linéaire de la naissance à la mort, alors qu'en réalité nous nous trouvons comme dans une bulle de savon lâchée dans l'espace par l'éternité.

En fait l'événement qu'est la mort n'est jamais aussi éloigné qu'il le paraît et la frontière rigide entre la vie et la mort n'est pas infranchissable. Pour preuve l'histoire de May, divorcée de cinquante ans originaire du Nouveau-Mexique. Quand elle était adolescente, elle fut gravement affectée par la mort subite, dans un accident de voiture, de son frère aîné qu'elle adorait. « J'avais quinze ans, il en avait dix-neuf, raconte May. C'était la seule personne que j'avais vraiment aimée. Il mourut, comme ça, en un rien de temps. Alors je n'eus même pas le courage de penser à ce qui s'était passé… Je me suis retirée complètement du monde. J'ai cessé de voir les gens. Sans cesse je me suis demandé : *Pourquoi cela est-il arrivé ? Je veux le savoir. Dites-le-moi.* Jour après jour le temps s'est écoulé. Aucune réponse n'est venue. »

May eut un enfant. Alors elle décida de reprendre sa place dans la société par amour pour son bébé. « Je savais que ce n'était pas bon pour lui de grandir en reclus, expliqua May. J'ai alors décidé d'avoir des relations. »

Lorsqu'elle se retrouva en compagnie d'autres personnes pour la première fois, May éprouva une curieuse sensation. « Je parlais à quelqu'un, un verre de vin à la main, lorsque je me rendis compte que mes pieds étaient gourds. Puis l'engourdissement gagna mes deux jambes et une pensée me traversa l'esprit. *Ça y est.* En un clin d'œil la salle disparut et je traversai l'espace à une vitesse vertigineuse. C'était comme si tout se contractait et se dilatait en même temps de façon incroyable. J'ignore pendant combien de temps je fus partie. La fête avait lieu dans une ferme à la campagne,

si bien qu'il fallut presque une heure pour que l'ambulance arrive. J'avais alors repris mes esprits ; mes amis me dirent que mon pouls était resté tout le temps très faible. Personne ne savait si je m'étais évanouie ou si j'avais eu une attaque cérébrale. »

J'ai demandé à May comment elle interprétait son expérience.

— Elle est encore ici, tout près de moi, répondit-elle en mettant sa main à environ trente centimètres de sa poitrine.

— Qu'est-ce qui est encore ici ? lui ai-je demandé.

— L'éternité. Je suis convaincue que j'en ai fait l'expérience et l'impression que j'ai éprouvée ne m'a jamais quittée. Je suis rassurée de savoir que j'existe en dehors de mon corps. Quand je suis arrivée à la trentaine, j'ai passé de bien

mauvais moments avec un cancer du sein, mais je n'ai pas eu peur de mourir, pas un seul instant. Comment pouvait-il en être autrement ? J'ai vu l'éternité.

Le Vedanta. Réponses de l'âme

Je veux donner à l'immortalité un visage humain avant d'en venir à la science qui fournit des arguments. Les faits ne servent à rien si nous n'entretenons pas de relation personnelle avec eux, et rien n'est plus personnel que le fait de mourir. Dans l'Inde ancienne on croyait communément qu'on pouvait faire l'expérience de l'éternité. Comment était-ce possible ?

Il y a des milliers d'années des hommes exploraient les profondeurs de l'âme pour trouver des réponses à cette question sans offenser Dieu ni empiéter sur son domaine. C'étaient les *rishis* ou les sages de l'Inde védique, qui acquirent une grande renommée quand l'hindouisme commença à se développer. Les noms

sous lesquels ces rishis sont connus – Vyassa, Brighu et Vasishtha – peuvent être ou ne pas être authentiques, mais l'œuvre qu'ils ont laissée derrière eux représente des milliers de pages. Il est impossible d'attribuer avec certitude de nombreux textes à tel ou tel auteur – ce qui est aussi le cas de l'Ancien Testament – mais, à la différence de ce dernier, l'enseignement des rishis, connu sous le nom de Vedanta, n'est pas une religion.

Une profusion de dieux et de déesses peuplait le paysage spirituel de l'Inde et les Lokas ou mondes spirituels étaient innombrables. Il y avait aussi des hiérarchies d'anges et de démons qui soutiennent la comparaison avec les créatures qui habitent les poèmes de Dante. Face à une diversité qui nous semble si déconcertante, les rishis ne proposaient pas un Dieu unique. Ils

proposaient une réalité qui incluait toutes les expériences imaginables, à la fois dans cette vie et dans l'au-delà. Ils postulaient que tout niveau d'existence est en réalité un niveau de conscience. Les autres mondes – en fait tous les mondes – se forment dans la conscience. Donc, en tant que créateurs de ces mondes, nous pouvons les connaître et les façonner à volonté. Telle est l'essence du Vedanta. Ce que nous offraient les rishis, c'était plus qu'une philosophie, c'était une invitation à participer à des expériences innombrables. L'objectif de ces expériences était de vérifier l'authenticité de la réalité en l'explorant en soi.

L'invitation est toujours valable. Quand vous l'acceptez ou quand je l'accepte, un lien nous relie aux rishis du Vedanta : « la philosophie éternelle ». C'est ainsi que l'a

appelée Aldous Huxley. Elle réapparaît à chaque époque pour satisfaire les exigences d'une nouvelle génération. Il serait inutile de transmettre une ancienne tradition à notre temps, si elle n'avait rien à voir avec nous, mais le Vedanta nous concerne tous. À vrai dire le scepticisme a supplanté la pensée dogmatique dans la vie de nombreuses personnes. La confusion spirituelle qui règne de nos jours n'a peut-être pas la même dimension exotique que dans l'Inde ancienne où les temples et les dieux ne se comptaient pas. Des voix discordantes se font entendre autour de nous :

> *J'étais dans l'unité des malades atteints de la maladie d'Alzheimer quand mon grand-père est décédé. Je ne le reconnaissais plus à la Jin : il avait perdu l'esprit, on l'avait bourré de morphine. C'était un véritable*

légume à sa mort. On avait l'impression que rien n'avait changé quand il rendit son dernier soupir.

Mon ex-mari est un beau salaud. Je l'ai averti : à sa mort il filera directement en enfer. En première classe.

Je suis bouddhiste. Quand je quitterai mon enveloppe charnelle, je deviendrai pure conscience.

Je suis hindou. Je suis déjà pure conscience.

On nous en raconte des blagues. Quand on est mort, on est mort. Point final.

Ces dernières paroles sont celles d'un matérialiste qui considère la mort comme une fin en soi, car il associe la vie au corps physique. On peut prétendre que

nier la vie après la mort relève de la science, mais en fait ce n'est que l'expression du matérialisme. Pour les rishis la connaissance n'était pas extérieure à l'individu, elle était partie intégrante de la conscience. Aussi n'avaient-ils pas besoin d'un Dieu extérieur pour résoudre l'énigme de la vie et de la mort. Les rishis étaient confrontés à leur propre personne, ce qui est une grande chance, et il en est de même pour nous. Chaque individu est conscient. Chaque personne possède un Soi. Chaque individu est certain d'exister, c'est-à-dire d'être en vie. La philosophie du Vedanta se résume à ces mots : chacun peut accéder à toutes sortes de connaissances, quelle que soit la complexité du mystère.

Alors pourquoi n'avons-nous pas réussi à y accéder ? C'est peut-être parce que

nous n'entrons pas en relation avec cette partie la plus profonde de nous-mêmes, ce que les rishis appellent *atman.* Le mot français qui s'en rapproche le plus est « l'âme ». L'âme et l'atman sont une étincelle du divin, l'élément invisible qui introduit Dieu dans notre chair et dans notre sang. Dans le Vedanta l'âme n'est pas séparée de Dieu. À la différence de l'âme chrétienne, l'atman ne peut venir de Dieu ou retourner à lui. Ce qui est humain et ce qui est divin ne font qu'un. Il est indispensable d'avoir connaissance de cette unité pour que la Réalité se manifeste.

Il est tout naturel d'affirmer « Je suis Dieu », quand on a conscience de l'atman. Mais pour nous, c'est beaucoup moins naturel. Il y a des années, j'avais un ami qui faisait des expériences spirituelles étonnantes : il pouvait quitter son corps

et voir la lumière illuminer son cœur – du moins il le prétendait. Je lui confiai que, personnellement, je ne faisais pas de telles expériences.

— Moi non plus, précisa-t-il. Ces expériences se produisent de manière impersonnelle.

À ce moment-là j'ai perçu la vérité : ce qui est éternel, illimité et immuable *ne saurait être personnel.* Par habitude nous disons « mon » âme, mais nous commettons une erreur. L'âme ne m'appartient pas comme ma maison m'appartient en tant que possession, ni comme mes enfants m'appartiennent en tant que prolongement de ma chair et de mon sang. Elle ne m'appartient pas comme ma personnalité et mes souvenirs m'appartiennent, car la vieillesse et la confusion mentale peuvent mettre le

cerveau hors service et me déposséder de ma personnalité et de mes souvenirs.

La mort ne concerne pas ce que je possède mais ce que je peux devenir. Aujourd'hui je me considère comme un enfant du Temps, mais je peux devenir un enfant de l'Éternité. Je vois ma place ici, sur la Terre, mais je suis peut-être en route vers l'univers. Nous, les hommes, nous avons l'intuition que notre destin est du domaine de l'infini, mais nous redoutons la mort car elle met à l'épreuve nos souhaits et nos rêves. Nous redoutons d'être mis à l'épreuve car, s'il s'avère que nous nous trompons, alors toutes nos aspirations auront été vaines. Au cours de ma carrière médicale j'ai vu à quel point les gens peuvent avoir peur au dernier moment. Le moment où l'on meurt n'est pas plus réel que n'importe quel autre moment mais il est plus

définitif. Peu importe que vous soyez riche et comblé de dons, la mort est la grande égalisatrice. (Je me rappelle le jour où un gourou renommé expliquait que la récompense suprême consistait à se dissoudre dans la lumière. La femme qui était assise à côté de moi s'agitait sur sa chaise. Elle se pencha vers moi et me murmura à l'oreille : « Pour moi cela ressemble beaucoup à la mort. »)

Pour que la vie après la mort ait un sens, il faut qu'elle soit aussi gratifiante que cette vie-ci. Quand l'argent, le pouvoir, la sexualité, la famille, le succès, les plaisirs cessent d'exister, on ne peut dire qu'il s'agit d'un événement insignifiant. Quand cette vie se terminera, une bonne partie de ce que nous aimons et dont nous dépendons disparaîtra. Pourtant nous pouvons faire de ce moment quelque chose de positif. Il y a

des années, alors que j'étais un interne inexpérimenté à Boston, un vieux couple fut admis à l'hôpital. Le mari était en phase terminale d'un cancer du côlon avec lequel il luttait depuis longtemps. La femme, qui souffrait d'une maladie cardio-vasculaire, était en bien meilleur état. Ils occupaient tous deux la même chambre et, durant les quelques visites que je leur fis, je constatai le grand attachement qu'ils avaient l'un pour l'autre.

Le mari traîna pendant des jours, tantôt conscient tantôt inconscient, en proie à de terribles souffrances. Sa femme, assise à ses côtés, lui tenait la main des heures durant. Puis un matin j'entrai et trouvai son lit vide – elle était morte brusquement d'un arrêt cardiaque pendant la nuit. Le mari avait une période de lucidité. Aussi lui annonçai-je la nouvelle avec réticence,

car j'avais peur du choc qu'il aurait. Mais il eut l'air serein.

— Je crois que je vais partir maintenant, dit-il. J'ai attendu.

— Attendu quoi ? lui demandai-je.

— Un gentleman laisse toujours passer une dame devant lui, répondit-il.

Il retomba dans le coma et mourut l'après-midi même.

Cette histoire me fait penser à ce que nous pouvons faire de mieux au moment de la mort. La grâce, la sérénité, l'acceptation patiente de ce qui doit arriver, voilà les qualités que nous pouvons cultiver et quand nous y parvenons, la mort est une épreuve que nous passons avec succès. Notre erreur, ce n'est pas de craindre la mort, mais de ne pas la respecter comme un miracle. Ce qu'il y a de plus profond – l'amour, la

vérité, la compassion, la naissance et la mort – sont sur le même plan. Ils font partie de notre destinée et de notre vie ici-bas. En fin de compte ce livre a pour objectif d'intégrer la mort au présent et ainsi de la mettre sur le même plan que l'amour.

C'est pourquoi je continuerai l'histoire de Savitri, une femme qui a essayé de se servir de l'amour pour vaincre la mort. Cette histoire apparaîtra sous la forme d'un interlude dans notre étude de la vie après la mort. Dans la plénitude de l'amour se trouve un secret qu'elle a découvert et que nous devons redécouvrir. Rabindranath Tagore y fait allusion dans un poème :

QU'OFFRIREZ-VOUS ?

Qu'offrirez-vous
Quand la mort frappera à votre porte ?

Ma vie dans sa plénitude -
Le doux vin des jours d'automne et des nuits d'été,
Mon modeste trésor amassé au cours des années,
Et des heures pleines de la joie de vivre.

Telle sera mon offrande
Quand la mort frappera à ma porte.

2

Comment se guérir de la mort ?

Au fur et à mesure que Savitri et Ramana gravissaient la montagne, la jeune femme devenait de plus en plus anxieuse, mais le moine ne lui prêtait pas attention. Il quitta la piste des cerfs, prit un raccourci entre d'énormes rochers et disparut. En avançant tant bien que mal, Savitri le suivit. Elle aperçut Ramana assis au bord d'un ruisseau. Il sortit sa flûte en roseau qu'il avait fourrée dans sa robe safran et se mit à jouer.

— L'air que je joue ne te déride pas ? demanda le moine en remarquant le regard anxieux de Savitri toujours obsédée par l'idée que le seigneur de la Mort l'attendait chez elle.

— Nous avons si peu de temps. Apprenez-moi ce que vous vouliez m'apprendre, implora Savitri.

— Et si je t'apprenais comment te guérir de la mort ? demanda Ramana.

Savitri fut interloquée.

— Je suis sûre que tout le monde meurt.

— Alors tu crois aux rumeurs. Et si je te disais que tu n'as jamais été heureuse, me croirais-tu ?

— Bien sûr que non, répliqua Savitri J'étais heureuse ce matin avant que tous ces ennuis commencent.

Ramana acquiesça.

— Nous nous souvenons tous d'avoir été heureux et personne ne peut nous faire croire le contraire. Alors, si tu le permets, je vais te poser une autre question. Te souviens-tu de *ne pas* avoir été en vie ?

— Non, répondit Savitri d'une voix hésitante.

— Fais un effort. Repense à l'époque où tu étais toute toute petite. Fais ton possible pour te souvenir que tu «'étais *pas* en vie. C'est important, Savitri.

— D'accord.

Savitri fit de son mieux mais elle n'avait aucun souvenir de n'avoir jamais été en vie.

— Peut-être es-tu incapable de te souvenir de *ne pas* avoir été en vie parce que tu as toujours été en vie, suggéra Ramana.

Le moine montra du doigt une sauterelle qui s'accrochait à une brindille au-dessus de la tête de Savitri.

— Si tu vois une sauterelle sortir de terre après avoir dormi pendant sept ans, est-ce que cela signifie qu'elle était morte avant cette période ?

Savitri secoua la tête. Le moine continua :

— Cependant la seule raison pour laquelle tu crois que tu es née est que tes parents t'ont vu sortir du sein maternel. Ils pensaient être témoins du moment où tu as commencé à exister. Aussi répandirent-ils la rumeur de ta venue au monde.

Cette façon de raisonner étonna fort Savitri.

Ramana poursuivit son raisonnement :

— Regarde ce ruisseau. Tu n'en vois qu'une petite partie, pourtant dirais-tu que tu sais où ce ruisseau commence et où il finit ? Écoute-moi bien, Savitri. Tu admets la mort parce que tu admets la naissance. Les deux ne doivent pas être séparées. Oublie ces rumeurs selon lesquelles tu es née. C'est le seul moyen de te guérir de la mort.

Ramana se leva et remit sa flûte dans sa robe ; il était prêt à repartir.

— Me crois-tu ? demanda-t-il

— Je veux bien vous croire, mais j'ai encore peur, admit Savitri.

— Alors nous allons continuer notre route.

Ramana commença à s'éloigner et Savitri le suivit en réfléchissant à ce qu'il avait dit. Son discours semblait irréfutable : si elle n'était jamais née, elle

ne pourrait jamais mourir. Était-ce la vérité ?

Ramana devina ses pensées.

— Nous ne pouvons fonder la réalité sur ce dont nous ne nous souvenons pas, nous ne pouvons la fonder que sur ce dont nous nous souvenons. Tout le monde se souvient d'être en vie ; personne ne se souvient de ne pas l'avoir été.

Au bout d'un moment, Savitri lui effleura doucement le bras.

— Jouez-moi encore de la flûte, s'il vous plaît. Je veux me souvenir d'avoir été heureuse.

Le passage dans l'au-delà

En affirmant que l'âme est toujours proche de nous, le Vedanta nous invite à un face-à-face avec des expériences de mort imminente qui, de nos jours, sont admises par la majorité des gens. (Dans un sondage effectué aux États-Unis en 1991, 13 millions d'Américains, soit en gros 5 % de la population, ont admis qu'ils avaient connu ce genre d'expérience.) L'expérience de mort imminente vous fait frôler momentanément une autre réalité. Du moins c'est l'impression qu'ont ceux ou celles qui racontent leur expérience. Une personne se trouve dans la salle des urgences d'un hôpital ou dans l'unité de soins intensifs. Son cœur cesse de battre. De toute évidence la mort s'ensuit.

Cependant certains de ces patients, en particulier ceux qui ont eu un arrêt cardiaque, peuvent être ressuscités. Quand ils sont de retour à la vie, près de 20 % d'entre eux signalent qu'ils ont eu au moins un des symptômes de la NDE (abréviation de l'expression anglaise *Near Death Expérience* utilisée en médecine pour indiquer l'expérience de mort imminente). Les symptômes se manifestent de différentes façons :

- On quitte son corps.
- On regarde de là-haut et on se voit sur la table d'opération.
- On observe les différentes procédures utilisées par les médecins pour faire battre à nouveau le cœur.
- On se trouve dans un tunnel.
- On se dirige vers une lumière vive.

- On sent la présence d'une puissance supérieure.
- On entend ou on voit des êtres chers qui font signe de poursuivre le chemin sur lequel on s'est engagé.

Le cardiologue Pim van Lommel qui, aux Pays-Bas, a dirigé une étude importante sur ce sujet, a été étonné de découvrir que des patients avaient une expérience de mort imminente après que leur cerveau eut cessé toute activité – leur encéphalogramme était plat jusqu'à leur retour à la vie. Alors la mort prend l'allure d'un véritable miracle. Comment une personne peut-elle avoir conscience d'un événement quand l'horloge du cerveau s'est arrêtée ? Cependant des personnes appartenant à d'autres cultures se sont aventurées encore plus loin dans le non-temporel et certifient que le temps peut

cesser mais que la conscience reste active.

Voici l'histoire d'une femme du nom de Dawa Drolma qui habitait dans une tente en peau de yack au pied d'un des pics de l'Himalaya. Elle était assise dans la plus grande sérénité, mais l'atmosphère n'était pas très intime. Toute la journée de nombreux visiteurs défilaient ; ils lui posaient des questions et recevaient sa bénédiction. En effet Dawa Drolma était devenue célèbre dans tout le Tibet oriental depuis qu'elle était revenue du royaume des morts. Son décès était survenu à la suite d'une maladie qui l'avait frappée brusquement à l'âge de seize ans. Pendant cinq jours personne n'avait touché à son cadavre, ni sa famille ni les lamas. Puis, après cette période, Dawa était revenue dans son corps. Elle avait gardé en mémoire tout ce qu'elle

avait vécu dans le *Bardo*, le monde subtil de la vie après la mort auquel croient les bouddhistes tibétains.

Durant cinq jours Dawa visita un grand nombre de paradis et d'enfers. (Ce sont des termes chrétiens, mais ils correspondent aux lieux décrits par les bouddhistes, là où les bons sont récompensés et les méchants punis.) La déesse de la sagesse se chargea personnellement de montrer à Dawa chacun de ces endroits, en lui expliquant qui s'y trouvait et pourquoi. Elle prit conscience de la félicité de ces âmes pour lesquelles priaient leurs proches encore vivants. Elle entendit les cris déchirants et les supplications des méchants qui avaient péché ici-bas. Dawa rencontra le dieu de la mort qui la chargea de transmettre des messages aux vivants. Il savait et la déesse savait aussi que Dawa

recouvrerait la vie. En fait sa mort n'était pas due au hasard. Dawa avait entrepris son voyage en toute conscience, en pesant les risques et les dangers qu'il comportait. Les lamas locaux l'avaient mise en garde pour qu'elle ne l'entreprît pas, mais Dawa était convaincue que la mort serait au cœur de sa vie.

Année après année, Dawa répéta son histoire. Il lui fallut du temps pour convaincre les gens. Au Tibet on n'était pas prêt culturellement à faire jouer à une femme un rôle spirituel de premier plan, sauf dans des cas exceptionnels. Mais personne ne pouvait mettre en doute les connaissances qu'elle avait acquises directement au Bardo – et que lui avait transmises la « Claire Lumière » qui brille dans l'au-delà. Elle montrait aux gens où trouver l'or enfoui dans la terre. Elle connaissait des secrets sur leur

vie privée et des détails sur des proches disparus que personne ne pouvait deviner. Elle discutait avec des lamas érudits, elle les égalait et les surpassait même au cours de débats sur la théologie bouddhiste.

Dawa Drolma n'est pas un cas unique au Tibet. On appelle *delogs* (ou *deloks)* ceux qui ressuscitent. Lun d'eux, le célèbre Lingza Chokyi, a laissé un témoignage saisissant au XVI^{e} siècle :

> « J'étais encore dans la pièce, mais au lieu de rester malade au lit, j'ai quitté mon corps et je me suis mis à flotter jusqu'au plafond. J'ai vu mon corps semblable à celui d'un cochon mort vêtu de mes habits. Mes enfants me pleuraient, ce qui me faisait une grande peine. J'essayais de parler à ma famille, mais personne ne pouvait

m'entendre. Quand ils dînèrent, j'ai crié et je me suis mis en colère parce qu'ils ne me donnaient rien. Quand ils firent des prières pour moi, j'éprouvai soudain un grand bien-être. »

Les étapes de l'Éveil

Ce qui étonne chez les delogs, c'est la cohérence des différentes expériences. Ainsi l'expérience de Dawa Drolma au XX^{e} siècle reflète celle de Lingza Chokyi quatre cents ans auparavant. Leur vision des six étapes du Bardo est identique. Tara la Blanche, la déesse de la sagesse, les guide et ils reçoivent des messages qu'ils doivent transmettre aux vivants. Ces messages sont destinés à apprendre à être de bons bouddhistes tibétains (tout comme les différentes apparitions de la Vierge Marie sont destinées à apprendre à être de bons catholiques).

Les experts en NDE estiment qu'il existe de nombreuses ressemblances entre ce que rapportent ceux qui ont connu ces expériences de mort imminente et les

delogs. Les données sont semblables : les personnes quittent leur corps physique, voient leur propre corps ainsi que leur environnement d'en haut, sont incapables de communiquer avec les gens qu'ils voient et puis s'éloignent grâce à leur pensée. Les delogs rapportent que dans l'au-delà ils avaient « un corps de l'âge d'or » – c'est-à-dire jeune et parfait. Certains de ceux qui ont vécu une expérience de mort imminente se souviennent aussi qu'après leur mort ils semblaient être revenus à la fleur de l'âge, c'est-à-dire qu'ils avaient entre vingt et trente ans. Leurs parents décédés apparaissent dans l'au-delà, dans une région que les Tibétains appellent « le Bardo du devenir. » Quand la personne qui apparemment vient de mourir essaie de les rejoindre, elle est repoussée dans le monde physique avec l'impression que

l'heure n'est pas venue ou qu'une erreur a été commise. Dans les deux cas, la personne peut avoir conscience d'entrer en contact avec Dieu ou avec la Claire Lumière. Désormais, la peur de la mort n'a plus d'emprise sur elle.

Il y a donc des ressemblances significatives entre la NDE et l'expérience des delogs tibétains. Étant donné que ces derniers font des comptes rendus plus circonstanciés, il semble juste de supposer qu'une NDE est simplement le début de l'éveil qui incite le mourant à franchir les différentes étapes indispensables pour que l'âme se révèle. Si nous faisons abstraction de la localisation spécifique du paradis chrétien, du Bardo bouddhiste et des nombreux lokas ou royaumes divins de l'hindouisme, la première étape de la vie

après la mort se manifeste par certains événements constants.

L'approche de la vie après la mort

Le corps physique cesse ses activités. Le mourant peut ne pas en être conscient mais finit par savoir que l'événement est arrivé.

1. Le monde physique disparaît. Cela peut se produire graduellement ; la personne peut avoir l'impression de s'élever dans les airs ou de voir s'éloigner sous elle des lieux familiers.

2. Le mourant se sent plus léger, il est soudain affranchi de toute limite.

3. L'esprit et parfois les sens sont encore actifs. Peu à peu cependant, ce qui est perçu n'a plus rien de physique.

4. Une présence que l'on perçoit comme divine se manifeste avec de

plus en plus de force. Cette présence peut être lumineuse ou prendre l'apparence d'anges ou de dieux. Elle peut communiquer avec le mourant.

5. La personnalité et les souvenirs commencent à s'estomper, mais le sens du « MOI » demeure.

6. Ce « MOI » se sent emporté de façon irrésistible vers une nouvelle étape de l'existence.

Cet éveil en sept étapes est différent de la montée au paradis. Les chercheurs l'appellent souvent la phase « d'inter-vie », transition entre la conscience que l'on est en vie et la conscience qu'on est décédé. De nombreux détails diffèrent d'un individu à l'autre. Tous ceux qui connaissent l'expérience de mort imminente « n'entrent pas dans la lumière ». Certains patients rapportent qu'ils se

sont rendus dans différentes planètes ou dans d'autres univers selon leurs convictions religieuses. Certains assistent à une sorte de jugement qui peut être empreint de sévérité, terrifiant même ; cependant ce scénario peut aussi être très gratifiant.

Les variantes sont en grande partie fonction de la personnalité. Un enfant peut revenir du paradis et raconter qu'il y avait d'innombrables animaux tout jeunes qui folâtraient ; un cardiaque peut raconter qu'il s'est assis sur les genoux de Dieu et que le Tout-Puissant lui a demandé de retourner sur terre ; un delog peut percevoir toutes les subtilités de la théologie tibétaine. Ces images dépendent de la culture dont elles sont le reflet. Huston Smith, expert en religion, affirme : « Tout ce que nous percevons dans les Bardos reflète notre propre structure

mentale. » On peut substituer la « vie après la mort » à « Bardos », puisque les chrétiens voient des images chrétiennes et non pas des images bouddhistes, et les musulmans des images islamiques.

Cependant le passage dans l'autre vie n'est qu'une transition. La pleine réalité de l'âme ne s'est pas encore révélée. Pour les delogs, l'expérience de « la pure nature de l'âme », selon l'expression bouddhiste, reste à faire. Les delogs disent clairement qu'à vrai dire ils ne sont allés nulle part et que toutes les étapes du voyage existent dans la conscience. Ce qui est vraiment réel, ce n'est ni le ciel ni l'enfer, mais la « Claire Lumière » qui brille au-delà. Dawa a vu cette lumière blanche étincelante avant de redescendre sur terre dans l'existence physique en passant par des mondes intermédiaires. « Du point de vue absolu, écrit son fils, les royaumes de

l'existence cyclique sont par nature du vide, c'est-à-dire de simples projections des illusions que crée l'esprit mais, du point de vue relatif, les souffrances des êtres qui y sont piégés sont indéniables. »

Les Occidentaux se demandent si la vie après la mort peut être aussi réelle que le monde physique ; les Orientaux déclarent que ces deux mondes sont des projections mentales. Les Occidentaux limitent le cycle de la vie humaine à un bref intervalle entre la naissance et la mort ; les Orientaux croient en un cycle éternel de naissance, de mort et de renaissance.

Au cours d'un même voyage on peut voir toutes sortes de choses différentes. « Comme dans un rêve ou dans une hallucination, Dawa Drolma aperçoit des créatures qui vont et viennent pareilles à des flocons de neige qui voltigent. À un moment elle voit quelqu'un qu'elle

connaît en proie aux tourments les plus affreux de l'enfer ; l'instant d'après elle rencontre une personne vertueuse qui se dirige vers un univers de pureté. Parfois elle voit d'immenses processions d'âmes qui gagnent des lieux saints, guidées par un grand lama qui, par compassion, est venu les sauver. »

À quoi devons-nous nous attendre ?

Si, suivant les cultures, les perspectives sont si différentes après la mort, il nous faut envisager la possibilité que ce soit nous qui créons notre propre vie après la mort. Peut-être les images qui apparaissent avec netteté aux mourants sont-elles des projections mentales, la façon qu'a l'âme de nous aider à nous adapter à la perte de nos cinq sens. J'en conviens, la vie après la mort est créée par la conscience. Mais comme un biologiste connu me l'a confié récemment avec un soupir, « Dès l'instant où vous commencez à utiliser le mot "conscience", vous vous trouvez immédiatement exclu du domaine scientifique. » Dans un numéro récent du magazine *Time,* le professeur Eric Cornell, prix Nobel de

physique, donne l'explication suivante : « La science ne cherche pas à connaître l'esprit de Dieu ; elle a pour objet la compréhension de la nature et la raison des choses. Ce qui est extraordinaire, c'est que ce qu'on ignore est plus important que ce que l'on connaît. »

Je suis sûr que de nombreuses personnes seraient d'accord, sans se rendre compte que « la compréhension de la nature » a une portée limitée lorsqu'on ne comprend pas la nature humaine. Nous nous excluons de cette recherche. Pourquoi ?

Quand on considère la conscience comme une hypothèse qui n'est pas viable, on ne peut trouver d'explications que dans le matérialisme. Les drogues (par exemple la marijuana, le haschich, le LSD, la kétamine, la mescaline) peuvent

amener le cerveau à faire l'expérience de la Claire Lumière et à nous donner l'impression d'entrer dans un tunnel. Il en est de même si on met quelqu'un dans une centrifugeuse qu'on fait tourner suffisamment vite pour chasser le sang des lobes frontaux. Les astronautes et les pilotes d'essai ont ce genre d'expérience pendant leur entraînement. Un stress particulièrement violent peut susciter des hallucinations. Ce sont surtout les patients hospitalisés dans une unité de soins intensifs après une crise cardiaque qui sont enclins à en avoir.

Après tout la médecine trouvera-t-elle toutes les réponses à nos questions ? Le cardiologue Pim van Lommel, qui a dirigé des recherches sur l'expérience de mort imminente, ne le croit pas. Il a passé en revue 344 patients dont le cœur avait subi à l'hôpital une défibrillation (les

battements du cœur étaient désordonnés). En leur parlant quelques jours après que leur rythme cardiaque eut été rétabli, van Lommel a découvert que ni l'anesthésie ni les médicaments n'avaient affecté l'expérience qu'ils avaient eue. Ce qui l'étonne le plus cependant, c'est qu'ils déclarèrent être restés conscients, bien que toute activité cérébrale eût cessé. Des années après, ce paradoxe le remplit encore d'étonnement et d'admiration :

> « À ce moment-là, ces gens sont non seulement conscients, mais leur champ de conscience est plus vaste que jamais. Ils peuvent avoir une pensée extrêmement claire, des souvenirs qui remontent à leur petite enfance et avoir l'impression d'être intimement reliés à toutes les choses et toutes les personnes qui les

entourent. Et pourtant leur cerveau est totalement inactif ! »

Ces observations vont à l'encontre de la théorie relative à la mort cérébrale proposée par les matérialistes puisque le cerveau a cessé de fonctionner avant que commence la NDE, pendant cette période de 4 à 10 minutes au cours de laquelle on peut être ressuscité sans que le cerveau subisse des dommages irréparables. Le cardiologue Pim van Lommel signale aussi avec circonspection que toute explication d'ordre physiologique, si elle est exacte, doit s'appliquer à tout le monde. Or il s'est aperçu que 82 % des patients ressuscités ne pouvaient se souvenir d'aucune expérience de mort imminente. Pourquoi leur cerveau qui se dégradait les en privait-il alors que le cerveau de 18 % des patients connaissait cette expérience ?

Peut-être la conscience n'est-elle pas située dans le cerveau. C'est une possibilité surprenante mais elle est compatible avec les traditions spirituelles les plus anciennes du monde. Et si la NDE était une étape dans la vie après la mort qui est encore dominée par nos souvenirs et nos attentes ?

Il ne fait aucun doute que le paradis est ce qu'espèrent de nombreuses personnes dans la société occidentale. Il nous faut donc examiner maintenant les promesses de ce paradis, et considérer si c'est le choix que nous voulons vraiment faire.

3

La mort accorde trois souhaits

Après avoir marché dans les bois pendant deux heures, Savitri et Ramana arrivèrent à une bifurcation.

— Si nous allions dans cette direction, nous parviendrions au château de Yama, dit Ramana. Savais-tu que la Mort habitait si près ?

Savitri frissonna.

— Je préfère ne pas le savoir.

— Vraiment ? s'exclama Ramana sincèrement étonné. Un jour, alors que je

me promenais, j'ai découvert le château. J'avais fort envie de me trouver face à face avec la Mort.

Savitri tremblait de peur, simplement parce qu'on lui rappelait quelque chose qui la terrifiait. Ramana lui prit la main.

— Viens, je vais tout te raconter pendant notre promenade.

Il avait une poigne ferme et Savitri se sentit plus calme, comme si la force vitale de Ramana pénétrait en elle.

— J'ai tout de suite su que j'étais parvenu à la demeure de Yama, poursuivit Ramana, car des crânes étaient fichés sur des poteaux autour du portail. Aussi me suis-je assis et ai-je attendu que mon hôte apparaisse. J'ai attendu ce jour-là et le jour suivant. Le lendemain Yama est rentré chez lui. Quand il m'a vu, il a eu l'air affligé. "Je

t'ai fait attendre trois jours entiers devant ma porte, dit-il. Pas même la Mort ne peut briser le vœu sacré de l'hospitalité. Je t'accorde donc trois souhaits, un pour chaque jour." "Cela me fait vraiment plaisir, répondis-je, car voilà longtemps que j'ai envie de vous connaître, vous qui êtes la plus sage de toutes les créatures." Yama s'inclina avec la noblesse d'un roi. "Mon premier souhait, dis-je, c'est de savoir quel chemin prendre pour rentrer chez moi. Je ne suis pas un sot et je ne souhaite pas rester avec vous pour toujours." Yama sourit et tendit l'index vers l'est. "Tu retourneras chez les vivants en prenant la direction du soleil levant." "Mon deuxième souhait, continuai-je, c'est de savoir si vous avez jamais éprouvé de l'amour." Yama n'eut pas l'air aussi satisfait. Il répondit avec une certaine réticence : "Le rôle de l'amour,

c'est de créer ; mon rôle, c'est de détruire. En conséquence je n'ai pas besoin d'amour." En entendant ces paroles, j'eus pitié de Yama, mais son regard étincelait d'orgueil, car il méprisait toute forme de compassion. Il dit alors : "Maintenant dépêche-toi, formule ton troisième souhait." "Les grands sages affirment que l'âme survit après la mort. Est-ce vrai ? " demandai-je. Un nuage sombre obscurcit le visage de Yama. Il écumait de rage mais il était obligé de me répondre. "Je vais te dire la vérité. Il y a deux chemins dans la vie, le chemin de la sagesse et le chemin de l'ignorance. Le chemin de la sagesse est la quête du Soi. Le chemin de l'ignorance est la quête du plaisir. Le plaisir engendré par les sens est éphémère, et tout ce qui est éphémère tombe sous l'emprise de la mort. Ainsi les ignorants tombent entre mes griffes. Mais

le Soi est la lumière de l'immortalité. Elle brille éternellement. Rares sont ceux qui sont assez sages pour voir cette lumière, bien qu'elle soit en eux et nulle part ailleurs. Le Soi n'est que la lumière de l'âme. Maintenant va-t'en. Yama sera heureux de ne jamais plus poser son regard sur ton visage." Il s'éloigna à grandes enjambées pour calmer sa rage.

Savitri fut fascinée par ce récit, mais elle était perplexe.

— Comment pouvons-nous ne pas voir l'âme si sa lumière brille en nous ? demanda-t-elle.

Ramana s'arrêta et regarda autour de lui. Il aperçut une flaque d'eau le long du sentier et en fit approcher Savitri.

— Vois-tu le reflet du soleil dans cette flaque ?

Savitri fit signe que oui.

— Alors regarde.

Ramana mit le pied dans l'eau et remua la boue qui remonta à la surface et la troubla.

— Vois-tu encore le reflet du soleil ?

Savitri admit qu'elle ne le voyait pas.

— C'est pour la même raison qu'on ne voit pas l'âme, expliqua Ramana. Elle devient trouble par suite de l'agitation et de la confusion perpétuelles de l'esprit. Quand j'ai détruit le reflet du soleil, je n'ai pas détruit le soleil. Il est éternel et rien de ce que je fais ne peut l'éteindre. Maintenant tu connais le secret de l'âme, que même la Mort ne peut anéantir.

Savitri, l'air grave, se mit à réfléchir.

— Je veux bien le croire.

— Tu as encore peur, lui dit d'une voix douce Ramana, mais retiens bien cela :

ne te fie pas aux reflets si tu veux voir la réalité.

Savitri avait l'air pensif tandis qu'ils poursuivaient leur chemin. Elle avait mis sa main doucement dans celle du moine.

Une question de croyance

Je ne puis rien imaginer de pire après la mort que l'enfer :

Presque aussi détestable est le paradis.

J'ai griffonné ces quelques mots à la hâte dans un carnet de notes un beau jour de l'été 2005. Les termes « paradis » et « enfer » ont tout de suite une connotation chrétienne, mais je considérais les choses d'un point de vue très général. Le paradis est le lieu où vous allez si Dieu juge que vous êtes bon, l'enfer est le lieu où vous allez s'il juge que vous ne l'êtes pas. Le paradis et l'enfer ne sont-ils pas tous deux synonymes de « fin de vie » ?

Selon le Vedanta, la raison même de la vie après la mort, c'est de nous donner ce à quoi nous nous attendons. Si cela est vrai du paradis et de l'enfer, à quelle sorte d'attente répondent-ils ? Pourquoi les mauvaises actions devraient-elles vous condamner à être jeté dans une prison où votre mauvaise conduite est sanctionnée sans merci et sans espoir d'obtenir de grâce ? C'est une question facile, si on la compare à la question contraire. Pourquoi une vie vertueuse devrait-elle vous conduire dans un pays imaginaire où la vertu est récompensée par un état d'apathie qui n'a pas de fin et qui est inéluctable ?

Durant l'été 2005 ces problèmes étaient d'actualité pour moi. Il me fallait penser constamment à la mort parce que ma mère était tombée dans le coma. *Venez vite !* Le message téléphonique en

provenance de l'Inde était pressant. Je sautai aussitôt dans un avion. À mesure que les heures passaient, j'étais de moins en moins sûr d'arriver à son chevet à temps pour lui dire adieu.

Il est difficile d'imaginer qu'un être cher meure. Ma mère, qui avait près de quatre-vingts ans, avait décliné petit à petit au cours des cinq dernières années. Son corps était l'ombre de ce qu'il avait été même six mois auparavant. Tout le monde dans la famille pensait que la mort serait une bénédiction en mettant fin à ses souffrances.

Je me pris à penser à une cellule, une seule cellule du cœur de ma mère. En tant que médecin, je pouvais imaginer cette cellule avec autant de précision que si je la voyais au microscope. Toute cellule cardiaque renouvelle ses atomes maintes et maintes fois au cours d'une

vie. Le cœur affaibli de ma mère, si plein de l'expérience de toute une vie, n'était pas une chose immuable. C'était le lieu d'un changement perpétuel. Il en est de même pour chaque cellule. Ma mère était donc en quelque sorte morte et ressuscitée bien des fois depuis sa naissance.

Les vieilles cellules cardiaques ne peuvent monter au ciel, pourtant elles survivent à leur manière à la mort physique. Votre corps lui aussi meurt et ressuscite des milliers de fois à chaque minute, au fur et à mesure que de la nouvelle matière remplace l'ancienne.

Puisque les molécules peuvent toujours être renouvelées, seule importe la mort du savoir. Le savoir est l'essence d'une cellule que personne ne touchera ni ne verra jamais. Quand des millions d'atomes d'oxygène quittent le corps au

cours d'une expiration pour se disperser dans l'univers, ce qui reste est beaucoup plus important : c'est l'art de construire une cellule, la manière dont une cellule réagit, la façon dont cette même cellule entretient des rapports avec d'autres cellules.

Comment une chaîne de simples molécules le long d'un brin d'ADN peut-elle savoir tout cela ? Quand nous mourons, nous continuons à chercher la réponse, car alors nous sommes confrontés à notre essence derrière le masque de la matière. « L'essence » est le résultat d'une distillation, la transformation d'un produit brut en un produit raffiné, l'extrait du pur à partir de l'impur. Inutile de gloser en vaines discussions sur la terminologie. L'essence, l'âme, l'atman, ou l'Esprit saint sont tous des termes qui conviennent.

Après la première étape, « le passage dans l'au-delà », ce qui se passe après la mort ne peut pas être évoqué par des images, cela concerne l'âme.

Ma mère est décédée, sans sortir du coma, quelques heures après mon arrivée à son chevet. Elle est morte de façon moderne, sans drame, choyée grâce aux soins dispensés par l'hôpital. Le temps était venu de la pleurer, mais j'étais réconforté à la pensée que ma mère avait maintenant toute liberté de découvrir qui elle était vraiment. Des millions de gens ne partagent pas ce point de vue, la respectable perspective du paradis les console, mais les choses sont en train de changer.

L'érosion de la foi traditionnelle n'a pas laissé intacte la notion de paradis. Après qu'en 2003 *Columbia,* la navette spatiale, eut explosé dans l'atmosphère au-dessus

du centre du Texas et tué les sept personnes qui étaient à bord, le président Bush a déclaré qu'il était convaincu que les astronautes morts « étaient maintenant au paradis. » Toutefois dans le Tennessee 74 % des gens interrogés par sondage pour savoir s'ils étaient d'accord répondirent qu'ils croyaient à la vie après la mort, mais à peine la moitié d'entre eux (37 % du total) estimaient que les astronautes étaient au paradis. Un tiers était sans opinion.

Considérons un indicateur important : la présence aux offices. Alors que 44 % des Américains déclarent qu'ils vont régulièrement à l'église, il s'agirait plutôt de la moitié de ce pourcentage, selon des statistiques fiables. Toutes les principales confessions sont en perte de vitesse – ce qui est également vrai dans quinze des dix-huit pays développés. (Une exception,

les intégristes chrétiens, qui prétendent être de plus en plus nombreux aux États-Unis et dans le monde entier.)

Pour savoir où vous vous situez dans l'immense domaine des croyances religieuses, posez-vous les questions essentielles que vous trouverez ci-dessous.

Êtes-vous croyant ou non ?

Lisez les affirmations suivantes, puis entourez d'un cercle la lettre qui correspond à votre réponse, en vous conformant à ces indications :

D. *D'accord. Cela correspond à mes croyances.*

P. *Pas d'accord. Cela ne correspond pas à mes croyances.*

S. *Sans opinion. Je ne suis pas certain de la réponse ou cela ne me préoccupe pas.*

D P S Je crois en Dieu.

D P S Je pense que Dieu se trouve au paradis.

D P S J’espère aller au paradis quand je mourrai.

D P S On va au paradis à condition d’être vertueux.

D P S On va au paradis si l’on croit à ce que dit la Bible (vous pouvez remplacer la Bible par le Coran ou d’autres Écritures Saintes).

D P S Si vous croyez en Dieu, vous avez plus de chances d’aller au paradis que si vous n’y croyez pas.

D P S Dieu est miséricordieux, pourtant il a créé l’enfer.

D P S L’enfer est la punition du péché.

D P S L’enfer et le paradis sont éternels.

D P S Que je sois puni ou que je sois élu, j'aurai ce que je mérite.

D P S Je suis réconforté à la pensée que je ne disparaîtrai pas quand je mourrai.

D P S Jamais on ne prouvera scientifiquement l'existence du paradis.

D P S Seule la foi nous fait connaître ce qui se passe après la mort.

D P S Les expériences de mort imminente existent vraiment.

D P S Quand on « entre dans la lumière » et quand on revient parmi les vivants, c'est un avant-goût de la vie après la mort.

D P S Ce que j'ai lu sur les expériences de mort imminente renforce ma croyance au paradis.

D P S Je retrouverai au paradis les êtres chers que j'ai perdus.

D P S J'espère rejoindre mon père et ma mère après ma mort.

D P S La communication avec les morts est une réalité.

D P S La réincarnation est une réalité.

D entourés d'un cercle. Total des points …

P entourés d'un cercle. Total des points …

S entourés d'un cercle. Total des points …

Comparez les différents totaux et notez bien la catégorie où le total est le plus élevé.

Total le plus élevé dans la catégorie D (14 à 20 points). Vous êtes *croyant.* On distingue deux sortes de croyants, ceux qui respectent les dogmes d'une religion traditionnelle et ceux qui poursuivent leur quête spirituelle, même s'ils ont cessé d'aller à l'église. En tant que croyant, vous n'avez pas d'inquiétude au sujet de la vie après la mort et cette certitude vous réconforte. Vous avez le sentiment d'avoir vaincu la peur de mourir. Votre Dieu est plein de bienveillance – c'est un être supérieur qui veillera sur votre âme quand vous mourrez. Ce que vous savez de l'expérience de mort imminente vous fortifie dans votre croyance.

Total le plus élevé dans la catégorie P (14 à 20 points). Vous êtes *sceptique.* En tant que sceptique, votre approche de la vie est logique et matérialiste. Quoique vous ne soyez pas nécessairement un scientifique, vous accordez plus de confiance au point de vue de la science qu'au point de vue de la foi, si bien que pour vous les deux points de vue ne peuvent coexister. Vous ne croyez pas à la vie après la mort et vous n'y pensez pas. Vous soupçonnez que l'état de mort imminente doit être une étrange sorte de dysfonctionnement du cerveau. Peut-être changeriez-vous d'avis si vous aviez des preuves plus convaincantes, mais jusqu'ici vous n'en avez pas eu. Vous suspectez que toute preuve de vie après la mort relève soit d'un fantasme soit de la projection d'un désir. Étant donné que personne ne revient de chez les morts,

vous êtes persuadé que vous n'aurez jamais d'information fiable à ce sujet.

Total le plus élevé dans la catégorie S (14 à 20 points). Vous êtes au nombre des *agnostiques* ou au nombre des *gens qui ne se prononcent pas sur la question.* Malgré la différence entre ces deux groupes, ils ont un point commun : peut-être la vie après la mort existe-t-elle, peut-être n'existe-t-elle pas ? Mieux vaut attendre qu'il n'y ait pas d'autre choix que de faire face. Ou bien encore vous pouvez avoir le sentiment qu'on ne pourra jamais expliquer ni la vie après la mort ni Dieu. Les récits d'expériences de mort imminente vous intéressent moyennement.

Si vous n'obtenez pas de 14 à 20 points dans aucune des trois catégories, considérez que vous faites partie des *personnes qui ont l'esprit ouvert.* Celles-ci

ajoutent foi à ce qui relève de la spiritualité mais aussi à ce qui relève du matérialisme ou de la science. Les expériences de mort imminente vous intriguent mais vous n'êtes pas totalement convaincu. Ne pas avoir de croyances arrêtées peut vous causer une certaine angoisse ; vous pouvez considérer que vous n'avez pas l'esprit clair. Plus vraisemblablement cela ne vous gêne pas de ne pas avoir de certitude, parce qu'à votre avis, il ne peut y avoir de certitude quand il s'agit de la vie après la mort. (À l'idée d'aller au ciel, vous soupirez et vous pensez que ce serait agréable. Mais vous n'y comptez absolument pas.)

Vous ne devriez pas vous étonner de découvrir que vous êtes croyant, sceptique ou agnostique. Pourtant, quand

vous considérez la catégorie dans laquelle se trouvent d'autres personnes, catégorie qui peut être très différente de la vôtre, vous pouvez vous sentir gêné de penser que *vous pourriez tous avoir raison.*

Les croyants peuvent aller au paradis (ou en enfer) conformément à leur éducation religieuse. Dans la vie après la mort ils trouveront Dieu – ou les dieux qui leur sont très chers. Ils seront entourés d'anges ou de bodhisattvas. Dans cette vie après la mort ils pourraient connaître la félicité absolue, si c'est ce à quoi ils s'attendent, ou l'atmosphère pourrait être moins plaisante, elle pourrait même être empreinte de tristesse. Le dogme catholique évoque en effet un Jésus en larmes et sa mère, Marie, affligée par le destin des pécheurs.

On peut aussi avoir l'expérience du néant. Pour les sceptiques la vie après la

mort paraît être un état de vide où l'on ne perçoit rien de façon consciente. Pour eux la mort peut mener à un long sommeil durant lequel on n'appréhende pas le Soi. Des questions viennent à l'esprit. Combien de temps durera cet état ? À quoi aboutira-t-il ?

Pour les agnostiques la vie après la mort est problématique. Ils peuvent avoir l'impression de rester eux-mêmes, d'occuper une sorte de limbes où les bonnes et les mauvaises actions forment une nuée qui jamais ne prend de forme précise. Dans cette vie après la mort il se peut que persistent dans leur esprit les mêmes inquiétudes et les mêmes incertitudes que celles qui règnent au cœur de leur vision du monde. Pour les chrétiens l'équivalent est le purgatoire.

Et qu'en est-il des gens qui sont indécis ou qui ont l'esprit ouvert ? Ils auront

peut-être la plus grande surprise, car un individu qui a vraiment l'esprit ouvert ne s'attend à rien de particulier quand il meurt. Si on vit au jour le jour, le dernier jour de la vie ne sera pas différent des autres. En résumé, la capacité de façonner la vie que possède la conscience est ce qu'il y a de plus permanent en nous, c'est le seul aspect de l'esprit que nous pouvons espérer voir perdurer.

Quelque part dans l'entre-deux

Tant que le domaine physique et le domaine métaphysique resteront confus, nous nous trouverons pris au piège dans l'entre-deux qui les sépare. Puisque la foi n'est pas une chose qui nous est donnée dans notre société, pourquoi devrions-nous tous nous attendre à la même vie après la mort ? Pour finir les choix que nous avons et le conditionnement que nous subissons doivent jouer un rôle important. Considérons maintenant le cas de deux personnes qui n'ont pas eu du tout la même vie.

Marion est née dans une grande famille catholique. Elle communiait et était croyante jusqu'à ce que sa mère mourût d'un cancer des ovaires avant l'âge de quarante ans. Voir sa mère souffrir fut un

choc. Marion cessa de croire à la miséricorde divine, bien qu'elle se refusât à l'admettre au fond d'elle-même. Quand elle épousa un homme qui avait depuis longtemps renoncé à la foi, elle se consacra à sa carrière et à sa famille. En conséquence la vie du couple fut une réussite. Les décennies passèrent sans que rien de catastrophique ne survînt. Quand son dernier enfant quitta la maison pour aller à l'université, Marion commença à se sentir seule. Quelques années plus tard, elle éprouva du vague à l'âme et un sentiment de culpabilité qui l'incitèrent à envisager de retourner dans le giron de l'Église. À cinquante-deux ans elle ressent à nouveau le besoin de retrouver la foi dans laquelle elle a grandi.

Aaron vient d'une petite famille de juifs non-pratiquants. Comme il était fils unique, on l'avait choyé, peut-être à

l'excès, durant son enfance. Quand il manifesta un don pour les mathématiques, son père l'encouragea à devenir comptable afin qu'il eût la sécurité financière. Aaron préféra faire du droit. À trente ans il obtint un poste dans un cabinet d'avocats important de Manhattan, ce qu'il ne regretta jamais. Aaron a épousé sur le tard une femme également avocate. Tous les deux ont acheté un appartement en ville et une villa au bord de la mer. Ils n'ont pas eu d'enfant. Quand Aaron a découvert que sa femme le trompait, il s'est remis rapidement du choc. Il a obtenu le divorce à son avantage. À cinquante ans il n'a pas décidé s'il se remarierait, sa carrière lui laisse peu de temps pour réfléchir à cette question. Il en est plus ou moins conscient, il n'a pensé ni à Dieu ni à la religion depuis des années.

De toute évidence Marion et Aaron ont eu une vie diamétralement opposée. Marion est une dévote sans grande personnalité, Aaron est un battant. Marion a consacré toute son énergie à sa famille, Aaron à sa carrière. Les termes qui caractérisent le mieux Marion pourraient être stabilité, intimité, affection, unité, coopération, écoute et patience. Les termes qui caractérisent le mieux Aaron pourraient être indépendance, autonomie, compétition, pouvoir, ambition et succès. Lorsque deux personnes mènent une vie si différente en ce qui concerne les valeurs essentielles, pourquoi devraient-elles s'attendre à avoir une vie identique après la mort ?

Les choix fondamentaux qui modèlent la vie de chacun s'effectuent au niveau de la conscience. À ce niveau ils ne sont pas

simples. Ils dépendent des souvenirs et du conditionnement, de la culture et des attentes. Tous ces éléments se combinent pour déterminer ce qui advient dans la vie après la mort. Les croyances qui font vraiment la différence sont d'ordre spirituel. Les autres choix innombrables que nous faisons chaque jour nous semblent plus importants, car ils façonnent notre réalité individuelle.

> *Ce que l'on choisit de faire aujourd'hui engendrera des conséquences au cours d'innombrables lendemains.*

4

Comment échapper au lasso ?

Depuis l'instant où elle était partie de chez elle en courant Savitri comptait les minutes en attendant que Satyavan fut de retour. Mais maintenant elle avait l'esprit plus serein. Ce n'était pas seulement l'effet de la sagesse de Ramana ou du silence de la forêt. Le destin avait concocté un projet pour Savitri. Il la faisait tourner en rond jusqu'à ce qu'elle fut à même de faire face seule à Yama.

Jusque-là elle n'avait pu imaginer qu'une seule chose : son mari bien-aimé

rentrait à la maison pour subir son destin funeste, mais maintenant elle avait l'esprit vide. Peut-être était-ce un bon signe, Ramana lui adressa la parole.

— Je ne te promets pas que nous pourrons sauver Satyavan, mais d'autres ont échappé à la mort.

Savitri se sentit soulagée.

— Dites-moi comment.

— Je me souviens d'un enfant qui, dès sa naissance, était sous le coup d'une terrible malédiction. Son père était un grand rishi, le sage le plus respecté des kilomètres à la ronde. Ce rishi avait souhaité avoir un fils mais sa femme était stérile. Le rishi finit par demander un fils à Dieu. Seuls les plus sages des sages connaissent le secret, à savoir que Dieu existe pour satisfaire nos demandes et

que nous n'existons pas pour satisfaire les siennes.

« Le rishi fit appel à Dieu, qui tout d'abord refusa de se manifester. Cependant le rishi avec une patience infinie continua de supplier Dieu de lui accorder un fils et cela pendant des années et des années. Enfin Dieu lui apparut et lui dit : "Je vais te donner un héritier, mais il te faut choisir. Veux-tu cent fils qui vivront longtemps mais qui seront des sots, ou veux-tu un seul fils qui sera intelligent mais mourra jeune ?"

« Le rishi n'hésita pas. Il choisit le fils intelligent qui, conformément à la décision de Dieu, mourrait à son seizième anniversaire. Le rishi et sa femme exultèrent quand elle tomba enceinte et donna naissance à un garçon. Il grandit et devint extrêmement intelligent. Ses parents le chérissaient d'autant plus

qu'ils savaient qu'il était sous le coup d'une malédiction depuis sa naissance. Ils avaient l'intention de parler au garçon de son destin en temps voulu. Mais les années passaient et toujours ils remettaient l'annonce à plus tard.

« Enfin le seizième anniversaire du garçon arriva et celui-ci était toujours dans l'ignorance. Quand il s'agenouilla devant son père pour recevoir sa bénédiction, le rishi lui dit : "Je veux que tu restes auprès de moi et que tu ne quittes pas la maison aujourd'hui." Son fils fut intrigué, surtout quand il vit des larmes dans les yeux de son père. En garçon obéissant il resta près de son père toute la journée, mais quelqu'un souhaita voir le rishi qui s'absenta un moment. Son fils saisit l'occasion pour sortir par la porte de derrière. Il devait faire une offrande à Dieu le jour de son

anniversaire, ce que même un père ne peut refuser à son fils.

« Quand le garçon arriva au temple, il se tint devant l'autel mais ne remarqua pas qu'il avait été suivi par Yama armé du lasso dont il se sert pour capturer ses victimes. Yama lança le lasso par-dessus la tête du garçon pour l'emmener de force avec lui.

« Mais à ce moment même le garçon s'inclina devant l'autel, afin de marquer sa gratitude envers celui qui lui avait fait don de la vie. Le lasso de Yama manqua son but et attrapa les saintes images placées sur l'autel. Elles se fracassèrent en tombant sur le sol. Alors Dieu bondit, furieux d'être ainsi insulté. Il chassa Yama du temple à coups de pied et accorda au garçon un sursis. Selon certaines sources il frappa Yama si violemment qu'il le tua, mais Dieu le

ressuscita quand il se rendit compte que les gens étaient si habitués à la mort qu'ils ne pouvaient s'en passer.

Savitri écouta cette histoire avec la plus grande attention. Soudain elle eut l'intuition que le garçon n'était nul autre que Ramana, mais elle décida de ne pas en parler.

— Quelle leçon a tiré le garçon de tout cela ? demanda-t-elle.

— Il a appris que lorsque la Mort vient s'emparer de vous, vous devez faire en sorte qu'elle s'empare de Dieu. Si Dieu est en vous, le lasso de Yama manquera toujours sa victime. Voilà le secret pour lui échapper.

À ce moment-là Savitri et Ramana passaient devant une prairie étincelante d'une multitude de fleurs.

— Reposons-nous ici un moment, suggéra Savitri. J'ai été si anxieuse que j'ai oublié de remercier Dieu d'être en vie.

— C'est une bonne idée, Savitri.

Ils s'assirent par terre dans la lumière de l'après-midi qui illuminait toutes les fleurs comme si elles étaient en or. Alors Savitri médita sur son âme.

Le paradis d'un Rishi

La notion de paradis donne à l'existence une dimension humaine. C'est une des raisons pour lesquelles elle a survécu si longtemps. En imaginant que nous rentrons chez nous après notre mort, que nous nous reposons de nos tâches ardues et recevons une juste récompense, nous sommes pleinement rassurés. Il est difficile de ne pas verser des larmes quand on écoute l'ancien cantique avec son mélodieux refrain qui vous berce :

Jésus vous appelle

Avec douceur, avec tendresse

Reviens chez toi…

Reviens chez toi.

À une époque où prévaut le doute, il est impossible de rejeter certaines hypothèses en dépit de leur fragilité :

1. Nous allons quelque part quand nous mourons.

2. Pour tout le monde l'endroit où l'on se rend est le paradis ou l'enfer.

Quand nous avons évoqué l'étape de transition appelée « le passage dans l'au-delà », nous avons constaté que graduellement le mourant accepte l'idée de perdre son corps physique et tout ce à quoi sa personnalité l'attache. Mais il s'agit seulement de la première étape de ce qui va vous arriver. Une destination vous attend. Pour la plupart des croyants, elle implique l'existence d'un lieu réel, pas seulement d'un état d'esprit.

De toutes les destinations possibles, le paradis est la plus agréable à envisager.

Elle nous rassure en ce sens que nous garderons le même physique et que notre personnalité sera préservée. (La plupart des gens sont encore plus explicites. Je parlais avec une patiente qui, à la suite d'un cancer du sein, avait subi une mastectomie totale. Nous savions tous les deux qu'il n'était pas certain qu'elle survécût mais, étant une chrétienne pratiquante, elle pensait bien aller au paradis. « Qu'espérez-vous voir quand vous y arriverez ? » lui demandai-je. « Mes nichons », répondit-elle sans hésiter.)

Le Vedanta nie l'existence du paradis. Il affirme que notre destination est l'inconnu. Une fois que les images familières qui représentent le « passage dans l'au-delà » ont disparu, l'inattendu se manifeste. La conscience est capable de créer. Le paradis conventionnel dont on nous a parlé pendant notre enfance

était simplement une création de l'esprit, mais il est devenu un cliché. Dans une culture où règne le doute, je ne crois pas que tout soit figé. Le doute a l'avantage de laisser la place à de nouvelles possibilités.

L'une de ces possibilités, c'est que la mort puisse être aussi créatrice que la vie. Un peintre sait qu'il utilise de la matière brute, à savoir des pigments, mais les gens en grande majorité ignorent qu'ils utilisent la matière brute, à savoir la conscience. S'ils pensent à la conscience, ce qui leur vient à l'esprit, c'est son contenu. Comme une pièce pleine de meubles, la conscience est remplie de pensées et de souvenirs, de souhaits et de craintes, de désirs et de rêves. Une partie de son contenu est en mutation, mais une autre partie est immuable – c'est ce qu'on pourrait appeler l'ameublement de l'esprit. On ne

crée pas si on se sert toujours des mêmes éléments, pourtant c'est essentiellement ce à quoi équivaut le paradis : des vieux meubles.

Prenez une feuille de papier, tracez une colonne intitulée « le ciel » et une colonne intitulée « l'enfer ». Aussi vite que possible, dressez une liste de mots et d'images qu'évoque chacun des deux termes dans votre esprit. La plupart des gens, qu'ils se considèrent comme croyants ou comme sceptiques, établissent une liste dans le genre de celle-ci :

Le ciel des harpes

de jolis nuages blancs des anges

la demeure du Seigneur

la paix éternelle

la félicité éternelle

la véritable demeure de l'âme

le paradis – perdu puis retrouvé

la récompense des Justes

un vénérable vieillard tout blanc assis sur son trône

un lieu agréable où l'on s'ennuie

une grande famille qu'on retrouve

l'opium du peuple

j'aimerais y aller

L'enfer

les démons avec leurs fourches

les tourments des damnés

les flammes de l'enfer

l'enfer de Dante – les cercles de l'enfer

des tortures éternelles

il n'existe pas d'endroit plus terrifiant

les diables aux pieds fourchus

on tremble rien que d'y penser

le mal vous fascine

Satan, le Prince des Ténèbres

je ne voudrais y aller pour rien au monde.

Voilà ce que j'ai écrit en toute hâte. Je remarque immédiatement deux choses :

les images que j'ai notées sont toutes de seconde main, elles sont empruntées à la culture qui m'a imprégné. Elles sont dépourvues d'ambiguïté. Le paradis est une chose, l'enfer est le contraire. Cela va sans dire, la vie après la mort ne peut être créatrice. Notre esprit préfère ce qui est sans ambiguïté. Dans tous les contes de fées le bien absolu est opposé au mal absolu. Nous ne racontons pas à nos enfants que lorsque Cendrillon rentra chez elle après le bal elle fut si heureuse d'y voir ses demi-sœurs quelles devinrent les meilleures amies du monde. Ou encore que lorsque la pantoufle de vair alla à son pied, elle décida de prendre un rendez-vous avec le Prince pour voir ce qui se passerait. En dépit des discussions théologiques qui depuis des siècles portent sur la relation de Satan avec

Dieu, notre esprit réduit leur rôle respectif à celui de vilain et de héros.

Selon le dogme catholique nous appréhendons Dieu de façon imparfaite, tant que nous sommes vivants ici-bas. Nous apercevons son reflet comme dans un miroir, tout comme nous y apercevons notre visage et notre corps. Nous imaginons que Dieu ressemble à un homme. Mais à notre arrivée au paradis nous verrons Dieu directement tel qu'il est. Et, selon l'Église, nous serons confrontés à une contradiction, parce que nous verrons *à la fois* l'image « vague et obscure » qui était dans notre esprit et Dieu tel qu'il est réellement « selon le mode de son Être. » En d'autres termes il sera à la fois réel et irréel. Cette contradiction est impossible à résoudre ; c'est un mystère. Sur ce point le Vedanta serait d'accord.

Le conflit entre science et religion

Le romancier anglais H.G. Wells a écrit : « Ce dogme du Royaume des Cieux [...] est certainement l'un des dogmes les plus révolutionnaires qui ait jamais bouleversé et modifié la pensée humaine. » Ce qui rendait le paradis si révolutionnaire, c'était le passage de ce monde au monde qui lui succède, ce dont Jésus est presque seul responsable. En fait le paradis est une de ses contributions personnelles les plus extraordinaires.

Dans l'Ancien Testament, Dieu promet aux prophètes et aux patriarches un royaume au sens littéral du terme. Ils gouverneront la terre en Son nom. Ainsi Dieu passe avec David un contrat, un contrat légal qui lie les parties : « Jamais II ne manquera d'homme pour occuper

Son trône de toute éternité. » Comme David était déjà roi, cette promesse devait signifier que le trône de David à Jérusalem serait celui de Dieu pour l'éternité. Jésus lui-même semble d'accord avec cette idée quand il promet que le Royaume de Dieu est proche, mais son enseignement va beaucoup plus loin.

Selon le Christ le paradis, c'est *le présent*. C'est une expérience spirituelle que peuvent faire les Justes. Le paradis c'est aussi *l'avenir.* C'est le retour à la demeure de Dieu qu'attendent les Justes le jour du Jugement dernier. Le paradis est quelque chose de *personnel.* Il faut le découvrir « en vous. » En même temps le paradis est *universel.* C'est une demeure éternelle par-delà la naissance et la mort, un lieu en dehors de la Création.

Cet enseignement était révolutionnaire car Jésus a construit un pont destiné à

l'âme, en exhortant chacun à le franchir pour trouver son chemin. Auparavant, être juste aux yeux de Jéhovah était une question de rituel ; il s'agissait d'obéir aux prêtres et de ne pas enfreindre les commandements divins. On est en droit de se demander si l'Ancien Testament promet une vie après la mort. (Cela va sans dire, les juifs ne considèrent pas le Nouveau Testament comme un progrès par rapport à l'Ancien Testament ; au fur et à mesure que le judaïsme a évolué, il a intégré sa propre métaphysique sous une forme particulièrement élaborée. Mais pour des millions de juifs de la Réforme, il n'y a pas de vie après la mort. Aussi met-on la pression sur les croyants pour qu'ils aient la vie la plus morale et la plus juste possible ici et maintenant.)

Après Jésus, les gens ont pu entreprendre un voyage spirituel et le

caractère urgent de ce voyage a été quelque chose de nouveau. Le paradis est devenu une récompense qu'il faut mériter par ses propres efforts. Cette exhortation pressante à mériter le paradis a nourri le christianisme jusqu'à nos jours et les croyants les plus fervents déclarent qu'il ne faut jamais l'oublier. Mais se souviennent-ils que tout le processus est une démarche intérieure ?

Dans notre culture aujourd'hui le christianisme est empêtré dans des images prises au sens littéral – par exemple le paradis est un lieu qui existe vraiment. Pas la moindre allusion à une démarche intérieure, pas la moindre possibilité d'explorer l'âme de façon créatrice. Les gens finissent par discuter avec passion d'un pays imaginaire loin du véritable enseignement de Jésus. Les conséquences de ces divergences sont

importantes. En 2005, en Floride, Terri Schiavo, une femme de quarante et un ans dont le cerveau était mort, fut au centre d'une véritable guerre entre la foi et la science. Au cours de l'état de coma dépassé, la personne dont le cerveau est mort peut avoir de brèves périodes pendant lesquelles elle semble être consciente de façon intermittente, car les expressions du visage changent, les paupières clignent et la tête peut bouger. Il s'agit dans tous les cas de simples réflexes. Lorsqu'un proche sous l'emprise du désespoir voit de faibles signes de vigilance, ceux-ci peuvent donner l'impression que le sujet a « une conscience minimale ». Du point de vue médical ces mots sont porteurs d'un faible espoir. Les parents de Terri Schiavo avaient vu ses yeux bouger après qu'elle était sortie de son coma primaire, ce

qu'ils interprétèrent comme un signe de reconnaissance. (Les politiciens de droite attribuèrent une importance disproportionnée à ces signes à peine perceptibles de reprise de conscience, ils prétendirent que Mme Schiavo riait et pleurait, savait où elle se trouvait et reconnaissait sa famille.)

La droite religieuse attaqua avec virulence l'idée que Mme Schiavo n'était plus vivante – et ne l'était plus depuis quinze ans, depuis ce jour de 1990 où elle s'écroula à la suite d'une crise cardiaque. Le président Bush quitta précipitamment son ranch du Texas pour se rendre en avion à Washington, afin qu'un projet de loi voté en urgence au Congrès permît de « sauver » la vie d'une personne en danger. Cette démarche fut stigmatisée dans certains milieux comme étant une gesticulation politique cynique. On ne se

gêna pas pour accuser Bush d'hypocrisie. La droite religieuse ne défend-elle pas à cor et à cri la peine capitale, une forme de mort qui a déjà anéanti des vingtaines de vies innocentes ? Sur ordre de la cour on finit par enlever la sonde gastrique de Terri Schiavo, malgré la loi votée en urgence par le Congrès. Terri Schiavo mourut deux semaines plus tard, en mars 2005. Le droit de mettre fin à la vie d'une personne dont le cerveau est mort a été confirmé par les instances judiciaires américaines jusqu'à la Cour Suprême, et on en a tenu compte dans ce cas.

Cette histoire illustre la manière dont la religion nous piège dans un réseau d'opinions contradictoires auxquelles on s'accroche. Ces personnes, qui de manière tapageuse expriment leur croyance au paradis, ne refusaient-elles pas à Terri Schiavo la possibilité d'y

accéder en essayant de la maintenir en vie ? Si le paradis est la récompense suprême, l'euthanasie est-elle un crime ou un cadeau ? La médecine ne se soucie pas de savoir quand l'âme entre dans le corps et quand elle le quitte. Si une femme en état de vie végétative est incapable de voir, de sentir ou de penser, lui retirer ce qui l'aide à vivre ne modifie pas grand-chose. Elle passera d'un état de mort à un autre état de mort et fera simplement une expérience plus approfondie de ce que signifie « être mort ». En fin de compte il y a là un dilemme en particulier pour les chrétiens : Terri Schiavo irait-elle au paradis alors ou au jour du Jugement dernier ? Qu'importait donc le moment où on la laisserait mourir ? Selon les fondamentalistes, son corps devra attendre la Fin des Temps pour

sortir de la tombe et rencontrer Dieu face à face.

L'opposition entre science et religion est plus importante que l'opposition entre foi et matérialisme. La science ne se mêle pas des questions métaphysiques, mais la plupart des gens présument que la science condamne la métaphysique, en fait toutes les choses invisibles associées à Dieu : l'âme, le paradis, l'enfer, etc. Cette supposition relève du scepticisme, non pas de la science. À l'époque de la physique quantique la science ne nie pas l'existence de mondes invisibles. Bien au contraire. Et on ne peut prétendre que Jésus ne traite que de questions métaphysiques – il prodigue de nombreux conseils sur la façon de vivre ici-bas. Ce qui nous laisse fort perplexes. Quand Jésus explique à ces disciples qu'ils doivent être dans ce monde mais non pas

de ce monde, son enseignement paraît impossible à suivre. Si je prends mon petit-déjeuner, comment puis-je le faire sans être de ce monde ? Mon corps physique m'ancre à chaque instant dans la réalité. Mais l'âme parvient à être dans ce monde tout en restant fermement établie en dehors du temps et de l'espace. Ainsi Jésus nous donne des indices en ce qui concerne le royaume des cieux qui est en nous.

La voie des rishis

À maintes reprises en entendant Jésus on croirait entendre un rishi de la tradition védique. C'est certainement vrai quand Jésus parle d'être dans le monde mais pas du monde. En d'autres termes, il dit à ses plus proches fidèles de cesser de se considérer comme des êtres de chair. Jésus devient plus explicite si nous laissons les quatre Évangiles pour examiner l'Évangile selon Thomas. On ne possède qu'un fragment de cet Évangile qui a été écrit très tôt – peut-être moins d'un siècle après la crucifixion – mais qui fut plus tard exclu des écrits officiels.

Écoutons Jésus :

> Si *ceux qui vous dirigent vous disent : Regardez, le royaume est au ciel, alors les oiseaux du ciel y seront avant*

vous. S'ils vous disent : Il est dans la mer, alors les poissons y seront avant vous. Mais le royaume est en vous et aussi en dehors de vous. Quand vous vous connaîtrez, alors on vous connaîtra et vous saurez que vous êtes le fils du Père qui est vivant.

Ce passage montre comme les racines de la religion s'enfoncent profondément et comme les grandes traditions de la sagesse seraient faites pour s'entendre, si les dogmes n'y faisaient pas obstacle. Ce que Jésus dit ici renforce l'idée que le ciel est partout, mais cda va plus loin encore lorsqu'il dit que le ciel est une expérience intérieure – une expérience de la conscience. Jésus voit l'âme partout. Ainsi pour lui l'essence de l'individu se trouve en dehors du temps et de l'espace. Comme les rishis, vivre dans l'éternité

comblait Jésus. Alors pourquoi n'est-ce pas notre cas ?

L'esprit est incapable de saisir l'éternité lorsque nous sommes dans notre état de veille habituel. Cet état est régi par le temps, alors que l'éternité ne l'est pas. Un lien doit exister. Le Vedanta dit qu'en fait il y a un continuum. *Chaque qualité que vous possédez est en fait une qualité de l'âme.* Réfléchissez à la série des mots suivants :

Content

Heureux

Enchanté

Transporté de joie

En extase

Qui éprouve la félicité.

C'est le genre de continuum auquel pensaient les rishis. Une personne peut

être contente sans savoir que cet état de contentement a un rapport avec l'âme. Quand on est de plus en plus content, on a conscience d'être heureux, et si ce bonheur est suffisamment intense, on est enchanté. À de rares moments on peut accéder à un niveau supérieur et dire qu'on est transporté de joie ou en extase. Il y a une progression, un continuum qui, bien qu'invisible, est tout aussi réel que si l'on goûte des desserts de plus en plus délicieux.

L'extase représente l'extrême limite du bonheur qu'on peut éprouver personnellement. On sait que le mot « extase » vient du grec *ecstasis* qui signifie « être en dehors de soi. » Les gens diront communément : « J'étais si heureux que j'avais l'impression que c'était irréel, c'était comme si cela arrivait à quelqu'un d'autre. » Ou bien : « Je l'aimais si

passionnément qu'il me semblait vivre cette expérience en dehors de mon corps. » Dans le Vedanta le continuum atteint son apogée : la félicité. En sanscrit le mot correspondant est *ananda.* La félicité est une qualité de l'âme. Si on se place dans la perspective de la vie de tous les jours, on ne peut l'imaginer. L'esprit est aussi déconcerté par le bonheur infini que le serait la langue si elle goûtait un miel cent fois plus doux que le miel ordinaire.

Même si le ciel se trouve en chaque personne, on ne peut y parvenir par un simple acte de foi. Comme pour la félicité on peut parler de continuum pour chaque qualité de l'âme. Nous en sommes tous convaincus au fond de nous-mêmes. Prenez l'exemple de la bonté. La pulsion qui nous pousse à faire une bonne action, par exemple à donner une petite pièce à un SDF dans la rue, peut prendre de

l'ampleur : on peut aider les nécessiteux. La bonté se transforme en un acte religieux quand des associations caritatives entreprennent des actions humanitaires en faveur des victimes du SIDA en Afrique. L'essence de cette pulsion se trouve chez Bouddha, le Compatissant, qui est par nature la bonté même.

Nos qualités les plus nobles peuvent atteindre l'universalité, il est indispensable qu'on nous le rappelle. Le christianisme peut prétendre que Jésus était unique, tout comme le bouddhisme prétend que Gautama était unique, pourtant du point de vue du continuum on peut voir les choses autrement. Les qualités suivantes s'approfondissent à mesure que nous nous rapprochons de l'âme :

Compassion

Force intérieure

Désir de vérité

Félicité

Beauté

Amour

Sagesse.

Tout acte de bonté est un signe positif. Toute nouvelle intuition nous rapproche de notre essence. Vous et moi, nous différons considérablement l'un de l'autre, selon la façon dont nous entretenons des rapports avec notre âme. Un certain jour je peux être frappé par un magnifique coucher de soleil, le tendre sourire d'un enfant, une vérité qui m'éclaire soudain sur ma propre nature. Je peux être frappé par l'immense besoin de compassion que ressentent les plus démunis, par la sagesse d'un poème de Keats, par la

splendeur qu'est le don de soi. Ceci dit, je crois au ciel et, quand je mourrai, j'espère aller là-haut, non pas dans un jardin céleste mais dans un espace qu'évoquent les vers de T.S. Eliot :

> *Nous ne cesserons pas notre exploration*
>
> *Et quand nous aurons tout exploré,*
>
> *Nous arriverons là d'où nous sommes partis*
>
> *Et reconnaîtrons l'endroit pour la première fois.*

La vérité, la sagesse, la beauté et toutes les autres qualités de l'âme n'ont pas besoin de cadre physique. Le pur amour existe en l'absence d'une personne à aimer. Pour atteindre la vérité spirituelle il n'est pas nécessaire d'entreprendre une croisade. L'âme dans sa plénitude occupe

le devant de la scène quand nous mourons, mais tout ceci est prévu depuis longtemps.

— Je ne me suis jamais marié, je n'ai jamais été mère car je suis un homme, m'a dit un jour un écrivain depuis longtemps en quête de spiritualité).

« Durant quelques années, a-t-il ajouté, j'ai vécu dans un ashram hindouiste dans l'ouest du Massachusetts. On y parlait beaucoup de la Divine Mère. Je ne suis pas assez chrétien pour être attiré par la Vierge Marie. Je suppose que vous diriez que ma polarité masculine est la plus forte. Mais je me rends compte maintenant que la polarité féminine a son importance.

« J'ai des amies qui font partie de cercles de Déesses. Elles accomplissent des rituels et dansent sous la pleine lune. J'ai suivi un chemin plus conventionnel,

surtout en méditant plusieurs heures par jour. Pas de danse, pas de chants, pas même de prières. J'ai fait cela pendant cinq ans et puis un jour il s'est passé quelque chose de tout à fait singulier.

« J'étais assis et je méditais quand je fus submergé par un sentiment plein de douceur. J'ai d'abord ressenti de la chaleur dans le cœur, puis cela a pris une tonalité affective. Tendresse, douceur, amour. J'étais assis et trouvais du plaisir à ressentir ce qui se passait en moi quand tout devint plus intense. J'eus l'impression de fondre. En moins de dix secondes j'étais devenu essence. Je n'étais rien qu'amour. *J'étais la Divine Mère.*

« Comment puis-je vous expliquer ce qu'est cette impression ? Imaginez que vous regardez une grande actrice de cinéma. Elle étreint et embrasse ses

enfants et, l'espace d'un instant, vous oubliez que vous êtes dans le noir et regardez la lumière jouer sur l'écran. Vous êtes l'actrice. Voilà l'impression que j'ai ressentie mais avec mille fois plus d'intensité. Je n'étais rien d'autre que la Mère.

À des moments inattendus nous nous aventurons dans le continuum spirituel en marge de la vie quotidienne. Ce n'est ni de l'affection, ni un instant d'amour éperdu, ni de l'amour romantique, ni de la dévotion que nous éprouvons. Nous sommes submergés par l'amour universel. Maintenant cet homme jette sur les femmes un regard différent :

— Elles existent comme des êtres ordinaires mais en même temps une force tout à fait impersonnelle – la Mère – les illumine. Je peux klaxonner pour qu'une femme au volant passe plus rapidement

un feu, mais si elle tourne son visage vers moi, je vois *cette force. Cette force* est le fondement de toutes choses. Quand je m'en rends compte, klaxonner me paraît absurde. Pouvez-vous klaxonner s'il s'agit de Dieu ?

Sous la forme physique il y a seulement une certaine dose de spiritualité que nous pouvons absorber, mais parfois ce seuil est franchi. Je pense à sainte Thérèse d'Avila, la sainte espagnole du XVI^{e} siècle, qui a connu l'amour divin sous la forme d'une flèche d'or avec laquelle un ange lui transperçait le cœur. Sainte Thérèse a décrit cette expérience comme une souffrance insoutenable et en même temps merveilleuse (c'est pourquoi elle est la sainte patronne des gens qui souffrent).

Cela nous ramène au paradoxe du ciel, au fait que Dieu est en même temps

visible et invisible. Il en est de même de l'âme. Nous la voyons à travers des événements qui nous font sentir l'amour, la vérité, la beauté. Ce qui les inspire – une épouse aimante, un beau tableau, un dicton plein de sagesse – perdra son éclat puis disparaîtra. Mais l'essence demeure, et c'est cette essence qui nous incite à ressentir encore plus d'amour demain. C'est la voie qui mène au ciel.

Quelqu'un qui est mort est arrivé au terme de son chemin. Alors que se passe-t-il ? Dans le domaine de l'âme, est-ce que toute expérience cesse ? En ce qui concerne ce qui est physique, c'est certain, elle cesse. Tout ce que nous aimions disparaît. Seule l'essence est réalité, maintenant. Mais, comme nous le verrons, toute activité n'est pas terminée, loin de là. L'âme se trouve bien plus libre de choisir, les choix étant ouverts « de

l’autre côté » – comme disent les rishis. Ils sont plus intéressants que jamais.

5

Le chemin de l'enfer

— Je me demande si Yama se dupe, dit Ramana d'un ton songeur. Mais sans aucun doute il dupe tout le monde.

— Vous parlez comme s'il nous jouait un tour en ce moment, répliqua Savitri.

La longue marche dans la forêt commençait à lui porter sur les nerfs. Elle savait que le temps était compté.

— Oui, Yama nous joue un tour, acquiesça Ramana. Vous ne l'auriez pas fui si vous l'aviez su.

Ramana se tut soudain, comme s'il venait d'exprimer une évidence.

— Expliquez-moi en quoi son tour consiste, demanda Savitri.

— D'accord. Je vais te raconter l'histoire d'un singe enfermé dans une petite pièce dans la tour d'un château. Il ne se passait rien dans la pièce et le singe était agité.

« Le singe ne pouvait se distraire qu'en allant à la fenêtre et en regardant le monde à l'extérieur. Cela l'amusa quelque temps, mais un jour il se mit à penser à sa situation. Comment avait-il échoué dans cette tour ? Pourquoi l'avait-on capturé et enfermé ici ? L'humeur du singe commença à s'assombrir. Il n'avait rien à faire, il n'y avait personne à qui parler. À force de penser il était de plus en plus déprimé. Les murs de la pièce semblaient se rapprocher ; le singe se mit à suer, tant il était anxieux. *je ne suis pas dans une pièce, je suis en enfer,* conclut-il

soudain. Sa dépression se transforma en angoisse, son angoisse en torture. Le singe voyait les démons s'affairer partout autour de lui. Ils lui infligeaient d'épouvantables souffrances.

« *C'est cela*, pensa le singe. *Je suis en enfer pour l'éternité*. Et les tourments continuèrent, de plus en plus insupportables. Le singe ne voyait pas d'issue. Mais petit à petit il s'habitua aux tourments. Combien de temps s'était-il écoulé ? Le singe ne s'en souvenait pas. Toutefois il commença à s'accoutumer à son environnement. La pièce n'était pas désagréable, pas vraiment. En fait, c'était plutôt plaisant d'être seul à regarder par la fenêtre tout ce qui se passait dehors. Un spectacle fascinant.

« Petit à petit les démons cessèrent de torturer le singe et se retirèrent. Il commença à être en meilleure forme.

Bientôt le jour vint où il se sentit plus enjoué et plein d'optimisme et puis…

Ramana s'interrompit puis reprit :

— Je suis sûr que tu sais comment cette histoire se termine.

— Le singe va au paradis, répliqua Savitri.

— Oui, exactement. Il commence à se sentir de mieux en mieux jusqu'à ce qu'il s'imagine être au paradis et, au lieu d'être puni par des démons, il est réconforté par des anges. *Ah !* pense le singe, *je connais la félicité éternelle*.

— Jusqu'à ce qu'il s'ennuie à nouveau, fit remarquer Savitri.

Ramana acquiesça.

— Le singe, c'est l'esprit, qui siège seul dans la tour – la tête en quelque sorte. Lorsque l'esprit accroît son activité sous l'effet du plaisir et se replie sur lui-même

sous l'effet de la souffrance, il crée toutes sortes de mondes imaginaires et ne cesse de s'enthousiasmer pour ses propres créations. Le singe croira au paradis pendant un certain temps, puis viendra l'ennui et, parce qu'il est le germe du mécontentement, l'ennui le chassera du paradis et le ramènera en enfer.

— Ainsi nous sommes tous pris au piège, constata Savitri, découragée.

— Seulement si l'on accepte d'être pris au piège. Je n'ai pas dit que la porte de la tour était fermée à clef, précisa Ramana. Un domaine infini s'étend au-delà des murs du château. On peut emmener son esprit de l'autre côté des murs. La liberté existe là-bas et, une fois qu'on l'aura conquise, on ne sera plus jamais obligé de retourner au ciel ou en enfer.

Le karma et le salaire du péché

Jusqu'à présent j'ai proposé une conception de la vie après la mort qui est ouverte, créatrice et qui comporte de multiples choix. Petit à petit nous trouvons des solutions qui répondent à nos attentes et nous contemplons des scènes qui correspondent parfaitement à ces attentes. Mais cette conception ne tient pas compte d'une question d'une importance capitale pour de nombreuses personnes : le péché. Pour les chrétiens il est impossible de passer le péché sous silence, puisque Dieu ne cesse de comptabiliser nos bonnes et nos mauvaises actions. C'est indispensable, sinon tout le monde irait au paradis et la présence simultanée des bons et des

méchants en ferait un lieu trop semblable à la vie sur terre.

Récemment j'ai vu à la télévision un évêque catholique qu'on interrogeait. On lui a posé une question qu'on aurait pu poser à un évêque au Moyen Age : « Est-ce que les chrétiens croient vraiment que cette vie n'existe que pour se préparer à la vie future ? » « Oui », répondit sans hésiter l'évêque. C'est exactement ce qu'aurait dit un évêque à l'Âge des Ténèbres. Un millénaire n'a pas modifié une croyance fondamentale du christianisme, à savoir que notre monde est une vallée de larmes, que le péché est à l'origine de la mort et que la seule voie de salut est le paradis. « Je serai en paix quand je serai au paradis. Je pourrai me reposer », continua l'évêque. En d'autres termes nos souffrances ici et maintenant

ont une importance primordiale dans l'image que nous nous faisons de l'avenir.

L'enfer est la rétribution du péché, mais c'est aussi un prolongement des souffrances en ce bas monde. Quand la fuite est l'ultime récompense, l'ultime punition consiste à rester en arrière. La théologie chrétienne repose sur cette affirmation : « Sois vertueux, sinon Dieu prolongera ta vie dans des conditions pires encore. » Les rishis des temps védiques considéraient que la souffrance résultait non pas du péché, mais de la perte de la liberté. Selon le Vedanta, ce qui restreint notre liberté maintenant agira encore après notre mort. Dans les deux cas, nous sommes soumis au Karma.

À l'origine le mot sanscrit *Karma* signifiait « action », mais le sens s'est vite élargi. Maintenant il évoque le combat

éternel entre le bien et le mal. (J'écrirai le mot avec un K majuscule quand il s'agira de l'aspect cosmique du Karma, et avec un k minuscule quand il s'agira des conséquences sur l'individu.) Au niveau le plus superficiel on peut acquérir un bon karma en faisant le bien et un mauvais karma en faisant le mal. Cela correspond au concept chrétien du choix entre les bonnes et les mauvaises actions, et de la récompense ou de la punition suivant le cas. Des millions de gens en Orient et en Occident règlent leur vie suivant cette croyance. Mais le Karma n'a jamais de fin, il fait partie du voyage ininterrompu de l'âme, ce n'est pas simplement une seule vie de bonnes ou de mauvaises actions qui, une fois pour toutes, mène au paradis ou à l'enfer.

Le problème, c'est que le karma, fut-il excellent, ne peut nous apporter la

liberté. La version de l'enfer selon le Vedanta est l'impossibilité qu'on a d'échapper à l'enchaînement karmique, ce qui rappelle étrangement la notion d'enfer chez les chrétiens. Il est impossible d'atteindre la parfaite vertu et, petit à petit, le karma peut transformer la vie d'un saint en celle d'un pécheur et vice versa. On pourrait dire que le Karma « vous colle à la peau ».

On peut comparer le Karma à une horloge cosmique dont tous les mécanismes fonctionnent à la perfection. On peut le comparer à un superordinateur qui enregistre tous les actes de la Création. On peut le comparer à un juge qui, de toute éternité, comptabilise les bonnes et les mauvaises conséquences de toutes les pensées et de toutes les actions. À vrai dire tout ce qui existe – l'univers, le cerveau, le Soi

inférieur, le Soi supérieur, l'atman, Dieu – est relié par la force invisible du Karma. La loi du Karma, qui sous-tend tous les systèmes de croyances orientaux, maintient que nul d'entre nous ne peut éviter de payer ses dettes karmiques, et comme nous accumulons tous les jours des dettes, nous n'avons pas d'autre choix que de les payer vie après vie.

Comment se libérer du péché

Selon les rishis, la punition dans la vie après la mort est la conséquence de dettes karmiques qui n'ont pas été payées. Si je commets un crime et si je ne le paie pas ici-bas, je paierai en souffrant plus tard. Qu'est-ce qu'une dette karmique ? Il s'agit avant tout d'une cause qui n'a pas encore trouvé son effet. Il y a un dicton en Inde : « Le Karma attend sur le pas de la porte. » Cela signifie qu'une personne peut essayer d'échapper à ses actions passées mais, comme un chien qui dort à côté de la porte en attendant le retour de son maître, le Karma peut faire preuve d'une patience infinie. En fin de compte l'univers fera tout pour rétablir l'équilibre entre le mal et le bien.

L'enfer est le lieu où l'on éprouve les souffrances qui résultent du karma. Dans leur grande majorité les expériences de mort imminente s'avèrent positives, mais certaines ne le sont pas. Au lieu d'aller vers une lumière bienfaisante et accueillante, certaines personnes connaissent les tourments de l'enfer. Ces personnes voient des démons ou même Satan en personne ; elles entendent des pécheurs qui vocifèrent tant ils sont torturés ; et partout d'épaisses ténèbres. Les spécialistes des expériences de mort imminente ont même trouvé une catégorie de personnes qu'ils appellent « des âmes enchaînées à la terre ». Elles sont hantées par des mauvaises actions et des désirs frustrés. George Ritchie nous en livre un témoignage exceptionnel.

Au cours de son expérience de mort imminente, George Ritchie a été emmené

par Jésus dans une grande ville où il a observé des âmes enchaînées à la terre qui traquaient les vivants pour une raison ou pour une autre. Une de ces âmes quémandait en vain une cigarette. Un jeune homme qui s'était suicidé suppliait en vain ses parents de lui pardonner. L'âme d'un jeune garçon poursuivait une adolescente toujours en vie et implorait son pardon bien que la jeune fille ne se rendît absolument pas compte de sa présence. Le garçon s'était suicidé et devait subir toutes les conséquences de son acte, expliqua Jésus à Ritchie.

Ce sont des fantômes dont la dette karmique n'a pas été payée. Souvenez-vous que les expériences épouvantables qu'on peut avoir n'ont pas toujours de rapport avec la mort. Certaines personnes ont vu Satan au cours de rêves ou en imagination. Elles l'ont même vu incarné.

(Mais il faut croire à la possession diabolique et à la capacité qu'a le démon de se loger dans le corps d'un individu jusqu'à ce qu'il soit exorcisé.)

De nos jours les spécialistes des NDE sont au nombre des rares personnes qui étudient la vie après la mort. Pour eux l'expérience qu'on peut avoir de l'enfer ou les tourments que peuvent subir certaines âmes ont des causes précises. Notre esprit nous conduit en enfer, il peut également nous en faire sortir. Que la souffrance se manifeste ici-bas par la douleur physique ou dans la vie après la mort par la torture psychologique, les causes demeurent les mêmes puisqu'on peut les imputer aux effets du Karma. Dans la plupart des cultures on croit qu'on ne peut échapper aux conséquences des mauvaises actions dans la vie après la mort. Mais les rishis

ont ouvert l'horizon en expliquant comment on peut, de façon générale, échapper aux tourments.

« On récolte ce qu'on a semé », ce qui n'est pas évident sur le plan matériel. Les méfaits échappent à l'attention, mais moins souvent au châtiment. Nous entretenons tous le fantasme d'une vie où nous pouvons faire n'importe quoi, en toute impunité. Ce fantasme est assez puissant pour transformer par exemple des braqueurs de banques en héros, du moins dans les films.

En prétendant qu'un mauvais karma rattrapera un jour les vrais malfaiteurs, sommes-nous coupables de prendre nos rêves pour la réalité ? Les sceptiques répondraient certainement oui car, si une dette karmique est payée en dehors du monde de la matière, elle n'est pas payée du tout. On ne peut résoudre facilement

le problème, mais en termes spirituels nous pouvons observer la différence entre quelqu'un qui a atteint la maturité – ce qui implique qu'il a payé certaines dettes – et quelqu'un qui ne l'a pas atteinte et qui est accablé sous le poids des dettes qu'il n'a pas remboursées. La personne qui a atteint la maturité spirituelle mène une vie qui a un sens en suivant les principes que voici :

La confiance en soi : J'ai de l'importance sur le plan divin, je suis unique dans l'univers.

L'amour : On me donne beaucoup d'amour et je donne beaucoup d'amour à autrui.

La vérité : Je perçois ce qui a été illusoire et ce qui a détourné mon attention dans le passé.

La reconnaissance et la gratitude : J'éprouve le plus grand bonheur quand je suis emporté par les élans créateurs.

Le respect : J'ai la capacité de ressentir et de voir le sacré.

La non-violence : Je respecte la vie sous toutes ses formes.

Vivre sans respecter ces valeurs est douloureux, et si on vit avec intensité dans le non-respect, cela suffit peut-être pour faire de la vie un enfer. Mais si votre vie a un sens, vous comprenez le pourquoi des dettes karmiques : quand vous en êtes libéré, votre vie s'épanouit et vaut vraiment la peine d'être vécue.

Qu'en est-il de Satan ?

Les croyants chrétiens objecteront que j'ai décrit un enfer psychologique qui exclut Satan. Exclure Satan, c'est ne pas tenir compte de la Bible, qui nous parle de Lucifer, l'ange le plus proche de Dieu. Il lui a désobéi et a été déchu à la suite de son péché d'orgueil jusqu'à être rejeté dans le lieu de la Création le plus éloigné, l'enfer. Que des millions de gens croient littéralement en ce mythe en dit long sur notre refus d'assumer notre responsabilité de la vie après la mort. Nous préférons objectiver un Prince des Ténèbres, l'antinomie toute-puissante de Dieu, qui devient alors l'agent du Mal.

Admettre l'existence de l'enfer paraît effroyable, mais ne pas l'accepter équivaut à ne plus rien attendre de soi.

L'enfer est ce qui est le plus éloigné de Dieu parce qu'il représente la conscience au plus bas. Si nous vivons des expériences de l'enfer ici-bas, ce n'est pas seulement pour des raisons d'ordre psychologique. Ce n'est pas parce que nous nous sentons déprimés ou coupables. Quand nous sommes séparés de nous-mêmes, alors nous éprouvons le sentiment que nous méritons de souffrir. L'enfer est la souffrance que nous croyons mériter. Quand les liens sont rétablis avec nous-mêmes, nous ne croyons plus que nous méritons d'être punis : nous nous réinsérons dans le cours de la vie qui a la capacité de nous guérir.

Ce que représente Satan est fonction de l'opinion que nous avons de nous-mêmes. Il est un reflet du jugement que chacun porte sur soi. Satan est une création de la conscience et, en tant que tel, il prend

plus ou moins d'importance, il évolue, il change de signification.

Satan existe réellement si les conditions suivantes sont remplies :

- On a le sentiment de mériter d'être puni au lieu d'être aidé.
- Dans certaines cultures on croit au mythe de Satan.
- En tant que croyant, on prête attention à ce mythe et on y attache de l'importance.
- On projette la culpabilité à l'extérieur sous forme de démons au lieu d'y mettre fin par une démarche intérieure.
- Les mauvaises actions s'accumulent et on ne sait pas comment se pardonner, expier ou se purifier.

■ On habitue les enfants à craindre les démons et on leur assure qu'ils sont puissants.

Satan n'a pas d'existence réelle dans les conditions suivantes :

■ On a le sentiment de mériter d'être aidé plutôt que d'être puni.

■ Notre culture sait comment on crée des mythes.

■ On a pris conscience de soi-même et on se sent responsable de ses propres émotions.

■ On croit au pardon, à la guérison, à l'expiation.

■ On trouve des exutoires pour les énergies négatives (par la thérapie, les

sports, le dialogue, une dynamique familiale saine, l'éducation, etc.).

■ On ne conditionne par les enfants à croire aux démons et à d'autres ennemis surnaturels.

■ La société encourage l'évolution de la conscience.

Notre culture a renoncé à l'existence de Satan car, en dépit de certains croyants qui prennent les choses au pied de la lettre, nous avons derrière nous un siècle de laïcité. Quels que soient ses défauts, qui peuvent être flagrants, la culture laïque a encouragé la thérapie, découragé la superstition, donné aux gens la responsabilité de leur propre destin et encouragé le dialogue avec un esprit ouvert dans tous les domaines jadis considérés comme tabous. Ce sont des progrès considérables ; ils témoignent

d'un développement prodigieux de la conscience. Le mal, quelle que soit la définition que vous en donniez, demeure même lorsque Satan a disparu mais, en éloignant notre attention de Satan, nous avons diminué considérablement son importance, tout comme les anciens dieux du mont Olympe, jadis si puissants qu'ils servaient à expliquer tous les phénomènes naturels, sont maintenant relégués au fin fond de l'histoire.

Comme les dieux grecs, Satan a fait son temps. Quand les gens trouvent une meilleure explication à un phénomène, l'ancienne explication disparaît : la météorologie remplace Éole, dieu du vent, et la thermodynamique remplace le feu de Prométhée. Nous avons le pouvoir de faire grandir Satan ou de le rapetisser. En fait nous avons le pouvoir de le rendre réel ou

de le rendre irréel. Ce qui est de la plus haute importance.

À mesure qu'évoluera la conscience, Satan deviendra plus irréel. Je crois qu'il y a déjà des millions de gens prêts à cesser de parler des démons, du péché et du mal comme étant la cause première de la souffrance. Ils sont prêts à se placer sur le plan de la conscience. Ils sont prêts à déclarer que parfois ils sont coupés d'eux-mêmes. Nous avons passé des siècles à faire appel à Dieu pour nous sauver et à craindre Satan comme l'ennemi suprême. Peut-être était-ce nécessaire pour notre évolution, mais maintenant nous pouvons nous tourner vers la sagesse plus profonde, plus humaine des rishis. Cette sagesse évoque une seule réalité, non pas un univers fracturé, avec le ciel d'un côté et l'enfer de l'autre.

Le bien et le mal, nous disent les rishis, sont fonction de nos relations avec l'âme. L'âme est l'aspect le plus réel du Soi. Quand nous interrompons nos relations avec l'âme, nous perdons contact avec la réalité.

L'âme est occultée quand…

- Vous êtes trop fatigué ou stressé.
- On vous fait sortir de vous-même.
- Votre attention est accaparée par des phénomènes extérieurs.
- Vous laissez les autres penser à votre place.
- Vous agissez sous la contrainte.
- Vous êtes dominé par la peur et l'anxiété.
- Vous luttez et vous souffrez.

Ces conditions doivent changer pour que la relation avec l'âme puisse être rétablie. La mort donne accès au domaine de l'âme mais, selon le Vedanta, l'âme a beaucoup de choses à vous offrir avant la mort. Vous vivez sous le regard de l'âme.

La pure conscience, du moins la part qui est en vous, possède certaines qualités universelles :

- Elle est constante.
- Elle ne vous perd jamais de vue.
- Elle est en relation avec toutes les autres âmes.
- Elle est omnisciente comme Dieu.
- Elle n'est pas affectée par le changement.
- Elle vit en dehors du temps et de l'espace.

Ce ne sont donc pas seulement des moments de tendresse, d'amour et de paix qui révèlent l'âme. Ce sont les moments où les qualités intrinsèques de l'âme font surface qui sont les plus importants. De tels moments surviennent

trop rarement dans la vie moderne, mais l'âme ne cesse jamais de se révéler.

L'âme se révèle quand...

■ Vous vous sentez bien centré en vous-même.

■ Vous avez l'esprit clair.

■ Vous avez l'impression que le temps s'est arrêté.

■ Vous vous sentez soudain affranchi de toute limite.

■ Vous avez profondément pris conscience de vous-même.

■ Vous sentez que vous êtes intimement uni à une autre personne soit par l'amour, soit par une communion silencieuse.

■ Vous n'avez pas l'impression d'être affecté par le vieillissement et le changement.

■ Vous êtes dans un état d'extase ou de félicité.

■ Vous avez une soudaine intuition qui s'avère juste.

■ Vous savez d'une manière ou d'une autre ce qui va se passer.

■ Vous devinez la vérité.

■ Vous vous sentez submergé par un sentiment d'amour ou en parfaite sécurité.

S'il n'existe qu'une seule réalité, comme le prétendent les rishis, alors la vie n'est pas un combat entre le bien et le mal, mais un enchevêtrement de bonnes et de mauvaises actions qui nous rapprochent de la réalité ou nous enfoncent encore plus dans l'illusion. Le Karma nous enveloppe.

Mais le Karma n'est pas une prison, il est le lieu de choix multiples. Le Karma assure l'honnêteté de nos choix. Nous récoltons ce que nous avons semé, mais ceci est loin de signifier que nous sommes piégés par les forces cosmiques du bien et du mal. L'enfer, comme tout autre site dans notre conscience, reflète en fin de compte l'état de notre conscience, et nous parvenons à nous libérer de l'enfer comme nous parvenons à tout autre exploit, en nous rapprochant de la réalité de l'âme.

6

Les fantômes

— Je vous sais infiniment gré de tout ce que vous m'avez appris, dit Savitri.

Il se faisait tard et, en vérité, elle commençait à perdre tout espoir de rentrer chez elle.

— Je suis résignée à vivre seule. Peut-être pourrais-je vous demander de m'en apprendre davantage.

— Est-on jamais seul ? questionna Ramana.

Des ombres violettes peuplaient la forêt et Savitri ne pouvait déchiffrer l'expression sur le visage de Ramana.

— Je me sens si seule, soupira-t-elle.

— Souvent on ne peut se fier à ses sentiments, remarqua Ramana.

Soudain il y eut un bruissement dans les buissons à proximité du sentier. Savitri sursauta.

— Qu'est-ce que c'était ? s'écria Savitri qui sentait l'angoisse l'envahir à nouveau.

— Des fantômes, répondit Ramana, qui s'était arrêté net. Il est temps que tu les rencontres car, après avoir voyagé dans l'autre monde, les fantômes et les esprits ont beaucoup de choses à t'apprendre.

Ramana resta immobile et fit signe à Savitri de ne pas parler. La jeune femme était comme figée sur place, un frisson la parcourut. Un moment plus tard une forme émergea de l'obscurité de la forêt : une petite fille qui avait tout au plus deux

ans, avançait vers eux d'un pas hésitant, sans regarder dans leur direction.

— Ne fais pas cela ! avertit Ramana, prévoyant que Savitri allait courir et prendre l'enfant dans ses bras.

L'enfant jeta un regard vide autour d'elle, puis elle traversa le sentier et disparut dans les bois.

— L'as-tu reconnue ? demanda Ramana.

— Non, comment aurais-je pu ? Est-elle perdue ?

Savitri était perplexe et troublée par ce qu'elle avait vu. Ramana ne répondit pas directement à sa question :

— Il y en a d'autres. Tu les attires.

À ce moment-là un deuxième fantôme apparut. Cette fois, c'était une fillette de quatre ans. Savitri était sidérée.

— Connais-tu celle-ci ? demanda Ramana.

— C'est moi !

À ces mots le fantôme regarda dans sa direction d'un air interrogateur avant de s'éloigner.

— Et le bébé, c'était aussi moi ?

Ramana acquiesça d'un signe de tête.

— Chacun de tes anciens « moi » que tu as laissés derrière toi est un fantôme. Ton corps n'est plus le corps d'une enfant. Tes pensées, tes désirs, tes craintes, tes espoirs ont changé. Ce serait épouvantable de te promener avec tous tes « moi » défunts accrochés à toi. Laisse-les partir.

Savitri ne sut que répondre. L'un après l'autre les fantômes de ses personnalités passées lui apparurent. Ainsi elle vit la fillette de dix ans assise à côté de sa mère

dans la cuisine, l'adolescente de douze ans qui rougissait en parlant à un garçon, l'ardente jeune femme obsédée par Satyavan, son premier amour. Le dernier fantôme était le plus saisissant, car il était comme son double : il avait exactement le même âge qu'elle et portait le même châle que celui qu'elle avait jeté sur ses épaules quand elle avait quitté sa cabane en courant.

— Tu vois, même « celle que tu étais » aujourd'hui est un fantôme, dit Ramana.

— Qu'est-ce que ces fantômes ont à m'apprendre ? demanda Savitri quand la dernière apparition se fut évanouie dans la forêt.

— Que la mort t'accompagne à chaque instant de ta vie, répliqua Ramana. Tu as survécu chaque jour à des milliers de morts au fur et à mesure que tes anciennes pensées, tes anciennes

cellules, tes anciennes émotions et même tes anciennes personnalités mouraient. Chacun de nous vit dans la vie après la mort dès maintenant. Qu'y a-t-il à redouter ? Qu'est-ce qui te fait douter ?

— Mais ces fantômes semblaient si réels, objecta Savitri.

— Oui, aussi réels que les rêves, répartit Ramana. Mais tu vis dans l'instant, pas dans le passé.

Savitri ne s'était jamais vue sous cet angle et cette découverte lui redonna courage.

— Je suis toujours déterminée à vaincre la mort, car je veux à nouveau serrer Satyavan dans mes bras. Mais si Yama est victorieux, je ne m'attacherai pas aux fantômes. Du moins j'ai acquis cette sagesse.

Le domaine des rêves

La personnalité survit-elle à la mort ? La réponse est simple : la personnalité ne survit même pas pendant que nous sommes en vie. Nous ne sommes plus la personne que nous étions il y a cinq, dix ou quinze ans, et nous ne devons pas le regretter. Notre personnalité évolue constamment, se transforme, mûrit. Si on pose la question : « L'individu survit-il à la mort ? » demandons-nous : « Qu'est-ce qu'un individu ? » En fait ce que nous appelons le « moi » se modifie de jour en jour, de semaine en semaine, d'année en année. De quel individu parlez-vous ? De la jeune personne qui était amoureuse, romantique et follement éprise, du jeune enfant plein d'innocence qui s'émerveillait de tout, du vieillard sur le point de

mourir ? Quel genre de personne voudriez-vous devenir après votre mort ?

Peut-être aucune d'entre elles ne vous conviendrait. Selon le Vedanta la vie après la mort nous donne l'occasion d'avoir un nouvel élan créateur. Comme l'éventail des choix continue de s'élargir, nous connaîtrons une nouvelle réalité bien plus intéressante que ce qu'il est convenu d'appeler le paradis. Le paradis est un cul-de-sac où, par définition, toute transformation cesse. Les âmes flânent dans un état de félicité qui évoque sans aucun doute une existence d'éternels assistés. Pourquoi la conscience devrait-elle devenir inerte ? Dans la vie après la mort la survie serait dépourvue de signification, si nous ne continuions pas à réagir.

La différence la plus importante, c'est que dans la vie après la mort les cinq

sens ne sont plus là pour nous stimuler. On a évacué le mobilier de l'esprit, si bien qu'on a aménagé un nouvel espace qui se trouve à la fois en nous et en dehors de nous. Aussi Jésus ne maniait-il pas le paradoxe quand il parlait parfois du ciel qui est « en nous » et du ciel qui est « avec le Père ». Quand on vide une pièce de ses meubles, l'espace qui reste est vide, mais les rishis du Vedanta prétendent que l'espace mental est différent. Il est riche en possibilités. Tout peut y être créé. Les rishis appelaient cet espace fécond *akasha.* L'équivalent le plus proche en français serait « l'espace de rêve ». Du moins on peut partir de cette définition.

Un rêve ressemble à un écran blanc sur lequel on peut projeter tout ce que l'on veut : événement, lieu ou personne. Il en est de même pour l'akasha. Quand le Vedanta explique que tout monde est une

projection de l'esprit, il décrit un rêve akashique. Selon un célèbre aphorisme védique, « les mondes vont et viennent comme des grains de poussière dans un rayon de soleil ». L'akasha nous fait prendre conscience de la nature éphémère de toutes choses et de l'immensité de l'inconnu. Le rêve akashique est cosmique, à la différence des rêves que nous avons la nuit.

Les personnes qui ont connu l'expérience de mort imminente rapportent que « le passage dans l'au-delà » – l'étape temporaire qui précède l'expérience de la vie après la mort dans toute sa plénitude – revêt encore un caractère personnel. Elles disent par exemple qu'elles ont vu des amis et des proches qui étaient décédés. La personne qui est en train de mourir continue de voir la pièce dans laquelle son corps

repose et toutes sortes de souvenirs et d'associations d'idées la retiennent à son existence physique. Il n'est pas encore possible de passer à la nouvelle étape de créativité. Tant que vous continuez à ressentir les choses comme la personne que vous avez été, vous ne pouvez pas faire connaissance de l'inconnu. Permettez-moi de vous donner un exemple.

Il y a quelques années, lors d'un rendez-vous, j'ai fait la connaissance de Gerald, qui m'a dit combien il avait été fasciné par le don de guérison que possèdent les chamans du sud-ouest des États-Unis. Je lui ai demandé de quoi il voulait être guéri.

— Je vous en parlerai un peu plus tard, répondit Gerald. Je suis allé au Nouveau-Mexique en avion et je me suis trouvé dans un groupe d'une vingtaine de

personnes dans les environs de Santa Fe. Je n'avais encore jamais rencontré de chaman. Le nôtre était un Hopi, mais il ne portait aucun signe religieux distinctif. C'était un homme aimable, assez âgé, dont les cheveux tombaient sur les épaules. Il a salué chacun de nous au fur et à mesure que nous entrions dans le salon d'un motel.

« Le chaman a commencé par prier chacun d'entre nous de choisir un partenaire. On nous a demandé de nous mettre avec la personne avec laquelle nous nous sentions le plus à l'aise. J'ai choisi un gars de mon âge, qui se trouvait à côté de moi. J'étais aussi à l'aise avec lui qu'avec n'importe lequel des autres, de toutes façons j'étais mal dans ma peau.

Gerald me raconta alors qu'il avait suivi un traitement qui l'avait épuisé – une intervention chirurgicale et de la

chimiothérapie – pour combattre un cancer de la prostate. Cela faisait deux ans qu'il n'avait plus de cancer, mais il était obsédé par la crainte que les docteurs n'aient pas tout enlevé. Il était de plus en plus angoissé, bien qu'on ne cessât de le rassurer en lui disant qu'il n'avait rien à craindre. Sur l'avis d'un ami, Gerald se résigna à voir un chaman.

— Une fois que nous eûmes choisi notre partenaire, nous avons formé un cercle, poursuivit Gerald. Le chaman s'est placé au centre et a commencé à psalmodier. Il ne nous a rien demandé d'autre que d'observer. Au bout d'un quart d'heure il s'est adressé au premier couple, un homme et une femme. Le chaman a plongé son regard dans les yeux de l'homme et a murmuré quelques mots. Aussitôt l'homme s'est mis à trembler,

puis il s'est écroulé comme s'il avait une attaque.

« D'un ton impérieux le chaman a ordonné : *Raconte !* Le regard de l'homme était vide. Il se mit à marmonner. C'était l'hiver ; étendu sur le sol, il avait terriblement froid, il était tombé ivre mort, il allait mourir.

« Le chaman a fait un signe de tête. Il s'est tourné vers la femme qui semblait fortement ébranlée. "Êtes-vous alcoolique ? lui a-t-il demandé. Est-ce pour cela que vous êtes venue ici ? " La femme a acquiescé en rougissant. "Eh bien, vous avez un fantôme dans votre famille, quelqu'un qui est mort victime de l'alcool. Il nous faut le libérer." Le chaman a aidé le partenaire de la femme à se relever et lui a dit qu'il avait fait du bon travail. Et c'est ainsi que la séance a continué. Le

chaman passait d'un couple à l'autre en faisant le tour du cercle.

« Je regardais, il me semblait que chaque partenaire avait l'habitude d'invoquer le fantôme d'un défunt. Chaque fois le fantôme mentionnait un problème – dépression, cancer, toxicomanie – qui se révélait être l'exacte réplique du problème pour lequel était venue l'autre personne du couple. Personne n'avait parlé au chaman avant que nous nous trouvions ensemble dans le motel. Je fus stupéfait lorsque mon partenaire fit venir le fantôme de mon grand-père, qui était mort d'un cancer du poumon quand j'étais petit.

« Tous n'étaient pas capables de reconnaître leur fantôme, car il ne s'agissait pas toujours d'un proche parent. En ce qui me concerne, on m'avait beaucoup parlé de mon grand-

père, qui avait joué un rôle de premier plan au cours de sa vie. Cela me faisait froid dans le dos de l'entendre supplier qu'on le libère du poids de ses souffrances, oui, j'en avais la chair de poule.

« Pour certaines des personnes qui se trouvaient dans la salle, libérer le fantôme de ses entraves – ce que le chaman entreprenait de faire – marquait la fin du traitement. Quant à moi, je suis resté dans le sud-ouest des États-Unis et j'ai subi un traitement thérapeutique dans les huttes de sudation avec rituels et chants. Au bout de plusieurs semaines, le chaman m'a appris que le fantôme de mon grand-père était maintenant en paix.

« De retour chez moi, j'ai failli faire un bilan de santé, mais je n'étais plus du tout anxieux. Je n'avais plus de

cauchemars et je ne me réveillais plus en sueur. Tout était terminé, exactement comme l'avait prédit le chaman.

Je raconte cette histoire à seule fin d'ouvrir de nouvelles perspectives. Ce n'est pas parce qu'une personne a été élevée chrétiennement qu'en mourant elle se verra automatiquement arriver aux portes du paradis et sera accueillie par saint Pierre. (Ce n'est pas non plus l'un des scénarios habituels évoqués par les malades qui ont eu une expérience de mort imminente.) Il y a plus de chance qu'on se retrouve dans le monde des esprits dont parlent les Indiens d'Amérique. Au cours de ses pérégrinations l'âme suit des voies imprévisibles.

L'histoire de Gerald a eu une suite fort curieuse. Un mois après être rentré chez lui, il est allé en vacances avec sa femme

dans le Middle West d'où sa famille est originaire. Voici ce qu'il m'a dit :

— Nous sommes descendus dans un hôtel victorien rénové. Notre chambre était tapissée d'un papier à fleurs et nous avions un lit à baldaquin. Mon regard a été attiré par une page de journal dans un cadre accroché au mur. Le journal datait du début du siècle. On y voyait la photo d'une brigade de pompiers volontaires. En plein milieu mon grand-père, qui était alors un jeune homme, me regardait droit dans les yeux.

— Est-ce que cela vous a secoué ? demandai-je.

— Non. Pour moi c'était un signe que le chaman avait raison. Je suis content que mon grand-père ait été libéré, peu importe le lieu où il se trouve maintenant.

L'akasha

Dans toutes les histoires de fantômes qui veulent être libérés, ce qui les retient ici-bas ce sont les souvenirs. Ils continuent de se rappeler ce qu'était la vie dans le monde physique et le souvenir d'un passé inachevé les maintient sous son emprise. L'esprit en proie à l'agitation est incapable de s'échapper pour aborder la prochaine étape de l'existence. Chose curieuse, cela signifie que lorsque la vie après la mort est devenue une réalité, le monde physique est devenu un rêve. C'est tout simplement une question de perspective. Lorsque vous êtes incarné, la perspective où vous vous placez rend le monde physique réel. Quand vous rêvez pendant la nuit, l'état de rêve est la réalité. Quand vous « passez dans l'au-

delà », l'état de veille et l'état de rêve sont irréels, et l'akasha – le champ de conscience – est la réalité. Pourquoi ce changement de réalité ? Selon le Vedanta, c'est par ses créations que la conscience est convaincue d'être conscience. Donc rien de ce que nous voyons, entendons et touchons, que ce soit en état de veille, en état de rêve ou dans les états qui les dépassent, n'est finalement réel. Il s'agit simplement de changements de perspectives.

Être complètement libre signifie sortir de tous les états de rêve et se retrouver soi-même : l'artisan du réel. Nous ne pouvons prétendre que tous les gens qui meurent connaîtront cette sorte de liberté absolue. Il se peut qu'ils l'entrevoient, l'espace d'une brève seconde ; ils peuvent prendre conscience de la possibilité de s'échapper d'un rêve et pourtant être

séduits par le rêve suivant qui leur vient à l'esprit.

Une femme m'a raconté qu'un jour, en rentrant de l'école, au moment où elle franchissait la porte de sa maison, elle a aperçu son jeune cousin de Chicago qui l'attendait. Tous les deux avaient environ huit ans à l'époque. Le cousin ne dit pas un mot et la petite fille courut annoncer à sa mère qu'elles avaient un visiteur.

Quand elle entra dans la cuisine, l'enfant vit sa mère qui pleurait. Elle lui demanda pourquoi. Quelqu'un de la famille est mort subitement, lui répondit sa mère. C'était le cousin de Chicago qui avait trépassé ce matin-là. Est-ce que la petite fille avait eu une vision, une prémonition ? Ou bien était-ce une simple coïncidence, l'effet de son imagination ? À la croire, elle avait vu son cousin « en chair et en os ». Mais que voulons-nous

dire par « en chair et en os » si ce n'est que nous avons une conviction ? On peut considérer cette rencontre avec un parent disparu soit comme une hallucination, soit comme un phénomène d'ordre psychique qui résulte non pas de l'événement en soi mais de l'attitude du sujet témoin.

Dans la vie après la mort une personne passe d'un point de vue où la conviction prime – l'existence physique – à un point de vue où la liberté peut primer. Avec l'akasha il ne s'agit pas d'un point de vue particulier ; c'est un terrain de jeu largement ouvert qui attend l'arrivée des joueurs. Ces joueurs, qui seront-ils ?

- *Ils pourraient être ces mêmes joueurs auxquels nous sommes déjà habitués.*

■ *Ils pourraient être des joueurs que nous avons imaginés et que nous désirons vivement voir.*

■ *Ils pourraient être des créatures de l'autre monde.*

■ *Ils pourraient être des émanations de nous-mêmes.*

■ *Ils pourraient être l'incarnation d'idées abstraites.*

Ces hypothèses sont en rapport avec les différentes cultures. Le paradis chrétien est une pièce de théâtre akashique bien spécifique, un drame de la rédemption où sont présentes des créatures de l'autre monde, ainsi que des gens connus de nous dans le passé et une abstraction appelée

Dieu. Dans la mesure où toutes ces images se concrétisent dans l'esprit, un

chrétien qui meurt croit qu'il est arrivé au ciel. Le Vedanta propose une vérité plus profonde : le mourant accède à un espace de créativité, l'akasha, où il est possible de créer tout ce qu'on veut.

Mais comment une personne sait-elle ce qu'elle veut ? La réponse à cette question est complexe. Revenons sur terre et posons la même question. Comment sait-on ce qu'on veut à l'instant même ? Jusqu'à ce que le désir suivant se manifeste, on ne le saura pas. Il est certain que l'on voudra quelque chose parce que l'esprit est un flux ininterrompu de désirs. Cependant cela ne veut pas dire qu'on peut prévoir ce que désire l'esprit. Peut-être êtes-vous une créature d'habitude qui veut toujours deux œufs brouillés pour le petit-déjeuner, alors que moi, j'aime le changement et je veux un petit-déjeuner

différent chaque matin. Dans les deux cas un stress inattendu, un décès dans la famille, la perte de notre emploi ou la découverte que nous avons une maladie de cœur, pourrait modifier nos habitudes. Soudain nous n'avons plus faim, nous avons de la peine, nous ne pensons plus à manger. Les tiraillements qui résultent des conflits entre d'anciens comportements et de nouvelles situations font qu'il est impossible de cerner la nature du désir.

De même l'akasha est indéfinissable car il est sans frontières ; il est aussi imprévisible qu'un rêve et tout aussi convaincant. Néanmoins nous pouvons circuler dans l'univers akashique. En fait il faut y circuler si nous devons profiter des perspectives créatrices que nous ouvre la vie après la mort.

L'univers akashique

Nous avons une chance d'ouvrir l'éventail des possibilités au-delà de ce que notre culture nous a conditionnés à croire. Telle ou telle expérience ne peut convenir à tout le monde. Nos yeux continuent de voir ce à quoi ils s'attendent, même si ce sont les yeux de l'âme, mais l'univers akashique n'est pas un tourbillon d'images surgies au hasard. Il est plus structuré qu'un rêve. Il est doté d'une sorte d'arrière-plan invisible. On ne peut décrire la structure de l'akasha en termes de réalité physique. Pourtant si nous regardons en nous, le flux qui circule apparemment au hasard dans notre esprit obéit aussi à une sorte de structure invisible.

Supposons que quelqu'un s'approche de vous et vous salue en vous appelant par votre nom. La personne sourit, son visage est plein d'attente. Quelle est votre réaction ? Votre esprit accomplit plusieurs tâches à la fois. Il consulte son fichier où sont répertoriés les visages familiers. Il cherche un nom qui corresponde au visage en question. S'il n'y parvient pas immédiatement, l'esprit ne se trouve pas encore à bout de ressources – il a d'autres possibilités. Il fouille dans la masse des visages qui pourraient correspondre à cette personne mais qui sont plus jeunes ou dont il se souvient plus ou moins distinctement. Il jongle avec des noms qui pourraient rafraîchir la mémoire, il passe en revue des événements récents dans lesquels cette personne apparemment inconnue a pu jouer un rôle. En cas d'échec, l'esprit

commence à chercher quoi dire pour dissimuler le trou de mémoire.

Ces situations nous sont familières à nous tous et nous sommes tellement habitués à apparier des noms et des visages que nous ne nous étonnons pas de ce que ce processus a d'incroyable. Non seulement l'esprit peut se transformer en ordinateur pour trouver des renseignements avec une rapidité inouïe, mais il accomplit de multiples opérations et fait appel à des solutions de rechange, s'il ne parvient pas à ses fins. Tout ceci implique l'existence d'une structure extraordinairement complexe mais invisible.

Dans la vie après la mort cette structure continue d'exister. Dans les expériences de mort imminente la personne qui trépasse, confrontée soudain à une situation inconnue,

cherche en elle des points de repère familiers : des gens de sa famille qui sont morts, des voix reconnaissables, une lumière divine, la présence d'un Dieu – figure paternelle (ou maternelle). En d'autres termes, nous possédons tous en nous une carte que nous consultons. Cette carte nous prépare à transformer toute expérience inconnue en quelque chose de significatif.

Alors que j'écrivais ce chapitre, une émission spéciale sur le paradis passait sur une chaîne de télévision. Une femme qu'on interrogeait était convaincue qu'elle était allée au ciel. Cette expérience de mort imminente s'était produite alors qu'elle accouchait. Elle tomba alors pendant un court moment dans un état comateux. « Décrivez le paradis », lui demanda le journaliste. Le visage de la femme, qui se souvenait de ce qu'elle

avait vu, s'illumina. Elle décrivit un escalier interminable qui montait au ciel, et tout le long de l'escalier des animaux heureux qui gambadaient. Elle ajouta que le bleu du ciel ne ressemblait à aucune des couleurs qu'on peut trouver sur terre. À mon avis, elle interprétait son expérience en se référant aux images d'un livre pour enfants.

Les psychologues ont procédé à des expériences qui illustrent la façon dont nous donnons automatiquement une signification aux choses. En voici un exemple : un groupe de sujets est assis dans une salle devant un magnétophone. On leur demande d'écouter une voix enregistrée et de noter de leur mieux ce qui se dit. On leur précise que la personne s'exprime à voix basse car l'expérience doit tester la façon dont le

cerveau enregistre les mots à peine audibles.

Le magnétophone est mis en marche. C'est à peine si on peut entendre la voix. Les sujets tendent le cou et prennent des notes, qui sont ensuite ramassées. On ne les a pas prévenus que ce que dit la voix n'a aucun sens. Des mots sortent au hasard du magnétophone. Pourtant chaque sujet prend des notes qui ont un sens, car l'esprit s'attend à entendre des mots qui ont un sens, ce qui le conduit à *créer* une signification.

Dans la vie après la mort le pouvoir de créer est accru de manière colossale. Au lieu de se poser une seule question – *Que dit la voix enregistrée ?* – l'esprit se pose une foule de questions : *Où suis-je ? Qu'est-ce qui m'arrive ? Qui suis-je devenu ? Qu'est-ce qui m'attend ?*

Dans la vie après la mort l'esprit est multidimensionnel. L'akasha nous affranchit des limites temps-espace. En vérité nous avons toujours été multidimensionnels. Seulement nous étions tellement conditionnés par notre vie dans le monde matériel que nous nous conformions à ses règles. Maintenant il faut nous adapter à l'akasha, qui comporte une structure dépourvue de règles rigides et la possibilité de créer sans être soumis à des dogmes culturels.

7

Le fil invisible

À vrai dire Savitri ne fut pas complètement surprise par les paroles de Ramana. Pendant son enfance on lui avait appris à croire à l'existence de l'âme. On lui avait dit que le moi supérieur, celui que le seigneur Krishna appelait « le résident intérieur », était immortel. Mais ce savoir lui avait paru bien lointain.

— Comment sais-je que j'ai une âme ? demanda-t-elle.

— Ce n'est ni la vue ni le toucher qui te le révéleront, dit Ramana. Ton âme

pourrait te chuchoter quelques mots, mais alors ce que tu entendrais pourrait être simplement l'écho de ta propre voix.

— Alors l'âme est peut-être imaginaire ? demanda Savitri avec un sentiment d'angoisse.

— L'âme n'est pas imaginaire simplement parce qu'elle est invisible, reprit Ramana. Regarde.

Dans un rayon de lumière apparaissait une toile d'araignée suspendue entre deux buissons. Elle chatoyait et ondulait à la moindre brise.

— Une araignée a tissé cette toile, dit Ramana. Tu vois son œuvre, mais tu ne vois pas l'araignée. Elle tient un fil minuscule qui l'avertit quand quelque chose se prend dans la toile. Où est passée l'araignée ? Où est passée l'âme ?

En fait cela n'a pas d'importance tant que la liaison existe.

Savitri ne semblait pas comprendre.

— Alors je peux toujours imaginer que j'ai une âme.

— Oui, c'est cela qui est extraordinaire.

Le visage de Ramana prit un éclat soudain car il se sentait inspiré.

— La nature a imaginé les araignées, des grosses et des petites araignées, des araignées toutes lisses et des araignées toutes velues, des araignées qui vivent dans l'air, dans l'eau et sur la terre, des araignées blanches, des araignées noires et des araignées d'autres couleurs. Pense aux bébés araignées qui volent sur des fils de la Vierge au printemps tandis que des araignées d'eau géantes plongent jusqu'au fond des mares et attrapent de minuscules poissons. Nous sommes

stupides de penser que l'araignée est quelque chose de simple. C'est un agrégat de caractéristiques qui se transforment à chaque instant et fascinent toujours. L'âme est pareille. Quelle que soit la façon dont on l'imagine, elle prendra telle ou telle caractéristique et il lui restera une infinité d'autres caractéristiques potentielles. Quand on demande : "Où est mon âme ?", la réponse ne porte pas sur un lieu mais sur une infinité de lieux potentiels. L'âme est où elle est, où elle a été et où elle sera.

Le regard de Ramana restait rivé sur la toile qui vibrait au soleil. La fascination qu'il éprouvait était contagieuse. Savitri ne savait pas de façon certaine si l'araignée qui avait tissé cette toile était blanche, jaune ou rouge, grosse ou petite, mâle ou femelle ; cependant cela ne l'empêchait pas d'être convaincue qu'elle

existait bel et bien. Elle n'avait pas non plus la moindre idée de ce à quoi ressemblait son âme, ni de ce qui se trouvait de l'autre côté de la frontière de la mort. Tout ce qu'elle possédait, c'était un fil invisible. Est-ce que cela suffirait ?

— Ma foi, remarqua Ramana, tu as bien écouté aujourd'hui. Tu apprends des choses.

Savitri sourit d'un air un tant soit peu dubitatif. Soudain une grande fatigue l'envahit. Elle s'affala sur un talus couvert de mousse et ferma les yeux. Son esprit s'engourdit petit à petit jusqu'à ce qu'elle ne fût plus capable de savoir où elle était ni quels dangers la menaçaient. Elle s'endormit tout simplement.

Une multiplicité de mondes

Chaque culture a proposé son interprétation de l'espace akashique afin de lui donner une signification par rapport à cette culture. En soi et par soi cet espace est pure potentialité. Mais les grands guides spirituels de jadis voulaient rassurer leurs disciples en leur expliquant que cet espace n'est pas synonyme de vide. Nous le savons, parce que le silence intérieur auquel nous pouvons accéder n'est pas un vide. Point n'est besoin de mourir pour aller par-delà les pensées et les images. Au cours d'une méditation profonde les pensées disparaissent et l'on fait seulement l'expérience du silence. On pourrait dire que ce silence est le néant, le vide, mais

les sages védiques affirment que ce silence est vraiment très riche.

Nous avons suivi l'âme dans son voyage jusqu'au plan le plus élevé qu'elle puisse atteindre, à savoir l'akasha, la source de toute créativité. Différentes traditions considèrent cet aboutissement sous divers angles. Voici sept notions qui contribuent à façonner l'expérience spirituelle :

- Le paradis
- L'essence divine
- Le monde des esprits
- La transcendance
- La transmigration
- L'éveil
- La dissolution.

Il s'agit de sept points de vue auxquels se réfère l'âme et chacun d'entre eux est créé par le moi. Un rêve commencé sur terre peut se poursuivre jusqu'à sa conclusion. Les éléments qui le constituent proviennent de la structure invisible de l'esprit. Ils se combinent de façon à donner une signification à l'univers akashique.

Les sept destinations de l'âme

1. **Le paradis :** Votre âme se trouve dans un monde parfait créé par Dieu. Aller au paradis est une récompense et vous y restez éternellement. (Si vous êtes au nombre des méchants, vous allez chez Satan et vous y restez éternellement.)

2. **L'essence divine :** Votre âme retourne à Dieu, mais pas dans un endroit particulier. Vous découvrez que Dieu se trouve dans l'intemporel habité par Sa présence.

3. **Le monde des esprits :** Votre âme séjourne dans un royaume peuplé des esprits des défunts. Elle rejoint vos ancêtres et ceux qui ont trépassé

avant vous, réunis avec le grand Esprit.

4. **La transcendance :** Votre âme accomplit un acte d'anéantissement au cours duquel la personnalité se dissout rapidement ou graduellement. L'âme pure rejoint l'océan de la conscience d'où elle est née.

5. **La transmigration :** Votre âme est piégée dans le cycle des renaissances. Selon votre karma elle s'incarne dans des êtres inférieurs ou supérieurs – elle peut même renaître sous forme de choses. Le cycle se poursuit de toute éternité jusqu'à ce que votre âme s'en échappe par la réalisation suprême.

6. **L'éveil :** Votre âme accède à la pleine lumière. Pour la première fois elle voit clair, découvre la vérité de

l'existence que le corps physique lui masquait auparavant.

7. **La dissolution :** L'éternité est le néant. Comme les composants chimiques de votre corps redeviennent de simples atomes et de simples molécules, la conscience créée par le cerveau disparaît complètement. Vous n'existez plus.

On peut dire que les cultures empiètent les unes sur les autres car une tradition peut en influencer une autre. La vision musulmane de l'éternité sous forme de jardin paradisiaque, avec des houris aguichantes et des fruits exotiques, doit son existence en partie au jardin d'Éden. Les mondes peuplés d'esprits sont monnaie courante sur tout le globe. Les anciens Grecs s'attendaient à rencontrer les ombres des défunts après avoir

traversé le Styx dans l'Hadès. Mais, sous l'effet du temps et du christianisme, l'Hadès est devenu un enfer où des punitions sont infligées et où règne Satan, alors que le lieu de séjour des bienheureux, les Champs Élysées pour les Grecs, est devenu le paradis.

On trouve des mondes invisibles peuplés d'esprits dans les cultes des ancêtres au Japon et en Chine. À l'époque préhistorique, des peuples aborigènes ont migré de l'Asie du Sud jusqu'en Australie et dans les îles du Pacifique Sud en emmenant avec eux leur monde des esprits. Ils inventèrent aussi la notion de « temps du rêve » qui a été introduite dans le temps ordinaire : on pouvait considérer les événements matériels comme dépendant des événements spirituels. Mais ces mondes peuplés d'esprits ne s'imposèrent pas en Inde, où

la croyance dominante se focalisa sur trois autres modes d'existence après la mort : la transcendance (l'immersion dans l'océan de la conscience), l'éveil (la découverte que notre vraie nature, c'est l'atman ou l'âme) et la transmigration (le cycle éternel des renaissances).

Cependant le fait de naître dans une certaine culture ne détermine pas le lieu où se trouvera votre âme après « être passée dans l'au-delà. » Il s'avère que la vie éternelle relève aussi de facteurs personnels.

La conscience élargie

L'idée la plus courante, c'est que personne ne sait vraiment ce qui se passe après la mort. Mais les rishis se sont demandé pourquoi il en est ainsi. Au lieu d'être inconnaissable, peut-être la vie après la mort est-elle une chose à laquelle nous ne nous sommes pas suffisamment intéressés. Et si c'est le cas, pourquoi donc ?

D'abord l'esprit est répétitif par nature. Nous avons aujourd'hui les mêmes désirs que ceux que nous avions hier. D'après certains chercheurs, même nos pensées aujourd'hui sont en général à 90 % les mêmes que celles que nous avions hier. L'habitude régit notre comportement. Les mêmes choses, celles que nous aimons et celles que nous n'aimons pas, gouvernent

toujours notre goût. Si vous avez peur d'être pauvre aujourd'hui, il y a toutes les chances que vous ressentiez cette peur depuis votre enfance. Si vous souhaitez perdre deux ou trois kilos, c'est que vous êtes vraisemblablement obsédé par votre physique depuis des années. Maintenant considérons le côté positif : les philosophes signalent que la poursuite du plaisir et le désir d'éviter la douleur nous motivent chaque jour et ont en général un effet salutaire. Nous sommes également rassurés par ce que nous savons. En fait, les rishis védiques affirment que l'habitude est ce qui donne à la personne l'impression d'exister. (Dans le monde des affaires, quand quelqu'un perd soudain son emploi, cette perte peut être désastreuse du point de vue psychologique – sans parler du fait qu'un licenciement soudain accroît

considérablement le risque de crise cardiaque, de cancer et d'accident vasculaire cérébral.)

En même temps qu'elle nous rassure, la répétition nous abêtit. En excluant ce qui est nouveau, elle enferme la réalité dans la camisole de force du passé. Chacun de nous vit derrière un mur, au-delà duquel se trouve le potentiel infini de l'inconnu. Seules de minuscules ouvertures sont pratiquées dans le mur et nous y montons la garde. Nous acceptons certaines expériences mais nous refusons les autres. Nous approuvons les premières, nous condamnons les secondes. Tant que nous continuons d'accueillir la réalité de façon sélective, nous maintenons la liberté à distance.

À cet égard la mort est un magnifique cadeau, parce qu'elle ouvre toutes grandes portes et fenêtres ; elle nous

oblige à aller de l'autre côté du mur. Au lieu de voir les choses familières que nous avons recensées et cataloguées avec application comme étant la réalité, nous devons repartir à zéro. Selon les rishis nous n'entrons pas les mains vides dans l'univers akashique. Quel que soit notre rêve actuellement, *ce rêve continue*. La conscience est reliée par des milliers de fils aux souvenirs, aux habitudes, aux préférences et aux relations du passé.

Toutes les fois que quelqu'un insiste vraiment pour savoir ce qui se passe après la mort, je donne ma réponse sous forme de question : « Qui êtes-vous ? » Il vous faut savoir où vous en êtes maintenant pour savoir où vous en serez demain, et la vie après la mort est simplement, en quelque sorte, une forme spéciale de lendemain.

Voici les questions auxquelles il convient de répondre pour savoir qui vous êtes :

1. **Quelle est votre histoire ?** Votre histoire n'est pas une simple liste des événements de votre vie. Elle inclut l'image que vous avez de vous-même, la façon dont vous vous voyez, les facteurs qui ont façonné votre esprit, les souvenirs qui se sont gravés en vous. Prise dans son ensemble, votre histoire vous dit où vous en êtes dans le cycle de la vie.

2. **Qu'espérez-vous ?** Les espérances sont des graines. Une fois semées, elles deviennent ces choses que vous obtenez de la vie ou que vous perdez. Quand vous prenez conscience de vos propres espérances, vous découvrez les limites implicites que vous vous

êtes fixées. Il y a une énorme différence entre ceux qui espèrent de grandes choses et ceux qui n'espèrent rien du tout.

3. **Quel est votre objectif ?** C'est la signification même de votre vie que vous essayez de découvrir. L'objectif se trouve en profondeur, loin des choses insignifiantes que vous espérez obtenir et qui, pour la plupart, sont en rapport avec l'argent, les biens matériels, le statut social et le confort. Si vous connaissez votre objectif, vous connaissez le projet fondamental auquel vous vous consacrez.

4. **Quelle est votre destination ?** Il s'agit de la réalisation de soi. Les objectifs que l'homme se fixe sont sans limites ; on peut les comparer à un fleuve qui

coule pour rejoindre la mer, là où les possibilités sont infinies. Si vous connaissez votre destination, vous pouvez envisager de vous réaliser au niveau le plus élevé.

5. **Quelle est votre voie ?** Une fois que vous avez identifié votre objectif et votre destination, il doit y avoir une voie pour y parvenir. On emploie souvent le mot « chemin » comme terme spirituel, mais le terme de « voie » est préférable. Qu'on s'intéresse ou non à ce qui est spirituel, on suit certaines voies pour parvenir là où on veut aller.

6. **Qui sont vos adversaires** ? Aller de l'avant ne se fait jamais sans rencontrer d'obstacles. Au cours de votre parcours, vous pouvez vous trouver immobilisé. Parfois

l'adversaire est à l'extérieur, mais si vous regardez attentivement en vous, vous découvrirez qu'il est aussi toujours à l'intérieur.

7. **Qui sont vos alliés ?** Vous emmenez toujours des compagnons avec vous. Comme l'ont fait vos adversaires, vous pouvez identifier ces alliés comme étant à l'extérieur, mais ils ne font que refléter votre propre force intérieure, tout comme un adversaire reflète votre propre vulnérabilité.

Aucune de ces questions ne porte sur la vie après la mort. Elles n'ont point de rapport avec vos croyances, qu'il s'agisse du ciel, de l'enfer ou de 1' âme. La raison en est simple – ce que nous savons en l'instant même nous concerne directement et est personnel – il s'agit de la façon dont nous nous sentons, de ce

que nous voulons, de ceux que nous aimons. Et cela suffit. Les décisions que nous prenons déterminent le cours de notre vie. Nous ne passons pas notre vie simplement à opérer de bons et de mauvais choix. Nous passons notre vie à faire de nous celui ou celle que nous sommes. Le choix façonne l'argile brute dont nous sommes faits.

En réfléchissant, chacun de nous peut répondre aux questions sur celui ou celle que nous sommes et sur notre objectif dans la vie. Si nous voulons effectuer les justes choix qui nous sont proposés dans l'akasha, il nous suffit d'élargir le champ de ces questions au domaine qui se trouve par-delà le seuil de la mort physique.

À quoi souhaitez-vous que ressemble votre existence quand vous serez mort ?

Que va-t-il se passer ensuite à votre avis ?

Que signifie pour vous personnellement la vie après la mort ?

Où votre dernier souffle vous emmènera-t-il ?

Comment y parviendrez-vous ?

Qui vous barrera le chemin ?

Qui vous aidera dans votre parcours ?

Ces questions vous paraîtraient bien étranges si vous ne les aviez pas déjà rencontrées dans le contexte de la vie quotidienne. Nous sommes pris entre deux niveaux d'existence. Je vais illustrer ce propos.

J'ai rencontré récemment Lydia. Cette femme d'un certain âge est depuis plus de trente ans la fidèle disciple d'un *roshi* ou maître zen qui en fait est une Italiennne.

Lydia ne m'a pas confié comment elle en était venue à choisir son maître.

— Nous étions très proches. Il n'y a pas d'explication intellectuelle. C'est une chose que j'ai ressentie ici, dit Lydia en posant la main sur son cœur.

« J'ai passé du temps avec mon maître à Rome, et avec les années ma pratique est devenue le centre de ma vie. Tous les hivers je vais à Rome et je pratique le zen avec le petit groupe qu'elle a formé.

— Vous avez trouvé votre voie, remarquai-je.

— Vous croyez ? répondit-elle d'un air sceptique. La dernière fois que je faisais mes bagages pour partir, une petite voix ne cessait de me questionner : *Pourquoi fais-tu cela ? À quoi bon ?* Tout d'abord mes doutes m'ont paru ridicules, mais ensuite je me suis mise à me réveiller la

nuit, affolée. Les pensées se bousculaient dans mon esprit.

Je lui ai demandé à quoi elle songeait quand elle était prise de panique.

— Toujours à la même chose. J'imagine que je vais me perdre là-bas, je me sens seule et je n'ai pas vraiment confiance en moi. Mais je sais que tout ira bien une fois que je serai avec mon groupe. Alors je me rendors.

Après des décennies de méditation et d'autres pratiques spirituelles, Lydia se connaissait bien, mais ces crises de panique avaient empiré récemment. Elle m'a demandé qu'elle en était la cause.

— Il y a toutes sortes de raisons, répondis-je. Peut-être faites-vous l'aller et retour à Rome par habitude et votre véritable engagement est terminé. Peut-être le bouddhisme zen ne vous a-t-il pas

apporté ce que vous espériez. Peut-être s'agit-il d'un blocage qui vous empêche d'avancer.

— Il y a de tout cela, acquiesça Lydia. Parfois je suis si dégoûtée de moi, de mes jugements et de mes habitudes que je crois n'être arrivée à rien. Est-ce possible ?

— Bien sûr que vous êtes arrivée à quelque chose, lui assurai-je. (En fait Lydia avait une formidable présence que l'on sentait dès l'instant où elle entrait dans la pièce.) Mais nos accomplissements d'ordre spirituel sont relégués à l'arrière-plan et les choses sur lesquelles nous avons encore à travailler passent au premier plan.

Lydia continuait d'avoir des doutes.

— Peut-être y-a-t-il quelque chose en moi qui m'incite toujours à porter des

jugements et qui me pousse vers la dépression. Ou bien est-ce quelque chose de négatif qui me barre le chemin. Alors que faire ?

Je lui proposai plusieurs façons de considérer la question.

— Vous êtes une personne d'une grande spiritualité. Cela signifie que vous laissez vos problèmes les plus sérieux remonter à la surface au lieu de les occulter. Et puis une grande spiritualité n'implique pas qu'on se sente toujours à l'aise. Enfin vous êtes peut-être dans une période de transition, vous attendez avec anxiété une nouvelle étape de votre voyage.

— Je ne m'étais pas rendu compte que j'avais autant de choix. Je croyais que j'étais juste…

Lydia s'interrompit.

— … en train d'échouer ? dis-je. Pas du tout. La plupart des gens font des efforts colossaux pour une seule raison : éviter de connaître la douloureuse vérité sur ce qu'ils sont. Vous faites exactement le contraire.

Lydia se sentit mieux. Elle avait un nouveau sujet de réflexion. Nombreux sont ceux qui refusent de s'engager sur la voie de la spiritualité, une fois qu'ils ont découvert que tout cela les bouscule. Ils remettent à plus tard, souvent jusqu'au jour de leur mort, tout ce qui leur semble être une tâche ardue. Mais les rishis nous ont enseigné que l'exploration de soi est la démarche la plus importante qu'on puisse faire pour se préparer à la vie après la mort. Nous devons renoncer à toutes les stratégies que nous mettons en œuvre pour nous fuir. On comprend pourquoi Lydia se trouve dans une

situation inhabituelle. Elle fait l'expérience de l'univers akashique qui est son propre silence intérieur. Le bouddhisme décrit parfois les pratiques qu'il propose comme un processus de mort dont on prend conscience. On meurt par rapport à ses anciens souvenirs, son conditionnement, ses habitudes, la négation de soi, tout ce qu'utilise l'esprit pour ne pas se voir.

Appréhender l'univers akashique exige une conscience élargie. La conscience contractée nous maintient en état de dépendance par rapport au quotidien. J'ai expliqué à Lydia que ses sautes d'humeur et son manque d'esprit de décision étaient les symptômes de ses hésitations entre une conscience élargie et une conscience contractée. Quand son esprit n'était pas dans le domaine akashique, elle se focalisait sur son ego, ses désirs et ses

impulsions quotidiennes dominaient. Mais, à d'autres moments, son esprit ne connaissait plus ses limites. Avec une conscience élargie, elle renonçait à son ego – dans toute la mesure du possible.

— C'est le prix qu'on paie, dis-je. C'est ce qui arrive à tous ceux qui suivent le chemin avec votre foi.

Lydia avait de la chance en ce sens qu'elle était habituée aux oscillations entre la conscience contractée et la conscience élargie. On emploie souvent des termes négatifs pour parler de l'élargissement de la conscience. On dit « je plane », « j'ai perdu le nord », « c'est à peine si je sais qui je suis ». Parfois on peut coller ces étiquettes, mais on passe sous silence les moments de transcendance. À la fin de notre conversation Lydia précisa ce que lui avaient appris de longues années de

pratique : les drames que nous vivons prennent des tours inattendus et, au fur et à mesure que nous faisons de nouveaux choix, la vie de famé prend forme. Ce qui importe, c'est *d'avoir* une vie de l'âme et cela n'est possible que grâce à l'élargissement de la conscience.

Un éventail de choix

L'akasha est le domaine de l'âme. En conséquence il est infini. Mais – et c'est là le mystère – comment parvenons-nous à imposer des limites au potentiel illimité de notre propre esprit ? Les choix que nous opérons dressent des barrières invisibles que nous seuls pouvons abattre. Les bifurcations sur notre route permettent à notre esprit de se structurer sans que nous en ayons conscience. Tout dépend de la route que nous choisissons. Les mots suivants caractérisent les choix qui nous sont offerts :

Élargissement de la conscience	Contraction de la conscience
Extraversion	Introversion

Connaissance de soi	Refus de se connaître
Ouverture vers l'inconnu	Désir de sécurité
Intuition	Acceptation des idées reçues
Spiritualité	Matérialisme
Acceptation de soi	Culpabilité, déni de soi
Non-conformisme	Conformisme
Altruisme, désintéressement	Toute-puissance de l'ego

Ces qualités ne décrivent pas des types d'individus, mais des caractéristiques de l'esprit, qui s'élargit ou se contracte en raison de nombreux facteurs. L'esprit n'est pas une chose unique qui va dans une seule direction. Nous pouvons manifester une tendance à nous montrer plus extravertis lorsque nous sommes

jeunes, plus introvertis en vieillissant, mais nous pouvons aussi avoir acquis suffisamment de discernement pour nous défaire des opinions reçues qui donnent aux jeunes l'impression d'être parfaitement intégrés dans la société. Jour après jour l'esprit change, même quand on a le sentiment d'être engagé sur une voie unique. Il est naturel que la vie ne touche jamais à sa fin. Elle se poursuivra après la mort. Dans l'univers akashique nous rencontrerons les deux aspects de nous-mêmes : l'individu qui aspire à la liberté et le conformiste qui aspire à la sécurité. L'univers akashique n'est rien d'autre que le potentiel dont nous disposons. Est-ce que vous comprenez bien cette idée ?

Depuis des siècles les croyances orientales exercent une influence limitée sur l'Occident, bien qu'il semble que

l'Ancien Testament considère comme possible la réincarnation. Les gnostiques, secte du début de l'ère chrétienne, ont cru en la réincarnation avant d'être condamnés comme hérétiques. Jésus semble y faire allusion une fois. Les disciples de Jean-Baptiste croyaient qu'il était soit le Messie, soit le prophète Élie, appelé Elias dans le Nouveau Testament, revenu sur terre. C'était important parce qu'on croyait qu'Élie « viendrait le premier » avant le Messie. Quand les disciples du Christ le questionnèrent à ce propos, il répondit :

> *Il est vrai qu'Élie doit venir et rétablir toutes choses.*
>
> *Mais je vous dis qu'Élie est déjà venu, qu'ils ne l'ont pas reconnu, et qu'ils l'ont traité comme ils l'ont voulu.*

De même le Fils de l'homme souffrira de leur part.

Les disciples comprirent alors qu'il leur parlait de Jean-Baptiste. (Matthieu 17 : 11-13)

Cependant les théologiens catholiques ont considéré la réincarnation comme une hérésie dès 533. Ce désaccord avec les paroles de Jésus en a fâché plus d'un, car toutes les références à la réincarnation ont été systématiquement éliminées de la Bible. On a donc rejeté l'influence de l'Orient.

Une fois que les Écritures védiques ont commencé à être traduites au début du XIX^{e} siècle, leurs idées commencèrent à se répandre là où on ne les attendait pas. L'atman par exemple devint « la sur-âme », notion extrêmement populaire que Ralph Waldo Emerson propagea dans la

Nouvelle-Angleterre avant la guerre de Sécession. En puisant dans la philosophie indienne, Emerson commença à remodeler les croyances puritaines : il refusait le péché, la damnation et la frontière qui séparait la vie et la mort, frontière que l'on peut seulement franchir en ayant foi en Jésus-Christ. Ce fut l'origine du transcendantalisme.

Maintenant nous sommes confrontés à un ensemble de croyances en provenance d'Orient et d'Occident. Le mouvement New Age provient de nombreuses traditions. La théosophie a joué un rôle de premier plan. Ce mouvement spiritualiste, qui a commencé par des séances de spiritisme dans les salons victoriens, s'est profondément transformé sous l'influence de l'hindouisme. (En fait le mahatma Gandhi a connu les Écritures

védiques grâce aux traductions anglaises publiées par la Société Théosophique en Inde.) C'est surtout par le biais du spiritualisme de la fin du XIX^{e} siècle que l'idée de la réincarnation s'est popularisée.

À l'opposé, certaines versions de la vie après la mort ne se recoupent avec aucune autre. Quand on a interrogé Mel Gibson sur son film controversé *La Passion du Christ,* où il met l'accent sur l'extrême violence et ne tient presque aucun compte de l'amour chrétien, il a admis franchement qu'il croyait en un paradis réservé à certains. Gibson était interrogé par un journaliste du *Herald Sun* en Australie quand on lui a demandé si le salut éternel était refusé aux protestants. « Il n'est point de salut hors de l'Église, répondit Gibson, en faisant allusion à l'Église catholique. Je

m'explique. Ma femme est une sainte. Elle est bien meilleure que moi. Oui, sincèrement. C'est tout comme si elle faisait partie de l'Église anglicane. Elle prie, elle croit en Dieu, elle connaît Jésus, elle croit en tout cela. Et si elle n'obtient pas son salut, ce n'est pas juste, car elle vaut mieux que moi. Mais la vérité est proclamée en chaire. Je l'accepte. »

Le fondamentalisme est souvent critiqué pour ses interprétations inflexibles et littérales des Écritures. Le grand avantage d'opter pour cette conception rigide, comme le font des millions de croyants chrétiens, musulmans et juifs, c'est sa parfaite simplicité. Mourir est aussi simple que gagner un match de football – ou le perdre, dans le cas de l'enfer – et tout aussi irrévocable. Les bonnes et les mauvaises actions sont comptabilisées,

chacune d'entre elles a sa valeur spécifique. Un vol insignifiant ou un adultère peut être racheté par une punition d'un ordre équivalent, alors que certains péchés, comme le meurtre, annulent toutes les bonnes actions et vous valent d'être condamné à l'enfer de toute éternité.

Cependant dans l'hindouisme traditionnel l'arithmétique des bonnes et des mauvaises actions est infiniment flexible. Pour toute action qui vous fait mériter un mauvais karma et qui fait chuter l'âme lors de la prochaine naissance, il existe une chance de se racheter en rétablissant l'équilibre grâce à un bon karma. La réincarnation permet aussi à l'âme de connaître le paradis ou l'enfer à tour de rôle sans limite de temps jusqu'à ce qu'on atteigne l'état de la libération ou *Moksha.* Cet état met un

point final au cycle complet du paradis et de l'enfer. À ce moment l'âme retrouve son état originel de pure conscience : une goutte de félicité dans un océan de félicité.

Selon le Vedanta, l'éternité n'est pas un buffet Scandinave. Si « Dieu est un », comme le déclarent tant de religions, dans les profondeurs de l'univers akashique les désaccords et les choix multiples doivent prendre fin. La conscience est la conscience, peu importe qui l'interprète. L'akasha existe par-delà le choix, par-delà l'esprit. C'est cet état d'unité qui attire le mourant. Grâce au magnétisme de l'âme, chacun se sent attiré vers l'étape suivante d'un rêve personnel qui est universel à sa source.

8

La découverte de l'âme

Dès son réveil Savitri s'aperçut qu'ils étaient tous les deux de retour à leur point de départ, à savoir près du banian. Elle se redressa, le soleil lui faisait plisser les yeux. Comment pouvait-il être déjà si haut dans le ciel ? Alors elle vit Ramana debout derrière elle. Il avait l'air mystérieux.

— Nous ne sommes pas encore partis, dit-il. Satyavan ne sera pas de retour avant des heures.

Avec peine Savitri se mit debout, elle dévisagea le moine comme si c'était un

magicien.

— Qu'avez-vous fait ?

— Rien, répondit Ramana en haussant les épaules. Tu étais épuisée. Tu as dormi. Tu as eu un rêve qui t'a appris beaucoup de choses, mais je n'y suis pour rien.

Sans dire un mot, il ramassa sa flûte, exactement comme il l'avait fait auparavant et s'éloigna. Cette fois Savitri le suivit sans hésiter. Ils ne prirent pas la piste qui menait au sommet de la montagne mais le sentier qui descendait. Au bout d'un moment, Ramana reprit la parole :

— Quand j'étais jeune, il y avait un diseur de bonne aventure qui avait monté sa tente près du Gange. Tous les dévots veulent mourir à Bénarès. Les familles assistent aux funérailles, et un diseur de

bonne aventure gagne bien sa vie. C'était le cas de celui que j'avais aperçu et dont la spécialité consistait à prédire le jour où on mourrait. Mais je refusai de le rencontrer.

— Pourquoi ? demanda Savitri.

Ramana éclata de rire.

— Je n'étais pas comme tout le monde, déjà à cette époque-là. Je disais toujours qu'il était facile de voir l'avenir. J'aimerais rencontrer le diseur de bonne aventure capable de voir le présent. Ce qui est le plus difficile, c'est de voir ce qui se passe à l'instant même.

— Pouvez-vous m'expliquer pourquoi ? demanda Savitri.

— As-tu entendu parler de Maya ?

— Bien sûr. C'est la déesse de l'illusion.

— Exactement, répartit Ramana. Mais qu'est-ce que l'illusion ? Une sorte de

magie qui nous cache la réalité ? Maya est plus subtile encore. Disons que je te montre un cube de glace, un nuage de vapeur et un flocon de neige. Vois-tu de l'eau ? Si tu réponds oui, alors tu as vaincu Maya – les formes que prend l'eau, à savoir la glace, la vapeur et le flocon de neige, ne t'ont pas induite en erreur. Tu as perçu l'essence même : dans les trois cas la matière première n'est-elle pas l'eau ?

« Si tu réponds non, tu es victime de l'illusion. La glace, la vapeur et le flocon de neige ont mobilisé ton attention et tu n'as pas vu l'essence. Il n'a pas fallu de magie pour te tromper. Tu as laissé ton esprit s'égarer. Il en est de même pour l'âme. Nous regardons les gens et n'en voyons que la surface. Celui-ci est laid, celui-là est beau, celui-ci est pauvre, celui-là est riche ; j'aime celui-ci, je

déteste celui-là. Pourtant chacun est atman. Il s'agit de la même essence sous des formes infiniment diverses.

— Est-ce que vous la voyez ? demanda Savitri.

— Oui, et c'est cela même que tu as vu quand tu es tombée amoureuse de Satyavan, répondit Ramana en la transperçant de son regard. Je sais tout de toi, princesse.

Soudain les joues de Savitri s'empourprèrent. En quelque sorte Ramana avait découvert son secret. Elle était née princesse, la fille la plus aimée d'un roi riche et puissant. Quand vint le temps de se marier, Savitri avait insisté pour aller elle-même à la recherche de l'homme de ses rêves. Malgré ses appréhensions, son père la laissa partir avec une escorte de gentilshommes. Savitri et ses gardes traversèrent l'épaisse

forêt et tombèrent par hasard sur une cabane de bûcheron. Dès qu'elle posa son regard sur Satyavan, qui était humble et pauvre, Savitri décida de l'épouser en dépit de tous les obstacles.

Quand elle lui annonça son choix, son père fut terriblement déçu. Cependant, après avoir fait la connaissance de Satyavan et apprécié sa bonté, sa générosité ainsi que l'amour profond qu'il éprouvait pour Savitri, le roi accepta à contrecœur le choix qu'avait fait sa fille. Mais alors survint un événement inquiétant. Au cours des trois nuits qui précédèrent le mariage, Savitri rêva du seigneur Yama. Chaque fois, il lui transmit le même message : Satyavan mourrait un an jour pour jour après le mariage.

— Alors tu étais déjà au courant, dit Ramana, et tu as pourtant décidé

d'épouser quelqu'un qui était condamné. Pourquoi ?

— Parce que je l'aimais, murmura Savitri.

— Et qu'est-ce que le véritable amour sinon la reconnaissance des qualités d'une autre âme ? Si tu peux dissiper toutes les illusions dressées sur ton chemin par Maya, tu communieras toujours avec l'âme de Satyavan. Ce lien ne peut jamais être coupé, quoi qu'il puisse arriver à son corps.

Ramana toucha le front de Savitri. Elle eut aussitôt une vision : des corps brûlaient sur des bûchers funèbres près du Gange et les cendres s'envolaient dans le vent.

— Tu ne peux t'empêcher de voir ce spectacle, chuchota Ramana, pourtant tu

n’as jamais vu l’âme. Il suffit de ne rien voir pour croire à la mort.

Il lui laissa le temps de comprendre ces mots et ajouta :

— Penses-tu pouvoir maintenant cesser de croire ce que voient tes yeux ?

Savitri fit signe que oui et, l’espace d’un instant, elle sentit que l’âme de Satyavan s’unissait à la sienne, tout comme le jour où ils s’étaient rencontrés.

La différence entre la vie et la mort

Croire à ce que nous voyons est une sorte de drogue dont nous ne pouvons nous passer. Je connais un homme d'une soixantaine d'années, un agent de change à la retraite, qui a perdu sa femme dans un accident tragique. Elle rentrait chez elle en voiture au coucher du soleil et, pour une raison inconnue, elle fut distraite quelques instants. La roue avant droite monta sur le bord du trottoir et un coup de volant trop brusque fit retourner le véhicule qui rentra dans les voitures venant en sens inverse. La femme mourut d'une grave hémorragie interne dans la salle des urgences, trois heures plus tard. Son mari en fut bouleversé. Il ne parvenait pas à comprendre comment il avait pu la perdre si brusquement. Même

après plusieurs mois il souffrait encore du choc psychologique. Une idée l'obsédait : il lui fallait soit parler à la défunte, soit vivre en permanence dans l'affliction.

— À ce qu'on dit, quand vous aimez quelqu'un suffisamment longtemps, cette personne fait partie intégrante de vous.

— Je pense que c'est vrai, répondis-je.

— Dès que Ruth est partie, j'ai senti une béance en moi. C'est ainsi que je décrirais le chagrin – et cela fait un mal de chien.

Nous étions assis chez lui et sa maison donnait l'impression d'être bien trop grande pour une seule personne. Il avait dû s'en rendre compte lui-même, car il avait condamné plusieurs chambres et s'était réfugié dans un fauteuil bien rembourré dans son bureau.

— J'ai éprouvé une grande douleur pendant des mois après la mort de Ruth, poursuivit-il. Puis j'en suis arrivé à penser que je souffrais trop. Pour être clair, une partie de mon esprit me répétait sans cesse que Ruth n'était pas vraiment morte. Je me suis alors mis à lui parler. Pourtant je n'étais pas capable de sentir la présence des défunts. Je parlais, mais à quoi ? À l'air ? À une créature de mon imagination ?

« Je décidai d'aller voir un médium, continua l'homme après s'être interrompu un instant. Vous seriez stupéfait du nombre de personnes en Californie qui peuvent parler aux morts en votre nom.

Je murmurai quelques paroles à propos du besoin qu'a le survivant de savoir ce qui est arrivé à ses chers disparus.

— Oui, je suis d'accord, reprit l'homme. Le médium que j'ai trouvé avait de

bonnes intentions, j'en suis persuadé. Je suis entré chez elle, un peu nerveux. Elle ne vivait pas sous une tente comme une bohémienne. Elle habitait dans une maison en ville et, à la voir, on l'aurait prise pour n'importe quelle cliente qui fait la queue dans le supermarché du coin.

Le médium avait les pieds sur terre, ce qui était rassurant. Elle offrit au visiteur un fauteuil confortable avec des oreillers, mit à sa portée une bouteille d'eau et s'assit de l'autre côté du guéridon. Elle ferma les yeux et exigea le silence. Le visiteur pouvait méditer s'il en avait l'habitude. Il se contenta de rester assis, les yeux fermés, jetant un coup d'œil furtif au médium quand il s'aperçut qu'elle restait muette.

— Mais alors il s'est passé quelque chose ? demandai-je.

— Tout à fait. Elle m'a signalé qu'une femme voulait me parler et qu'elle recevait des images : deux enfants (l'un dans un pays lointain), un chalet dans les montagnes, une grande étendue blanche – était-ce de la neige ? un lac gelé ? Je n'en sais rien. Nous avons deux grands enfants, et notre fille vit en Angleterre. Ruth et moi, nous aimions faire du ski, parfois nous louions un chalet près des pentes. Je me suis mis alors à faire attention à ce qu'on me disait.

— Beaucoup de gens aiment skier, remarquai-je.

— Je le sais, reprit-il en soupirant. C'est ainsi que cela s'est passé. Le médium ne cessait de mentionner des choses qui, pour moi, correspondaient à la réalité mais, si vous n'étiez pas là …

— Il n'était pas nécessaire que je sois présent. Vous aviez la certitude que

c'était Ruth.

— À ce moment-là, sans aucun doute. Peut-être parce que je voulais tant que ce soit elle.

Ensuite il me dit – tout comme le font des centaines et des centaines de personnes en pareilles circonstances – que le médium lui avait donné une foule de détails saisissants. Tous ceux qui entrent en contact avec un médium peuvent reconstituer une scène grâce à de menus détails convaincants, tels que des petits noms d'amitié et des événements singuliers qui restent gravés dans l'esprit.

— Ruth vous a sans doute dit qu'elle se trouvait dans un endroit agréable et qu'il ne fallait pas vous inquiéter. Elle ne courait aucun danger et elle répétait qu'elle vous aimait, n'est-ce pas ?

— Je sais que cela a l'air banal, précisa l'homme d'une voix hésitante. Mais tout cela me paraissait authentique. J'étais très ému, prêt à fondre en larmes. La séance a duré peut-être trois quarts d'heure. Le médium m'a serré dans ses bras. Elle était émue, elle aussi ; c'était singulier de penser qu'une heure auparavant nous étions de parfaits étrangers.

— Et que s'est-il passé ensuite ? demandai-je.

— Je me suis aussitôt senti mieux, répondit mon interlocuteur en haussant les épaules. Mais alors des doutes se sont insinués en moi. Pourquoi Ruth parlait-elle seulement de choses que je connaissais déjà ? Le médium se contentait-elle de lire dans mon esprit ou dans mon aura ? Se mettait-elle à l'écoute d'un de mes souhaits les plus désespérés

? Maintenant je ne suis pas sûr que tout cela m'ait fait vraiment du bien.

Ce que cet homme ignorait, c'est que j'avais vécu une expérience semblable. Il y a quelques années on m'avait demandé de participer à une enquête universitaire pour savoir s'il était vraiment possible de communiquer avec les morts. On m'avait mis dans une salle dont l'entrée était condamnée et on m'avait prié de me taire. Tout contact avec le médium s'effectuerait par l'intermédiaire du responsable de l'expérience. En fait il y avait trois médiums avec lesquels nous étions en relation par téléphone. Chacun d'eux se trouvait dans une région différente des États-Unis. Ils ne pouvaient ni s'entendre ni se parler.

Deux des trois médiums posèrent la même question :

— Est-ce que Deepak Chopra se trouve dans la pièce ?

On ne leur avait pas dit qui j'étais, ni même que j'étais un homme. Ils n'avaient pas entendu ma voix.

Les trois médiums m'informèrent qu'un défunt voulait me parler. Deux d'entre eux surent tout de suite que c'était mon père, qui était mort subitement deux années auparavant. Il fallut un peu plus de temps au troisième pour découvrir que le défunt était mon père. Ce « père » connaissait le surnom en hindi qu'on m'avait donné quand j'étais enfant. Il dit qu'il était heureux et qu'il ne fallait pas se faire du souci pour lui. Les médiums évoquèrent tous les trois l'affection que mon père éprouvait à mon égard. La séance dura deux heures.

Comme cet homme qui était entré en contact avec sa défunte femme, je croyais

qu'il s'agissait d'une expérience authentique. Moi aussi, je repartis avec des doutes. Mon « père » connaissait les choses que je connaissais. Un point c'est tout. L'expérience était menée suivant des directives strictes, ce que j'en vins à regretter. Je ne pouvais poser les questions qui me venaient à l'esprit ni réagir à ce que j'entendais. Pourquoi les défunts ne parlent-ils pas du passage de vie à trépas ? Faut-il considérer « Ruth » et « mon père » comme des fantômes ou des âmes de trépassés ? Appartiennent-ils vraiment à l'une de ces catégories ? Les rishis védiques penseraient qu'il s'agissait de bribes de souvenirs qui flottent dans l'akasha, d'informations résiduelles qui attendent de se fixer quelque part. « Ruth » et « mon père » étaient tout aussi réels que ce qui se trouve dans l'akasha, mais le problème,

c'est de savoir s'il convient d'attribuer à ces âmes ou à ces fantômes un statut quasi physique. Je préfère considérer le « père » qui m'a parlé comme des reflets de sa conscience qui avaient des rapports si étroits avec la mienne que la communication était encore possible entre nous.

Les sceptiques feraient remarquer que nous avons l'habitude de voir et d'entendre autrui, et que nous répugnons à abandonner cette habitude même après la mort. En conséquence un fantôme est un rescapé créé par l'esprit. Les croyants prétendraient le contraire : pour eux les fantômes sont réels, ils sont presque physiques, ils représentent sous une apparence vaporeuse les personnes qui ne trouvent pas le moyen de quitter ce monde. Mais dans les deux cas l'habitude et la mémoire interviennent. Était-ce à

cause de l'habitude que j'avais de le fréquenter ou à cause de l'habitude qu'avait mon père de me fréquenter que nous nous sommes retrouvés ? C'est sans doute un peu à cause des deux, car la personne avec laquelle vous êtes en relation par le biais de l'amour ou de l'intimité fait partie de votre propre conscience. Vous êtes imbriqués l'un dans l'autre, comme le montre la facilité avec laquelle je peux évoquer la voix de mon père, son visage, ses manies, ses façons de s'exprimer, sa manière de penser. Dans une certaine mesure j'ai adopté certains de ses comportements, ce qui contribue encore à effacer les frontières qui nous séparent.

Quand nous parlons aux morts nous faisons appel à une relation qui nous est familière. Elle peut être forte ou ténue. Quand elle est ténue, nous voyons et

nous entendons les défunts dans notre esprit ; quand elle est forte, nous les voyons et nous les entendons plus distinctement, comme s'ils existaient en dehors de nous. Mais ni moi ni mon père ne nous trouvons en dehors du champ de la conscience. C'est le point sur lequel les rishis insistent encore et toujours. D'après mon expérience personnelle je pense que c'est la vérité.

La nécessité de posséder certaines capacités

Si vous voulez vous sentir parfaitement à l'aise dans « l'autre monde », vous devez absolument posséder certaines capacités dont la maîtrise est indispensable. Si « l'autre monde » n'est pas seulement une réplique de celui-ci, ces capacités ne doivent rien avoir de commun avec la volonté, la force physique et tout ce qui chaque jour nous aide à affronter la vie dans le monde de la matière. Cependant nos capacités subtiles, du fait qu elles font partie de nous-mêmes, ne peuvent pas non plus nous être totalement étrangères. Pour la plupart d'entre nous le monde où nous vivons est en premier lieu un monde physique, cela va sans dire, mais nous avons constamment

recours à des capacités subtiles et celles-ci peuvent continuer d'exercer leur action dans la vie après la mort afin de nous aider. Si les rishis ont raison quand ils prétendent que nous habitons tous l'espace akashique pendant la vie et aussi après la mort, alors les capacités subtiles de la conscience sont le trait d'union entre ces deux mondes.

Inventaire des capacités indispensables

■ *La conscience de soi* : La capacité de se connaître. Cette capacité permet de rester bien centré.

■ *La réceptivité* : La capacité d'ouvrir son esprit. Cette capacité permet de percevoir la réalité en dépit d'anciens conditionnements et d'anciennes croyances.

■ *Le pouvoir d'intention* : La capacité de formuler des désirs. Cette capacité vous relie à votre objectif.

■ *La faculté de discernement* : La capacité de faire des distinctions subtiles. Cette capacité vous guide dans les subtilités de l'entendement.

■ *L'acceptation* : La capacité à ne pas manifester d'opposition. Cette capacité permet d'intégrer en soi la réalité.

Pour connaître véritablement quelque chose d'aussi secret que ce qui se passe après la mort, ces capacités vous sont indispensables. Les rishis védiques faisaient amplement usage de leurs capacités subtiles, alors que nous faisons beaucoup moins appel à elles. Nous attendons la mort pour nous préoccuper du voyage de l'âme. Pourtant nous avons besoin chaque jour de ces capacités subtiles afin d'évoluer et d'établir des relations susceptibles d'élargir notre horizon.

■ Il faut être centré et *conscient de soi* afin de ne pas manipuler autrui et de ne pas se laisser manipuler.

■ La *réceptivité* qui permet de voir par-delà l'ego crée un espace ouvert pour le développement des relations.

■ Au lieu de laisser les relations fluctuer suivant les caprices de l'humeur vous *devez avoir l'intention* de les enrichir et de les approfondir.

■ Votre partenaire ne cesse de vous submerger avec une multitude de désirs, de besoins et d'opinions (vous faites de même à son égard). Vous devez faire preuve de *discernement* pour savoir si vous ressentez ces influences comme étant positives, neutres ou franchement négatives.

■ C'est seulement après avoir fait le bilan que vous pouvez *accepter* de tout cœur votre partenaire sans que

rien menace votre intégrité ni votre évolution.

Maintenant remplacez le mot « relation » par le mot « âme». Tout ce qui permet à une relation de s'épanouir s'applique à l'âme. Ces qualités seront de la plus grande importance si la vie après la mort vous fait entrer dans le domaine de l'âme, comme le spécifient toutes les traditions spirituelles. Vous et moi, nous pouvons déjà faire nôtres toutes les expériences qui surviennent dans la vie après la mort parce qu'elles nous sont familières. À mesure que l'on se développe, les capacités se développent.

■ Je deviendrai plus conscient de moi-même à mesure que la frontière entre le « moi » et le « non-moi » s'effacera. Le Soi commencera à inclure une plus grande partie de la

réalité à mesure que la frontière disparaîtra. Je me sentirai libre.

■ Je serai plus disposé à me modifier et à évoluer. Mes anciennes croyances seront mises à l'épreuve et il sera possible de les changer, si besoin est. Je deviendrai curieux, je me sentirai passionné.

■ Je ferai confiance à l'intention que j'ai de connaître la vérité, quoi qu'elle puisse révéler. Je serai maître de moi.

■ Je découvrirai que je peux discerner les couches les plus fines de la nature. Les mondes subtils ne me seront plus cachés, parce qu'ils seront déjà en moi. Je me sentirai relié.

■ J'accepterai ma propre vérité au fur et à mesure qu'elle se révélera à moi.

Cela mettra fin aux craintes et aux incertitudes. J'aurai l'impression de m'être accompli.

J'ai mis l'accent sur l'impression que l'on ressent car, pour la plupart d'entre nous, ce qui nous incite à vivre, c'est de pouvoir continuer à avoir l'impression d'être en sécurité, aimé, heureux et de s'être accompli. Nous entrons en relation avec l'âme grâce à ces aspirations. Nous sommes ainsi motivés à explorer le domaine subtil de l'âme. Pour certaines personnes, c'est une motivation suffisante mais pour la plupart nous devons d'abord franchir une étape décisive ou prendre une nouvelle orientation avant de pouvoir utiliser au mieux nos connections subtiles.

— Mon mari et moi avions des problèmes, me confia une femme d'une quarantaine d'années que j'appellerai

Kate. Il a promis de travailler moins et de consacrer plus de temps à sa famille, mais cela n'a guère amélioré les choses. Il traînait son ennui dans la maison et au lieu de s'éclipser pour aller boire un verre, il s'éclipsait pour consulter sa messagerie vocale. Afin de me calmer j'ai suivi la suggestion d'une amie et j'ai appris la technique de méditation qu'elle pratiquait.

Cela impliquait de rester assise seule dans une pièce, au calme, deux fois par jour de dix à vingt minutes, et de répéter un mantra, m'expliqua Kate. Les premières fois elle s'endormit, mais son maître la rassura en lui disant que c'était un signe positif bien qu'elle eût beaucoup de mal à se détendre.

— Tout alla mieux la seconde semaine, continua Kate. Mon esprit s'apaisa et je restai éveillée. Ma respiration se calma.

Un jour je fus surprise car j'avais l'impression de ne pas respirer du tout. Ce qui m'étonna encore plus, c'est quand j'eus l'envie soudaine de m'asseoir sur le plancher dans une posture qui rappelait celle du lotus. Je n'avais jamais suivi de cours de yoga ; mon corps semblait savoir ce qu'il voulait faire.

Kate était ravie. Elle commença à se sentir plus centrée dans sa vie quotidienne, moins sujette à de brusques accès de colère et d'irritation. L'atmosphère dans laquelle vivait le couple se détendit considérablement.

— Puis une nuit, poursuivit Kate, alors que je m'endormais, j'ai remarqué une lueur bleue. J'avais les yeux fermés et j'ai cru tout d'abord qu'il s'agissait simplement d'un dernier reflet une fois que les lumières de ma chambre étaient éteintes, du genre de ce qu'on voit quand

on reçoit en pleine figure la lumière d'un flash. Mais ceci était différent. Le bleu que je voyais donnait l'impression d'être magnétique. Je ne pouvais pas en détourner mon attention. Alors j'ai ouvert les yeux dans l'obscurité et toute la pièce baignait dans la même lueur bleue. Des étincelles ou des points d'or y brillaient.

J'expliquai à Kate que cette expérience était connue des yogis. Kate avait perçu la lumière qui émane d'un plan subtil. Je lui demandai ce qu'elle avait ressenti.

— Une impression de paix, de sécurité. Mais c'était surtout la lumière qui me fascinait. Elle m'attirait. C'était comme si je pouvais la contempler éternellement.

— Ce qui prouve que vous étiez fascinée par votre propre conscience, ajoutai-je. L'âme, dit-on, apparaît à nos sens subtils sous l'aspect d'une lueur aux reflets nacrés.

— Est-ce que je devrais essayer de renouveler cette expérience ? demanda Kate.

— En pratique, c'est impossible, dis-je, car votre expérience était spontanée. C'est comme si vous essayiez de revivre à nouveau une première impression ou un premier baiser.

Quand elle parut un peu déconfite, je l'avertis qu'un des pièges dans lesquels pouvaient tomber les chercheurs d'absolu, c'était la tentation de revivre un moment où ils avaient vécu une expérience exceptionnelle. Nous connaissons tous cette envie, ne l'avez-vous pas remarqué ? On aimerait bien que se répètent la surprise d'un soleil couchant à vous couper le souffle, l'expérience d'un tendre moment d'intimité, même d'un repas somptueux. Mais ce n'est jamais tout à fait la même

chose, car ce qui rend ce moment exceptionnel, ce n'est pas le coucher de soleil, le geste câlin ou la qualité de la nourriture. C'est le franchissement soudain de la frontière qui mène dans le monde subtil.

Je parlai à Kate du continuum de l'expérience qui nous fait passer du bonheur à la félicité, de l'intimité physique à la fusion avec l'âme. Kate s'était donné la permission de se mouvoir avec plus de souplesse dans le continuum. La méditation est une méthode douce qui nous permet de détacher nos amarres. Elle n'est pas assez violente pour obliger votre perception à accéder à un nouveau domaine ; au contraire elle permet d'accéder en douceur à des sensations plus subtiles – par exemple la lueur bleue que Kate avait aperçue – tout en ayant

des impressions et des intuitions plus raffinées. Je félicitai Kate et lui promis qu'elle franchirait d'autres étapes.

Grâce à ces brèves incursions dans le monde subtil nous pouvons deviner d'avance la douceur de la vie après la mort. Là, l'énergie subtile donne l'impression d'être naturelle. La paix et l'accomplissement de soi se réalisent dans la communion avec l'âme.

9

Deux mots magiques

— Regarde, est-ce que tu vois cela ? demanda Ramana à Savitri en pointant l'index vers quelque chose qui se trouvait un peu plus loin devant eux.

Savitri distingua une mince volute de fumée au-dessus des arbres.

— Ce doit être un feu pour faire la cuisine.

— Va voir. Je resterai ici jusqu'à ton retour, dit Ramana en s'installant confortablement sur une souche.

Savitri se dirigea vers la fumée. Tout était désolation. Des soldats venus d'un village voisin avaient dévasté les

alentours. Les arbres avaient été brûlés, des chars à bœufs avaient été détruits. Le village était abandonné. Des soldats venus d'un village voisin l'avaient envahi. Toutes les maisons avaient été réduites en cendres à l'exception d'une seule, qui était restée intacte.

Savitri s'avança vers une vieille femme assise sur le seuil de sa porte.

— Il n'y a que des ruines, dit Savitri en la saluant, comment se fait-il que votre maison ait été épargnée ?

— Tous les hommes de notre village étaient partis combattre l'ennemi, répondit la vieille femme. Quand les soldats sont venus avec leurs torches pour piller ma maison et y mettre le feu, je leur ai dit : "Entrez, entrez donc ! Ici on a tous attrapé la scarlatine. Aidez-nous à nous soigner." À ces mots les soldats ont

eu si peur qu'ils ont refusé de faire un pas de plus et ils ont tous déguerpi.

Savitri trouva une petite pièce dans son sari, la donna à la vieille femme, puis elle alla retrouver Ramana.

— Pourquoi m'avez-vous envoyée là-bas ? demanda-t-elle.

— La vieille femme a chassé des soldats avec deux mots : *la scarlatine,* expliqua-t-il. Les sages savent qu'on peut aussi détourner la mort avec deux mots : *Je suis.*

— Je ne comprends pas.

Savitri fut encore plus déconcertée quand elle regarda le ciel : la volute de fumée avait disparu.

— Ce village n'était qu'un symbole, expliqua Ramana.

— Un symbole des difficultés de la vie, de la détresse ?

— Non, de l'éphémère. Écoute bien, Savitri. Il n'y a rien de permanent ici-bas. Les possessions vont et viennent, tout comme les gens. Cependant nous parvenons à faire face. Comment ? En nous raccrochant à l'idée que *nous,* nous ne mourrons jamais, que notre monde est éternel.

« Mais ce n'est pas la bonne solution. La mort est assoiffée de sang, elle est animée par la rage de tout détruire, comme l'est une armée d'envahisseurs. Accueille-la tout simplement en lui tendant les bras et dis-lui : *Je suis.* Alors la mort battra en retraite car elle n'aura rien à détruire. *Je suis* ne possède rien, n'attend rien, n'a rien à quoi se raccrocher. Pourtant c'est tout ce que tu es et tout ce dont tu auras jamais besoin dans ce monde ou dans le monde à venir.

Ramana parlait calmement mais avec autorité, ce qui réconforta Savitri.

— La vieille femme a menti quand elle a parlé de *la scarlatine.* Il faut dire la vérité, il faut dire : *Je suis.* Je crois que tu es presque prête, ajouta Ramana d'une voix douce.

— Comment puis-je faire en sorte que ce soit pour moi la vérité ? demanda Savitri.

— Ce n'est pas difficile. Quand tu es heureuse, descends en toi et prends conscience de la personne qui éprouve ce bonheur. Quand tu es triste, descends en toi et prends conscience de la personne qui éprouve cette tristesse. C'est la même personne. Il y a un centre minuscule, immobile qui prête attention à tout, qui est témoin de tout. Deviens ce centre immobile toutes les fois que tu le peux. Prête-lui attention, ne l'ignore pas.

Qui te soit familier, il est ton plus grand allié. *Je suis,* c'est toi. Sois, tout simplement, tout naturellement.

« Au début ce centre minuscule, immobile te paraîtra insignifiant. Pourtant il peut grandir à l'infini. Quand tu mourras et que tu n'auras finalement plus rien à quoi te raccrocher, *Je suis* remplira tout l'univers. Les sages ont répété cette vérité maintes et maintes fois, à toutes les époques. Mais toute vérité ne peut être de seconde main. Trouve en toi le *Je suis,* et il grandira au point de te remplir entièrement. Alors tu ne courras plus aucun danger. Tu t'identifieras à ton âme.

L'éternité

Quand toutes les images ont disparu au niveau subtil, le mourant parvient à l'éternité – la source de l'âme. Selon les rishis il faut que les illusions soient dissipées pour que la réalité se manifeste. Bien qu'au cours de notre vie nous ne puissions pas voir l'éternité qui nous environne, les rishis se sont efforcés de l'appréhender.

> *Plus votre regard porte loin en direction de l'infini, plus vous êtes réel.*

Nous pouvons nous en réjouir, mais cela nous met également mal à l'aise, car nous sommes habitués à vivre à l'intérieur de frontières. « Il y a des années, je me suis intéressée à la spiritualité, m'a confié une femme, mais j'ai détesté tout ce qui se disait sur l'Un.

Je ne pouvais me mettre en relation avec l'Un. Mon éducation qui m'avait amenée à croire en un Dieu bon enfant qui siège au ciel était étriquée, cela au moins je pouvais le comprendre. Mais je ne pouvais pas comprendre la notion d'unité. »

Au terme du voyage il n'y a ni êtres chers, ni destination pour notre corps, ni souvenirs du monde de la matière. Même l'expression bouddhiste « la Claire Lumière » n'est qu'une métaphore, puisque l'éternité n'est ni clarté ni lumière.

Quand vous vous rapprocherez de l'Éternité, vous ne saurez pas si vous êtes mort ou vivant. Vous ne serez ni homme ni femme. Un instant sera comme un siècle, et il n'y aura plus de différence entre passé et avenir. Nous trouvons-nous alors dans un lieu où nous sommes

complètement perdus ? Si c'était le cas, notre incompréhension serait trop grande pour qu'on pût en tenir compte.

L'éternité vous offre plus de liberté que ne peut en concevoir l'esprit. L'absence d'images signifie que vous n'avez plus besoin d'images. L'absence d'êtres chers signifie que vous n'avez plus besoin de relations humaines. Vous êtes de retour à la source, mais avec une différence : *Vous avez fait l'expérience de tout.* Tout vous a été révélé. Actuellement votre esprit peut s'effrayer à la pensée qu'il peut être confronté à un terrible cauchemar. Mais les rishis, qui ont appelé cette étape ou libération, l'ont glorifiée. Seule l'âme libérée peut effectuer un choix *quel qu'il soit.* On n'est attiré ni vers le haut ni vers le bas. Le mécanisme du plaisir et de la douleur s'est brisé.

Quelle impression cela vous ferait-il de vous trouver libre ? Sans limites ? Sans identité ? Si vous essayez de qualifier l'âme éternelle – en disant qu'elle est pleine de vertus, sainte, tout amour et toute vérité – les rishis répondent par « *netti* », le mot sanscrit qui signifie « ce n'est pas cela ». En fait, dans certaines écoles du Vedanta, on appelle le chemin spirituel « *netti, netti* ». Vous ne cessez de répéter « ce n'est pas cela, ce n'est pas cela » jusqu'à ce que vous parveniez à l'essence grâce à un processus de dépouillement. C'est aussi ce en quoi consiste le voyage de la vie après la mort. Le mourant en prend conscience petit à petit : « C'était moi, mais cela ne l'est plus. »

Une personne qui a raconté avec force détails son expérience de mort imminente a décrit l'éternité ou peu s'en faut.

L'auteur du récit, maintenant célèbre dans la littérature qui traite de la mort imminente, est un artiste du nom de Mellen-Thomas Benedict, mort d'une tumeur au cerveau en 1982. D'après les critères occidentaux, on ne peut croire que cet homme ait pu être mort pendant une heure et demie, puis qu'il soit revenu à la vie. Les bouddhistes tibétains considéreraient cet homme comme un *delog,* car l'expérience vécue par Benedict est aussi détaillée que celles rapportées par les delogs : son récit est une véritable encyclopédie de la vie après la mort.

Benedict s'était trouvé hors de son corps, il avait conscience que son cadavre reposait sur le lit. Son champ de perception s'était considérablement élargi – il voyait ce qui se trouvait au-dessus, autour et en dessous de sa maison. Les ténèbres l'enveloppaient, mais bientôt

une lumière très vive apparut. Il alla dans cette direction tout en étant persuadé que s'il entrait dans la lumière, il serait bel et bien mort.

À ce moment-là Benedict prit une décision surprenante : il demanda qu'un terme fut mis à l'expérience et c'est ce qui arriva. Un rishi ne serait pas surpris qu'il ait trouvé un moyen de contrôler ce qui survient après la mort, mais ce cas est presque unique dans les annales des NDE. Benedict demanda une interruption du processus afin de s'adresser à la lumière. Alors la lumière se mit à changer constamment de forme : tantôt elle ressemblait à Jésus ou à Bouddha, tantôt elle se transformait en un motif d'une extrême complexité semblable à un mandala, à des symboles ou à des images archétypales. La lumière expliqua à Benedict (ou, plus exactement, transmit

l'information à son cerveau) qu'un mourant voit des images « en boucle » en rapport avec son système de croyances. Alors le chrétien voit défiler des images chrétiennes, le bouddhiste des images bouddhistes. Étant donné qu'elles défilent en boucle, le mourant peut participer à l'expérience et la modifier, ce que Benedict entreprit de faire. (La lumière lui précisa qu'il était une exception car la plupart des gens poursuivent leur chemin sans se poser de questions.)

Si Benedict vit tant d'images différentes, c'était sans doute parce qu'il s'était intéressé à différentes religions et traditions spirituelles après qu'on eut diagnostiqué son cancer. Ensuite Benedict eut conscience de voir la matrice du Soi supérieur, qu'il décrit comme un « mandala d'âmes humaines », c'est-à-dire un motif cosmique de la conscience.

Chaque personne, découvrit-il, possède un Soi supérieur qui joue le rôle d'une « Sur-âme » et aussi de canal qui ramène l'individu à la source. Il suffit de modifier à peine ces termes pour retrouver la pure pensée védique. On peut avoir quelque doute, car Benedict a pu être fortement influencé par sa récente lecture des Écritures saintes indiennes. Toujours est-il que son expérience s'est déroulée, d'après lui, de manière tout à fait spontanée, comme s'il s'agissait de quelque chose de réel.

En portant son regard sur la matrice des âmes, Benedict eut conscience qu'elles étaient toutes reliées les unes aux autres, que l'humanité constituait un seul être et que chacun d'entre nous était un aspect du Tout. Il fut attiré dans la matrice, qui lui parut être d'une beauté indescriptible. Il se sentit alors submergé

par l'amour qui émanait de la matrice, l'amour capable de tout créer, de tout guérir. La lumière lui fit comprendre que la matrice des âmes constituait une sphère d'énergie subtile qui entourait la terre et reliait les hommes entre eux. Benedict s'était impliqué pendant dix ans dans le désarmement nucléaire et l'écologie, ce qui l'avait démoralisé. Maintenant il se voyait confronté à la pure splendeur de chaque âme humaine et était stupéfait.

Aucune âme n'était souillée par le mal, ce qui l'étonnait grandement, et la lumière lui fit comprendre que les âmes ne pouvaient pas être mauvaises par nature. La quête de l'amour sous-tend toute action humaine. Si on est amené à commettre de mauvaises actions, c'est avant tout parce qu'on a manqué d'amour.

Quand Benedict demanda si l'humanité pouvait être sauvée, une « sonnerie de trompette » retentit accompagnée d'une spirale de lumière. Benedict reçut comme consigne de ne jamais oublier la réponse : les hommes étaient déjà sauvés, aussi désespérante que paraisse la situation de nos jours.

Benedict s'abîma dans une extase profonde, alors qu'il pénétrait de plus en plus loin dans la lumière pour atteindre un autre univers plus subtil, incommensurable. Il vit un « énorme fleuve de lumière, un fleuve immense, qui était prêt à déborder, au cœur même de la vie. » Quand il demanda ce que c'était, la lumière lui répondit que c'était le fleuve de la vie et qu'il devrait en boire jusqu'à plus soif.

Poussé par une curiosité insatiable, il demanda alors à la lumière de lui révéler

l'univers tout entier « par-delà toute illusion humaine ». On lui conseilla de se laisser porter par le courant de la vie. Ce qu'il fit. En s'enfonçant dans un tunnel il entendit « de sourdes détonations supersoniques ». Il allait de plus en plus vite, plus vite que la lumière quand il quitta le système solaire, traversa le cœur de la galaxie et prit conscience d'une infinité de mondes et de formes de vie. Tout cela se déroulait à une vitesse vertigineuse. Benedict fit alors une découverte cruciale : ce qui lui semblait être un voyage dans l'espace était en fait l'expansion de sa propre conscience. Ce qui semblait être des galaxies et des amas d'étoiles qui défilaient à toute allure était en réalité sa propre conscience qui franchissait l'une après l'autre les frontières de l'espace-temps.

Benedict se mit à décrire des galaxies tout entières qui se résolvaient en un point minuscule, toutes sortes de formes de vie qui se manifestaient et une seconde lumière qui contenait toutes les vibrations de l'univers. Selon les rishis védiques, il s'agit des vibrations à l'origine de la Création. En d'autres termes, Benedict était témoin de la façon dont la conscience fonctionne. Il avait recours à son propre langage pour parler de cette étape. Suivant ses propres paroles, il s'était connecté avec l'hologramme de l'univers.

En pénétrant dans la seconde lumière, Benedict prit conscience d'un changement radical : partout le silence, le calme absolu. Son regard portait jusqu'à l'infini. Il était dans le vide ou au stade de la pré-création, comme il l'appelait, et sa conscience était infinie. Il était entré en

contact avec l'absolu. Cette expérience, qui n'était pas d'ordre religieux, était une expérience où la conscience n'avait plus de borne. Il perçut alors toute la Création qui s'engendrait sans commencement ni fin. Au lieu d'un seul big-bang, d'un événement unique qui créait l'univers, Benedict en perçut des millions qui, sans interruption, donnaient naissance à de nouveaux univers. Comme il était hors du temps, cela se produisait simultanément dans toutes les dimensions.

Après cette épiphanie cosmique, Benedict revint en arrière, étape par étape, et s'éveilla dans son lit, chez lui, absolument convaincu que la mort était une illusion – conviction que l'on retrouve souvent dans les récits de NDE.

Benedict croyait qu'il reviendrait sur terre sous forme de bébé, à la suite d'une nouvelle incarnation. Cependant, quand il

ouvrit les yeux, il avait toujours le même corps, qui était mort depuis plus d'une heure selon l'infirmier (il n'y avait ni moniteur cardiaque, ni médecin). L'infirmier, qui avait pleuré en constatant le décès, assura à Benedict que tout laissait à penser qu'il était mort. Ainsi son corps se refroidissait, devenait rigide. Un stéthoscope avec amplificateur n'avait détecté aucun battement du cœur. (Cette affirmation est si choquante du point de vue médical qu'un sceptique n'accorderait pas le moindre crédit au récit de Benedict.)

Bien que fort désorienté au début, Benedict se sentit mieux que jamais. Il lui fallut six mois pour qu'il se fît faire un nouveau scanner du cerveau car, bien entendu, sa tumeur l'inquiétait – mais les résultats furent incroyables : toute trace de tumeur maligne avait disparu. Le

cancérologue expliqua qu'il s'agissait d'une rémission spontanée, ce qui se produit rarement. Cette interprétation ne tient pas compte du fait que dans la littérature médicale on ne trouve pas ce genre de rémission après une NDE et, à ma connaissance, les rémissions de tumeurs cérébrales à un stade avancé sont les plus rares de toutes.

Je pense que chaque point final est aussi un point de départ. Pour Mellen-Thomas Benedict l'état de pure conscience devint l'aboutissement d'un voyage fabuleux. Pour les rishis, c'est le point de départ d'une vie centrée sur le présent. L'expérience qu'a vécue Benedict lui a donné accès à la vérité la plus authentique : le présent est infiniment précieux. Écoutez-le :

> *Au lieu de s'efforcer de devenir Dieu, les gens devraient se rendre compte*

qu'ils sont déjà Dieu et qu'il n'y a pas de différence entre Dieu et nous. C'est là le fond du problème.

Benedict a le sentiment que le vide est partout, que l'invisible contient tout, que Dieu a comblé les humains de toutes sortes de faveurs. Tout cela a un accent de vérité sur le plan spirituel.

Le voyage dans trois mondes

Un matérialiste à tous crins peut considérer qu'il est impossible de se rendre dans des mondes qui ne sont pas physiques, alors qu'en fait nous passons constamment d'un état de conscience à un autre. Selon les rishis, nous connaissons tour à tour trois états de conscience qui représentent toute notre expérience :

L'état de conscience où se trouvent des choses physiques.

L'état de conscience où se trouvent des choses subtiles.

L'état de conscience où il n'y a rien que la conscience elle-même – la pure conscience.

L'âme change en fonction de l'état de conscience. Dans le monde physique l'âme est dominée par les émotions et les idéaux. Le mot âme implique tout à la fois charité, amour, dévotion à Dieu. Nous nous tournons vers notre âme pour nous rappeler qu'elle contient une étincelle divine. Pourtant nous ne la considérons pas comme le fondement de notre existence. Tantôt l'âme nous apparaît, tantôt elle disparaît.

Dans le monde subtil l'âme est synonyme d'Esprit. Elle est la sainteté, la proximité de Dieu et la libération des fardeaux de l'existence physique. L'âme n'est plus simplement quelque chose qui nous réconforte ; elle est la félicité que nos souffrances dissimulaient. L'âme est toujours présente ; elle est le guide qu'on peut suivre sans hésiter, sans craindre de se fourvoyer. On éprouve comme une

attirance magnétique : on se sent inexorablement attiré vers le divin.

Dans le domaine de la pure conscience, la fusion est complète. On s'aperçoit que le Soi et l'âme ne font qu'un. Il n'y a ni ici ni là-bas, l'âme n'est pas localisée. Elle existe simultanément partout et nulle part. On n'a plus conscience de la bonté, de la sainteté ou de la pureté de l'âme. L'âme *est* tout simplement.

Après la mort, on appréhende automatiquement la dimension subtile. Cependant pour les rishis toutes les dimensions sont imbriquées les unes dans les autres. Il est possible que les anges se manifestent ici-bas, bien que le domaine qui leur est attribué soit celui des choses subtiles, le lieu de séjour du prophète Mahomet qui se dirige vers le ciel, monté sur un cheval blanc. Chaque domaine implique une nouvelle approche

de la conscience. En même temps chaque état de conscience possède ses qualités intrinsèques et est perçu comme une réalité différente.

Les trois mondes ou la carte de l'éternité

1. ***La conscience des choses physiques***. Il s'agit du monde des choses concrètes dont nous constatons l'existence grâce à nos cinq sens. Il obéit au temps linéaire. Nous nous voyons comme des corps physiques séparés les uns des autres dans le temps et dans l'espace. La durée d'une vie couvre un nombre d'années limité entre deux événements indiscutables, la naissance et la mort.

Les *lois* auxquelles nous sommes assujettis dans cette dimension sont strictes. La gravité, la vitesse de la lumière et la conservation de la matière et de l'énergie (qui ne peuvent être ni créées ni détruites) constituent la base de toutes les lois de la nature.

Si ce monde est primordial pour vous, vous possédez certaines *capacités* qui vous permettent de l'explorer. Au nombre de celles-ci figurent la force physique, la volonté, la raison, l'affectivité, la sexualité et l'autorité personnelle. Dans la mesure où vous utilisez au mieux ces capacités, vous réussirez de mieux en mieux. En même temps vous avez plus de chances de vous attacher à cette dimension de la conscience que vous considérez comme la seule réalité.

Dans ce monde, l'*akasha* semble être un espace physique rempli d'une infinité de biens matériels.

L'*âme* vous donne l'impression d'être personnelle, mais vous ne faites que l'entrevoir.

2. ***La conscience des choses subtiles***. C'est le monde des rêves, de l'imagination et de l'inspiration sous toutes ses formes

multiples. Nous contrôlons ce monde grâce à l'intuition, en percevant des qualités telles que l'amour et la beauté, en sentant en nous et en dehors de nous une présence subtile que nos sens ne peuvent détecter. Une vie vécue dans cette dimension dure aussi longtemps qu'on peut l'imaginer.

Les *lois* du monde subtil ne sont pas rigides. Des événements peuvent survenir dans l'avenir ou dans le passé. Des structures invisibles peuvent persister longtemps (par exemple en tant que mythes et archétypes) mais, même dans ces cas-là, le temps ne les assujettit pas de façon aussi stricte que dans le monde physique. La gravité et la vitesse de la lumière ne sont plus des phénomènes que rien ne saurait modifier.

Si ce monde est primordial pour vous, vous posséderez certaines *capacités* qui

vous permettront de l'explorer. Parmi celles-ci figurent l'imagination, la mémoire, les dons artistiques, la sensibilité psychique, le don de guérison et l'intuition. Plus vous y aurez recours, mieux vous réussirez. Cependant vous pouvez vous trouver coupé du monde physique et incapable de vous débrouiller comme quelqu'un dépourvu d'intuition et de spiritualité. Cela vous inquiétera jusqu'à ce que vous découvriez que le monde subtil est capable de vous accorder son soutien.

L'*akasha vous* donne l'impression d'être un rêve rempli de souvenirs et d'images, d'archétypes et de dieux, d'esprits et de créatures éthérées.

L'*âme* semble être une force qui vous guide en vous ramenant à la source. Vous en avez conscience à tout instant.

3. ***La pure conscience***. C'est le monde de la conscience qui est consciente d'elle-même. On n'y trouve rien de grossier ni de subtil. Nous appréhendons ce monde par le « Je suis ». L'existence devient sa propre fin, sa propre récompense. En tant qu'expérience, la pure conscience se manifeste quand l'esprit est silencieux. Plus l'expérience dure, plus la conscience prend de sens et s'enrichit.

Les *lois* de ce monde concernent la Création elle-même. C'est ici que germent les graines de toute chose et de tout événement. Ici se trouve le possible du temps, de l'espace et des choses physiques. Ici se trouve aussi le possible de l'esprit, encore vide de pensée ou d'images. Bien que totalement débarrassée de tout ce qui est visible, la pure conscience aspire à procréer ; les

mystiques assurent qu'elle est grosse de Tout ce qui est.

Si ce monde est primordial pour vous, vous n'avez besoin d'aucune capacité particulière pour vous y déplacer. Pour vous le flux du temps et l'expansion de l'espace sont des événements neutres ; ils vont et viennent en vous. Vous en êtes témoin sans vous y attacher, bien que, si vous en avez le désir, vous puissiez faire appel à telle ou telle qualité – l'amour, la compassion, la force, la vérité – et en faire l'expérience dans toute sa plénitude.

Dans ce monde l'*akasha* donne l'impression de ne pas avoir été créé. Des concepts tels que la naissance, la vie, la mort, sont hors de propos. Seule compte l'existence. Être est l'expérience qui embrasse tout.

Il faut toujours se souvenir que la vie après la mort n'est pas un « après »

comme nous le conjecturons. Les trois dimensions de la conscience sont toutes toujours présentes.

L'akasha a trois dimensions. D'abord il contient le monde des choses physiques. Notre regard peut embrasser le paysage pour nous dire où nous nous trouvons. Le haut et le bas sont des repères fixes qui nous orientent dans le monde physique. Avant et après sont des repères fixes dans le temps pour nous indiquer où nous en sommes dans le cours de notre vie.

Ensuite l'akasha contient le monde des choses subtiles, il a des frontières beaucoup plus floues. En un instant, un espace de rêve où tout flotte peut se manifester. En l'absence de dimensions fixes, l'expérience se mesure en termes d'intensité. Les émotions sont plus fortes, les rêves plus saisissants et on

appréhende directement la présence d'anges et d'autres entités éthérées. Avec de l'expérience on se trouve à l'aise dans cet espace.

Il en est de même pour les artistes ainsi que pour les gens intuitifs ou profondément religieux.

Enfin l'akasha qui se renferme sur lui-même est pure existence. On a l'impression d'y être en parfaite sécurité car l'unité y prédomine. Toute expérience vient de l'intérieur, à partir d'un seul point d'où jaillit la Création comme un rayon d'énergie, ou comme une fleur qui s'épanouit pour l'éternité.

L'âme est impersonnelle. C'est l'Être, sans rien d'autre.

Le choix d'une nouvelle allégeance

Jusqu'ici nous avons utilisé la métaphore du voyage pour décrire ce qui se passe dans la vie après la mort. La plupart des gens s'attendent à renoncer au monde physique pour accéder à un monde « supérieur ». Les rishis védiques feraient remarquer que le véritable changement est un changement d'allégeance. Quand nous mourons, nous renonçons à notre allégeance à la « conscience pleine de choses physiques » et passons à la « conscience pleine de choses subtiles ». Dans le Vedanta, c'est ce que signifie aller au ciel.

Un changement d'allégeance paraît facile si on se place dans la perspective des rishis. Cependant cela s'avère terriblement difficile pour la majorité des

gens, en Orient et en Occident, parce que le monde physique est tellement convaincant. Le doute naît quand nous pensons à l'autre monde, bien que nous l'habitions toujours dans nos rêves. On trouve un exemple parfait d'un tel doute et de l'anxiété qu'il suscite dans le *Hamlet* de Shakespeare.

Dans le célèbre monologue « Être ou ne pas être », Hamlet se demande s'il ne devrait pas se suicider tant il est malheureux. Il ne peut se résoudre à obéir au fantôme de son père et à tuer l'usurpateur du trône, son oncle Claudius. Il est au supplice et il est désespéré : il a des problèmes de conscience, il se sent lâche, il fait un constat d'échec, l'infidélité de sa mère lui répugne, la dépression menace de le rendre fou. Le suicide mettrait peut-être fin à ses souffrances. Hamlet marque une

pause pour raisonner en toute logique ; il analyse le problème comme le fait habituellement un esprit rationnel.

…Mourir; dormir ;

Dormir ; peut-être rêver ; oui, c'est là le hic ;

Car dans le sommeil de la mort

Quels rêves peuvent nous venir;

Quand nous avons quitté cette dépouille mortelle,

Voilà qui doit donner à réfléchir

Laissons de côté la splendeur de la poésie. Le prince du Danemark est piégé entre le monde physique et le monde subtil et il ne parvient pas à faire confiance à l'un ou à l'autre. Reprenons l'argumentation en langage moderne. La mort est-elle la fin de tout ou est-elle l'équivalent du sommeil ? Si elle est

identique au sommeil, est-ce que mes soucis prendront fin ou serai-je en proie à de terribles cauchemars ? Peut-être ces rêves seront-ils pires que de rester vivant, même si la vie est devenue un véritable supplice. Je ne peux m'entretenir avec quelqu'un qui est revenu de chez les morts, aussi suis-je incapable de résoudre ce problème. Je continue de douter. Et le doute m'incite à m'accrocher à la vie

Voilà la conclusion à laquelle parvient le Vedanta quand on parle de changer d'allégeance : si vous n'y réussissez pas, vous serez envahi par un doute déconcertant. Le secret est simple : *il vous faut maîtriser les forces du monde subtil afin de renoncer au monde physique.* Actuellement vous comptez sur la pensée rationnelle. Vous passez d'un événement à l'autre en suivant une ligne

droite. Votre force physique vous permet d'agir sur les choses et d'être convaincu que vous pouvez vous défendre. Votre volonté et votre force de caractère vous aident à atteindre des objectifs à long terme.

Aucune de ces capacités n'a de rapport avec le monde subtil et, par conséquent, ne peut vous aider dans la vie après la mort. La transition entre la réalité physique et la réalité subtile vous désoriente. Vous avez déjà l'expérience de la réalité subtile dans les rêves. Dans un rêve vous pouvez soulever une maison aussi facilement qu'une plume, remonter dans le temps ou vous sentir complètement impuissant dans une situation effroyable, quels que soient vos efforts pour vous en sortir. La longue saga de l'apprentissage de Carlos Castaneda avec Don Juan, le sorcier

yaqui qui est devenu son maître spirituel, est avant tout un enseignement destiné à vous apprendre à vous déplacer dans le monde subtil. Castaneda y apparaît aux prises avec l'anxiété et le doute.

Dans un épisode Don Juan prend Castaneda par la main et tous deux sautent par-dessus un grand arbre. Quand ils se retrouvent sur la terre ferme, Castaneda est désorienté et prêt à vomir (l'apprenti ressent souvent cette impression de nausée accompagnée de peur). Don Juan demande : « Quelle différence y a-t-il quand on saute par-dessus un arbre comme nous venons de le faire et quand on saute par-dessus un arbre dans un rêve ? » Il répond lui-même à sa question : dans un rêve on peut sauter sans danger par-dessus un arbre parce que c'est naturel dans le monde du rêve. Vous savez que vous allez vous

réveiller et quand vous le faites, vous vous rendez compte que tous les événements qui se sont passés dans votre rêve n'étaient que des impulsions de votre cerveau. Il n'y avait pas d'arbre « réel » ; vous considérez donc le monde du rêve comme un monde illusoire.

La raison pour laquelle vous ne pouvez pas sauter par-dessus un arbre dans le monde physique, c'est que vous ne vous rendez pas compte que vous pouvez vous réveiller. Un sorcier est quelqu'un qui a appris à être complètement éveillé. Aussi, pour lui, sauter par-dessus un arbre est naturel. Tout se passe sous forme d'impulsions dans le cerveau. Il n'y a pas d'arbre « réel ». Mais si vous croyez que l'arbre est réel, vous devez accepter les limites d'un tel monde.

On se rend compte soudain de l'importance du défi qui consiste à ne

plus donner son allégeance au monde physique. Est-ce que cela implique qu'on est capable de sauter par-dessus des arbres ? Il s'agirait d'un cas extrême, toutefois pas totalement inconnu : dans la tradition catholique et hindoue on parle beaucoup de saints capables de lévitation et, en Égypte, il a fallu amadouer une nonne pour la faire descendre de son perchoir en l'air, au-dessus d'un arbre. Le fait qu'un si petit nombre d'entre nous explore le mystère de la vie après la mort confirme l'irrévocabilité de notre allégeance. Cependant il y a des moments où nous nous rendons compte que nous possédons déjà la capacité de passer d'un niveau de conscience à un autre. En voici un exemple.

— Il y a trente ans j'ai découvert dans ma tête un interrupteur susceptible de

modifier la réalité, rapporte Harold.

L'homme qui parle est un journaliste indépendant à la retraite, âgé d'une soixantaine d'années. Nous nous sommes rencontrés à un salon du livre New Age, il y a deux ans.

— Je suis né avec une malformation congénitale du cœur qui me faisait courir le risque de mourir jeune, poursuivit Harold. Je m'y étais habitué en grandissant. Après l'université je me suis trouvé à l'hôpital pour me faire mettre d'urgence un stimulateur cardiaque.

« Malheureusement il y a eu des complications – une infection, toutes sortes d'ennuis. Une nuit, alors que j'étais au plus mal, j'étais allongé dans mon lit d'hôpital. L'infirmière est venue prendre ma température et, en partant, elle a oublié d'éteindre la lumière. Cela m'a agacé, mais j'avais trop envie de

dormir pour me lever. Alors les lumières se sont éteintes.

« Tout d'abord je n'ai rien trouvé d'extraordinaire à cela, bien que l'interrupteur fût dans mon champ de vision et, qu'à ma connaissance, personne ne s'en fut approché. Quelques secondes plus tard les lumières se rallumèrent. Puis elles s'éteignirent et se rallumèrent. Je n'avais pas peur, je me contentais de rester allongé à les regarder. Il était évident que personne n'actionnait l'interrupteur. Je pouvais même entendre le bourdonnement des tubes de néon qui s'éteignaient et se rallumaient. Soudain j'eus l'idée la plus saugrenue qui fut : *C'est moi qui ai actionné l'interrupteur*.

« À ce moment-là je n'avais plus envie de dormir ; j'avais l'impression d'être extrêmement lucide. Avez-vous jamais

entendu parler d'une chose pareille ? Éteindre et allumer les lumières avec votre esprit ?

— J'ai entendu parler de choses bien plus singulières, lui répondis-je. Est-ce que ce phénomène s'est reproduit ?

— Pas tout de suite après. Pas jusqu'au mois dernier. C'était une nuit d'été très chaude à New York. Mon avion avait quatre heures de retard et j'étais furieux. J'avais raté toutes mes correspondances, j'étais là debout à attendre avec impatience que mon sac apparaisse sur le tapis roulant. Tout à coup une pensée me traversa l'esprit ; *ils ont perdu mon sac*. J'en étais sûr, tous les passagers avaient récupéré leurs bagages, mais mon sac n'était pas là.

« Je me rendis donc au bureau des bagages perdus et je commençai à rouspéter contre l'employée qui s'en

moquait éperdument. En bâillant, elle téléphona à quelqu'un pour savoir si des bagages avaient été oubliés puis, de la voix d'une personne qui s'ennuie, elle me demanda de remplir une fiche de réclamation. Rien de particulier jusqu'alors.

« J'étais prêt à me mettre en colère. Une idée me vint alors à l'esprit : *Il est aussi facile d'être de bonne humeur qu'en colère*. *Il faut penser positif.*

« Ce que je vis en imagination, poursuivit Harold, c'était un interrupteur. Je savais que si je l'actionnais tout serait différent. C'est ce que je fis. L'employée me sourit et me dit qu'elle téléphonerait pour savoir si on avait vu mon sac. Je veux dire qu'elle se comporta comme si elle n'avait pas encore téléphoné. Elle téléphona donc puis elle m'informa qu'on avait trouvé mon sac. J'éprouvais le

curieux sentiment d'avoir accompli quelque chose. Alors une jolie fille qui attendait derrière moi déclara que son sac avait été perdu sur le même vol. Je pensai en mon for intérieur *Vous aussi, vous devriez retrouver votre sac.* L'instant d'après l'employée annonça qu'on avait retrouvé un autre sac en plus du mien. Bien sûr, c'était celui de la jeune fille.

— Et vous croyez qu'il y a un rapport entre cet incident et ce qui s'est passé à l'hôpital il y a trente ans ? dis-je.

— Et vous, ne penseriez-vous pas qu'il y a un rapport ? Après l'incident à l'aéroport, je me suis servi de l'interrupteur deux ou trois fois. Une fois pour avoir une place à bord d'un avion qui était complet, une autre fois pour changer de chambre dans un hôtel après qu'on m'eut dit que c'était impossible.

— Ne croyez-vous pas que ce genre de choses arrive tous les jours sans qu'il soit nécessaire de recourir à des forces particulières ? demandai-je.

Harold sembla stupéfait. Dans son cas, c'était différent. Il était persuadé que c'était *lui* qui obtenait ces résultats.

Quand je considère son expérience, plusieurs choses me frappent. Elle a impliqué un changement délibéré d'état de conscience. Harold avait l'impression que quelque chose de particulier, voire d'inquiétant avait eu lieu. En conséquence il se voyait sous un jour différent. La possibilité qu'avait l'esprit d'intervenir était amplifiée. Pourtant, en quelque sorte, « appuyer sur l'interrupteur » semblait normal au moment où il passait à l'action. Une fois l'expérience terminée, toute trace s'effaçait, l'événement était oublié. Alors

peut-on dire qu'Harold faisait une incursion dans l'univers akashique ? Du point de vue du Vedanta, un changement de conscience s'opérait et, quand cela se produisait, le monde « de l'autre côté » se manifestait du même coup. C'est aussi ce qui se produit quand on passe dans la vie après la mort : un changement intérieur crée un environnement extérieur différent.

Il importe de comprendre que le domaine des choses physiques, le domaine des choses subtiles et le domaine de la pure conscience constituent en fait un seul domaine – l'akasha – perçu sous trois aspects distincts. Cela devient évident quand on considère un phénomène tel que la guérison par la foi, qui associe la pure conscience (Dieu), un événement subtil (la prière) et le corps de chair. La lumière

qu'aperçoivent si souvent ceux qui sont guéris est une énergie subtile, qui peut aussi donner l'impression d'être une décharge électrique ou une décharge d'influx nerveux dans le corps, un vertige, une attaque ou une forme d'extase. Dans son ouvrage, *The Healing Touch ofMary (Marie, la guérisseuse),* Chéri Lomonte raconte l'histoire suivante :

J. Dawn était une catholique fervente qui, pendant sa jeunesse, avait prié pour que la Vierge Marie lui apparût. Peu de temps après avoir quitté le foyer de ses parents, elle eut une vision. Alors elle éprouva un sentiment de respect mêlé de crainte et d'humilité ; elle ne se sentait pas digne de contempler la Mère de Dieu en personne. Mais J. Dawn en vint à croire qu'elle avait été élue pour transmettre un message.

Peu de temps après un collègue lui demanda de l'aider pour une affaire personnelle. Ce collègue était ennuyé car sa femme se rendait dans une maison du Bronx où une statue de Marie avait commencé à exsuder spontanément de l'huile parfumée. J. Dawn accepta d'intervenir. Elle se rendit dans la maison. Dès qu'elle entra, elle fut accueillie par un fort parfum de roses et, quand on lui montra la statuette qui exsudait sans interruption un filet d'huile, elle fut convaincue qu'il s'agissait d'un miracle authentique.

Par la suite elle se rendit plusieurs fois dans la maison et chaque fois elle ressentit une présence divine qui émanait de l'huile parfumée. Lors d'une visite, la propriétaire de la maison lui dit que les murs et les meubles avaient maintenant commencé à exsuder de l'huile qu'elle

essuyait avec des tampons d'ouate. Elle donna à J. Dawn un sac de ces tampons pour les emporter chez elle. Quelque temps après J. Dawn apprit que le bébé de trois mois d'une amie était gravement malade : il était atteint d'une méningite spinale et était à l'hôpital dans le service des soins intensifs.

J. Dawn se sentit fortement incitée à se servir de la sainte huile pour guérir l'enfant. Avec l'autorisation des parents elle entra dans la chambre de l'hôpital. Le bébé était apathique et presque inconscient. On l'avait mis dans une couveuse pour le nourrir et lui donner des médicaments. Triste spectacle !

J. Dawn prit un tampon d'ouate imbibé d'huile et le passa doucement sur la colonne vertébrale du bébé. Elle partit et le lendemain on l'informa que le bébé était hors de danger. Deux jours plus tard

il dormait et s'alimentait normalement. Il était de nouveau chez ses parents. Pour le médecin qui s'occupait du bébé la guérison était miraculeuse. J. Dawn attribua la guérison à la Vierge Marie.

Bien sûr on trouve des milliers de récits semblables dans la tradition catholique, mais que penser de ce cas particulier ? À mon avis, il montre que les trois domaines de la conscience n'empiètent pas seulement l'un sur l'autre, ils sont imbriqués l'un dans l'autre dans une relation active. Le plan physique est représenté par la statue, l'huile et le corps du bébé. Le plan subtil est représenté par l'apparition de la Vierge Marie, la foi de J. Dawn et la présence divine qu'elle a sentie dans l'huile. Le domaine de la pure conscience est représenté par le divin. Je n'affirme pas que cette histoire est un fait établi. L'auteur qui la raconte n'a procédé

à aucune investigation pour en prouver l'authenticité. Elle s'est fiée à la sincérité de gens qui se sont présentés à elle, sans rien à gagner, et ont décrit ce dont ils avaient été témoins. Mon seul objectif ici, c'est d'expliquer qu'il puisse exister un principe unificateur, l'univers akashique, qui englobe un large éventail de phénomènes.

Quelque part dans l'univers akashique des anges pourraient regarder autour d'eux et s'exclamer : « Ceci est réel ! ». Des personnes défuntes, des êtres de haute spiritualité, des âmes « qui passent dans l'au-delà » pourraient avoir la même réaction. Le paysage de la vie après la mort peut nous paraître aussi complexe que nous le souhaitons, à condition que nous nous souvenions toujours qu'en fin de compte les dieux, les déesses, les esprits et les âmes ne sont qu'une seule

et même chose : la conscience créatrice par essence.

10

Survivre à la tempête

Savitri avait confiance en Ramana mais les heures lui paraissaient longues. Elle songea avec anxiété au temps qui passait. Une vision l'obsédait : le corps vigoureux de Satyavan devenait froid et inanimé sous le regard de Yama. *Je vais tout perdre,* pensa-t-elle.

— Est-ce que l'idée de tout perdre te fait peur ? demanda Ramana en se tournant vers Savitri.

Le moine semblait n'avoir aucune difficulté pour lire ses pensées.

— Bien sûr, répondit Savitri d'une voix triste.

Ramana pointa l'index en avant. Près du sentier, en pleine forêt, se dressait un sanctuaire rustique. Les branches de pin de l'autel abritaient l'image de Vishnu. Savitri savait que Vishnu représentait le Dieu qui maintient la vie. Aussi courut-elle vite chercher des fleurs sauvages pour les déposer en offrande sur l'autel. *Ce doit être un signe,* pensa-t-elle. Ramana restait en arrière, tandis que Savitri, en courbant la tête, implorait Vishnu de l'aider.

— Je ferai tout ce que vous voudrez, dit-elle d'un ton suppliant. Quand elle leva les yeux, Vishnu était là, debout devant elle. Savitri fut stupéfaite.

— Tu feras tout ce que je voudrais si je sauve ton mari ? demanda le dieu.

— Oui, répondit Savitri avec empressement.

— Alors va à la rivière et rapporte moi de l'eau à boire.

Savitri obéit. Ramana avait disparu, mais elle se souvint qu'elle était passée devant la rivière toute proche. Agenouillée sur la rive, elle se demandait dans quoi elle pourrait transporter l'eau quand elle aperçut quelqu'un d'autre sur la rive. C'était Satyavan ! Tout heureuse, Savitri courut vers lui et fondit en larmes. Satyavan l'enlaça et lui demanda ce qui n'allait pas.

Entre deux sanglots Savitri l'avertit du danger qu'il courait.

— Nous n'allons pas rentrer chez nous, déclara Satyavan.

Il prit Savitri tendrement par la main. Alors qu'ils longeaient la rivière, ils

aperçurent un homme dont le bateau était attaché à la rive. L'homme, qui rentrait de la pêche, les accueillit chaleureusement. Il montra du doigt une île au milieu de la rivière.

— C'est là que j'habite, leur dit-il.

Sans perdre de temps Satyavan proposa ses services et conclut un marché. Le pêcheur emmena Satyavan et Savitri sur l'île où ils commencèrent une nouvelle vie.

Savitri rayonnait de bonheur. Après quelques jours il sembla évident que Yama ne les avait pas poursuivis. Satyavan apprit le métier de pêcheur. Les nouveaux venus vécurent en paix sur l'île. Les années passèrent. Ils eurent deux enfants, leur bien le plus précieux. Puis, une nuit, une terrible tempête s'abattit sur l'île. Les vents se déchaînèrent et la rivière monta plus

haut que jamais. Au matin tout avait été emporté par les flots. Savitri avait survécu parce qu'elle s'était attachée à un arbre avec une corde. Au lever du soleil elle constata que Satyavan, leur maison et leurs enfants avaient été emportés dans la rivière.

Savitri réussit à trouver un bateau et rama jusqu'à la rive, mais elle était si anéantie qu'elle ne put que s'allonger sur le sable et gémir. Soudain elle sentit une ombre se dresser au-dessus d'elle. Elle leva les yeux et vit le seigneur Vishnu.

— As-tu pensé à l'eau que tu devais me rapporter ? demanda-t-il.

Savitri baissa les yeux et fut étonnée de voir qu'elle portait le même sari que le jour où, il y avait des années, Vishnu lui était apparu pour la première fois. Comme elle se penchait pour lui prendre

de l'eau, son reflet lui renvoya l'image de la jeune femme qui n'avait pas changé.

— Que s'est-il passé ? demanda-t-elle déconcertée.

— Avec moi le temps n'existe pas, répondit Vishnu, car je suis par-delà la mort. Le temps est le domaine où l'on gagne et où l'on perd. Tant que vous êtes dans le temps, il est illusoire de penser que vous pouvez ne rien perdre, car perdre est simplement un autre mot pour changer.

— Alors Satyavan est peut-être encore en vie ! s'exclama Savitri. Est-il possible de le sauver ?

Vishnu commençait déjà à disparaître. Savitri essaya de le retenir, mais ses mains se refermèrent sur le vide. Quand elle se retourna, elle aperçut Ramana debout derrière elle sur le sentier.

— Tu vois, dit Ramana, tout ce que tu crains de perdre n'a pas de réalité. La mort ne peut s'emparer de ce qui est réel. D'une certaine manière, la Mort nous fait un cadeau.

— Je ne comprends pas, répliqua Savitri l'air abattu.

— Quand tu mourras, tu seras obligée de tout perdre, cependant il y a quelque chose que tu garderas : c'est ton âme qui est réelle. Tu devras te réjouir de la perte que tu feras. Ce qui embellit l'existence peut disparaître à tout moment, mais l'essence demeure. Et l'essence, c'est vraiment toi.

Vivre par-delà les frontières

La vie après la mort n'est pas un quelconque mystère qu'il faut résoudre. C'est une occasion de faire reculer les frontières de la vie. Comme l'ont dit les rishis, au départ la pure conscience est sans limites. Ensuite la conscience descend plan par plan jusqu'à ce qu'elle atteigne le monde physique. Chacun de ces plans se trouve en vous. À tout moment vous pourriez vous situer sur n'importe lequel de ces plans ; il vous appartient, à vous et à vous seul, d'opter pour des frontières ou pour l'absence de frontières. Donc chaque jour vous pouvez vous rendre au paradis ou en enfer, et il ne s'agit pas de lointaines possibilités. De nombreuses personnes ont de la peine à admettre cela, car elles veulent que leur «

moi » soit fiable, immuable, afin d'apporter de la stabilité à un monde instable. En fait il n'y a pas de frontière entre celui qui observe et ce qui est observé. Le monde intérieur et le monde extérieur sont en constante mutation.

Après la mort nous passons dans le monde subtil, qui offre des choix innombrables. Toutefois nous avons accès tous les jours aux expériences du monde subtil. Voici quelques mots qui nous servent à désigner nos voyages dans ce monde :

- Les rêves
- L'imagination
- Les mythes
- Les archétypes
- Les épiphanies
- « L'ombre »

- La conscience collective
- Le numineux (les anges, les démons, les saints, les bodhisattvas, les déités)
- Les apparitions
- Les désirs et les souhaits
- L'inspiration.

Il faut aussi inclure dans cette liste ce que les rishis appelaient « la conscience où s'accumulent de nombreuses choses subtiles. » Nous ne pouvons nous considérer comme une personne complète, si nous ne prenons pas en compte ces sous-mondes. Ce sont des destinations où nous nous rendrons dans l'avenir, mais elles existent déjà ici et maintenant. « L'ombre » peut nous sembler être un terme étrange ; il fait référence à des forces occultes qui nous

influencent malgré nous. « L'ombre », selon la psychologie jungienne, est une région de l'inconscient où nous accumulons des énergies qui deviennent notre version des créatures ténébreuses, mauvaises, qui nous font honte ou qui nous sont hostiles. Il est difficile d'imaginer que l'ombre puisse occuper le même espace que les êtres de lumière, qui sont des créatures sacrées parmi lesquelles on compte les anges et les déités. Nous sommes tentés d'attribuer à chacune des deux catégories des lieux différents, mais il n'y a pas de compartimentation dans le domaine subtil et, par conséquent, pas de frontière entre le paradis et l'enfer, la lumière et l'ombre. L'accès au monde subtil est toujours libre. Si vous pouvez imaginer et rêver, vous pouvez aussi être confronté

aux âmes défuntes, aux anges ou aux dieux.

Donc la première chose que doit faire toute personne désireuse d'entrer dans les sous-mondes de la conscience, c'est de renoncer aux règles inflexibles qui déterminent ce qui est réel et ce qui est irréel. Dans de nombreuses cultures on considère que la frontière entre la vie et la mort est franchissable. Mais nous faisons tout notre possible pour ériger un mur. Derrière cette insistance se cache beaucoup de peur inavouée. Nous estimons qu'il n'y a pas de différence entre le domaine subtil et le royaume de la mort, ce qui est loin d'être le cas.

— Mon fils est mort alors qu'il avait juste vingt-deux ans, m'a raconté récemment une femme. Il avait une tumeur au cerveau, et j'étais chez lui le jour où il est décédé. Sa sœur et sa toute

nouvelle femme étaient également présentes. Tom est mort paisiblement et ce soir-là nous, les trois femmes, avons veillé tard à parler de lui. Nous avons dû bavarder jusqu'à une heure avancée, car nous nous sommes endormies toutes les trois au coin du feu.

« Le lendemain matin la femme de Tom était tout excitée : il lui avait rendu visite en rêve et l'avait rassurée en lui disant qu'il allait bien. Sa sœur nous a confié que Tom était également venu la voir en rêve et lui avait dit la même chose. Elles se sont alors tournées vers moi : moi aussi, j'avais eu le même rêve. Nous avions toutes l'impression que Tom était présent de façon si vivante que cela ne nous avait pas semblé être un rêve – c'était vraiment lui qui était là.

Dans cet exemple on voit une communication entre plusieurs niveaux

du monde subtil : les rêves, les âmes défuntes et la conscience collective. Dans ce cas « conscience collective » signifie prise de conscience partagée par trois personnes, bien que l'expression puisse être prise dans un sens bien plus large. Ce genre de fusion est plus courant que nous ne le pensons. Après tout, les frontières sont arbitraires. Einstein, dont la réputation repose sur la pensée rationnelle, a déclaré que l'idée de la relativité lui est venue alors qu'il rêvassait. Appellerons-nous cela un rêve, une vision ou une inspiration ? Dirons-nous que le réconfort que Tom a apporté à sa famille est réel ou illusoire, ou bien est-ce simplement la projection du chagrin qui avait besoin d'un exutoire ?

L'exploration du monde subtil est une tâche que les rishis des temps védiques s'étaient fixée. En suivant leurs

explications nous pouvons nous placer sur le plan de la réalité qui est le plus proche de l'âme. Nous abordons alors les faubourgs de l'immortalité, pour ainsi dire. Ce n'est pas l'éternité. Pourtant ni le temps ni l'espace ne constituent des limites.

Les cinq koshas

Les expériences de mort imminente, le bouddhisme tibétain, et le Livre des Révélations sont d'accord sur un point : quand nous mourrons nous aurons belle apparence. Le « corps doré » du Bardo tibétain et le corps parfait qui sort de la tombe le jour du Jugement dernier ne portent ni l'un ni l'autre les stigmates de l'âge et de la décrépitude. Quand les gens revoient en rêve des défunts, ils apparaissent généralement à la fleur de l'âge – ils ont environ trente ans – plutôt que comme des enfants ou des fantômes sans chair. Au cours de ses apparitions la Vierge Marie n'est jamais une vieille femme, au contraire c'est toujours une jeune femme d'une beauté éclatante. D'autre part, dans les comptes rendus

sur l'enfer (beaucoup plus rares que les comptes rendus sur le paradis) que l'on trouve dans les récits des NDE, les damnés ne paraissent jamais jeunes et en bonne santé. Ils sont vieux, ratatinés, malades, balafrés, difformes, ou tout cela à la fois. Les visions sont totalement différentes selon qu'il s'agit de récompense ou de châtiment.

Les rishis ne se sont pas contentés d'images simples, parfois idéalisées. Étant donné qu'ils voyaient le monde subtil comme une projection de la conscience, ils se sont concentrés sur les éléments de la pure conscience. Kosha se traduit par *gaine* ou *enveloppe,* mais il est plus simple de considérer la pure conscience comme un point enveloppé de cinq corps à la façon d'un oignon. (On peut aussi voir les choses en termes de vibrations, en passant de la plus grossière à la plus

élevée). Les cinq enveloppes sont les suivantes :

1. Le corps physique.
2. Le prana (le souffle subtil ou la force vitale).
3. L'esprit.
4. L'ego et l'intellect.
5. Le corps de félicité.

Les cinq koshas, agissant de concert, donnent naissance au Soi, ou pour être plus précis, au système du Soi. Vous et moi, nous sommes entourés de plusieurs enveloppes car les cinq koshas font partie de nous. Chaque enveloppe a ses propres règles. Ce monde subtil possède donc ses propres structures. La vie après la mort est un voyage dans le sens où un rêve en est un – dans les deux cas nous détournons notre attention d'un kosha

pour la fixer sur un autre. Nous voyageons à l'intérieur du système du Soi.

Qui dit kosha dit partage. L'univers possède sa propre structure. Nous pouvons rencontrer un ange ou l'âme d'un défunt, par exemple, car d'innombrables générations ont contribué à créer ce sous-monde. La réalité partagée n'est pas une donnée mystique. Vous prétendez que votre corps physique vous appartient à vous seul, mais même dans ce cas il y a partage – l'air que vous respirez aujourd'hui contient des millions d'atomes d'oxygène qui ont été expirés, en Chine par exemple, il y a seulement quelques jours. Vous absorbez des idées qui circulent dans les médias et, à certains moments, vous pouvez être inspiré et découvrir que quelqu'un d'autre a eu la même idée en même temps que vous. (En tant qu'auteur je connais des

cas où deux ou trois écrivains ont découvert à quelques jours d'intervalle le même scénario ou bien la même idée brillante.)

Aussi l'analogie de l'oignon composé de plusieurs couches n'est-elle pas vraiment valable. Un kosha n'est pas une possession personnelle. C'est un monde dynamique avec ses propres lois et ses expériences, un monde dans lequel nous pouvons entrer seuls ou en compagnie.

Annamaya Kosha *(le corps physique).* Le corps physique a une spécificité clairement marquée dans le système du Soi. À la naissance la plupart des bébés se ressemblent beaucoup physiologiquement, mais à soixante-dix ans deux personnes ont chacune un corps tout à fait différent. Le temps a rendu chacun de nous unique. Cette

donnée concrète explique en grande partie la fragmentation du monde, car les gens luttent pour s'emparer de leur part de nourriture, d'argent, de biens, et façonner leur statut social. Ils s'intéressent au bien-être physique, ils veulent accroître le charme et la beauté de leur corps, et le protéger de toute menace, que ce soit une blessure ou la mort.

À ce niveau la conscience est physiologique. Elle opère en silence, sans dire un mot, tandis qu'elle gère les innombrables fonctions du corps. Pourtant, même là, si nous regardons ce qui se passe au niveau cellulaire, il s'avère que la conscience dépasse les frontières. Les cellules coopèrent, communiquent entre elles, échangent des fonctions, accomplissent des actes d'abnégation, maintiennent leur équilibre,

ont conscience de leur environnement, s'adaptent au changement et savent qu'elles survivent en faisant partie d'un tout plus important.

Les koshas nous révèlent en même temps l'unité et la séparation. Si nous considérons *Annamaya Kosha* comme le monde physique, il est évident que nos corps sont isolés les uns des autres, ce qui nous maintient séparés en nous faisant croire que nous devons lutter et rivaliser avec tous les autres individus. Pourtant ce kosha *nous rapproche de l'unité* grâce à la coopération, à la sécurité physique au sein de groupes sociaux et aux désirs partagés de nourriture, d'habitation, de relations sexuelles et de confort matériel.

Pranamaya Kosha *(le souffle subtil ou la force vitale).* Le mot *prana* signifie vitalité.

Chez l'individu, le prana est le souffle qui maintient la vie en le reliant à la Nature suivant un rythme déterminé. Nous inspirons tout ce qui est nécessaire pour que nous restions en vie, puis nous expirons pour que le prana se dirige là où il est indispensable. En Occident seule la tradition appelée vitalisme, centrée sur la « force vitale », mentionne un équivalent du prana. Qu'importe le nom que vous donniez à cette énergie, une intelligence subtile, fluide nourrit le corps physique.

À ce niveau la conscience est la force de liaison qui maintient la cohésion de la Nature. Les hommes savent qu'ils sont unis à tout ce qui vit. La conscience ne reconnaît pas des niveaux de vie supérieurs ou inférieurs, elle orchestre la diversité pour en faire un tout. Quand vous vous sentez relié aux différentes formes de vie qui font partie de

l'écosystème – aux animaux domestiques, à un vieil arbre qui donne de l'ombre, à la pleine lune, à un orage – vous percevez le courant de vitalité qui unit tous les éléments de la Nature. Quand vous prenez conscience de l'incroyable intelligence qui soude toutes les cellules du corps, il n'est plus possible de dire : « Ceci m'appartient. » Vous ne pouvez pas posséder la vie, mais vous ne pouvez vous empêcher d'être au cœur même de la vie. Pourtant à ce niveau la séparation semble encore l'emporter sur l'unité. Aussi les hommes continuent-ils de détériorer l'écosystème sans se rendre compte qu'ils détruisent une partie d'eux-mêmes.

Ce kosha *nous maintient dans la séparation* en raison du déséquilibre de l'écosystème, de la pollution et de la surpopulation dans les zones urbaines.

Ce kosha *nous rapproche de l'unité* grâce à la force vitale, aux relations que nous entretenons avec les autres créatures vivantes, à l'équilibre de l'écosystème et à l'empathie.

Manomaya Kosha *(l'esprit).* Les idées et les pensées individuelles en constituent le fondement. Vous savez qui vous êtes par ce que vous pensez. C'est le niveau où vous traitez les données brutes du monde pour leur impartir un sens. L'esprit comprend les émotions, les sensations, les souvenirs et tout ce que crée le cerveau. Selon les rishis l'esprit est organisé pour constituer son propre corps invisible, un corps qui comprend des souvenirs personnels et des croyances que nous défendons avec passion tout comme nous défendons notre corps physique.

À ce niveau la conscience déploie son activité dans le cosmos sans aucune limite, car l'esprit peut se rendre n'importe où, imaginer n'importe quoi. L'esprit est libre d'interpréter le monde de la façon dont il le désire. Malheureusement parfois ses comportements prouvent qu'il ignore qui nous sommes. Il est impossible de fixer des limites à l'esprit. Nombreux sont ceux qui craignent sa liberté qui est un véritable cadeau qu'on nous a fait. À ce niveau nous nous heurtons aux murs des croyances, des peurs et des préjugés. Le poète anglais William Blake évoque les « menottes forgées par l'esprit » à l'origine de la séparation et des refoulements qui ne devraient pas exister.

Le mental est plus collectif qu'individuel. Je parle de « mon esprit », ce qui implique que mes pensées et mes

souvenirs sont personnels. En fait nous empruntons 90 % de nos pensées à la société et à tout ce qui gravite autour d'elle. Nous partageons de nombreux souvenirs et l'essence même de la pensée – le langage – est une création collective. En conséquence, selon les rishis, l'esprit est le premier kosha où le tout l'emporte sur la séparation.

Ce kosha *nous rapproche de l'unité* grâce aux croyances partagées, au conditionnement social, à la religion, aux opinions reçues et aux valeurs communes.

Ce kosha *nous maintient dans la séparation* par suite des opinions politiques ou religieuses qui sèment la discorde, des préjugés, de notre mode de pensée (*nous contre eux),* du nationalisme et de comportements arbitraires créés par la peur et la haine.

Vigyanmaya Kosha *(l'ego et l'intellect).* C'est le niveau de l'identité dominée par « Je, moi, mien. » La société estime toute personne fortement motivée par ses désirs et sa volonté de réussir, mais dans les milieux spiritualistes la réputation de l'ego est mauvaise. Les personnes en quête de spiritualité ont souvent le sentiment qu'il est de leur devoir de « tuer l'ego » et de contrôler ses impulsions. Cependant si nous considérons le « Je » sans préjugés à l'égard de l'ego, ce niveau du Soi donne naissance à l'identité, non pas à tout ce que les pulsions de l'ego nous incitent à rechercher en dehors de nous.

L'identité ne reste pas longtemps un espace vide. Il se remplit de ce à quoi nous choisissons de nous identifier. Vigyanmaya Kosha est le niveau où les

mythes et les archétypes se manifestent sous forme de légendes et de modèles de comportement. Les dieux jouent sur nos désirs primaires, nos aspirations, nos aversions, nos amours. L'ego nous fournit également des notions sur ce qu'est l'identité elle-même, sur ce que cela signifie d'être humain : je ne peux pas savoir qui je suis si je ne prends pas en compte la famille et la société.

À ce niveau la conscience est égocentrique. Elle est centrée sur le « Je ». Rien n'est plus universel, pourtant les pulsions de l'ego nous séparent d'autrui quand nos désirs se heurtent à ceux d'autres personnes. Pour être honnête, ces heurts se produisent dans l'esprit, pas dans l'ego lui-même. Quand nous parlons de l'ego, nous parlons généralement de la personnalité peuplée de désirs particuliers, de rêves, de

croyances, de ce qu'on aime et de ce qu'on n'aime pas. Vigyanmaya Kosha est plus près de l'unité que ce qu'on pourrait croire. À ce niveau l'unité l'emporte sur la séparation, comme on peut le voir d'après les archétypes et les mythes communs à l'humanité.

Ce kosha *nous rapproche de l'unité* grâce au sentiment que nous avons d'appartenir à une seule et unique humanité, avec ses quêtes héroïques et ses exploits mythiques, et grâce au besoin que nous avons de nous respecter et de vivre avec dignité en ayant conscience de notre propre valeur.

Ce kosha *nous maintient dans la séparation* en raison de l'aliénation que nous éprouvons, de la crainte de la séparation, de la solitude et des émotions refoulées qui sont à l'origine de la honte et du sentiment de culpabilité.

Anandamaya Kosha *(le corps de félicité).* Pour les rishis, la félicité était plus que l'extase. C'était la vibration primaire, ou le bourdonnement de l'univers, l'origine même de toute la diversité. On peut imaginer une vie après la mort où l'on n'a plus de corps, où l'on n'a plus besoin de respirer, où l'esprit ne traite plus de données. Mais subsiste à peine le sentiment à la fois d'avoir un ego tout en étant submergé par la félicité. L'ego dit : « C'est à moi que tout cela arrive. » La félicité dit : « L'étincelle de la Création m'illumine. » Anandamaya est la possibilité qu'a la Création de se révéler, mais tant que vous vous trouvez dans le corps de félicité, la félicité est une expérience d'une grande intensité, dynamique, pas seulement une possibilité.

À ce niveau la conscience est la joie d'être. Au lieu de se concentrer sur tel ou tel élément du monde extérieur, notre attention s'oriente vers la présence sacrée que l'on a décrite comme une lumière dorée, dans laquelle baignent tous les atomes de la Création. Dans l'état de félicité vous vous apercevez que la séparation n'est qu'un mince voile. Derrière le voile brille la lumière de la pure conscience. Les pratiques de piété qui augmentent la joie peuvent mener jusqu'à l'extase. Mais la félicité elle-même est éloignée du sentiment de bonheur ou même de joie bien que, sous une forme édulcorée, on puisse la ressentir comme l'un ou comme l'autre. C'est l'état vibratoire qui permet à la pure conscience de pénétrer dans la Création.

Ce kosha *révèle l'unité si pleinement*– grâce à l'amour, la joie et l'extase – que la

séparation ne garde plus aucun attrait. On pourrait dire qu'Anandamaya Kosha est l'Être pur avec juste un soupçon d'individualité, juste assez pour permettre à quelqu'un de vivre sous la forme physique ou sous toute autre forme que prend la vie après la mort. Sans cette enveloppe arachnéenne vous pourriez vous fondre dans l'Être et devenir la félicité elle-même, en l'absence de l'individu qui en fait l'expérience.

Il vous est facile de vous voir dans une perspective multidimensionnelle une fois que vous connaissez les koshas.

> ***La dimension physique*** contient l'action. Vous vivez dans cette dimension chaque fois que vous vous voyez comme un corps séparé dans le temps et dans l'espace.

La dimension pranique vous relie à d'autres créatures vivantes. Vous vivez dans cette dimension quand vous vous voyez comme un maillon du réseau de la vie, comme une créature de la Nature.

La dimension mentale organise la réalité par l'intermédiaire de la pensée. Vous vivez dans cette dimension quand vous vous voyez comme la somme de vos pensées, de vos désirs, de vos souhaits, de vos rêves et de vos craintes.

La dimension de l'ego détermine votre identité unique. Vous vivez dans cette dimension quand vous vous voyez en fonction du « Je, moi et mien. »

La dimension de la félicité permet l'épanouissement suprême grâce à l'amour et à la joie. Vous vivez dans cette dimension quand vous vous voyez ne faisant qu'un avec le tout grâce au pouvoir de l'amour, ou quand vous n'éprouvez rien d'autre que l'extase.

Cependant ce n'est pas en vous familiarisant avec ces dimensions que vous les harmoniserez. Chaque kosha, comme nous l'avons vu, peut faciliter la fusion ou renforcer la tendance à la séparation et à l'isolement. Pour les rishis la fusion était la seule réalité, comparée à laquelle toute expérience de séparation n'était qu'un rêve. Le but de la vie était de découvrir l'unité ou Yoga, et on pouvait y parvenir en concentrant son attention sur chaque kosha.

Le corps physique : Le yoga se sert de postures physiques (appelées *asanas)* qui combinent l'équilibre, la force et l'intelligence du corps pour nous amener à la conscience de notre dimension physique.

Le corps pranique : Le yoga se sert d'exercices respiratoires pratiqués en état d'éveil (*pranayama)* pour nous amener à prendre conscience de la circulation du prana.

Le corps mental : Le yoga se sert de tout le champ de la discrimination (*viveka)* pour nous amener à prendre conscience de la façon dont l'esprit travaille. Manomaya Kosha est donc le plan de la conscience où nous évoluons, vous et moi, et toute l'humanité. Nous nous aménageons des niches personnelles dans la

conscience collective et quand une vague d'évolution déferle sur notre planète, chacun de nous peut décider de se laisser emporter par la vague ou de ne pas y prêter attention, de la rejoindre ou de la refuser.

L'ego : Le yoga se sert de l'attention sous ses formes diverses, telles que la contemplation et la méditation (*dhyana* :) pour amener une personne à prendre conscience du « Je suis », qui est le fondement de toute expérience.

Le corps de félicité : Le yoga a recours aux longues périodes de profond silence (*samadhi)* pour amener à la surface de l'esprit la vibration subtile de la félicité. Aussi prenons-nous conscience du « bourdonnement » de

l'univers qui se manifeste dans toutes les expériences.

J'ai esquissé très brièvement les grandes lignes du yoga considéré comme mode de vie, mais on ne peut pas espérer qu'à l'époque actuelle on puisse changer soudain son allégeance de façon radicale. Le « après » dans la vie après la mort est trop lointain pour qu'on s'en préoccupe ; il convient tout d'abord de renforcer l'unité dans l'« instant présent ». Le yoga n'était pas censé être spécifiquement indien ou appartenir surtout aux temps révolus mais, malheureusement, c'est ce qui s'est passé. Il nous faut donc faire face à un nouveau défi. Comment devons-nous considérer le fait que nous vivons dans cinq mondes à la fois et faire en sorte que nous redéfinissions la vie comme un tout ?

La conscience est votre domaine

Vous et moi, nous pouvons donner l'impression de vivre essentiellement dans le monde physique, pourtant nous avons tout d'abord appréhendé l'état de pure conscience. Alors que nous cheminions dans cette vie, étape après étape, en passant d'une dimension à l'autre, chacune de ces étapes nous a permis de découvrir une nouvelle signification du Soi. Aussi possédons-nous un système du Soi complet. Les rishis ont étudié ce système et sont parvenus à diverses conclusions :

- La pure conscience est toujours présente en tout, quel que soit le monde où elle se trouve ou la forme qu'elle prend.

- C’est le monde physique qui contient le moins de pure conscience parce qu’il est dominé par tout ce qui est physique et par l’illusion de la séparation.
- Plus vous vous rapprochez de la pure conscience, plus elle acquiert de puissance.
- Modifier sa conscience à des niveaux subtils modifie d’emblée tous les koshas.

Si nous respectons ces principes, nous pouvons nous assurer la même maîtrise que celle dont jouissaient les sages, ou du moins, une bonne partie de cette maîtrise.

J’ai fait circuler ces informations sur Internet, à savoir que fonder sa vie sur la conscience est la meilleure façon de maîtriser le monde physique. Cependant

ceux qui ont répondu étaient tout à fait sceptiques. De nombreuses réponses ont été du genre de celle-ci : « Dites tout ce que vous voulez sur la conscience, mais ce qui compte c'est d'empêcher les gens de saccager la planète. » Ou bien : « C'est très joli la conscience, mais cela ne mettra pas fin à la guerre et au terrorisme. » Ou encore : « Bonne chance si vous vous servez de la conscience pour arrêter une balle ! » En d'autres termes, ils donnaient la priorité au kosha physique, en présumant que l'on peut seulement influencer les choses physiques par l'action directe.

Comment prouver que la meilleure façon de modifier la réalité, c'est d'agir par l'intermédiaire de la conscience ? Sur le plan physique l'action semble n'avoir point de rapport avec la conscience. Le concept bouddhiste du non-agir semble

tout à fait irréaliste jusqu'à ce que vous vous rendiez compte qu'il signifie « l'action en pleine conscience ». L'action en pleine conscience prend de nombreuses formes. La résistance passive de Gandhi était apparemment une forme de non-agir qui exerçait un effet considérable sur la conscience ; elle a mis fin à toute une époque de l'histoire. Les idées fortes prennent racine aussi dans la conscience et il ne fait aucun doute qu'elles ont changé le monde, depuis l'invention de la démocratie par les Grecs jusqu'aux théories modernes de la relativité. Quand on considère des koshas plus subtils, *toute action a lieu en pleine conscience.*

Je vais simplifier les choses en faisant quelques remarques sur ce qu'il est souhaitable de faire au niveau des cinq koshas :

Annamaya Kosha, le corps physique : Nourrissez et respectez votre corps. Appréciez son incroyable intelligence. N'en ayez pas peur ou ne le polluez pas avec des poisons. Prenez le temps d'être vraiment dans votre corps. Donnez-lui de l'exercice et laissez-le prendre des distractions.

Pranamaya Kosha, le corps vital : Allez en pleine nature et laissez-vous pénétrer par le sentiment que c'est là votre chez-vous. Respectez et entretenez l'écosystème. Ne faites pas de mal à tout ce qui vit. Regardez la Nature sans crainte, sans hostilité. Le respect de la vie, voilà ce qui importe.

Manotnaya Kosha, le corps mental : Servez-vous de votre esprit de façon positive. Lisez et appréciez ce que l'homme a fait de plus beau. Soyez

conscient du fait que vous êtes un tout, et assimilez les idées qui favorisent l'unité plutôt que la séparation. Ne vous laissez pas aller à penser « nous contre eux ». Examinez vos réactions automatiques et vos croyances de seconde main. Cherchez toutes les occasions d'accueillir les signes qui émanent de votre moi supérieur.

Vigyanmaya Kosha, le corps de l'ego : Forgez-vous un idéal ; trouvez un objectif pour votre quête. Laissez-vous emporter par la vague de l'évolution. Cherchez des moyens de vous transformer personnellement. Célébrez les traditions de l'Esprit et de la sagesse qui unissent les cultures. Soyez aussi humain que possible dans tous les domaines selon

l'adage : « Le monde entier est ma famille. »

Anandamaya Kosha, le corps de félicité : Développez votre propre pratique pour vous transcender et trouver la félicité. Vous connaissez le conseil : « Que la félicité soit votre objectif ! ». Maintenant mettez-le en pratique en faisant des exercices de méditation ou de relaxation au cours desquels vous émettrez des « ondes alpha ». Efforcez-vous de découvrir ce qu'est vraiment l'état de samadhi, le silence de la prise de conscience au plus profond de vous-même. Ressentez votre Être comme étant la raison d'exister ici et maintenant.

11

Guides et messagers

— Est-ce que j'en sais assez maintenant ? demanda Savitri.

Elle avait l'impression de ne plus être la même. Ce qu'elle considérait auparavant comme réel lui semblait maintenant illusoire, et ce qui était vraiment réel était invisible.

— Oui, dit Ramana. Maintenant rentre chez toi.

— M'accompagnerez-vous ?

Il fit non de la tête tout en souriant.

— Je ne voudrais pas faire mourir de peur le seigneur Yama.

Le cœur de Savitri fit un bond.

— Mais comment rentrer chez moi ? Je ne sais pas où je me trouve.

— Du moins, c'est ce que tu t'imagines.

Ramana indiqua du doigt la partie la plus obscure de la forêt et Savitri aperçut une multitude de lumières qui auraient pu être des lucioles, si ce n'avait pas été le milieu de l'après-midi. Ramana fit un signe de tête dans leur direction.

— Va, dit-il. Tu penses que je ne t'accompagnerai pas. C'est encore ce que tu imagines. Tout sera comme cela doit être, ajouta Ramana, car il remarqua qu'elle était réticente.

Savitri se rappela que le seigneur Yama avait prononcé exactement les mêmes paroles. Elle s'attarda un moment jusqu'à

ce que Ramana eût disparu dans le cœur de la forêt. Puis elle se dirigea vers les lumières qui voletaient de-ci-de là. Elles lui parurent de plus en plus grandes. Alors Savitri découvrit que c'était un groupe de *dévas*. (En Inde un déva est un être céleste, une sorte d'ange, mais aussi un esprit de la Nature.)

— Qui êtes-vous ? demanda-t-elle. Êtes-vous des dévas des arbres ?

Mais au lieu de répondre, les lumières s'enfuirent. Savitri eut nettement l'impression qu'elles avaient peur d'elle. De sa voix la plus douce elle les pria de revenir.

— Pourquoi revenir alors que tout ce que tu souhaites faire, c'est nous tuer, dit l'une des lumières.

La voix n'était pas à l'extérieur de Savitri, elle était dans sa tête.

— Vous tuer ? répliqua Savitri consternée. Jamais je ne commettrais un tel forfait.

— C'est ce que tu fais à l'instant même, rétorqua la lumière. Nous sommes les dévas qui te gardent, mais regarde comme nous sommes faibles.

— Comment pourrais-je penser à vous tuer, car si j'ai jamais eu besoin de vous, c'est bien en ce moment, dit Savitri.

— Ton cœur déborde de tristesse. L'idée de la mort t'angoisse. Tu nous méprises, jamais tu ne fais appel à nous. C'est ainsi que tu essaies de nous tuer.

Savitri n'avait jamais pensé que les dévas avaient besoin qu'on leur prêtât attention. Mais maintenant la mention de la mort la replongea dans la peur et alors les lumières devinrent de plus en plus faibles.

— Attendez ! Je ne veux pas vous tuer, s'exclama-t-elle.

— Tu ne peux pas nous tuer. Nous sommes immortels. Le danger, ce n'est pas que tu puisses nous faire vraiment du mal, mais que tu puisses briser le lien qui t'unit à nous. Nous avons besoin de ton amour et de ton attention et, en échange, nous t'aiderons.

— Comment ?

— En te donnant des idées. Nous transmettons des messages. Nous te donnons la permission de nous voir comme tu le fais maintenant. Ainsi tu pourras plus facilement trouver ta place dans le plan divin.

— La mort de Satyavan fait-elle partie du plan divin ? demanda Savitri.

Les dévas s'étaient rapprochés, mais maintenant ils se dispersèrent et

s'éloignèrent de Savitri. Elle se reprit et respira profondément, en leur demandant de lui accorder espoir et courage. Alors, avec circonspection, les lumières se rapprochèrent.

— Le plan divin est la vie même. Dans ce plan toutes les créatures sont à leur place. La place qui est assignée aux hommes est d'abord dans l'éternité, puis en second lieu ici sur cette terre. La mort, pareille à une pause entre deux respirations, est la façon de passer d'un univers à l'autre.

Savitri sentit la gratitude l'envahir. Du même coup les lumières se rapprochèrent. Elles commencèrent à briller et à éclairer le sentier. Savitri s'aperçut qu'elle n'était pas perdue. En fait sa cabane était toute proche et, d'un pas résolu, guidée par une multitude de

lumières qui vacillaient dans la nuit, elle rentra chez elle.

Comment on fait un ange

Quand on trace une frontière entre le réel et le non-réel, on ignore la façon dont la conscience fonctionne véritablement. Si vous me dites : « J'ai un ange gardien », je peux interpréter cette affirmation à différents niveaux de conscience. Ainsi vous pourriez vouloir dire :

- J'imagine que j'ai un ange gardien.
- Ma religion m'apprend que j'ai un ange gardien au ciel.
- Je suis passionné par tout ce qui concerne les anges, et celui qui me fascine est l'ange gardien.
- Je vois mon ange gardien et j'ai conscience de sa présence.

■ Avoir un ange gardien est mon souhait le plus cher.

■ J'ai vu mon ange gardien en rêve.

Certains états de conscience, tels que les rêves et l'imagination, sont acceptés dans notre société, mais ils sont proches d'autres états de conscience que, de nos jours, on relègue souvent dans le domaine de la superstition. Il en est ainsi lorsqu'on aperçoit des âmes de défunts ou qu'on a des visions. Pourtant j'ai rencontré de nombreuses personnes qui me disent d'un ton posé qu'elles ont vu des saints leur apparaître au cours d'une méditation, et d'autres qui ont eu la visite de gourous, de l'archange saint Michel, de Jésus, de Bouddha, d'anciens lamas tibétains et de leurs propres incarnations.

Dans d'autres cultures les gens se sentent plus à l'aise que nous quand ils

explorent le domaine subtil. Nous avons tendance à séparer ce domaine du monde physique et à formuler des jugements arbitraires, comme ceux que voici :

■ Les gens qui voient des anges sont victimes de leur imagination.

■ Les rêves sont des illusions, tout comme les autres phénomènes d'ordre subtil.

■ Si vous voyez ou entendez quelque chose qui n'a point de support concret, vous devez être victime d'une hallucination.

■ Si vous voyez un dieu ou un ange, c'est comme si vous voyiez un OVNI. Dans les deux cas il s'agit d'une expérience sans aucun rapport avec le normal.

■ Les visions religieuses résultent de pathologies telles que l'épilepsie ou la psychose hallucinatoire chronique.

Pourtant créer en toute conscience est notre don le plus précieux, et ce que nous créons poursuit son évolution. Si vous acceptez votre rôle de créateur sans porter le moindre jugement, vous jouissez d'une plus grande liberté. Il n'est pas indispensable que la Genèse soit un événement lointain à l'origine de l'univers. Elle peut être un événement qui se reproduit à tout instant.

Une grande œuvre d'art peut avoir pour origine un rêve, une vision ou un éclair d'inspiration. Sa gestation a lieu dans le domaine invisible de l'imaginaire. Puis l'artiste lui donne forme avec de l'argile ou de la peinture sur une toile. *La Joconde* avait besoin d'un public, et ce public devait penser que la peinture était

quelque chose d'important. Ceux qui voyaient *La Joconde* devaient être émus par sa beauté et – ce qui fut le cas – le tableau devint célèbre, fut apprécié et compris. En fin de compte, si une œuvre d'art est magnifique, la société à laquelle elle est destinée lui voue une admiration sans borne. On pourrait remplacer le mot *Joconde* par le mot *ange* sans changer grand-chose. Étant une œuvre d'art, une œuvre humaine comme *La Joconde* n'éveille pas notre scepticisme, mais comme nous ne pouvons pas nous voir en train de créer des anges, nous ne sommes pas aussi enclins à accepter le processus. Alors examinons maintenant ce processus en détail.

La projection

Le mécanisme grâce auquel on crée des anges s'appelle la projection. En psychologie on a souvent tendance à utiliser ce terme de façon péjorative ; il s'agit de voir chez autrui des pensées, des émotions qui nous sont propres. Par exemple, au lieu d'accepter leurs propres émotions négatives, les gens les projettent fréquemment sur autrui. Considérez ces bribes de dialogue :

■ *Je crois que tu ne maintes plus.* Tu fais une projection, tout simplement. Bien sûr que je t'aime.

■ *J'entends du bruit dehors. Je suis sûr que c'est un cambrioleur.* Tu crois que tous les bruits sont dangereux. Tu fais une projection, rien d'autre.

■ *Si je vais à cette soirée la semaine prochaine sans avoir perdu quatre ou cinq kilos, tout le monde me trouvera affreuse.* Cesse de faire des projections. Tu es parfaite comme ça.

Les projections peuvent être complexes. Une société qui se sent menacée peut projeter toutes sortes de fantasmes. Les fondamentalistes musulmans projettent un Occident corrompu, profane et décadent, tandis qu'à leur tour les fondamentalistes chrétiens projettent un islam barbare, fanatique et impie. La projection « réussit » quand nous ne pouvons plus voir le réel et en avons créé une fausse représentation fondée sur la peur, l'hostilité, l'anxiété ou l'insécurité – toute émotion négative dont nous refusons de prendre la responsabilité. La projection peut être également positive. Ainsi un amoureux passionnément épris

ne voit que la perfection dans l'objet de son amour, bien qu'aux yeux de ses amis et de ses proches l'aimée reste un être de chair et de sang tout à fait ordinaire.

Les rishis védiques ont prétendu que la projection est le mécanisme qui permet à la conscience de créer la réalité. Cette idée nous est familière car l'industrie cinématographique est entièrement fondée sur la notion de projection. Une star d'Hollywood est un acteur qui a franchi la frontière entre la réalité et la projection. Quand Tom Cruise s'arrête pour aider un automobiliste en panne à changer un pneu, ou quand Jennifer Aniston va à un rendez-vous, la nouvelle fait le tour de la planète. Pourquoi ? Parce que les stars sont des personnes projetées à une échelle surhumaine. Leur moindre geste a une signification que la raison ne saurait justifier. Si vous ou moi,

nous aidons quelqu'un à changer un pneu, ce n'est pas un haut fait ; si une jeune femme va à un rendez-vous, ce n'est pas la déesse de l'amour qui se déplace. Grâce à la projection on peut transformer l'humain en surhumain, le naturel en surnaturel. Voici quelques éléments de ce processus :

■ *Le symbolisme.* La projection que nous faisons doit représenter quelque chose situé à un niveau plus profond et être plus significative que la chose elle-même.

■ *Le désir.* La projection que nous faisons doit réaliser un désir ou satisfaire un besoin qu'on ne peut réaliser ou satisfaire directement.

■ *Le fantasme*. La projection que nous faisons doit s'effectuer dans le

domaine d'où les contraintes physiques ont été éliminées.

■ *Le mythe et l'archétype.* La projection que nous faisons doit avoir une signification universelle.

■ *L'idéalisme.* La projection que nous faisons doit nous relier à des valeurs d'un ordre supérieur.

Seule la conscience d'un créateur peut répondre aux exigences qui viennent d'être énumérées. Un pompier qui sauve un enfant piégé dans un immeuble en flammes n'est pas un héros. Ce n'est qu'un homme qui porte des vêtements ignifugés et se précipite dans les flammes car cela fait partie de son métier. L'héroïsme n'est créé que si l'on projette certains éléments indispensables :

■ Le pompier *symbolise* un père qui protège.

■ Il satisfait notre *désir* d'être sauvé du danger.

■ Dans notre *imaginaire* il est plus puissant que le feu. Il en triomphe au cours d'un combat singulier.

■ Il incarne le *mythe* du guerrier valeureux et du prince qui sauve la jeune fille en détresse.

■ Nous l'*idéalisons* en tant que héros masculin. Les pompiers ne sont pas simplement des gens qui exercent un métier – ils incarnent pour nous l'homme idéal.

Sans projection nous ne verrions pas les pompiers et ils ne se verraient pas sous cet angle. C'est un bon exemple de la manière dont nous effectuons la

projection et dont cette projection s'intègre à notre vision. Notre société vit constamment au rythme de ses projections. Les vedettes du sport qui se droguent deviennent des héros déchus ; les soldats connaissent l'enfer de la bataille ; les actrices de cinéma sont des déesses jusqu'à leur prochaine aventure extra-conjugale qui ruine leur foyer. Les gens qui, à nos yeux, ont la stature de personnages surnaturels savent manipuler les symboles, les fantasmes, les idéaux et les mythes. Le marketing bien ciblé le fait également.

Cependant ces exemples de projections effectuées à un niveau superficiel dissimulent une capacité enfouie en nous à un niveau profond. Toute notre culture a été fondée sur la projection. En ce moment même vous et moi, nous continuons d'utiliser cette technique. *La*

projection engendre la signification. En eux-mêmes les événements sont dénués de sens jusqu'à ce que nous leur accordions une valeur. Pensez aux morts innombrables que nous présente le journal télévisé. Certaines nous semblent dénuées de toute signification car elles nous paraissent si lointaines. Mais si nous estimons une personne, la perspective change. Si, à propos de la mort, nous utilisons certains termes – « l'enfant d'un tel », « la victime d'un cancer », « un patriote » – nous tendons à projeter une signification positive. Au contraire si nous utilisons d'autres termes – « insurgé », « prisonnier évadé », « membre d'un gang » – la connotation est négative. Nous réagissons si rapidement au flot d'informations (des informations souvent manipulées à l'avance), que nous perdons de vue notre capacité de créateurs.

Tout ce qui est réel à un certain niveau de conscience est irréel à un autre niveau.

Si vous désirez créer un ange, vous devez le projeter mais, pour y parvenir, vous devez vous trouver dans l'état de conscience où vous considérez les anges comme réels. En Inde il y a une région particulière appelée *Devaloka,* où demeurent les anges, mais cette région n'est pas identique au ciel. On représente souvent le Devaloka comme le ciel – un endroit où flottent des créatures éthérées – mais tous les *Lokas,* ou autres mondes sont des états de la conscience. En conséquence les anges font partie du système du Soi.

Pour les rishis une projection quelle qu'elle soit affecte tous les koshas. Tandis que nous créons dans le monde matériel, nous agissons sur tous les niveaux de la

conscience et, par conséquent, sur tous les niveaux de la création. La signification n'est jamais isolée. Les anges existent parce qu'ils ont été projetés dans la conscience. Un film a besoin d'images, d'un projecteur et de spectateurs, il en est de même pour les anges. Selon le Vedanta trois éléments interviennent :

- Le spectateur ou l'observateur qui s'appelle *rishi.*
- Le processus de la projection qui s'appelle *devata.*
- La chose projetée qui s'appelle *chhandas.*

Dans une salle de cinéma le public est le rishi, l'appareil qui fait la projection est le devata et les images sur l'écran sont les chhandas. Il n'est pas vraiment important de se souvenir de ces termes, mais les sages des temps anciens avaient proposé

une règle universelle pour la conscience, appelée les *trois-en-un.* Si vous jouez un de ces rôles – celui de l'observateur, celui de ce qui est vu ou celui du processus qui consiste à voir – vous les jouez tous les trois. Ces termes sémantiquement modestes ont le pouvoir de révolutionner le monde.

Si vous regardez le monde d'un air absent, celui-ci exerce son action sur vous. Si vous vous engagez dans un processus – par exemple vous divorcez, vous conduisez votre voiture pour vous rendre au travail, vous préparez un repas – vous manifestez dans une certaine mesure votre pouvoir de créateur, mais le processus qui possède son propre dynamisme peut vous submerger. Si vous êtes l'objet qu'on regarde – un homme riche, une belle femme, un prédicateur, un criminel – les étiquettes qu'on

applique sur vous de façon objective vous donnent un statut et donnent à votre existence une signification, mais vous restez passif vis-à-vis des autres, ceux-là mêmes qui fabriquent les étiquettes et les collent sur autrui.

C'est seulement lorsque nous conjuguons ces trois rôles que nous exerçons notre plein pouvoir de créateurs.

Au niveau de l'âme ces trois rôles fusionnent. C'est pourquoi, paradoxalement, Dieu est à la fois le Créateur et sa Création. Une fois qu'il a projeté sa Création hors de lui-même, l'unité se fait diversité. C'est l'équivalent en Vedanta du big-bang. Quand le créateur se regarde, il y a immédiatement un état de *trois-en-un.* Un observateur (rishi) regarde un objet (chhandas) qui résulte de la projection (devata). Dès que ces trois composantes apparaissent,

l'univers entier se manifeste du même coup ; la matière dispersée par le big-bang est seulement un aspect du mécanisme invisible selon lequel le Créateur découvre soudain le possible et, par cette découverte, le possible se réalise dans une infinie diversité. Nous ne devrions pas nous étonner que l'univers entier contienne 4 % de matière et d'énergie visibles, les 96 % qui restent étant ce qu'on appelle de la matière noire. Cette dernière semble avoir pour fonction de maintenir la cohésion de l'univers visible d'une façon mystérieuse. Le « Créateur » n'est pas nécessairement une personne ; il peut inclure l'univers invisible d'où tout ce qui est visible émerge et se constitue de manière cohérente.

L'état *trois-en-un* n'aurait aucune importance s'il n'influait par sur la réalité

quotidienne. En fait il influe sur elle. L'« effet de l'observateur », comme on l'appelle en physique, crée de la matière à proprement parler. Il faut un observateur pour transformer un électron invisible en une particule spécifique localisée dans le temps et dans l'espace. Avant que l'effet de l'observateur ne se produise, il n'y a pas d'électron ; il y a seulement la possibilité de l'existence d'un électron. Notre regard ne peut le détecter, mais nous sommes immergés dans un océan de possibilités. Tout électron susceptible d'exister se trouve déjà présent à l'instant. Nous pêchons des électrons dans l'océan des possibilités simplement en regardant. À leur façon les rishis védiques ont compris ce fait stupéfiant. Comment s'y sont-ils pris ? Ils ont observé le processus de première main, en s'intéressant non pas aux électrons,

mais au flux et au reflux des événements, qui sont si fluides qu'ils n'étaient pour eux rien d'autre qu'un rêve.

Est-ce vraiment croyable ? Ce qui fait le plus froid dans le dos quand on considère l'effet de l'observateur, c'est que lorsque vous apercevez un seul électron, tous les autres électrons sont affectés. Cela n'a de sens que dans un univers où il n'y a pas d'électrons isolés, mais un vaste réseau de charges, de tourbillons et de points qui englobe toutes ces choses. Toutes les recherches en physique théorique moderne convergent vers cette notion. Les sages védiques s'appellent rishis (observateurs) parce que, de leur point de vue, il faut toujours en revenir à l'observateur, celui qui voit. Voir est l'acte créateur ultime.

L'effet devata

Le mystère de la création se situe dans l'intervalle qui sépare l'observateur de l'observé. Les anges existent dans cet intervalle ; ils sont les processeurs de la conscience et, pour employer une expression biblique, les serviteurs de Dieu. *Devata,* le mot sanscrit qui désigne ce processus, vient du mot *déva,* qui signifie ange. Les dévas ne sont pas de simples messagers, ils sont les agents de la Création. Ils exécutent les ordres du Créateur, et comme le Créateur se contente d'observer, les dévas représentent l'aspect actif de l'observation. On peut dire à juste titre que tout ce que nous avons attribué à la projection relève en fait de l'effet devata, à savoir la capacité qu'a la conscience de

transformer des impulsions invisibles en réalité physique. L'effet devata régule tous les niveaux de la réalité, les anges apparaissent donc dans tous les koshas.

- Dans la *dimension physique* les anges se manifestent sous l'apparence de visiteurs et de guides. Ils transmettent les messages de Dieu ou offrent leur aide en temps de crise.

- Dans la *dimension énergétique* les anges maintiennent la Nature en insufflant de la vie dans la Création. Ils sont responsables des structures ; ils établissent la connexion essentielle entre chaque être vivant et la Nature.

- Dans la *dimension de l'esprit* les anges apparaissent dans les visions et dans les rêves. Ils donnent forme à l'esprit de Dieu et le relient à nos pensées.

■ Dans la *dimension de l'ego* les anges servent de guides personnels et de protecteurs.

■ Dans la *dimension de la félicité* les anges se pressent autour de Dieu et chantent ses louanges sans interruption. Ils représentent la joie sous sa forme la plus élevée.

Les cinq niveaux ont en commun le besoin de communication. L'impulsion créatrice doit se transmettre d'un niveau à l'autre. Les anges sont vraiment les symboles de la manière dont les informations se transmettent et s'organisent. La réalité qui se cache derrière le symbole est l'effet devata. Je vais vous donner un exemple concret susceptible de vous éclairer sur cette réalité cachée.

Je connais une femme du nom de Lily, qui gagne sa vie grâce aux anges. Elle a eu conscience des anges pour la première fois quand on a fêté son anniversaire, alors qu'elle avait trois ou quatre ans.

— Ma mère a éteint les lumières pour que je puisse souffler les bougies sur mon gâteau. J'ai jeté un coup d'œil autour de moi et j'ai remarqué ces personnes debout près des murs tout autour de la pièce. Elles n'étaient pas là quand les lumières étaient allumées. Je les montrai du doigt mais je m'aperçus que personne d'autre ne les voyait. Je me souviens que leur présence m'a donné beaucoup de bonheur.

La première rencontre qu'eut Lily avec les anges fut la plus physique. Lorsque sa mère l'eut dissuadée de voir des « gens » alors qu'il n'y avait personne, les anges disparurent. Cependant Lily avait

toujours conscience de leur présence et, en grandissant, elle s'habitua à eux. Elle finit par voir « les amis », comme elle les appelait, lorsqu'elle fermait les yeux, et par entendre leurs voix quand elle leur posait des questions.

— Ils ne me parlaient pas tout le temps, précisa-t-elle. Je ne les ai jamais considérés comme des hallucinations. Il me fallait les appeler consciemment et alors j'éprouvais un réconfort, leur sagesse me guidait. Je sais que la plupart des gens n'établissent pas de contact avec leurs propres guides, mais moi, je peux aussi voir les guides des autres. Nous en avons tous.

Au cours de sa vie Lily posséda de façon occasionnelle ce don qui, du point de vue des rishis, appartient au monde de la « conscience remplie d'objets subtils ». Cela dépendait en grande partie de

l'environnement dans lequel elle se trouvait. En quittant l'université Lily fut mariée pendant peu de temps à un homme qui la dissuada d'entrer en contact avec « les amis ». Après son divorce, Lily eut pendant quinze ans un emploi de chef de bureau pour lequel elle n'avait pas grand besoin de conseils spirituels. Un jour elle envisagea de guérir les malades.

— Les « amis » m'ont dit que je pouvais effectuer des guérisons sur le plan émotionnel et ils m'ont promis de m'aider. Ma première réaction fut un certain malaise. Mais je ne cessais de remarquer la souffrance que ressentent tous ceux dont les vieilles blessures ne sont pas refermées. Les « amis » m'ont assuré qu'on pouvait remédier à tout cela. Ils me montreraient comment faire circuler les énergies bloquées à cause des souffrances

et des traumatismes. Je pourrais y parvenir sans que la personne se sente stressée. Cette idée me séduisit.

Quand elle eut quarante ans, Lily fit son apprentissage de guérisseuse avec le plus grand sérieux. Elle commença avec des personnes auxquelles elle pouvait parler librement des « amis ». Quand elle approfondit sa pratique, elle mentionna « les guides supérieurs et les anges ».

— Je suis conventionnelle à bien des égards, expliqua Lily. Quand je ne travaille pas sur le plan de la guérison, ma vie est tout à fait ordinaire. Il m'a fallu des années pour en venir à penser que les « amis » étaient des anges. Ces derniers m'ont fait connaître l'archange saint Michel. J'ai aussi fait appel au Christ pour m'aider. Je dis aux malades qu'ils sont reliés à Dieu du point de vue énergétique. Cela est tout naturel pour

moi maintenant car je suis capable de voir ce dont je parle.

Il existe et il a toujours existé des personnes comme Lily, qui vivent en dehors des frontières de la réalité. Avec Lily nous parvenons à un point critique dans nos recherches. Il n'est pas nécessaire de débattre la question de savoir si les anges existent ou non, s'ils se trouvent ici-bas ou très loin dans le ciel. Notre propre conscience détermine ce qui est réel et ce qui ne l'est pas ; nous explorons le domaine de nos propres projections. Si ces projections consistent uniquement en objets physiques, à l'exclusion d'objets subtils, il s'agit néanmoins de nos propres créations. Vous et moi, nous existons non pas en tant qu'observateurs, ou en tant qu'observés, ou en tant que processus d'observation, mais en tant qu'union des

trois à la fois. Nier cette affirmation, c'est nier notre unité et les capacités que nous possédons et que nous avons acquises à la naissance.

— Je vois les gens de différentes façons, poursuivit Lily. Je les vois physiquement, mais même alors j'ai conscience de leur énergie. Quand j'intériorise, je vois leur énergie comme un champ de lumière qui les entoure. C'est la réalité fondamentale. Si je le souhaite, je vois aussi leurs anges et d'autres créatures éthérées. Certaines d'entre elles sont très négatives. La personne les a attirées par des croyances négatives. Je suis également capable de voir les gens tels qu'ils étaient dans d'autres vies et, dans une certaine mesure, tels qu'ils seront dans l'avenir. Tout cela est très fluide, tout cela me semble parfaitement accessible.

Il y a vingt ans je ne connaissais aucune autre personne qui possédait des dons aussi particuliers. Depuis j'ai fait la connaissance de nombreuses personnes qui ressemblent à Lily. Chacune d'entre elles a appris à ignorer la barrière que la société dresse entre les différents niveaux d'existence. Au niveau de l'âme nous sommes libres de faire ce que nous voulons du potentiel qui nous est donné. Les anges ne sont pas des évidences absolues. Ils ont changé au cours de l'histoire, tout comme l'imagination humaine a changé. Le processus créatif que nous avons entrepris remonte à des millénaires et il se poursuit de nos jours.

Quand vous mourrez, dans quelle mesure aurez-vous choisi ce qui vous arrivera ? Quel rôle auront joué les forces extérieures ? Lily a des idées claires à ce sujet. Elle et les « amis » pourraient

travailler ensemble sans être interrompus par la mort physique. Lily fait de façon consciente ce que nous faisons tous de façon inconsciente. Grâce à l'effet devata, nous *sommes bel et bien* le processus de création. Par notre intermédiaire, les dieux, les anges et les âmes naissent et meurent. Écoutons encore une fois Lily :

— Quand j'ai entrepris ce travail, la majeure partie de mon vocabulaire était chrétien car, dès mon jeune âge, je me suis sentie très proche de Jésus. Puis je me suis mise à avoir l'expérience directe de la présence christique, sans me représenter la moindre image dans mon esprit. J'ai découvert que le Christ ésotérique avait un nom universel, Sananda, et les « amis » m'ont dit que je pouvais utiliser ce nom quand je voulais me mettre en relation avec le Christ cosmique. Maintenant même Sananda est

devenu plus abstrait, comme un champ de lumière pleine de compassion.

J'ai demandé à Lily quel avenir l'attendait.

— C'est là le problème, n'est-ce pas ? À un certain niveau je sais que je n'ai pas vraiment besoin des « amis ». Il s'agit simplement de certains aspects de ma personne. Si je le souhaitais, je pourrais juste me demander ce que je dois faire et compter sur mes propres capacités. C'est la prochaine étape.

— Si vous savez qu'il s'agit de vous, qu'est-ce qui vous empêche de passer à l'étape suivante dès maintenant ?

— L'habitude, ou peut-être certaines craintes résiduelles. Rappelez-vous que les « amis » m'ont accompagnée toute ma vie. Je suppose que je m'accrocherai à

eux jusqu'à ce que je sois suffisamment sûre de moi pour agir seule.

Nous sommes tous parvenus à un certain degré de responsabilité pour participer à la Création. Les dieux et les déesses, les anges et les créatures éthérées existent parce que nous les avons extraits du matériau brut de la conscience. L'atelier où cette création a lieu est l'akasha, le champ de la conscience. Ceux qui assument cette charge sont ceux dont la conscience est suffisamment vaste pour accomplir cette tâche. J'aimerais vous suggérer que, même si vous ne vous sentez pas compétent pour créer un dieu, vous pouvez au moins apprendre à créer un ange.

Un jour j'ai interviewé un homme qui était particulièrement doué pour la

guérison ; il était d'une extrême modestie quand on évoquait ses dons.

— Je pourrais vous apprendre à faire comme moi en quelques jours, me dit-il.

Quand je lui ai répondu que j'en doutais, il a ajouté :

— En fait c'est très simple. Le plus difficile, c'est de cesser de croire que vous *êtes incapable* de guérir.

Cette vérité est valable pour presque tout. Nous passons toute notre vie à projeter un rêve, à nous *y* aventurer et à croire que ce rêve est la réalité. Considérez-vous comme la personne qui fait les trois choses, et soudain le monde des anges devient aussi réel que ce monde de la réalité concrète.

12

Le rêve se poursuit

Comment se termine l'histoire de Savitri ? Le soleil avait déjà disparu derrière le sommet des arbres quand elle rentra en courant dans sa cabane et regarda par la fenêtre de devant. Yama était toujours assis dans la poussière, seulement maintenant la grande ombre des pins le dissimulait. Savitri se donna du courage en faisant une dernière prière et sortit l'affronter.

Qu'advint-il ? Dans une version de l'histoire Savitri fit semblant d'accueillir chaleureusement Yama. Le seigneur de la

Mort fut si content qu'il lui accorda une faveur. Savitri lui demanda la vie.

— Tu es déjà vivante, lui fit remarquer Yama fort perplexe.

Mais Savitri insista et Yama lui accorda son vœu.

— Vous m'avez donné la vie, mais je ne peux pas vivre sans Satyavan, dit Savitri.

Savitri joua au plus fin et Yama dut donner un sursis à Satyavan.

Mais un tour de passe-passe aussi simple ne satisfait pas tout le monde. Je vais vous donner ma propre version de l'histoire. Savitri avait vaincu toutes ses craintes, elle était donc sortie et s'était mise à danser pour Yama. Elle avait dansé avec tant de talent que lorsqu'elle termina en posant la tête sur les genoux de Yama, elle murmura, comme le fait une amoureuse à son amoureux :

— Le temps me manque pour satisfaire mes désirs.

— Mais nous avons l'éternité pour être ensemble, répondit Yama ravi.

Savitri secoua la tête.

— Si vous êtes tout-puissant, ajoutez une seconde à l'éternité pour que je puisse vous aimer plus que personne n'a jamais aimé. C'est tout ce que je demande.

Personne n'avait jamais offert d'amour d'aucune sorte à Yama, certainement pas une jeune femme qui avait toutes les raisons de le craindre. Aussi accorda-t-il à Savitri une seule seconde de plus – et c'est ainsi qu'il fut vaincu.

— Comment ?

Une seconde pour les dieux, c'est cent ans pour les mortels. Pendant cette seconde supplémentaire Satyavan rentra

chez lui et enlaça Savitri. Ils entrèrent dans la cabane et vécurent comme auparavant. Ils eurent des enfants et vieillirent ensemble. Avec le temps le père de Savitri, le roi, revint sur sa décision et les accueillit tous les deux dans son palais. Quand elle fut vieille, Savitri se demanda si elle n'avait pas demandé trop de temps. N'avait-elle pas survécu bien des années après que Satyavan eut quitté ce monde. À la fin de sa vie elle se consacra à la méditation et reçut l'illumination. Aussi quand la seconde supplémentaire fut écoulée, Yama s'étonna-t-il de voir qu'après tout Savitri ne l'avait pas trompé : elle l'aimait vraiment comme on aime toute la vie et non pas une seule de ses facettes.

Cette fin est belle et consolante. J'ai écrit cette petite note en pensant à Savitri. je la laisserai aux miens pour

qu'ils la lisent quand ma vie touchera à sa fin :

> *Quoi qu'il arrive, ne me pleurez pas. Tout va bien pour moi et je continuerai de vous aimer quoi qu'il advienne. C'est le chemin que je dois suivre.*

De temps à autre je regarde un instant ces quelques mots. D'une certaine façon, tout comme Savitri, je n'ai gagné qu'une seconde supplémentaire d'existence. Je m'en contenterai.

La réincarnation

Créer un ange n'est pas l'œuvre suprême qu'accomplit la conscience. L'œuvre suprême, c'est la création d'une nouvelle vie à partir de rien. Il s'agit de la réincarnation. La notion populaire de réincarnation est simple : nous mourons et nous revenons sous la forme de quelqu'un d'autre. Mais comment l'âme revêt-elle une nouvelle personnalité pour renaître ? Dans une culture comme celle de l'Inde où la réincarnation est une croyance solidement établie, les gens veulent savoir pourquoi ils naissent avec des tendances karmiques particulières, et certaines catégories de personnes – les astrologues, les prêtres, les philosophes, les gourous – ont pour mission d'expliquer le processus suivant lequel le

karma gouverne l'âme et contribue à façonner une nouvelle vie.

Les Tibétains s'attendent à ce que leurs chefs religieux, y compris le Dalaï Lama, se réincarnent sous la forme d'un nouveau-né qui révélera son identité par des signes. Ces bébés naissent presque toujours au Tibet, mais ils peuvent naître en Europe. Par exemple, il y a environ dix ans, la recherche d'un grand lama a mené les enquêteurs jusqu'en Espagne. En Inde on établit souvent un lien entre des personnalités religieuses éminentes et d'illustres prédécesseurs. Ce fut le cas pour le mahatma Gandhi et de célèbres gourous. Cette association est-elle fondée ? Le sujet est très complexe.

En Amérique il existe des tribus indigènes dans lesquelles naissent cinq ou six enfants qui se rappellent clairement avoir eu la même mère dans

une vie antérieure. On trouve au Japon des exemples similaires d'enfants qui se rappellent avoir eu des expériences identiques dans une vie précédente pendant la Deuxième Guerre mondiale, comme si l'âme d'un seul soldat se fragmentait et chaque fragment donnait naissance à un nouvel être. Les experts en « remontée du temps » – opération qui consiste à remonter le cours des vies passées – prétendent que certains souvenirs se mêlent à d'autres souvenirs. De grands personnages comme Cléopâtre ou Napoléon exercent une influence sur plusieurs générations. Ainsi certaines personnes se rappellent avoir été Napoléon au cours d'une vie antérieure, alors qu'en fait elles avaient été simplement en contact avec le grand homme d'une façon qui les avait fortement marquées.

On peut être fasciné par le jeu du « Qui étais-je dans une vie précédente ? » ou du « Ne nous sommes-nous pas déjà rencontrés dans une vie antérieure ? » Mais j'ai connu des personnes qui se bouchent les oreilles quand elles entendent le mot « réincarnation », angoissées à l'idée qu'elles pourraient renaître dans la peau d'un cochon ou d'un chien ! La réincarnation va à l'encontre de la théologie chrétienne, qui n'offre pas une deuxième chance de rédemption après cette vie. La théorie de la réincarnation est plus indulgente. On peut rectifier des erreurs, on peut racheter des vies entières, non pas au ciel mais en habitant un nouveau corps et en revivant les mêmes événements qui sont à l'origine d'échecs, de l'impossibilité de s'accomplir ou d'une vie ratée.

Sans la réincarnation nous pourrions penser à tort que l'univers est gouverné par la mort. En moins de quelques millièmes de secondes après le big-bang, 96 % de la matière et de l'énergie qui se sont dégagées du vide y sont retombées. La fraction qui reste apparaît et disparaît si rapidement que la matière semble solide et permanente. En fait ce qui est solide est transitoire ; toutes les particules qui existent font tour à tour irruption dans le vide puis s'en échappent, en donnant l'illusion de la solidité parce que nos sens ne sont pas assez aiguisés pour saisir la vibration. La nouvelle particule qui émerge n'est jamais exactement la même que celle qui a disparu. C'est ainsi que la nature gère le temps, le lieu, les charges électriques, le mouvement des atomes, et d'autres phénomènes fondamentaux qui exigent

simultanément la stabilité et le changement.

Il en est de même pour vous et moi. Nous existons en tant que flux régi par le changement et la stabilité. Notre cerveau paraît être le même à tout instant, mais l'activité des neurones n'est jamais exactement identique. Un cerveau est comme une rivière : on ne peut jamais se baigner deux fois dans les mêmes eaux. L'ADN se réincarne quand les gènes d'un des parents se divisent en deux lors d'un acte de suicide créateur pour se joindre aux gènes de l'autre parent. Le fait que l'ADN peut se reproduire par mitose n'implique pas la mort de la cellule mère, mais il en résulte un nouveau matériau génétique qui aboutit à un nouveau corps. La racine du terme *incarnation* est le mot latin *carneus* qui signifie chair.

Les hommes éprouvent des sentiments ambigus quand ils songent qu'ils sont des êtres de chair, ce qui est vrai dans la mesure où nous sommes des mammifères, mais nous sommes perplexes quand nous considérons la dimension spirituelle. En voyant comment la chair vieillit et se détériore, comment elle nous trahit par la maladie, nous ne pouvons pas toujours envisager avec plaisir la réincarnation : pour certains d'entre nous un seul corps de chair, cela suffit. Tel est certainement le point de vue chrétien : dès la naissance la chair est corrompue par le péché ; il vaut donc mieux devenir une âme après la mort que d'être recyclé.

L'Orient s'est accoutumé sans peine à l'idée de la réincarnation pour plusieurs raisons. Si l'univers se recrée sans cesse, affirmer que nous sommes le seul

élément qui n'est pas impliqué dans ce processus n'a aucun sens. Du point de vue psychologique, si je peux revenir dans un nouveau corps, il se peut que je puisse satisfaire des désirs et des ambitions qui ont été contrariés dans cette vie, ce qui est une consolation. Encore plus réconfortante est la possibilité de trouver des êtres aimés que j'ai perdus (ou que je n'ai jamais connus, si on n'a pas répondu à mon amour). La réincarnation donne l'espoir de promotion sociale : un esclave dans cette vie pourrait revenir avec le statut d'un noble dans la suivante. Enfin le processus cosmique de naissance et de renaissance s'inscrit dans notre évolution : petit à petit, chaque âme s'élève dans sa progression vers Dieu.

Peut-être ne s'agit-il pas seulement d'une question de croyance opposant

l'Orient à l'Occident. La réincarnation pourrait en effet être une question de choix. Le refus du christianisme d'admettre la réincarnation pourrait simplement être le résultat d'un choix collectif. Après avoir considéré tous les facteurs, une grande partie de l'humanité déclare : « Je ne veux pas revenir ici-bas », alors que l'autre partie déclare : « J'aimerais revenir ». Tout ce que nous pouvons dire avec certitude, c'est que dans la Nature le mécanisme de la renaissance est fondamental.

Retour sur terre et karma

Pour les rishis, la façon dont on survit après la mort résulte d'un choix. Ce qu'on choisit devient réel, ce qu'on ne choisit pas devient irréel. Voilà qui déconcerte. La réincarnation a-t-elle lieu, oui ou non ? Selon les psychologues il y a une période critique, en général entre la petite enfance et la période de huit à dix ans, où certains enfants semblent se souvenir d'une vie antérieure. Dans un exemple récent, dont on a beaucoup parlé, un garçon était obsédé par les avions de chasse de la Deuxième Guerre mondiale. Il voulait se rendre sur des terrains d'aviation pour les voir, il découpait des photos d'avions. Quand il trouva par hasard un livre sur la féroce bataille aérienne qui se déroula près d'Hiroshima

vers la fin de la guerre du Pacifique, il déclara à ses parents qu'il était mort à ce moment-là.

Comme l'enfant n'en démordait pas, ses parents supposèrent qu'il divaguait, jusqu'à ce que leur fils se singularisât davantage en donnant des noms de personnes et des dates. Il se rappela son ancien nom et le moment où une mitrailleuse japonaise avait abattu son avion. Les parents finirent par retrouver les traces de l'événement et découvrirent qu'un pilote américain du nom indiqué avait été abattu de la façon décrite par leur fils. Des survivants de l'armée de l'air confirmèrent les détails dont l'enfant se souvenait.

De tels souvenirs sont plus fréquents en Inde, où une croyance généralisée en la réincarnation ne crée pas un climat de méfiance et d'incrédulité qui pourrait

amener les gens à garder de telles histoires pour eux. Des enfants réclament qu'on les emmène dans un village voisin dont ils se souviennent parfaitement comme étant l'endroit où ils habitaient dans leur vie précédente, peut-on lire dans les journaux. Une fois qu'il y retourne, l'enfant retrouve des membres de sa famille ou même ses anciens parents. D'après les psychologues ce vif intérêt pour les anciennes incarnations est temporaire. Une fois passé l'âge de dix ans, les anciens souvenirs s'estompent et perdent leur caractère obsessionnel. C'est comme s'il fallait du temps à certaines âmes pour s'adapter à leur nouveau lieu de résidence dans le temps et dans l'espace.

L'étude la plus détaillée de ces phénomènes a été faite par le psychiatre Ian Stevenson de l'université de Virginie.

Le psychiatre Jim Tucker a pris la relève. En examinant plus de 2 500 études de cas d'enfants qui se rappellent clairement leur vie passée – le nombre augmente régulièrement – Stevenson a découvert que les cas les plus étonnants sont ceux d'enfants qui ont gardé d'une vie à l'autre certaines marques sur leur corps. Il a dénombré 14 enfants qui se rappellent avoir été tués par balle dans une vie antérieure et dont le corps porte d'un côté une cicatrice comme si une balle était entrée dans le corps, et de l'autre côté une autre cicatrice, là où la balle était sortie. Un enfant né en Turquie avait des souvenirs très nets, à partir du moment où il avait pu parler, d'un criminel tristement célèbre qui avait été coincé par la police et qui s'était suicidé plutôt que d'être capturé. Le criminel s'était tiré une balle sous le menton, et cet enfant avait

une cicatrice ronde et rouge exactement au même endroit. Stevenson se demandait s'il y avait une autre cicatrice là où était sortie la balle. Quand il sépara les mèches de cheveux de l'enfant, il découvrit cette autre cicatrice de forme circulaire au sommet de la tête.

Chez les enfants qui se rappellent une vie passée on note une similarité de comportement, d'après Carol Bowman, qui fait également des recherches dans ce domaine. Ces enfants parlent très tôt de leur vie passée, parfois dès l'âge de deux ans et, habituellement, ils cessent de le faire vers l'âge de sept ans. Ils évoquent sans émotion la mort et peuvent craindre certaines choses associées à une mort violente mais, en général, leur réaction n'est pas d'ordre émotionnel. On dirait souvent de petits adultes qui ont des souvenirs tout à fait précis. Ils peuvent

faire des remarques surprenantes, telles que les suivantes recueillies par le docteur Stevenson :

« Vous n'êtes pas ma maman/mon papa. »

« J'ai une autre maman/un autre papa. »

« Quand j'étais grand, j'avais des yeux bleus / une voiture, etc. »

« C'est arrivé avant que je sois dans le ventre de maman. »

« J'ai une femme/un mari/des enfants. »

« Autrefois je conduisais un camion/je vivais dans une autre ville, etc. »

« Je suis mort dans un accident de voiture/après être tombé, etc. »

« Rappelez-vous, quand je vivais dans cette autre maison/quand j'étais votre papa, etc. »

Ces enfants parlent de la vie après la mort d'une façon tout aussi neutre. Environ la moitié des 220 enfants dont le cas a été étudié par Stevenson ont dit qu'ils ne sont pas allés directement au ciel mais qu'ils ont dû attendre d'abord dans un autre lieu, ce qui correspond à l'étape de la « traversée ». Ils rapportent qu'ils ont pris des décisions sur leur prochaine vie une fois qu'ils sont arrivés au ciel, qu'ils ont choisi une nouvelle famille et de nouveaux défis. Comme a remarqué une petite fille : « Ce n'est pas si facile que ça d'être au ciel. Il faut travailler là-haut. »

Parce qu'ils sont souvent très jeunes, les enfants qui rendent compte de leur vie

passée sont la preuve la plus sérieuse que la réincarnation n'est pas simplement une question de culture. On doit également tenir compte des témoignages convergents de trois catégories de témoins : les enfants qui se rappellent leur ancienne vie, les personnes qui ont eu une expérience de mort imminente et ceux qui sont sortis de leur corps. Tous sont d'accord sur la façon dont se passe la vie après la mort.

Les expériences durant lesquelles on quitte son corps sont bien plus fréquentes qu'on ne le suppose, et quelques personnes ont si bien maîtrisé ces sorties qu'elles sont devenues des « touristes de l'astral ». F. Holmes Atwater de l'Institut Monroe aux États-Unis fait partie des chercheurs dans ce domaine. Les sujets qu'il étudie lui font souvent part d'expériences au cours desquelles ils se

rendent dans le domaine akashique, y compris le domaine que nous associons à l'agonie. Ce qu'ils voient correspond parfaitement aux NDE et à ce que racontent les enfants qui se souviennent d'une vie antérieure.

Un enfant a confié à ses parents que Dieu ne s'exprime pas avec des mots ou en une langue comme l'anglais ou l'espagnol. Cela correspond à la croyance ésotérique suivant laquelle la communication se fait par télépathie sur le plan astral. Après une NDE certaines personnes assurent aussi que ce qu'elles ont entendu ou appris ne leur a pas été communiqué par des paroles, mais que souvent elles ont été subitement éclairées ou ont eu une révélation.

Est-ce que ces enfants sont exceptionnels parce qu'ils se souviennent d'une vie passée ou bien est-ce que nous

sommes anormaux parce que nous ne nous rappelons pas qui nous avons été jadis ? On ne peut donner de réponse exacte à ces questions. La mémoire est en relation étroite avec des émotions fortes. Peu de gens peuvent se rappeler ce qu'ils ont mangé au dîner tel ou tel mardi du mois dernier, mais si ce dîner a été l'occasion de demander en mariage celle que vous aimez, le souvenir restera gravé pendant des années. De même certains enfants semblent se rappeler avoir été arrachés à leur ancienne vie, et ce souvenir fortement négatif subsiste par-delà la frontière de la mort. Le docteur Stevenson signale le cas d'un enfant né avec des points rouges disséminés sur la poitrine. Il se souvenait de la douleur causée par les plombs d'un fusil de chasse.

Par ailleurs, il serait inutile du point de vue affectif de nous souvenir de tout ce qui nous est arrivé. Le neurologue soviétique Alexander Luria, qui a été un pionnier dans ce secteur, a eu un patient qui possédait une mémoire prodigieuse. Ce journaliste qu'il appelait S. pouvait assister à une conférence de presse où il y avait foule et se rappeler toutes les paroles prononcées par chaque intervenant. Mais S. était incapable de ressentir la moindre émotion et il était incapable de comprendre la poésie, les symboles, les métaphores. Pour lui chaque événement était une simple donnée enregistrée sur la bande magnétique de son cerveau. (Quand Luria lui a demandé s'il avait jamais été accablé par le chagrin, S. a répondu d'un ton neutre que le chagrin n'a pas de poids.)

Les souvenirs s'effacent de différentes façons, l'une des plus classiques étant l'amnésie rétrograde. Nous constatons ce phénomène chez des rescapés d'accidents d'auto et chez des victimes de guerre. Un individu qui perd la mémoire après avoir été fauché par une voiture ou touché par une balle peut tout se rappeler jusqu'au moment de l'impact, mais pas ce qui est survenu par la suite. Après s'être réveillé à l'hôpital en se demandant ce qui lui est arrivé, l'accidenté ou le soldat essaie de combler l'intervalle en faisant des suppositions : *si je suis à l'hôpital et si j'ai le bras cassé, c'est que j'ai dû être heurté par une voiture, etc.*

La réincarnation est à l'origine d'un trou de mémoire semblable, excepté chez ceux qui transfèrent leurs souvenirs d'une vie à la suivante. Durant l'intervalle entre deux vies l'identité est remodelée.

D’une certaine manière nous changeons complètement et, en même temps, nous sommes toujours semblables à nous-mêmes. Alors, la vie après la mort est pour ainsi dire une chambre de transformation. Par un jour frais d’automne, si vous vous promeniez dehors, vous pourriez trouver un cocon suspendu à un rameau. La chrysalide à l’intérieur a été un jour une chenille. En temps voulu elle se réincarnera en papillon. Pour ce faire, toutes les cellules de la chenille doivent se transformer. Au stade de chrysalide, l’insecte est de la matière organique visqueuse, informe. Cette chenille se désintègre et se reforme en même temps. L’ancienne identité physique de la chenille disparaît complètement. Tous les insectes qui passent de l’état de larve à celui d’adulte parvenu au terme de sa croissance se

comportent de manière semblable. De même que les chenilles ne ressemblent en rien à un papillon, une nymphe de libellule qui traque les vairons au fond d'un étang, n'a aucune ressemblance avec l'insecte adulte, ni un asticot avec une mouche commune.

Pour les insectes, la réincarnation est un élan créateur qui n'implique pas de choix conscients puisque les informations encodées dans les gènes de l'insecte produisent la même transformation, génération après génération, sans aucune différence. D'innombrables monarques sont des clones du papillon originel d'il y a des millions d'années. Cependant l'ADN humain crée des êtres nouveaux et chacun d'entre eux a le sentiment d'être unique. Le caractère unique de notre structure physique n'est qu'un début. Nous sortons de la chambre de

métamorphose pas seulement dotés de certaines caractéristiques uniques, tout comme un chimpanzé et un teckel diffèrent d'un autre chimpanzé et d'un autre teckel, mais complètement libres de nous créer de l'intérieur, grâce aux désirs, aux espoirs, aux rêves, aux croyances et aux aspirations, qui sont des outils mis à notre disposition dans la conscience.

Les rishis des temps védiques soutiendraient que la conscience gouverne tout ce mécanisme – la réincarnation est simplement une variation sur le thème du temps et du lieu, qui produit de nouveaux talents. Comme les rishis l'ont compris, la réincarnation est un élan créateur qui associe l'ancien karma, le bon et le mauvais, pour en faire une combinaison unique. La nouvelle vie et l'ancienne sont

reliées de façon inexorable par des millions de liens karmiques. Pourtant, dans l'ensemble, la personne qui renaît a le sentiment d'être une créature entièrement nouvelle.

C'est là où l'élan créateur entre en jeu, selon les rishis. Considérez-le comme de l'argent à la banque : vous pouvez n'avoir que 500 euros, mais vous êtes libre de les dépenser comme vous l'entendez. Du point de vue karmique, la cause engendre l'effet, et tant que cette chaîne tient, l'événement A engendre l'événement B. Un univers sans cause ni effet serait chaotique. Si vous lâchez une balle, la gravité la fait tomber vers le bas en direction de la terre, et ce résultat est si fiable qu'on peut presque en faire une certitude. Si le karma offrait la même certitude, la réincarnation ne serait pas nécessaire, parce que le karma global à la

fin d'une vie serait aussi fiable que le cocon qui produit les monarques à partir d'une larve, pas des monarques un printemps et des machaons le printemps suivant.

Cependant le karma n'est pas prévisible. Les gens accomplissent toutes sortes d'actions et récoltent des résultats totalement différents à partir des graines qu'ils ont semées. On perd toutes ses illusions quand on voit que les mauvaises actions ne sont pas punies et qu'on ne prête pas attention à la vertu, que des malheurs arrivent tout le temps à des gens qui sont vertueux. Les rishis des temps védiques n'ont pas attribué ce fait aux caprices d'une Providence fantasque, le karma n'est pas prévisible, pour les mêmes raisons que la conscience ne l'est pas non plus.

■ La créativité est innée.

- L'aléatoire permet à de nouvelles formes de se manifester.
- L'inconnu contient d'infinies possibilités, dont seule une partie se manifeste dans le monde connu.
- La Nature est en même temps changement et stabilité.

Tels sont les principes fondamentaux du Karma et, ce qui est le plus fascinant, c'est que notre unité est maintenue non pas par un mécanisme inexorable mais par notre dépendance à un niveau profond à l'égard de l'aléatoire et des élans créateurs qui en résultent.

La réincarnation est la façon dont la conscience se renouvelle, même si elle utilise des matériaux qui ne peuvent être ni créés ni détruits. C'est ce qui est merveilleux. Le changement infini et la stabilité infinie coexistent. Il nous faut

élucider ce mystère pour que la réincarnation puisse être bien comprise.

Le Karma et le cerveau

Le Karma peut s'avérer être la clé qui permet de comprendre le cerveau lui-même. Les neurologues sont perplexes quand ils considèrent ce qu'ils appellent « l'effet de liaison », force mystérieuse qui rapproche les différentes aires cérébrales. Des progrès récents dans l'imagerie médicale du cerveau montrent que plusieurs aires cérébrales doivent coopérer pour que se produise une pensée, un sentiment ou une sensation. Ainsi vous entrez dans une pièce, vous reconnaissez votre mère et vous lui demandez si elle se rappelle la recette du gâteau qu'elle avait fait pour votre dixième anniversaire. Différentes aires du cerveau ne sont pas activées tour à tour : une aire qui reconnaît votre mère, une

autre aire qui veut lui poser une question et une troisième aire qui se souvient de vos anniversaires passés. Le cerveau assigne ces tâches à plusieurs aires simultanément. Comment cela se produit-il ? Voilà le mystère.

Si le cerveau avait un système téléphonique ultraperformant pour envoyer rapidement des messages d'une aire à l'autre, on expliquerait l'effet de liaison comme étant une série d'ordres séquentiels. Mais les neurones agissent simultanément. Le point A et le point B s'activent en même temps. Aucun intervalle ne laisse place à un signal de va-et-vient. De plus le cerveau est capable de combinaisons infinies qui ont peu ou qui n'ont pas de rapport les unes avec les autres.

Toute pensée est donc une activité du cerveau global. Même si une scintigraphie

cérébrale pouvait faire voir le groupe précis de neurones où naît une pensée meurtrière dans l'esprit d'un criminel et une pensée bienveillante dans un esprit plein de bonté, c'est le cerveau tout entier qui fait la distinction entre un criminel et un saint. Il faut un cerveau entier pour coordonner cent milliards de neurones indépendants en s'assurant qu'ils restent en liaison avec une conversation complexe. Si je veux accomplir un acte de bonté, mon cerveau pourrait me fournir une pensée élémentaire telle que *je devrais faire un don pour secourir les victimes*. Mais, pour aboutir à cette seule pensée il faut posséder :

- Le sens moral de ce qui est bien et de ce qui est mal.
- Le souvenir de ce que c'est que d'être une victime sans défense.

- Une capacité d'empathie vis-à-vis des gens qui souffrent.
- Un sentiment de compassion.
- Le sens du devoir à l'égard de la société.

Ces éléments imbriqués les uns dans les autres se trouvent dispersés dans différentes aires cérébrales et représentent des schémas d'activité uniques. En même temps, à un niveau plus profond, mon cerveau doit rester conscient de qui je suis, de mon passé, de mes bonnes et de mes mauvaises actions, de mon sentiment de culpabilité, de ma conscience, etc. Ce qui est vraiment stupéfiant, c'est que le cerveau sache immédiatement coordonner tous ces éléments. Il ne se trompe pas de souvenir ou de sentiment. Il n'oublie pas qui je suis, il ne s'égare pas à moins que j'aie

une maladie mentale, auquel cas je pourrais divaguer. Étant incapable de reconnaître que mes pensées m'appartiennent vraiment, je pourrais penser que Dieu m'ordonne de donner de l'argent pour secourir les victimes d'une catastrophe.

Je peux n'être conscient que d'une seule pensée. Pourtant l'activité de mon cerveau pour créer cette pensée est extrêmement intense. (Les neurologues estiment qu'à chaque minute une personne est consciente d'environ 2 000 bits d'information traités par le cerveau. Cela paraît impressionnant mais, en dehors de notre conscience, le cerveau traite en réalité 400 milliards de bits d'information par minute. Miraculeusement, il garde le contrôle de chacun d'eux et ne laisse passer par son filtre que la partie infime dont nous avons

besoin pour vivre ici-bas et suivre le fil de nos pensées et de nos désirs.)

Je suis entré dans les détails car, si le cerveau tout entier est indispensable pour produire une seule pensée, l'univers tout entier est également indispensable pour accomplir une seule action. Comme un neurone, les électrons et les atomes semblent être indépendants. Pourtant un changement dans le sens selon lequel tourne un électron à une extrémité de l'univers sera reflété immédiatement – et sans qu'un signal ait été envoyé – par un électron apparié à des milliards d'années-lumière. Aussi « l'effet de liaison » est-il à la fois cosmique et individuel ; il existe « là-bas » et « ici ». Il en résulte que *vous* êtes un champ d'activité qui relève de tout l'univers – idée qui paraît purement théorique – mais tout comme une seule pensée exige que votre cerveau fasse

d'innombrables calculs qu'on ne voit pas, de même le Karma fait d'innombrables calculs qui échappent à votre attention pour vous créer.

Comme nous pouvons maintenant le prouver, le changement et la stabilité coexistent dans le cerveau. Sans eux, il ne pourrait fonctionner. Quand vous vous souvenez d'un ancien anniversaire, vous pouvez appeler cela « ma » pensée, mais vous ne sentez aucun lien personnel avec les synapses et les dendrites, ou avec la multiplicité de signaux qui déferlent. Les cellules du cerveau fonctionnent par des moyens totalement prévisibles, qui impliquent des échanges électriques entre des atomes de sodium et des atomes de potassium, et de simples oscillations entre des impulsions électriques positives et négatives. D'une manière ou d'une autre cette stabilité qui résulte d'un

processus automatique produit des formes de pensée libres, créatrices et imprévisibles.

Les rishis ont affirmé la même chose à propos du Karma : il est infiniment souple et infiniment rigide selon la façon dont on le considère. Des forces inconnues ont toute liberté pour vous refaçonner à votre insu. Elles ne cessent de le faire. En effet aucun d'entre vous n'est le moins du monde conscient de la façon dont le cerveau passe de la pensée A à la pensée B. Les neurologues sont témoins de l'événement, mais sont loin d'en savoir le comment et le pourquoi. Si deux personnes prononcent le mot « pomme », leur cerveau présentera le même schéma d'activité. Ce schéma, aussi bien tracé soit-il, ne permet pas de prédire le prochain mot que chaque personne prononcera. L'événement B

pourrait engendrer n'importe quel mot, son ou geste, ou peut-être simplement un moment de silence.

Ceci nous amène à nous demander quel choix nous effectuons en ce qui concerne notre prochaine vie. Il est inutile de dire simplement que le Karma est souple et rigide en même temps. En fait la coexistence des contraires est un paradoxe et, à moins de le résoudre, nous n'avons aucun contrôle sur la vie après la mort ; nous sommes simplement pris dans l'engrenage d'une machine susceptible de produire n'importe quoi selon ses caprices.

De cette vie à la prochaine vie

Nous n'avons aucun contrôle sur la vie après la mort pour la même raison que nous n'avons aucun contrôle sur cette vie-ci. Notre conscience est encore limitée. L'ignorance de notre potentiel complet est trop vaste. Dans le bouddhisme tibétain la liaison entre une vie et une autre est clairement établie. Quand un lama meurt, on s'attend à ce qu'il soit réincarné. Des signes permettent de relier les deux incarnations. À son retour le bébé reconnaîtra ses anciens jouets, par exemple, et les adultes qui l'entourent pourront constater sans l'ombre d'un doute que la chaîne de l'identité n'a pas été brisée.

On peut dire également que les Tibétains ne disparaissent pas dans

l'entre-deux qui sépare la vie de la mort quand ils meurent. La continuité est maintenue. Le célèbre *Livre des morts tibétain* donne tous les détails sur la mort en pleine conscience : un mourant devrait garder autant que possible un lien avec le courant de conscience qui ne s'interrompt pas. Pour un lecteur occidental le livre est déconcertant ; il décrit tant de degrés de conscience, tant de destinations possibles dans le Bardo qu'il faudrait toute une vie de pratique bouddhiste pour intégrer tous les possibles. C'est précisément de cela qu'il s'agit, car les Tibétains ne veulent pas s'écarter de leur système de croyances ; le livre confirme qui ils sont et où ils vont sur le chemin de la libération.

C'est là un exemple de choix bien structuré, en comparaison duquel un Occidental est un parieur imprudent. Habituellement nous n'essayons pas de

nous laisser porter par un courant de conscience ininterrompu et, bien que nous puissions entretenir l'espoir de revenir à une vie semblable à celle que nous avons quittée, il est tout aussi vraisemblable que nous désirions quelque chose de tout à fait nouveau. En tout cas, en général, nous ne supposons pas que nos souhaits ont de l'importance. La présence au paradis ou en enfer est une question qui se règle d'elle-même, ce qui signifie, de façon curieuse, que les Occidentaux sont plus résignés en ce qui concerne le Karma que la plupart des Orientaux. Ces derniers croient toujours que le Karma suit une personne d'une vie à une autre. Pour eux toute action dans cette vie a ses répercussions dans la suivante et des événements qui semblent être survenus au hasard dans le présent

ont leur origine dans des décisions prises dans le passé.

Cela implique qu'il y a de nombreuses façons d'être en relation avec le Karma. Vous pouvez choisir d'en avoir conscience ou de ne pas en avoir conscience. Le Karma donne une cohésion aux événements, mais ce n'est pas la même chose que d'être fataliste. En Orient on ne comprend pas toujours cela et on suppose habituellement que les mauvaises actions sont comme des crimes avec un barème de punitions, tandis que les bonnes actions ont un barème de récompenses. Aussi logique que cela paraisse, cette croyance est un déni de la liberté de choix.

—Je croyais que le karma me transformait en une sorte de marionnette, m'a dit un jour un de mes amis. Après avoir fait des millions de choix dans le

passé, chacun avec ses propres conséquences, comment pouvais-je en être libéré ? Chaque mauvais choix m'orientait dans une direction, chaque bon choix m'orientait dans une autre. Le destin tirait les ficelles.

— Comment vous êtes-vous dégagé de cette façon de penser ? lui ai-je demandé.

— J'en étais incapable, m'a-t-il répondu. Et puis un jour j'ai soudain trouvé la réponse. Qu'importe si je suis une marionnette ! Je n'ai pas conscience que les ficelles existent. Je ne vois personne les tirer. Pour autant que je sache, toutes les décisions que je prends sont les miennes et seulement les miennes. Il se peut que je sois encore la marionnette du destin, mais qu'importe, si je ne peux pas faire la différence !

Il est difficile de discuter face à tant de pragmatisme. C'est seulement par la suite

que j'ai vu les failles. Si le Karma fonctionne de façon invisible tout comme le cerveau, nous ne pouvons pas ne pas en tenir compte sous prétexte qu'on ne le voit pas. Notre cerveau produit toutes sortes de pensées troublantes et de pensées tordues. Il peut même nous mener à la dépression ou à la démence. Des perceptions erronées, voire des hallucinations, pour ne pas parler des maladies invalidantes, peuvent l'altérer. À un niveau plus profond, ce que nous disons et faisons modifie le cerveau. Les neurones sont influencés par les expériences que nous avons vécues si bien que le cerveau d'une personne qui a été éprouvée par un terrible malheur, par exemple, devient différent de celui d'une personne qui n'a pas eu de choc. Les expériences positives et les expériences négatives conditionnent l'esprit si bien

qu'il voit le monde sous un angle particulier, et le cerveau doit alors s'adapter.

Appliquons ceci à la réincarnation. À la mort les aspects visibles et invisibles du Karma s'imbriquent les uns dans les autres. Voici le point de vue des Indiens : quand vous mourez, vous quittez votre corps mais vous êtes toujours conscient de qui vous êtes. Vous pouvez continuer à voir la pièce dans laquelle vous êtes mort ; vous gardez pendant un certain temps la sensation de posséder un corps physique (traditionnellement on ne touche pas aux corps sitôt après la mort car on croit que les défunts continuent d'avoir des sensations).

Ensuite, tout comme la vie qui défile devant les yeux d'un homme en train de se noyer, votre karma se déroule à la manière du fil qui se détache d'une

bobine et les événements de votre vie se succèdent sur l'écran de l'esprit. Vous revivez tous les moments significatifs depuis votre naissance, seulement cette fois avec un éclat et une clarté qui explicitent la signification de chacun d'eux. Les bonnes et les mauvaises actions apparaissent sans ambiguïté, sans excuses ni justifications. Vous devenez responsable de tout ce que vous avez fait.

À mesure que les jugements sont prononcés – ce sont vos propres jugements, non pas des jugements formulés par les dieux – vous vous trouvez dans divers *Lokas*, des mondes qui correspondent à la récompense ou à la punition que vos actions méritent. Une âme n'est pas affectée pour toujours à un Loka, elle y reste seulement aussi longtemps que son Karma le lui impose.

Pendant cette transition, qui inclut le monde du plaisir et celui de la souffrance, vous apprendrez à vous connaître et vous parviendrez à vos propres conclusions. Aucune force extérieure ne vous explique le sens de votre vie ni ne vous précise comment passer au stade suivant. Vous pouvez souffrir dans un Loka infernal durant ce qui semble une éternité, ou bien vous pouvez y rester un bref instant. Le temps est purement subjectif, et ce que vous percevez en fait, c'est l'activité de votre propre conscience qui résout ses dilemmes et ses conflits. *Pourquoi suis-je ici ? Qu'est-ce qui me fait souffrir ? Est-ce que je mérite de souffrir ? Y a-t-il un moyen de m'en sortir ?*

Les gens qui sont coupés d'eux-mêmes seront aussi déroutés par la vie après la mort qu'ils le sont par la vie présente. Pour eux la relation de cause à effet n'est

pas évidente. Ils éprouvent des sentiments conflictuels : ils se sentent étrangers, isolés, victimes, malmenés par le destin ou par l'autorité, incapables de se contrôler. Au milieu de cette confusion ils ne peuvent assumer la responsabilité de leurs propres motivations et de leurs désirs, et la vie après la mort peut les déconcerter, voire les effrayer.

Être coupé de soi, c'est être dans l'illusion si on se situe dans la perspective de l'âme. Quel que soit le temps que cela peut prendre, la personne finit par se préparer à quitter le Loka. La compréhension, symbolisée par la lumière, commence à se manifester. Dans la clarté vous vous rendez compte que « Je suis » – non pas les actions passées – est le fondement de votre vie. Vous ne vous identifiez plus à une certaine identité ; ce qui compte pour vous

maintenant, c'est d'être pleinement conscient, et de nouvelles possibilités s'offrent à vous. Le karma qui vous a accompagné dans votre dernière vie a été épuisé, d'autres graines sont prêtes à germer.

Renaître vous vient petit à petit à l'esprit. Pendant une longue période (c'est le point de vue subjectif) vous connaissez la félicité ou ananda ; vous êtes parvenu à l'Être pur, ce qui vous permet de vous réaliser indépendamment de tout karma, bon ou mauvais. Vous vous trouvez dans le même entre-deux que celui qui sépare deux pensées, seulement cette fois vous êtes conscient d'innombrables possibilités parmi lesquelles vous pouvez choisir. Comment choisissez-vous la prochaine vie ? Par le même processus que celui qui vous permet de choisir la prochaine pensée. Vous le faites tout le temps,

pourtant vous ne savez pas comment vous procédez ; la prochaine pensée émerge de l'entre-deux, de ce qui est l'inconnu absolu.

Vous serez simplement un témoin quand le rêve d'une nouvelle identité commencera à vous envelopper, et vous entrerez dans votre prochaine vie en vous laissant porter par le flux des actions passées dont vous ne saurez toujours presque rien. Mais il est toujours possible de jouer un rôle plus actif dans la façon dont on se réincarne. Dans l'entre-deux, quand vous êtes confronté à tous les possibles, le choix se trouve parmi ces possibles. Les rituels complexes décrits dans *Livre des morts tibétain* ne sont pas conçus pour qu'une personne pleine de bonté séjourne dans un paradis agréable et ait une prochaine vie meilleure. Ils sont conçus pour faire de la liberté de choix

une réalité, pour amener la personne en pleine conscience dans l'entre-deux afin que son karma puisse être modelé, contrôlé ou même complètement épuisé.

La libération

Quelle impression cela fera-t-il de se trouver dans l'entre-deux ? J'aimerais répondre à cette question en faisant appel à mon expérience personnelle. Il y a un an j'étais assis dans un avion, quelque peu décontenancé. Pendant une courte halte dans le Midwest des États-Unis je m'étais trouvé sans rien à lire. J'avais jeté un coup d'œil au kiosque à journaux de l'aéroport, mais rien dans les présentoirs ne m'avait plu. Quand j'étais monté à bord avec l'intention de passer mon temps à écrire, je m'étais aperçu que mon bloc-notes et mon portable rangés dans une valise se trouvaient dans la soute à bagages. Le destin, les circonstances ou une inadvertance fâcheuse m'avaient obligé à être seul pendant quatre heures.

Sans préavis, une petite voix se fit entendre. Elle me permit de me rendre compte de la façon dont mon esprit fonctionne quand il n'a rien autour de lui pour le distraire. Ce que je constatai était très élémentaire : une pensée survient, puis une autre, une autre et encore une autre. Ces pensées peuvent être envahissantes ou passer inaperçues ; elles peuvent s'imposer ou être superficielles, frivoles ou sérieuses. La petite voix qui me guidait me fit remarquer tout cela en quelques secondes.

Maintenant quelle est la façon correcte d'entretenir des rapports avec votre esprit ? demanda la voix. Devez-vous toujours faire ce que vous suggère votre esprit ? Évidemment non, car nous avons toutes sortes de pensées qui sont hors de propos ou farfelues. Devez-vous ne tenir aucun

compte de ce qu'il vous dit ? Évidemment non, car il exprime tous les désirs avec lesquels nous construisons notre vie. Il n'y a pas une seule façon d'entretenir des rapports avec son esprit. Il est impossible d'adopter un comportement qui produira toujours de bons résultats. Quand les gens décident arbitrairement d'être optimistes, ils peuvent commettre des erreurs si des crises majeures, des calamités, des guerres, des conflits personnels etc. surviennent. S'ils décident arbitrairement d'être pessimistes, ils manquent de nombreuses occasions d'éprouver de la joie, de se sentir épanouis, de réaliser leurs espérances et d'exprimer leur foi.

Je fus intrigué par tout ce que m'expliqua la petite voix. Il semblerait que vivre sur le plan spirituel soit une bonne solution. Pourtant il y a des situations où

même vivre sur le plan spirituel – être tolérant, aimant, être réceptif et être détaché de tout ce qui est matériel – n'est pas recommandé. Ainsi un parent ne peut pas se contenter d'être tolérant et d'aimer un enfant dépendant de la cocaïne ; il doit intervenir. On pourrait donner mille autres exemples. L'amour ne viendra pas à bout des tortionnaires ; la tolérance ne mettra pas fin aux excès des fanatiques. Il convient d'établir une relation infiniment souple avec son esprit ; sinon on perdra quelque chose d'unique : la qualité la plus précieuse de l'esprit – sa totale liberté – qui est à l'origine de la créativité.

Maintenant, poursuivit mon guide, *regardez le monde. N'est-il pas semblable à l'esprit* ? La même imprévisibilité y règne. Vous ne pouvez donc adopter vis-

à-vis du monde une attitude rigide qui convienne toujours.

Les optimistes de naissance sont aussi myopes que les pessimistes de naissance. En approfondissant la question, on constate que le karma est également imprévisible. On ne peut le considérer sous un seul angle. Lutter contre son karma est tout aussi frustrant que de l'accepter.

À ce moment-là le soleil s'était couché, à l'intérieur de l'avion il faisait sombre. Je voyais la dernière bande de lumière orange barrer l'horizon. Mon guide ne se manifestait pas par hasard, ce n'était pas un fantasme. Je me rendis compte que depuis longtemps je voulais savoir *comment tout cela fonctionnait.* La réponse, c'est que l'esprit, le monde et le Karma, tout cela, c'est la même chose : des miroirs qui se renvoient leur image.

Leur complexité est inimaginable. Les nombreuses connections qui les relient ne peuvent jamais être déterminées de façon précise et, même si elles pouvaient l'être, au prochain tic-tac de l'horloge surviendrait un nouvel ensemble de possibilités tout aussi infinies.

Cette prise de conscience me rapprocha plus près que jamais de l'entre-deux, là où l'on choisit une nouvelle vie. L'entre-deux est la pure liberté, et quand vous découvrez que vous êtes totalement libre, de nouveaux choix s'offrent. Certaines âmes aspirent au non-attachement absolu ; elles choisissent *Moksha* – c'est-à-dire elles veulent être libérées du corps physique et du karma qui est épuisé. D'autres âmes aspirent à *Moksha* mais veulent jouir de cet état tout en possédant un corps. Elles choisissent de se réincarner tout en étant parfaitement «

éveillées » – on dit qu'elles sont éclairées. Pour la plupart, nous prenons une autre orientation. Nous aimons être libres, mais nous voulons aussi de nouvelles expériences. Aussi laissons-nous le Karma nous inventer une nouvelle histoire. Nous sommes « éveillés » mais seulement en partie. Alors nous acceptons d'avoir une certaine amnésie en ce qui concerne le « Je suis » en échange du rôle que nous jouerons en tant qu'individus indépendants avec des préférences et des aversions, des défis et des occasions à saisir.

Notre nouvelle vie inclura un nombre déterminé de liaisons et de non-liaisons. Certes ce n'est guère la meilleure façon d'entretenir des relations avec l'esprit, le Karma et le monde. L'idéal, c'est la liberté. Mais, tout en étant imparfaits, nous nous associons à un mystère. Nous

acceptons un rôle dans ce jeu fascinant de lumière et d'ombre, et une fois de plus le monde physique devient notre réalité. Nous retrouvons la croyance selon laquelle la mort est une chose terrifiante, nous devons nous battre, le plaisir vaut la peine qu'on le recherche et la douleur qu'on l'évite. Nous oublions les connaissances que possède notre âme ou que nous possédions quand nous étions dans l'entre-deux. Il y a toujours un soupçon de vérité à proximité pour que nous ayons un idéal. Nous éprouvons quelque tristesse pour la décision que nous avons prise de laisser toute la vérité derrière nous, j'en ai le sentiment. Cependant notre demi-vérité a une vertu : tant que nous y croirons, notre âme ne renoncera jamais à nous enseigner le reste. Aussi le rêve se poursuit-il.

Deuxième partie

La charge de la preuve

Jusqu'à nos jours la charge de la preuve incombait aux incroyants. La religion exerçait un tel pouvoir sur l'imagination humaine que pour des cultures entières – par exemple les anciens Égyptiens et les chrétiens de l'époque médiévale – le monde matériel était beaucoup moins réel que le monde des dieux ou de Dieu. De nos jours la plupart des gens peuvent à peine comprendre cette conception du monde, parce qu'ils sont plongés dans le matérialisme alors qu'auparavant ils étaient plongés dans l'idéalisme selon lequel le monde subtil de l'Esprit est le fondement de la Nature. Dans l'idéalisme

la terre est un monde inférieur, le paradis un monde supérieur. Ainsi tout ce qui concerne notre existence terrestre – la vie physique, les appétits, les pulsions sexuelles, la maladie, la souffrance et la vieillesse – est éloigné de Dieu ou de l'Esprit.

La science n'a pas réduit à néant cette doctrine en démontrant qu'elle était erronée. L'idéalisme a simplement été rendu désuet par une nouvelle doctrine : le matérialisme. Le matérialisme a introduit la technologie avec le confort qui l'accompagne. Il a expliqué de nombreux phénomènes que la religion préférait considérer comme des mystères connus seulement de Dieu. Comme toute doctrine, l'ancienne outrepassait ses limites quand elle prétendait, par exemple, que les maladies étaient des actes de Dieu destinés à punir les

pécheurs. Une fois qu'on eut découvert les microbes, cette explication parut injustifiée et, en fin de compte, irrationnelle. De même la nouvelle doctrine outrepasse ses limites : la science, sans disposer de preuve, récuse l'existence de Dieu, des anges, des revenants, de l'Esprit, de l'âme et même de la vie après la mort. De même que la religion ne possède aucune compétence en ce qui concerne la physique et la chimie, la science ne possède aucune compétence en ce qui concerne les questions spirituelles.

La charge de la preuve s'est modifiée. Maintenant c'est le croyant qui doit prouver que Dieu et l'âme existent réellement. Pour de nombreuses personnes le triomphe du matérialisme est tel qu'il nous faut relever un rude défi,

à savoir expliquer *pourquoi* nous devons prendre Dieu et l'âme en considération.

Si le scepticisme l'emporte dans certains cercles, dans la culture populaire ce n'est pas le cas. Aux États-Unis, selon les sondages, 90 % des gens croient au paradis et presque autant croient qu'ils y iront. Ceux qui croient à l'enfer sont de moins en moins nombreux – 75 % – et seulement 68 % croient au diable. La plupart des gens hésitent : ils optent pour la foi quand il s'agit de spiritualité et pour la science quand il s'agit du monde matériel. Sir Isaac Newton était un chrétien fervent qui fut toute sa vie aux prises avec l'antithèse science/métaphysique.

Il y a une autre voie cependant. Dans cet ouvrage j'essaie de présenter une conception de la vie après la mort fondée sur la conscience, et je montre comment

les problèmes qui concernent la conscience peuvent être résolus, du moins partiellement, grâce à la science. La preuve que nous cherchons, ce ne sont pas des photographies de phénomènes surnaturels (elles existent déjà en grand nombre mais rendent les gens encore plus sceptiques). La preuve la plus utile consisterait à confirmer les assertions qui sont à la base du Vedanta, lequel a sa propre logique. Naturellement le postulat de base, c'est que la réalité est créée à partir de la conscience. Nous aurons des preuves si nous sommes en mesure de répondre de façon positive aux questions suivantes :

L'Akasha est-il réel ?

L'esprit s'étend-il par-delà les limites du cerveau ?

L'univers est-il conscient ?

La conscience a-t-elle un fondement en dehors du temps et de l'espace ?

Nos croyances peuvent-elles donner forme à la réalité ?

Ce sont des questions fondamentales que les scientifiques ont effleurées, même si peu de chercheurs prennent pour objectif la vie après la mort. Il faut admettre que la physique n'a jamais cherché à prouver que l'univers est conscient. Mais tant de mystères demeurent inexpliqués si l'univers *n'est pas* conscient que des théories de pointe commencent à inclure cette idée autrefois impensable.

En fait l'exploration des mystères qui ne sont pas élucidés est notre meilleur espoir. En effet ce que la science n'a pas encore expliqué offre un champ d'investigation vraiment nouveau.

Actuellement, les neurologues ne savent pas comment fonctionne la mémoire, ni comment les cellules du cerveau transforment des données brutes en pensées complexes, ni dans quelle aire cérébrale notre identité est localisée. Si nous savions tout cela, il ne serait peut-être pas indispensable de s'interroger sur « l'esprit élargi », c'est-à-dire sur la question de savoir si la pensée peut exister en dehors du cerveau. Heureusement ou malheureusement, nous avons encore à résoudre un bon nombre d'énigmes, ce qui laisse le champ libre aux rishis et à leur interprétation de la conscience. À la frontière de nombreux mystères se trouve la réponse à un mystère unique.

13

L'akasha existe-t-il ?

Cela fait au moins un siècle qu'on utilise le mot « akasha » en marge de la physique. La raison en est qu'une ancienne idée refuse obstinément de disparaître – l'idée selon laquelle l'espace vide n'est pas vide du tout. *Akasha,* le mot sanscrit pour espace, a un équivalent en français : l'*éther*. Avant les trois ou quatre dernières générations, si vous aviez demandé à l'école ce qui remplissait le vide infini entre les étoiles, on vous aurait dit que le vide absolu était impossible. C'est ce qu'on pensait dans la Grèce ancienne, dans la France médiévale

ou à Harvard à l'époque d'Abraham Lincoln. Un éther invisible qu'on ne peut ni apercevoir ni mesurer permet à la lumière de se propager depuis les étoiles, tout comme l'eau permet aux ondulations de se propager quand on jette une pierre dans une mare. Sans l'existence d'un support, les ondes de la lumière n'ont aucun moyen d'aller du point A au point B.

La théorie de l'éther a subi un revers décisif dans les années 1880 quand deux savants américains, Albert Michelson et Edward Morley, ont prouvé que la lumière se propageait à la même vitesse quelle que soit la direction qu'elle prenait. C'était important parce que le prétendu « vent éthéré » qui, croyait-on, emportait l'énergie dans l'univers aurait dû faire se propager la lumière plus lentement vers l'amont que vers l'aval. Quand Michelson

et Morley prouvèrent que ce n'était pas vrai, même Einstein fut convaincu que l'espace était un vide sans aucune activité, notion également erronée, en l'occurrence. De nos jours, les physiciens pensent que l'espace est rempli d'activité sous forme de fluctuations invisibles dans le champ quantique. Ces fluctuations virtuelles produisent la matière et l'énergie et sont aussi à l'origine des distorsions dans le temps et dans l'espace. Ainsi, de façon curieuse, la notion de l'éther qu'on avait rejetée a été indirectement remise à l'honneur.

Pour découvrir d'où viennent la matière et l'énergie, la physique a fini par poser comme principe l'existence d'un champ universel qui enveloppe non seulement ce que nous observons mais tout ce qui pourrait exister. La physique moderne n'a pas de peine à faire disparaître le monde

matériel dans le néant, ce qui est très troublant, presque aussi troublant que la disparition d'une personne qui meurt. Voici le processus selon lequel un rocher, un arbre, une planète ou une galaxie disparaît :

- Les rochers, les arbres ou les planètes ont disparu quand les savants se sont rendu compte que la matière solide est composée d'atomes qui ne peuvent être détectés à l'œil nu.

- Les atomes ont disparu quand on s'est aperçu qu'ils sont composés d'énergie, de simples vibrations dans le vide.

- L'énergie a disparu quand on a découvert que les vibrations sont des excitations temporaires dans un champ universel et que ce champ lui-

même ne vibre pas mais reste constamment à un « point zéro ».

Théoriquement, pour atteindre le point zéro dans la Nature on pourrait refroidir l'espace vide jusqu'au zéro absolu et immédiatement tout cesserait de vibrer. Pourtant le point zéro existe ici et maintenant – il est à l'origine de tout ce qui existe dans l'univers. Puisque la matière et l'énergie se manifestent constamment à partir du vide puis y retournent, le point zéro sert de poste d'aiguillage entre l'existence et le néant. Il a été démontré qu'on ne peut détruire la matière et l'énergie, mais elles peuvent fluctuer de façon mystérieuse au niveau subatomique, tant que la quantité de matière et d'énergie est toujours identique.

Ce ne serait pas si troublant si cette disparition devait se produire seulement quand le cosmos sera anéanti dans des milliards d'années en se refroidissant jusqu'au zéro absolu. Ce ne serait pas non plus si troublant si la matière disparaissait dans le vide seulement en théorie. Cependant ce n'est pas le cas. La matière et l'énergie *doivent* disparaître. Si elles demeuraient stables – les rochers, les arbres et les planètes nous semblent stables quand nous les regardons – le chaos se déchaînerait. La matière existerait seulement sous forme de particules qui flotteraient de façon aléatoire dans l'espace interstellaire. Des fragments de matière à la suite de l'explosion du big-bang voleraient de tous côtés à une vitesse atteignant des millions de kilomètres à l'heure, sans

aucun rapport les uns avec les autres. Il n'y aurait ni formes, ni évolution, ni structure – en d'autres termes, pas d'univers tel que nous le connaissons. Tout au mieux la gravité pourrait rassembler des paquets de matière, mais la gravité est aussi une onde qui fluctue autour du point zéro.

Le fait que le chaos ne règne pas partout reste un énorme mystère. Seul l'akasha peut donner une réponse. Ici les nécessités de la physique et la pensée des rishis commencent à converger de façon saisissante. Les rishis attachaient la plus grande importance à la conscience en tant que principe universel. Mais pour avoir un univers qui pense, il leur fallait expliquer comment fonctionne l'esprit cosmique, comment il reste cohérent et s'organise pour donner naissance à des pensées. Si le « champ de l'esprit » était

totalement stable, ce serait une zone morte ou, tout au plus, remplie d'un bourdonnement incessant, dépourvu de sens. La physique a également besoin de savoir comment l'univers reste agrégé et s'organise en formes cohérentes. Si ce n'était pas le cas, l'inconcevable boule de feu qui est apparue à l'instant du big-bang aurait explosé, comme explose la dynamite, sans se soucier de créer des formes sur son passage.

Les physiciens se sont peu à peu intéressés au vide, parce que rien dans le monde visible ne pouvait expliquer ce qu'il fallait expliquer. Le point zéro est devenu « le champ des champs » qui inclut tout, qui contient toutes les particules invisibles ou virtuelles de l'univers. On a calculé que le point zéro contenait 10 à la puissance 40 – c'est à dire 1 suivi de quarante 0 – fois plus

d'énergie que l'univers visible. Le vide s'est avéré être un bouillonnement d'énergie qui s'échange, pas seulement entre les photons et les électrons, mais chaque fois que survient un événement quantique. Ainsi l'invisible est devenu soudain incroyablement plus important que le visible. Mais de quelle façon « le champ des champs » est-il pareil à un esprit ? La recherche des rishis portait sur ce point.

La pensée, activité fondamentale de l'esprit, structure la réalité pour qu'elle ait un sens. L'univers fait de même sur le plan physique. Il crée des systèmes complexes. L'ADN en est un exemple, mais les gènes n'ont pas créé la vie simplement en enfilant des molécules sur une double hélice. Il y a des espaces entre chaque minuscule fragment de gène et cette séquence est de la plus haute

importance. Une amibe diffère d'un être humain en ce qui concerne la séquence du carbone, de l'oxygène, de l'hydrogène et de l'azote dans le matériau génétique, non pas dans les atomes eux-mêmes. Le fait que les espaces (ou intervalles) dans le matériau génétique soient si importants nous ramène au vide, où *quelque chose* organise les événements survenus de façon aléatoire pour qu'ils aient un sens.

Une fois qu'une forme a été créée, il faut s'en souvenir pour qu'elle garde sa cohésion. L'univers se rappelle ce qu'il a créé et le coordonne avec d'anciens systèmes. L'écosystème terrestre est un bon exemple. Les formes de vie sont constamment en relation les unes avec les autres dans un équilibre subtil. L'oxygène émis par les plantes au cours de la photosynthèse, par exemple, finirait

par empoisonner l'atmosphère en tuant toute la végétation qui a besoin de gaz carbonique, si les animaux, qui consomment l'oxygène et redonnent aux plantes le gaz carbonique n'avaient pas évolué. Cet équilibre extrêmement complexe peut être imputé au vide où la moindre fluctuation d'énergie virtuelle est transmise et absorbée par une particule virtuelle qui a besoin d'énergie. (Comme l'a dit un journaliste, c'est comme si le cosmos transmettait des euros, si bien que chaque fois qu'une particule est plus pauvre d'un euro, une autre est plus riche d'un euro.) Le schéma de base est très simple, mais quand des billions d'échanges d'énergie s'effectuent à chaque seconde – ce qui se passe sur Terre – la capacité qu'a l'écosystème de maintenir une forme de vie différente d'une autre, tout en entretenant une

relation dynamique, a de quoi nous stupéfier.

Il y a d'autres choses que peut faire l'esprit et dont on trouve l'équivalent dans l'univers. L'esprit peut ne pas perdre de vue deux événements séparés dans le temps – c'est ainsi par exemple que nous reconnaissons aujourd'hui un visage que nous avons vu il y a des années. De même l'univers suit la trace de deux électrons appariés quels qu'ils soient. Ils resteront appariés de toute éternité, même s'ils se trouvent à des millions d'années-lumière l'un de l'autre. Chose étrange, si l'un des électrons appariés modifie son emplacement ou inverse son spin, son jumeau effectue le même changement au même instant sans qu'il y ait de signal qui doive traverser l'espace. Le champ du point zéro établit les communications sans tenir compte du

temps, de la distance ou de la vitesse de la lumière.

Quand nous utilisons un mot comme « communications », cela prouve qu'il est bien difficile de ne pas voir d'équivalences entre notre esprit et la Nature. Ce qui nous amène à être très circonspects. L'esprit et la matière sont deux façons de représenter la même chose, mais ils ne sont pas rigoureusement identiques. Si l'on pouvait montrer que l'univers possède une mémoire, par exemple, cela ne prouverait pas qu'il possède un esprit. Se souvenir d'un visage est une opération de l'esprit. La capacité que possèdent deux électrons de coordonner leur spin à une grande distance l'un de l'autre relève de la matière. Il faut être également circonspect quand on fait le raisonnement inverse. Si l'on pouvait noter chaque vibration de l'archet d'un violoniste tandis

qu'il joue une sonate de Beethoven, cela n'expliquerait ni la musique ni sa beauté. La musique et la beauté sont des notions en relation avec l'esprit, et non pas avec la matière. Tout ce que nous pouvons faire, c'est établir des parallèles entre deux modèles pour essayer de les situer dans une réalité unique.

Je me suis exprimé comme si l'univers était conscient de ce qu'il faisait quand l'ADN crée une amibe par exemple, au lieu d'un chimpanzé ou d'un homme. Cela implique que les molécules aient une conscience et que le champ du point zéro agisse comme le ferait un esprit quand il gère toutes les fluctuations possibles du cosmos. Peu importe la rigueur avec laquelle on établit les parallèles, cette hypothèse ne peut être prouvée – ni considérée comme erronée – parce que le champ du point zéro, en contenant tout,

nous contient nous aussi. Nous ne pouvons pas en sortir. Nous sommes donc dans la même situation qu'un poisson qui essaierait de prouver que l'océan est mouillé. À moins que le poisson ne saute hors de l'océan, il est entouré d'eau de toutes parts ; il n'y a pas de contraire, pas de sec donc pas de mouillé.

Nous ne pouvons pas prouver que l'univers a un esprit, parce que nous ne sommes pas dépourvus d'esprit. Personne n'a jamais connu en en faisant l'expérience ce qu'est l'absence d'esprit ; nous ne pouvons donc nous fonder sur aucune donnée. Les rishis des temps védiques ont eu la chance de prendre comme postulat le fait que la conscience existe réellement et qu'aucune preuve n'est indispensable. La physique ne considère pas que la conscience soit une

donnée. Parler d'un univers qui possède une conscience nous rapproche d'une pensée spéculative en physique. Mais pour nous qui sommes à la recherche de preuves de la vie après la mort, il est essentiel de démontrer que la conscience se trouve partout, si bien qu'après notre mort il n'y aurait aucun endroit pourvu de conscience où nous ne puissions aller.

L'esprit l'emporte sur la matière

Et si notre esprit pouvait modifier le champ quantique ? Alors nous aurions un lien entre ces deux modèles, l'esprit et la matière. En fait un tel lien a été fourni par Helmut Schmidt, chercheur qui travaillait pour le laboratoire aérospatial de Boeing à Seattle. Vers le milieu des années soixante, Schmidt a commencé à installer des machines qui pouvaient émettre des signaux au hasard, dans le but de voir si des gens ordinaires pouvaient modifier ces signaux avec seulement leur esprit. La première machine détectait la désintégration d'éléments radioactifs à partir du strontium 90 ; chaque électron qui était émis allumait une lumière rouge, bleue, jaune ou verte. Schmidt demanda à des

gens ordinaires de prédire, en appuyant sur un bouton, quelle lumière apparaîtrait.

Tout d'abord personne ne fit mieux que le hasard, soit 25 % en prédisant laquelle des quatre lumières apparaîtrait. Alors Schmidt eut l'idée de faire appel à des médiums qualifiés comme expérimentateurs. Ses premiers résultats furent encourageants : les médiums devinèrent la bonne lumière dans 27 % des cas, mais Schmidt ne savait pas si c'était une question de voyance – le médium prédisait le résultat avant qu'il ne se produisît – ou s'il s'agissait d'une activité qui consistait à modifier le schéma aléatoire selon lequel les électrons étaient émis.

Aussi Schmidt construisit-il une deuxième machine qui émit seulement deux signaux, disons un plus et un

moins. On mit en place un cercle d'ampoules, et chaque fois qu'un signal plus ou qu'un signal moins était émis, une ampoule s'allumait. Si deux plus étaient émis successivement, les lumières s'allumaient dans le sens des aiguilles d'une montre. Avec deux moins, elles s'allumaient dans le sens contraire des aiguilles d'une montre.

51 on la laissait fonctionner seule, la machine émettait un nombre égal de plus et de moins. Schmidt voulait que ses sujets fissent par leur volonté s'allumer les lumières dans le sens des aiguilles d'une montre. Il finit par trouver deux sujets qui obtenaient des résultats remarquables. L'un pouvait allumer les lumières dans le sens des aiguilles d'une montre dans 52% des cas. Une augmentation de 2,50 % par rapport à ce qui se produisait par hasard n'était pas

spectaculaire, mais Schmidt calcula que les chances étaient de 10 millions contre 1 pour que ceci se produisît par hasard. L'autre sujet eut autant de succès mais, assez curieusement, ses efforts pour faire s'allumer les lumières dans le sens des aiguilles d'une montre eurent l'effet contraire : elles s'allumèrent seulement dans le sens contraire des aiguilles d'une montre. Des expériences ultérieures avec de nouveaux sujets firent monter le taux de réussite à 54 %, bien que l'étrange anomalie suivant laquelle les lumières s'allumaient parfois dans la mauvaise direction persistât. (On ne trouva jamais d'explication.) Schmidt montra qu'un observateur peut modifier l'activité dans le champ quantique en se servant seulement de son esprit, ce qui prouve qu'à un niveau profond l'esprit et la matière ne font qu'un. Lorsque les rishis

affirment que nous sommes enracinés dans le champ akashique, cela paraît plus crédible, ce qui rend plus crédible aussi le fait que nous ne quittons pas ce champ lorsque nous mourons. Si nous le quittions, nous serions le seul élément de la Nature qui ne ferait pas partie du champ.

Inspiré par les résultats de Schmidt, un professeur d'ingénierie de Princeton appelé Robert Jahn a mis au point des essais encore plus sophistiqués impliquant une machine qui pouvait émettre des 0 et des 1 cinq fois par seconde. Dans les expériences menées à Princeton, les participants ont fait trois sortes de tests. D'abord chacun d'eux a voulu que la machine produisît plus de 1 que de 0, puis plus de 0 que de 1. Enfin chacun a essayé de ne pas influencer du tout la machine. Chaque test a été répété

jusqu'à ce qu'il y eût entre un demi-million et un million de résultats, nombre stupéfiant qui en une seule journée dépassait tous les essais précédents faits par Schmidt et tous les autres parapsychologues qui l'avaient précédé.

Après douze ans de recherches, on a découvert qu'environ deux tiers des gens ordinaires pouvaient influencer le résultat de la machine, contrairement à ce que révélait l'étude de Schmidt. Ces gens ordinaires, tout comme les médiums, pouvaient obtenir par la volonté des modifications concrètes. Aussi faisaient-ils apparaître plus de 0 que de 1, plus de 1 que de 0 ; le taux de réussite était de 51 à 52 %. Ceci à nouveau peut paraître une marge de succès très limitée, mais il s'avère que le succès défie le hasard dans la proportion d'un billion contre un. Le résultat a d'autant plus de poids et de

valeur que le hasard est un des fondements notamment de l'évolution pour Darwin et de la physique quantique. (Par la suite une douzaine d'études ont également fourni des résultats positifs échelonnés de 51 à 52 %).

Si nous acceptons le fait que notre esprit se trouve inséré dans le champ quantique et peut le modifier, qu'en est-il pour nous ? Nous pourrions influencer le champ de façon limitée – il s'agirait simplement de coïncidences insignifiantes, comme penser à un ami et recevoir soudain un appel téléphonique de cet ami. Nous pouvons également supposer que tout ce que nous appelons réalité est produit par la conscience, sous l'influence de l'intention qui l'a invitée à se manifester. Après avoir passé au crible ces recherches dans son excellent ouvrage, *The Field* (*Le Champ*), Lynne

McTaggart voit la possibilité d'une révolution complète à propos de la théorie de la conscience : « Au niveau le plus profond, les études [de Princeton] suggèrent aussi que la réalité est créée par chacun de nous *seulement par notre attention.* Au niveau inférieur de l'esprit et de la matière, chacun de nous crée le monde. »

Cependant Jahn et ses collègues se sont volontairement cantonnés au domaine technique. Ils ont été déconcertés par les résultats, car si des gens ordinaires pouvaient influencer une machine, sur quelle partie d'un mécanisme complexe agissaient-ils ? Devrions-nous dire qu'en fait l'esprit modifie la fréquence à laquelle les électrons sont émis ? Tout aussi importante est la question « Et alors ? » Si une personne ordinaire peut faire émettre

plus de 0 que de 1 par une machine, cela a-t-il une influence réelle sur les questions fondamentales que se pose la science ? Oui, c'est bien le cas, si on va au fond des choses.

Est-ce que l'akasha explique tout ?

On peut considérer l'akasha comme le champ par l'intermédiaire duquel opère l'esprit. Ervin Laszlo, célèbre théoricien hongrois de la science et de la conscience, s'est enhardi jusqu'à présenter l'akasha comme la solution qui résout tout. Après avoir passé quarante ans à étudier à fond les théories de pointe en philosophie, biologie, cybernétique et physique, Laszlo a fini par adopter une notion surannée et discréditée dont nous avons parlé auparavant : l'éther. La physique avait prouvé que la lumière, à la différence des vagues qui ondulent dans un étang, n'a pas besoin d'un support pour se déplacer. Quand un photon se déplace du point A jusqu'au point B, le trajet peut être accompli selon le phénomène de

disparition invoqué plus haut : le premier photon disparaît instantanément, se déplace quelque part dans la réalité virtuelle (le champ du point zéro), et réapparaît intact à un second emplacement. Il ne ralentit pas à cause du frottement comme le fait un caillou qui rase la surface de l'eau. De plus, à l'instant même où il disparaît, le photon peut « parler » à tous les autres photons de l'univers, en coordonnant son activité avec tout ce qui existe dans la Création. Je décris le scénario sans avoir recours à un jargon technique afin d'expliquer pourquoi la physique a rejeté la notion d'éther – on n'en avait tout simplement pas besoin dans les calculs quantiques, du moins pas pendant un demi-siècle ou plus, période durant laquelle la physique a fait des progrès considérables.

Puis, selon Laszlo et d'autres analystes de systèmes, la physique a buté contre un mur. Elle ne pouvait pas expliquer *comment* l'univers parvenait à être parfaitement coordonné. Quand la matière et l'énergie disparaissent dans la réalité virtuelle – c'est ce qu'elles font des milliers et des milliers de fois par seconde – des choses se produisent à notre insu d'une façon véritablement singulière. Le temps est régulé ; des objets dans l'espace communiquent leur position et de la matière, qui est apparemment aléatoire, reste en contact avec eux.

Le big-bang contenait tellement d'énergie dans un espace des millions de fois plus petit qu'un atome que des milliards de galaxies n'en expriment encore que 4 %. Les chances qu'il se produisît étaient infimes. Si l'univers en expansion, qui se déplace à des millions

de kilomètres à la minute, avait eu une avance d'une fraction de seconde, la formation des étoiles et des galaxies aurait été impossible, car la dynamique de l'explosion aurait dépassé la capacité qu'a la gravité – la force la plus faible de la nature – de s'y opposer. Seul un équilibre subtil a réduit au minimum les poussées en sens contraire de deux forces antagonistes de sorte qu'elles entretiennent des relations harmonieuses au lieu de se combattre.

Le caractère aléatoire des phénomènes est une piètre explication quand il s'agit d'une telle précision, déclare Laszlo. (Dans les expériences de Princeton, quiconque miserait sur l'aléatoire aurait raison une fois sur un milliard.) Quelque chose d'organisé avec tant de précision exige un principe pour assurer la cohésion de l'ensemble et un vecteur pour

faire passer l'information d'une extrémité à l'autre de la Création. L'ancienne notion de l'éther ne suffit pas, mais l'akasha suffit. Dans l'ouvrage qu'il a publié en 2004, *Science and the Akashic Field (La Science et le champ akashique),* Laszlo explique que l'Akasha est nécessaire, non pas comme vecteur pour transmettre la lumière visible mais comme vecteur pour transmettre la lumière invisible et l'énergie invisible en général. Pensez à une corde à sauter fixée à un mur par une de ses extrémités. Quand la corde à sauter tourne (la corde représente l'onde vibratoire), observez-la en vous rapprochant de plus en plus du mur. L'amplitude de la vibration est de plus en plus petite jusqu'à ce qu'on atteigne le point où est fixée la corde à sauter. Ce point est parfaitement immobile ; c'est le point zéro, le commencement et la fin de

l'onde. Cependant le terme *zéro* n'est pas satisfaisant, car les calculs quantiques montrent que l'espace vide est rempli d'une quantité infinie d'énergie virtuelle, plus par centimètre cube qu'à l'intérieur d'une étoile.

Pensez à nouveau au point où la corde à sauter est en contact avec le mur. Si vous appliquez un stéthoscope hypersensible contre le mur, la vibration de la corde fait vibrer tout le mur et en retour le mur renvoie à nouveau une partie de cette vibration. Selon Laszlo, c'est ce qui se passe au point zéro. Chaque vibration envoie des signaux à travers le champ et en retour le champ renvoie des signaux. Il s'avère que l'univers contrôle constamment son propre fonctionnement en coordonnant d'une façon ou d'une autre toutes les

vibrations qui se produisent où que ce soit dans le domaine visible ou invisible.

Imaginez deux photons qui flottent à travers l'immensité de l'espace interstellaire. Par hasard ils entrent en collision et se séparent en rebondissant. S'est-il passé quelque chose de différent de ce qui se passe lorsque deux grains de sable se heurtent quand les vagues s'écrasent sur la plage ? Oui, déclare Laszlo : les photons échangent des informations et entrent en relation l'un avec l'autre. La théorie des systèmes, que résume Laszlo, sert à expliquer leur interaction. Quand deux particules, qui véhiculent des informations, se rencontrent, elles se « parlent » : *Voilà la vitesse à laquelle je me déplace, combien je pèse, où j'ai été et où je me rends.*

Cette conversation n'a pas lieu dans l'isolement. Le champ écoute et, en

entendant ce qui se passe, il enregistre les informations comme références puisqu'il a besoin des moindres *bits* pour gérer le cosmos. *Bits* un terme technique dans la théorie de l'information, qui réfère à une unité mathématique – 0 ou 1 – avec laquelle on peut exprimer n'importe quelle information. Quand deux particules se séparent, leur avenir est modifié en raison des informations qu'elles viennent d'échanger.

Cet échange évoque la possibilité que les photons *savent ce qu'ils font.* Les penseurs les plus audacieux, Laszlo y compris, ne peuvent se résoudre à prétendre que le champ est conscient ; Laszlo parle plutôt des « racines de la conscience ». Pour un physicien, les atomes n'ont pas besoin de penser, encore moins d'être vivants. Ils se rencontrent, ils agissent les uns sur les

autres, ils se séparent. Si certaines choses particulièrement complexes se produisent, il se peut qu'il s'agisse de choses invisibles, mystérieuses, d'une effroyable complication, si bien qu'il faudrait des machines beaucoup plus puissantes que les plus gros ordinateurs pour parvenir à les comprendre. Néanmoins, tant qu'on jugera que les mathématiques peuvent expliquer comment se conduit la matière, point n'est besoin d'introduire dans l'équation un facteur étranger comme la conscience.

C'est bien joli, mais l'exclusion de l'esprit n'est pas satisfaisante puisque vous vous excluez vous-même. Imaginez que quelqu'un veuille comprendre les règles du football et dispose d'une vidéo dépourvue de son pour ce faire. Sans rien savoir sur le jeu, il serait encore possible de regarder suffisamment de matches et

d'arriver à des conclusions fiables sur ce qui se passe. Tout ce que vous auriez besoin d'observer, ce serait la façon dont le ballon circule et dont les joueurs se placent sur le terrain.

Pourtant ce serait impossible d'arriver à comprendre le jeu si vous supposiez que les joueurs étaient des créatures stupides. Le jeu est trop coordonné, les combinaisons que font les joueurs sont trop complexes. Ils renouvellent ces combinaisons et s'en souviennent. Le tableau des résultats a une signification : un camp gagne, l'autre perd. Réfléchissons davantage : vous auriez tort de commencer votre recherche en prétendant que le football *ipso facto* n'est pas un jeu d'intelligence ou de conscience. Vous vous retrouveriez avec des conclusions totalement erronées si, quoi que montre la bande vidéo, vous

mainteniez que le football ne peut pas être un jeu, qu'il est simplement une suite de collisions dues au hasard.

En essayant de comprendre l'activité apparemment aléatoire qui s'exerce dans le champ quantique, nous constatons qu'il y a une synchronisation, une coordination, une mémoire, un échange d'informations et une interaction qui dépassent tout ce qu'on peut imaginer. Mais à quoi sert tout cela ? « L'effet de l'observateur » est le chaînon manquant. L'effet de l'observateur est en relation avec l'une des pierres angulaires de la physique quantique, « la complémentarité », qui postule qu'il n'est pas possible de tout savoir sur un événement quantique. Quand un observateur regarde ou mesure un électron, ce qu'il observe est limité. Chaque électron sans exception a des

chances d'apparaître n'importe où dans l'univers.

C'est seulement lorsqu'on l'observe qu'un électron quitte la réalité virtuelle pour pénétrer dans l'univers visible et, dès que l'observateur cesse de regarder, il retombe à nouveau dans le champ. Erwin Schrödinger, le grand physicien allemand, a conçu l'équation de Schrödinger, un des fondements de la théorie quantique, qui calcule avec précision ce que sont ces probabilités, et pourtant l'idée qu'un électron est partout jusqu'à ce qu'un observateur le fasse exister défie la logique. Pour les lecteurs qui n'ont pas lu ce qui concerne le chat de Schrödinger, célèbre paradoxe issu de l'effet de l'observateur, voici de quoi il s'agit.

Un chat est enfermé dans une boîte qui contient un mécanisme susceptible de causer la mort. Le mécanisme libérera un

gaz au cyanure s'il est actionné, et le déclencheur minuscule est un fragment de matière radioactive. Si la matière radioactive laisse échapper un seul électron, cela suffira à déclencher le mécanisme, libérer le poison et tuer le chat.

Voici le paradoxe : selon la physique quantique, un électron n'a pas de réalité visible jusqu'à ce qu'on l'observe. Il est en état de « superposition », ce qui signifie qu'il peut se trouver dans plusieurs endroits en même temps (ce qui a été vérifié expérimentalement avec des particules subatomiques qui, en fait, occupent simultanément de multiples emplacements). Comme il se trouve dans une boîte fermée, le chat est en dehors du champ d'observation ; il pourrait être mort ou vivant. Selon la théorie quantique il doit être les deux à la fois.

C’est seulement quand on ouvrira la boîte et que l’observateur déterminera la situation, que nous saurons quelle décision a été prise, à savoir si l’animal est mort ou vivant. Jusqu’alors les deux états doivent coexister.

De nombreux physiciens ont contourné le paradoxe du chat mort et vivant en même temps, en signalant que ce qui est vrai au niveau micro, ne l’est pas au niveau macro : la superposition est valable pour les électrons, pas pour des objets ordinaires, les chats par exemple. Mais ceci élude la question, puisque l’effet de l’observateur existe bel et bien dans les expériences de Schmidt et de Princeton, au cours desquelles la simple attention d’un observateur modifiait le champ quantique et le monde matériel en même temps. Le point crucial du paradoxe, c’est que vous ne pouvez connaître aucun

résultat dans le monde quantique jusqu'à ce que vous l'observiez (en d'autres termes il est impossible de savoir si le chat de Schrödinger est mort ou vivant avant qu'on regarde, et le simple fait de regarder *a pour résultat* qu'il est mort ou vivant.)

L'akasha résout ce problème en faisant en sorte que chaque événement participe à tous les niveaux. Tous les observateurs se trouvent à l'intérieur du champ akashique et, quoi qu'ils fassent, cela fait réagir le champ tout entier. Donc nous ne falsifions pas l'univers en le décrivant comme s'il se comportait comme nous nous comportons. Le prévisible et l'imprévisible coexistent. Un chat peut être mort et vivant en même temps sans bouleverser la façon dont le monde fonctionne en règle générale. En fait c'est grâce à l'univers imprévisible que nous

nous connaissons et vice-versa. Les rishis des temps védiques se sont rendu compte qu'il doit y avoir un rapport entre le temps et l'éternité, et leur conclusion a été que le temps est une illusion alors que l'éternité est réelle. Voilà qui retourne la situation aux dépens des cinq sens, qui doivent fonctionner comme si le temps était réel, puisque tous les événements auxquels nous prenons part se produisent dans l'espace-temps. Selon les rishis mourir nous permet de voir clairement la réalité éternelle et d'y participer plus pleinement. Selon Laszlo, le champ akashique se comporte de la même façon qu'il s'agisse de la matière, de l'énergie et de l'information. Leur interaction dans l'univers visible est le reflet de rapports invisibles bien plus importants qu'ils entretiennent en coulisse.

Voici une analogie. Imaginez que vous êtes un scientifique auquel on a assigné la tâche de mesurer les minuscules explosions de lumière qui ont lieu dans un champ donné ; dans le cas présent il s'agit de l'écran d'un poste de télévision. Ces explosions ont lieu au niveau atomique. Aussi, quand vous vous rapprochez, vous êtes confronté à des millions de photons qui s'allument au hasard. Vous pourriez décrire l'écran de télévision comme un champ qui subit des excitations au hasard, exactement comme les physiciens décrivent le champ électromagnétique. Cependant, quand vous vous éloignez, les taches rouges, vertes et bleues se regroupent ; elles semblent organisées. Quand vous vous éloignez davantage, vous commencez à remarquer des formes vagues. Vous êtes comme un astronome qui se sert d'un

radiotélescope pour déterminer si le bruit de fond du cosmos pourrait contenir des configurations. Les configurations sont mathématiques et il faut une intelligence pour utiliser un code mathématique.

Alors vous commencez à proposer une explication mathématique pour les configurations vues sur l'écran de télévision. En vous éloignant de plus en plus, vous finissez par voir que ces configurations sont en fait des images de la vie et que les lumières émises de façon aléatoire par des photons avaient un objectif. Ce serait suffisamment surprenant pour vous faire modifier toute votre théorie. Il vous faudrait supposer que le hasard était une illusion qui cachait une réalité plus profonde, à savoir l'image. Seule la conscience peut expliquer véritablement pourquoi les

explosions de rouge, de vert et de bleu se produisent.

Nous nous trouvons au point où de nombreuses explications basées sur le hasard ne satisfont plus et où il faut opérer un changement en optant pour une explication plus intelligente. Pourquoi les photons brillent-ils sur l'écran d'une télévision ? Parce qu'ils se transforment en une image.

Pourquoi les photons brillent-ils dans le cosmos ? Pour la même raison. Précédant de plusieurs siècles les spécialistes de physique quantique, les rishis ont affirmé que le temps et l'espace sont des projections sur l'écran vierge de la conscience, l'écran de l'akasha.

En d'autres termes, quand vous vous êtes levé ce matin, êtes allé en voiture à votre travail et avez passé votre journée au bureau, *rien ne s'est passé réellement*

comme vous l'avez vécu. Le temps ne s'est pas écoulé, et vous ne vous êtes pas déplacé dans l'espace. Cette conclusion confond le bon sens, mais elle est parfaitement admise en physique. Je vais vous expliquer pourquoi. Si vous rêvez la nuit que vous allez à Paris par avion et que vous vous promenez dans les rues, en fait il ne s'est rien produit de la sorte. Non seulement vous n'êtes allé nulle part physiquement mais votre cerveau n'a même pas créé d'images qui correspondent à Paris. Le rêve a résulté d'une activité du cerveau qui peut être décomposée en bits d'information : de minuscules interrupteurs électriques étaient soit allumés soit éteints, la polarité de certaines molécules était soit positive soit négative. Votre rêve tout entier et tout ce qui s'y trouvait étaient simplement un jeu de 0 ou de 1.

Il en est de même pour les gens que nous regardons à la télévision. Un personnage peut sembler habiter une maison et tondre la pelouse. Mais la maison est en fait une image plate sur l'écran, et les mouvements des gens sont simplement des luminophores qui s'allument et s'éteignent. À nouveau un jeu de 0 et de 1. Rien ne bouge sur un écran de télévision. Si quelqu'un semble courir vers la gauche, c'est simplement une configuration de signaux qui s'allument à gauche et s'éteignent à droite. C'est la même chose que ce qui est produit par les lumières clignotantes d'un arbre de Noël qui semblent tourner en cercle quand en fait la guirlande de lumières s'allume et s'éteint en créant une configuration qui donne l'impression d'un mouvement.

Vous vous déplacez dans le temps et dans l'espace de la même manière que la Terre sur son orbite et les étoiles dans le ciel. Les impulsions quantiques se déclenchent et cessent, et la localisation change parce que l'énergie est stimulée à gauche ou à droite à la suite de la dernière excitation. En réalité pas un seul quark ou photon ne change d'emplacement dans l'espace-temps. Mais est-ce que cela ne revient pas au même ? Si un objet semble bouger, pourquoi ne pas dire qu'il bouge ? En fait nous ne pouvons pas le dire. La Terre semble tourner autour du soleil. Pourtant, si c'était vraiment le cas, elle décrirait des spirales et finirait par s'enfoncer dans le soleil et être anéantie. En fait, même si la Terre subit des frictions sur son orbite – à la suite de poussière interstellaire et de vent solaire – notre planète ne se

rapproche jamais du soleil et ne ralentit pas. C'est parce que chaque atome de la Terre disparaît en un clin d'œil et revient avec la même énergie et la même masse qu'il a toujours eues. Il s'avère que le point zéro projette l'image de la Terre aussi sûrement qu'un écran de télévision projette ses images.

Un sceptique pourrait demander comment quelque chose peut changer si le champ du point zéro ne cesse de remplir l'univers visible. C'est une énigme mais la solution peut se trouver dans deux facteurs : la lente désintégration des protons, qui prend des milliards d'années et l'univers en expansion qui entraîne la dispersion de l'énergie (l'entropie), à mesure que la chaleur originelle du big-bang se dissipe. Mais on est loin d'avoir réussi à incorporer ces deux facteurs dans la théorie quantique.

Quelle relation y a-t-il entre tout ceci et la vie après la mort ? Posez-vous une question simple. Quand vous regardez la télévision, qu'est-ce qui est plus réel, l'image que vous voyez ou la station qui émet le signal ? Naturellement c'est la station qui est plus réelle. Ce que vous voyez n'est qu'une image. De même Laszlo dit que le champ du point zéro – l'akasha – est plus réel que l'univers visible. L'akasha organise et coordonne toutes les projections que nous appelons le temps, l'espace, la matière et l'énergie. Si cela est exact, alors nous avons établi les bases de plusieurs affirmations clés du Vedanta :

- Le monde matériel est projeté à partir d'une source qui n'est pas matérielle.

■ Le monde invisible vient en premier. Il contient les germes du temps et de l'espace.

■ La réalité est d'autant plus évidente qu'on se rapproche de la source.

De notre point de vue humain, nous n'avons pas à craindre que la mort soit une disparition parce que la vie en a toujours été une. Ce que nous apprécions le plus, notre capacité de penser et de ressentir, ne résulte pas de notre insertion dans le monde physique. Cette capacité a été projetée dans le monde physique depuis le champ du point zéro, qui est à l'origine de la conscience. Ce champ existait déjà il y a des milliards d'années et continuera d'exister dans un avenir prévisible. Loin d'être une vision religieuse, ce modèle explique l'univers mieux que n'importe quel autre modèle ;

il nous offre ce que les rishis et les physiciens modernes exigent tous deux : la possibilité de relier par un pont l'esprit et la matière.

14

Penser en dehors du cerveau

Si je meurs et si les informations que contient mon cerveau survivent, cela signifie-t-il que je survivrai ? Survivre signifie demeurer intact à un certain niveau – celui de l'esprit, de la personnalité, de la mémoire, de l'âme – c'est-à-dire du « moi ». Pour un matérialiste, quand le cerveau meurt, la personne meurt aussi. Heureusement au cours des deux dernières décennies, certaines expériences ingénieuses ont suscité l'espoir que l'esprit se prolonge

au-delà du cerveau et que des qualités fort appréciées, telles que l'amour et le sens de la vérité, existent sans doute dans le champ de façon permanente.

Plus nous parviendrons à montrer que le champ est intelligent, plus nous serons enclins à penser que notre propre intelligence peut survivre après la mort. Une façon d'aborder ce problème qui peut paraître singulière, mais qui s'avère très fructueuse, c'est de réfléchir sur la télépathie animale. Nombreux sont les maîtres d'animaux familiers qui affirment qu'un chien ou un chat est capable de savoir ce que pense son maître. Quelques minutes avant d'aller se promener, un chien est excité et agité ; le jour où on va emmener un chat chez le vétérinaire, il disparaît et reste introuvable. De telles remarques ont conduit le chercheur britannique Rupert Sheldrake, biologiste

expérimenté devenu théoricien, à mener des expériences rigoureuses pour découvrir si les chiens et les chats peuvent vraiment lire dans l'esprit de leur maître. Voici comment s'est déroulée une enquête très simple : Sheldrake a téléphoné à soixante-cinq vétérinaires dans la région de Londres et leur a demandé s'ils savaient que des propriétaires de chats annulaient des rendez-vous parce que leur chat avait disparu ce jour-là. Soixante-quatre vétérinaires ont répondu par l'affirmative et le soixante-cinquième a déclaré qu'il renonçait à donner des rendez-vous pour soigner des chats car un trop grand nombre d'entre eux étaient introuvables quand on devait les lui amener.

Sheldrake fit une autre expérience avec des chiens. Quand un chien est excité à l'heure de la promenade, cela ne signifie

pas grand-chose si la promenade est prévue tous les jours à heure fixe, ou si le chien a repéré les indices qui l'informent que son maître se prépare à sortir. Sheldrake a donc placé les chiens dans des chenils isolés, loin de leur maître ; il a alors demandé aux maîtres de penser à sortir leur chien à des moments choisis au hasard, cinq minutes avant d'aller le chercher. Pendant ce laps de temps, les réactions du chien étaient enregistrées sur cassette à l'endroit où il était isolé. Sheldrake a fait le constat suivant : quand le maître commençait à penser à emmener son chien se promener, dans plus de 50 % des cas le chien courait à la porte en battant de la queue, tournait sans arrêt en rond et continuait de se comporter ainsi jusqu'à l'arrivée du maître. Aucun chien ne manifestait de

signe d'attente, quand le maître ne pensait pas à faire la promenade.

Voilà de quoi s'étonner : le lien entre un animal familier et son maître crée une relation subtile au niveau de la pensée. Selon des sondages, environ 60 % des Américains croient avoir eu une expérience télépathique. Ce n'est pas tout. Après avoir publié les résultats obtenus avec des animaux familiers, Sheldrake reçut un courriel envoyé par une New-Yorkaise : son perroquet gris d'Afrique non seulement lisait ses pensées mais y répondait en parlant. Par exemple la femme et son mari pouvaient être assis dans une autre pièce où l'oiseau, qui s'appelait N'kisi, ne pouvait les voir. S'ils avaient faim, N'Kisi s'exclamait : « Vous voulez miam-miam. » Si la maîtresse du perroquet et son mari

envisageaient de sortir, N'kisi pouvait dire : « Faut sortir. À plus. »

Fortement intrigué, Sheldrake entra en relation avec la propriétaire de l'oiseau, une artiste du nom d'Aimée Morgana. Quelle ne fut pas sa surprise ! Les perroquets gris d'Afrique sont de tous les oiseaux ceux qui sont les plus doués dans le domaine du langage. N'kisi avait un vocabulaire considérable de plus de 700 mots. Ce qui était encore plus extraordinaire, il s'en servait comme les hommes, sans répéter un mot stupidement « comme un perroquet », mais en l'utilisant à bon escient. S'il voyait quelque chose qui était rouge, il disait « rouge », et si l'objet était d'une autre couleur, il disait le mot correspondant à cette couleur. Mais Aimée avait des histoires encore plus étonnantes à raconter à Sheldrake. Un

jour où elle regardait un film de Jackie Chan à la télévision, pendant une scène où Chan était perché dangereusement sur une poutre, N'kisi dit : « Ne tombe pas », alors que sa cage se trouvait derrière le poste de télévision sans aucune possibilité de voir l'image. Quand une publicité pour une automobile apparut sur l'écran, N'kisi dit : « C'est ma voiture. » Une autre fois Aimée lisait dans un livre la phrase suivante : « Plus la baie est noire, plus le jus est sucré. » Alors, en même temps, depuis une autre pièce l'oiseau dit : « La couleur est noire. »

Sheldrake voulut en avoir le cœur net. Lors de sa première visite, Aimée lui donna un aperçu du don de N'kisi. Elle regarda la photo d'une fille dans un magazine et, d'une voix remarquablement claire, depuis la pièce voisine le perroquet s'exclama : « Ça, c'est une fille ! » L'étape

suivante consista à faire une expérience en bonne et due forme. Si N'kisi pouvait comprendre les mots et avait aussi des capacités télépathiques, les deux choses pouvaient-elles être testées à la fois ? Sheldrake proposa à Aimée de regarder des images qui correspondaient aux mots que son perroquet connaissait déjà. Elle s'assiérait dans une pièce tandis que N'kisi resterait isolé dans une autre. L'oiseau aurait deux minutes pour prononcer un « mot clé » qui correspondrait à l'image. S'il disait le mot en temps voulu, il marquerait un point. S'il ne disait pas le mot, ou s'il le disait une fois les deux minutes écoulées, cela compterait comme un échec.

Pour s'assurer qu'il n'y ait pas de tricherie, quelqu'un en plus d'Aimée choisirait à la fois les images et les mots clés qui correspondaient à chacune

d'elles. (Cela s'avéra un peu injuste à l'égard de l'oiseau, puisque la personne en question choisit certains mots comme « Télé » que N'kisi n'avait dits qu'une ou deux fois auparavant. L'oiseau ne prononça pas ces mots au bon moment durant l'expérience ou il ne les dit pas du tout.) Lorsque les épreuves furent terminées, on fit entendre à trois juges la bande sur laquelle était enregistrée ce qu'avait dit N'kisi. Ils notèrent ce qu'ils avaient entendu. Si N'kisi ne prononçait pas distinctement le mot juste, l'oiseau ne marquait pas de point. Les résultats dépassèrent l'entendement. Ainsi quand Aimée regarda une image représentant des baigneuses vêtues du strict minimum sur une plage, N'kisi marmonna un instant, puis les trois juges l'entendirent déclarer : « Regardez mon joli corps nu. ». Quand Aimée vit sur une image

quelqu'un qui téléphonait, N'kisi dit : « Qu'est-ce qu' tu fais au téléphone ? » Peut-être sa remarque la plus surprenante vint-elle quand Aimée concentra son attention sur une gravure représentant des fleurs. Au lieu de prononcer simplement le mot clé « fleur », N'kisi dit : « Ça, c'est une grav de fleurs. »

Quel jugement global peut-on porter ? N'kisi a réussi 23 tests sur 71. Le taux de réussite aurait été de 7,4 si les résultats avaient été fortuits. D'après Sheldrake le résultat est d'autant plus significatif que N'kisi ne savait pas qu'on le testait et qu'il avait souvent prononcé le mot clé qui convenait une fois que le temps qui lui était alloué était passé.

Cette preuve s'est ajoutée à la montagne de preuves attestant que l'homme n'est pas le seul à posséder un esprit, et qu'en fait l'esprit pourrait

exister en dehors du cerveau. Il peut paraître étrange qu'on puisse communiquer avec le règne animal, mais les animaux familiers ne peuvent pas tricher et ils n'ont aucune raison de prouver qu'ils ont des capacités particulières. Les rishis ont affirmé il y a longtemps que l'univers tout entier est intelligent, parce qu'il est pénétré par la conscience. Voyons comment nous pouvons exprimer cette idée en langage moderne.

Pénétrer dans le champ de l'esprit

L'esprit est resté une énigme métaphysique pendant des siècles parce qu'il ressemble à un fantôme qui hante le monde physique. Les Occidentaux adoptent ce point de vue parce qu'ils ont un parti pris en faveur du concret, du tangible. Nous insistons pour que le cerveau soit la source de l'esprit : le cerveau n'est-il pas une chose visible ? C'est comme si on disait qu'une radio doit être la source de la musique parce que c'est un objet visible d'où provient la musique. Les rishis ont adopté le point de vue opposé. Pour eux il est évident que les choses visibles ne peuvent pas être la source de l'esprit puisque le plan physique est le moins conscient de tous les plans. L'activité du cerveau pendant

qu'il pense peut sembler significative, mais une radio est active au cours d'une émission, et il ne fait pas de doute que N'kisi (pour ne pas mentionner les télépathes humains) a saisi une pensée qui était émise par quelqu'un.

Notre préjugé occidental contre l'invisible n'est pas facile à surmonter. On prouvera que l'esprit existe en dehors du cerveau seulement s'il laisse une sorte de trace, un signe visible aussi convaincant que la preuve concrète de l'activité neurale fournie par l'IRM. Une de ces preuves, c'est l'information. Si l'information pénètre tout le champ quantique, elle peut relier l'esprit et la matière dans des termes plus acceptables pour un matérialiste. Aucun scientifique n'a de peine à croire que la matière et l'énergie ne peuvent être ni créées ni détruites, et les physiciens les plus en

pointe se demandent si l'information ne peut être, elle aussi, ni créée ni détruite. Ce que nous voyons dans l'univers est en constante transformation. Les atomes d'hélium fournissent du combustible au soleil, envoient de la chaleur à la Terre qui, par photosynthèse, se transforme en plantes et en toutes les autres formes de vie. On peut dire sans risque de se tromper que la vie consiste en un échange d'informations auquel procèdent les atomes du soleil avec les atomes de la Terre. (L'énergie est de l'information au sens où toutes les charges chimiques ou électriques peuvent être exprimées comme des plus ou des moins, comme positives ou négatives, comme des 0 ou des 1.) Peu importe alors que votre corps n'ait aucune ressemblance avec une étoile qui brille. Tous les deux appartiennent au même champ d'informations, qui subit

des transformations sans fin à l'intérieur de lui-même. Ou, comme l'a dit le seigneur Krishna dans le *Bhagavad-Gita* : « En me repliant sur moi-même, je crée encore et encore. »

Selon Amit Goswami, éminent physicien dont les écrits sur l'univers conscient sont particulièrement nombreux, la créativité est simplement un autre mode de la transformation. « L'univers met toujours du vin nouveau dans des vieilles bouteilles, ou du vin nouveau dans des nouvelles bouteilles. ». Les mêmes amas d'énergie, contenant les mêmes informations, sont continuellement brassés dans le champ du point zéro. Goswami aborde la réincarnation dans la même optique. Les anciennes identités circulent dans le champ d'informations, échangent des données avec de nouvelles identités qui donnent l'impression de

constituer un nouveau « moi » mais sont en fait des transmutations de 0 et de 1 indestructibles, qui forment de longues chaînes d'idées et d'expériences.

Actuellement vous êtes une masse d'informations intégrées dans votre esprit et dans votre corps. Vous avez des souvenirs uniques ; vos cellules ont subi des modifications chimiques qui n'existent chez personne d'autre. Quand vous mourrez, aucune de ces informations ne disparaîtra, parce que c'est impossible. Il n'y a pas d'endroit où puissent aller les plus et les moins, le positif et le négatif puisque le champ *ne contient rien d'autre que* des informations. Leur seule alternative est donc de se combiner à nouveau. Comment procèdent-elles ?

La réponse se trouve dans la racine du mot information, qui est « forme ». Selon

Ervin Laszlo nous habitons un « univers in-formé », qui enfile des atomes le long de la double hélice de l'ADN, des fragments d'information sous forme physique, tout comme il enchaîne des informations sous forme virtuelle en tant qu'idées. Cela nous rapproche de la notion stupéfiante selon laquelle l'univers tout entier est l'esprit de Dieu ; c'est-à-dire un champ dynamique d'informations sans fin qui subissent des transformations sans fin. Mais nous ne pouvons franchir ce pas si nous ne savons pas comment les idées insignifiantes survivent, et encore moins les idées de portée cosmique.

Les rishis ont enseigné que les idées survivent dans le champ akashique en tant que souvenirs. Vous et moi, nous accédons constamment à la mémoire akashique alors que nous nous

imaginons accéder à notre cerveau. Dans les cercles ésotériques la mémoire akashique a pour rôle de nous donner des renseignements sur des défunts et sur des vies passées. Dans la psychologie jungienne l'existence d'une mémoire unique explique pourquoi les cultures partagent les mêmes mythes et archétypes. Vénus et Mars sont des créatures invisibles, et pourtant présentes et vivantes. L'akasha se souvient de tous les dieux créés par les hommes et de tous les combats épiques, de toutes les idylles et de toutes les quêtes. Nous y puisons toujours au fur et à mesure que l'histoire humaine se déroule à travers le temps.

Le cerveau a un centre de mémoire que l'on peut localiser, mais l'esprit n'est pas limité au cerveau. Considérez une expérience très significative dans votre vie

– un premier baiser, ou la dernière fois où vous avez vu un grand-père bien-aimé. Ce souvenir est la trace d'un événement qui a eu lieu dans le temps et dans l'espace. L'expérience peut être réactivée dans votre cerveau, ce qui signifie que des millions de molécules qui pourraient circuler de façon aléatoire d'un neurone à l'autre *savent* qu'elles doivent rester groupées pour que vous gardiez votre souvenir, année après année, sans qu'il s'efface. Comment pourraient-elles avoir cette connaissance, si elles n'étaient pas douées d'intelligence ? La base physique de la mémoire reste totalement inconnue des neurologues. Aussi pouvons-nous seulement échafauder des hypothèses.

D'une façon ou d'une autre votre premier baiser survit. La vie après la mort n'est pas physique, parce qu'il n'y a absolument aucune différence entre

l'hydrogène, l'oxygène, l'azote et le carbone dans un neurone et ces mêmes éléments dans un arbre, une feuille morte ou des matières végétales en décomposition.

Les neurones ne sont pas immortels. Ils meurent tout comme le reste du corps et, à chaque seconde, des atomes y pénètrent et en sortent. Alors comment un souvenir est-il transféré dans un nouvel atome ou dans un nouveau neurone quand vient le moment où l'ancien doit périr ? On n'a repéré aucun processus physique qui permette ce transfert. Alors peut-être la mémoire persiste-t-elle à un niveau qui n'est pas physique. Les neurologues défendent à cor et à cri l'idée opposée, à savoir que l'esprit existe seulement dans le cerveau. Ils se servent de scanners et d'imagerie par résonance magnétique pour prouver

ce qu'ils avancent. Mais ces images ne sont que des cartes. Elles montrent les aires cérébrales quand une idée ou une émotion survient ; elles ne prouvent pas que le cerveau *est* l'esprit, pas plus qu'une empreinte de pas dans le sable ne peut être assimilée à un pied. Imaginez que vous puissiez dresser la carte de toutes les vibrations qui se manifestent dans les minuscules terminaisons nerveuses en bordure de l'oreille interne. Si elles étaient représentées sur une feuille, à chacun des mots et des phrases que perçoit l'oreille correspondrait un schéma d'une infinie complexité, mais ce schéma serait seulement la carte d'un mot, non pas la carte générale du territoire. Une phrase aussi percutante que « Je t'aime » représente davantage que ses vibrations, puisqu'il est impossible de faire figurer sur la carte la

plus parfaite la puissance de l'amour, sa signification et l'intention qui l'anime.

La mémoire semble être un effet de champ. Pour que vous pensiez au mot « rhinocéros » et que vous voyiez dans votre esprit l'image de l'animal, des millions de cellules cérébrales doivent agir simultanément. (Nous laisserons de côté la question plus difficile de savoir pourquoi vous avez choisi « rhinocéros » parmi tous les mots que vous auriez pu choisir, puisque tout choix de mot peut être fondé sur la raison, l'émotion ou des associations d'idées personnelles dans la mémoire. On peut apprendre à un ordinateur à choisir n'importe quel mot donné, mais il n'a aucune raison particulière de le faire – vous, vous en avez une ou plusieurs.) Les neurones impliqués dans le choix du mot « rhinocéros » ne passent pas en revue tout

l'alphabet jusqu'à ce qu'ils arrivent à la lettre « R » ; ils ne prononcent pas chaque syllabe tour à tour, ils ne feuillettent pas des archives photographiques d'animaux pour associer le mot adéquat à l'image adéquate. Au lieu de cela, le cerveau s'active de façon appropriée et simultanée. Le cerveau agit comme un champ, il coordonne différents événements en même temps, excepté que nous devons admettre que le cerveau n'est pas un champ à proprement parler. C'est une chose composée d'éléments chimiques apparemment sans vie.

L'aiguille d'une boussole se déplace parce qu'elle réagit au champ magnétique de la Terre. Et s'il en était de même pour l'activité du cerveau ? Et si le champ de l'esprit envoyait des signaux ? Et si des milliards de cellules cérébrales se regroupaient en constellations pour

répondre aux signaux que leur adresse le champ ? C'est exactement ce qu'a suggéré une équipe de scientifiques désireux d'innover. Henry Stapp, spécialiste de physique théorique de Berkeley, Jeffrey Schwartz, neuropsychiatre à l'université de Los Angeles, et Mario Beauregard, psychologue de l'université de Montréal se sont associés pour formuler une théorie de « l'esprit quantique » qui peut révolutionner la façon dont l'esprit et le cerveau entretiennent des rapports l'un avec l'autre. La « neuroplasticité » est au centre de leur théorie : les cellules cérébrales sont ouvertes au changement et répondent avec souplesse à la volonté et à l'intention.

Les chercheurs partent de l'explication scientifique habituelle, à savoir que « l'esprit est ce que fait le cerveau » mais, comme nous l'avons vu, une telle

explication comporte de nombreux défauts. Les chercheurs postulent donc exactement le contraire : c'est l'esprit qui contrôle le cerveau. D'après eux, l'esprit est comme un nuage d'électrons qui entoure le noyau d'un atome. Jusqu'à ce qu'un observateur se manifeste, les électrons ne possèdent pas d'identité physique ; il y a seulement un nuage amorphe. De même imaginez l'existence d'un nuage de possibilités qui se présentent à l'esprit à tout instant. (Il s'agit de mots, de souvenirs, d'idées et d'images parmi lesquels l'esprit pourrait choisir.) À un signal de l'esprit, une de ces possibilités en provenance du nuage forme un agrégat et devient une pensée dans le cerveau, exactement comme une onde d'énergie se transforme en électrons. Tout comme le champ quantique qui génère des particules réelles à partir de

particules virtuelles, l'esprit génère une activité réelle du cerveau à partir d'une activité virtuelle.

Ce qui donne à ce changement de perspective une telle importance, c'est qu'il concorde avec les faits. Les neurologues ont constaté qu'une simple intention ou un acte de volonté modifient le cerveau. Les victimes d'une attaque d'apoplexie, par exemple, peuvent s'obliger, avec l'aide d'un thérapeute, à utiliser seulement leur main droite si la paralysie a affecté le côté droit du corps. En se concentrant jour après jour par un effort de volonté sur cette partie du corps, ils peuvent petit à petit guérir les aires cérébrales endommagées. On a également constaté des résultats en cas de sénescence. Des gens âgés qui ont commencé à manifester des signes de démence sénile tels que la perte de

mémoire peuvent ralentir et même faire reculer le processus dégénératif en faisant faire de l'exercice à leur cerveau (on peut pratiquer « la gymnastique du cerveau », programme informatique qui ressemble à un jeu vidéo mais qui comprend des exercices destinés à renforcer certaines aires cérébrales). Des enfants nés avec une encéphalopathie infantile ont récemment retrouvé l'usage de leurs membres paralysés grâce à des thérapies similaires : le bras qui n'était pas affecté était mis en écharpe, ce qui obligeait l'enfant à se servir du bras paralysé. Avec le temps, le cerveau guérissait grâce à sa neuroplasticité.

Donner la priorité à l'esprit par rapport au cerveau peut avoir d'importantes conséquences dans la mise en œuvre de thérapies. Par exemple des patients qui souffrent de troubles obsessionnels

compulsifs (TOC) sont traités couramment avec des tranquillisants comme le Prozac. Les symptômes s'améliorent, comme le prouvent les scanographies. Les aires cérébrales qui fonctionnent mal en cas de TOC commencent à se normaliser sous l'effet du médicament. Mais les patients qui souffrent de TOC cherchent parfois un soulagement dans la thérapie par la parole. L'état de ces patients s'améliore fréquemment. Pourtant c'est seulement récemment qu'on a examiné leur cerveau avec des IRM et des tomographies avec émission de positons. Ce qu'on a découvert est stupéfiant : les zones lésées qu'améliore le Prozac s'améliorent aussi avec la thérapie par la parole. (Jeffrey Schwartz, spécialiste des TOC, a fondé sa nouvelle théorie en partie sur les résultats des scanographies du cerveau.)

En d'autres termes le processus de réflexion et de compréhension effectué grâce à cette thérapie modifie les cellules cérébrales. C'est exactement ce que prédisait la nouvelle théorie de l'esprit quantique. La réponse était évidente dès le début. L'esprit a toujours été capable de modifier le cerveau. Si on perd soudain un être cher ou si on se fait licencier, une grave dépression s'ensuit souvent. La dépression provient d'une décharge anormale de sérotonine, une des substances qu'on trouve dans le cerveau. C'est pour corriger ce déséquilibre physique qu'on a habituellement recours aux antidépresseurs. Pourtant, quand quelqu'un perd un être cher ou se fait licencier, n'est-il pas évident que le déséquilibre chimique s'est produit après la mauvaise nouvelle ? La réaction à la suite d'une mauvaise nouvelle est un

phénomène d'ordre cérébral. En effet la multitude de mots et de pensées qui constitue notre environnement suscite en nous à tout moment d'innombrables modifications dans notre cerveau.

À supposer que l'esprit prime par rapport au cerveau, alors que penser si l'esprit est notre bien commun ? Je peux dire « mon cerveau », mais je ne peux pas dire « mon champ quantique ». Il devient de plus en plus évident que nous partageons le même champ quantique. Cette hypothèse contribuerait grandement à corroborer l'existence des paradis et des enfers, du Bardo et de la mémoire akashique, qui s'étendent bien au-delà du cerveau. Tout d'abord il nous faut examiner le genre d'idées que partagent les gens en tant que groupe. Le cerveau m'appartient « à moi », mais si les idées « nous » appartiennent, alors nous

faisons tous partie d'un champ, parfois de façon tout à fait mystérieuse.

Le cerveau par-delà les frontières

Le cerveau humain traite seulement une fraction des informations qui sont à sa disposition. D'après certaines estimations le cerveau reçoit 6 milliards de bits de données par seconde telles que des vibrations sonores, des photons, des rayons X, des rayons gamma, des signaux électromagnétiques et divers signaux chimiques et électriques provenant de l'environnement immédiat. Cette masse d'informations se réduit considérablement en s'intégrant dans le champ étroit de nos expériences auxquelles nous prêtons attention et auxquelles nous réagissons. Mais ce que nous remarquons n'est pas la même chose que ce que nous connaissons. Par exemple certains prodiges stupides dont

le QI est très bas peuvent instantanément faire des calculs impressionnants, dire le jour de la semaine où tombera une date lointaine, se rappeler tous les détails de leur passé, ou apprendre des langues difficiles avec une incroyable facilité. (Un de ces prodiges a maîtrisé le finnois, l'arabe et le mandarin quand il était très jeune, et c'est seulement plus tard que les personnes qui en avaient la charge se sont rendu compte qu'il avait appris ces langues bien qu'il eût tenu ses livres à l'envers.) Il manque souvent à de tels prodiges les capacités élémentaires dans d'autres domaines. Ainsi un certain prodige qui a fait l'objet de nombreuses études est capable de jouer de la musique ou de peindre avec une facilité déconcertante, mais il est incapable de calculer la monnaie qu'on doit lui rendre

quand il fait un achat ou de lacer ses chaussures sans qu'on l'aide.

Des chercheurs se sont aperçus que des gens normaux qui souffrent de tumeurs au cerveau et d'autres troubles neurologiques peuvent manifester un certain don artistique. En conséquence ces chercheurs ont examiné le cerveau de prodiges et ont découvert qu'eux aussi présentaient des anomalies, en particulier dans le lobe temporal droit. De nos jours on estime que le « syndrome des prodiges » résulte de ce genre d'anomalies physiques. Lorsque le filtre qui protège le cerveau est détérioré, le réel prend une importance considérable dans certaines aires cérébrales et devient insignifiant dans d'autres, semble-t-il. Toutes sortes de dons extraordinaires peuvent se révéler de façon inexplicable. Joseph Chilton Pearce, spécialiste du

développement de l'enfant, traite du syndrome des prodiges dans son ouvrage *The Biology of Transcendence* (*La Biologie de la transcendance*). Il fait plusieurs remarques intéressantes. La première, c'est que la plupart des enfants atteints de ce syndrome ne révèlent pas leurs capacités spontanément mais réagissent seulement quand ils sont sollicités. La seconde, c'est qu'ils ne souhaitent pas particulièrement élargir le domaine de leur capacité hors du commun. Si vous demandez à un prodige quel jour de la semaine tombera le 12 mars 2163, c'est comme si vous parliez à une machine. L'enfant se concentre quelques secondes, puis la réponse jaillit, mais cet enfant pourrait manifester peu d'intérêt pour les mathématiques élémentaires. Un prodige spécialiste du calendrier pourrait ne pas savoir multiplier 12 par 12.

Le cerveau normal filtre les informations pour une bonne raison : il n'a pas besoin de très nombreuses données pour se façonner une personnalité avec certaines croyances, certains objectifs, certains souvenirs, certaines préférences et certaines antipathies. Nous rejetons délibérément d'innombrables informations, mais un cerveau lésé est exposé à un flot d'informations car il est incapable de choisir et de filtrer. Pearce a été particulièrement intrigué par la façon dont un prodige « expert en automobiles » pouvait simplement jeter un coup d'œil dans un parking et vous indiquer la marque, le modèle et l'année de toutes les voitures qui s'y trouvaient sans même savoir lire. Comment y parvenait-il sans avoir lu les magazines qui présentaient les derniers modèles, y compris les

modèles européens pour lesquels on n'avait fait aucune publicité aux États-Unis ? Il semble que ces enfants prodiges aient accès au « champ de l'esprit ».

Le génie est une autre façon d'accéder à ce champ en franchissant les limites de ce qui est normal. Des musiciens prodiges comme Mozart peuvent voir mentalement la partition de toute une symphonie. On connaît un enfant prodige capable depuis son plus jeune âge de se brancher tour à tour sur quatre instruments de musique différents. Quand on lui a demandé d'écrire une nouvelle sonate pour violon, il s'est simplement branché sur le canal approprié et a écrit comme sous la dictée. Il semble possible d'établir un rapport direct avec le champ d'informations. La possibilité que le cerveau soit le récepteur

et l'esprit le créateur nous paraît de plus en plus vraisemblable.

Tout cela est important pour la vie après la mort. En effet en mourant nous n'avons plus de cerveau mais nous désirons garder notre esprit en bon état. Si les sages des temps védiques ont raison, le cerveau nous relie à la conscience infinie. Le fait que nous excluons une si grande partie du champ de l'esprit ne signifie pas que nous y sommes obligés. Les peuples aborigènes n'ont pas accès aux mathématiques supérieures, au raisonnement scientifique ou à des harmonies musicales savantes, mais si l'on enlevait un bébé à une tribu de la jungle de Nouvelle-Guinée et si on le plaçait dans l'environnement approprié pour qu'il s'instruise, son esprit serait potentiellement capable d'acquérir tous les savoirs. Au cours de la dernière

décennie certaines tribus ont quitté la jungle de Nouvelle-Guinée et se sont rendues dans les villes environnantes. Elles ont ainsi effectué la transition entre une culture qui n'a jamais connu le travail des métaux et une culture où on sait conduire des automobiles.

Pourquoi n'accédons-nous pas à une plus grande partie du champ de l'esprit ? En fait nous y accédons. Le cerveau s'adapte si on le souhaite. Si vous avez l'intention d'apprendre les idéogrammes chinois dont il existe des milliers, vous pouvez vous concentrer et, petit à petit, un système de traits dépourvus de sens se transformera en un ensemble significatif. Une fois acquise, la langue chinoise devient une seconde nature, et vous pouvez vous en servir pour créer. Ainsi vous avez accédé au champ de l'esprit et contribué à votre évolution.

Vous avez franchi une étape aussi importante que celle qu'a franchie l'homme paléolithique quand il a découvert que les sons de la voix dépourvus de sens pouvaient être transformés en langage parlé.

L'intelligence et la signification ne sont pas seulement « ici en nous », en tant que création subjective du cerveau, ou « là-bas en-dehors de nous », en tant que réalité objective. C'est par l'échange, en donnant et en recevant, que le cerveau crée le sens, c'est aussi la façon dont il crée le monde et se crée. En fait tous ces processus se résument à un seul processus : le Soi « se concentre sur lui-même pour créer et créer encore », comme dit le seigneur Krishna. Le champ est naturellement créateur. Il est à l'origine du cerveau humain, dont la réceptivité est si étonnante qu'il franchit l'étape

suivante et apprend à créer tout seul de nouvelles pensées, de nouveaux souvenirs, de nouvelles capacités. Ce n'est pas tout : notre cerveau reflète l'activité du cosmos. Il nous arrive de prétendre que « nous pensons », alors qu'il est tout aussi vrai de dire : « Le champ de l'esprit pense à travers nous. »

Les mimes et le comportement des croyances

Une autre sorte de filtre impose des limites à ce que nous percevons du champ de l'esprit. Cela concerne les croyances que nous acceptons comme vraies. Une croyance est une idée que nous nous approprions. Par exemple si vous croyez que Dieu est bon, que les femmes sont des créatures mystérieuses, ou que la vie est injuste, vous faites vôtre l'expérience des générations précédentes et vous en tirez une conclusion. Celle-ci peut être juste ou fausse, peu importe pour le moment. Les croyances assurent la cohésion d'une société. En considérant de telles croyances collectives, nous avons un aperçu de la façon dont l'esprit pourrait exister en dehors du corps.

Notre esprit contient une base importante de données qui nous semblent fondamentales. Cette base de données comprend les points de vue que nous avons sur le monde. Nous en dépendons pour survivre ne serait-ce que pendant un temps très bref. Les croyances évoluent au cours des siècles. Certains chercheurs les considèrent comme des « gènes virtuels » qui acquièrent un statut permanent dans le cerveau. Ces gènes de l'esprit ont été appelés « mêmes » par l'évolutionniste britannique Richard Dawkins, qui a commencé à explorer un nouveau domaine de recherche. Celui-ci s'est considérablement développé depuis.

On compare souvent un même à un virus qui se transmet d'une personne à une autre jusqu'à ce qu'une société tout entière soit infectée. Ce ne serait pas bon pour l'espèce humaine d'être infectée par

tout ce qui se présente. Si nous étions vraiment ouverts à toutes les nouvelles idées, nous ne pourrions pas maintenir une vision cohérente du monde. Imaginez par exemple que vous changiez votre jugement sur le sexe opposé chaque fois que vous rencontrez une nouvelle personne. Pour évoluer les hommes devaient être certains d'assimiler seulement les « bons » mêmes – les idées qui permettaient d'élaborer une vision du monde cohérente et fiable – et de rejeter les « mauvais » mêmes, les idées qui orientaient l'esprit dans la direction opposée.

Nous pouvons suivre la propagation des croyances comme nous suivons la propagation de la grippe aviaire. Cela nous permet de mieux connaître la nature du champ de l'esprit : ce champ est dynamique, commun à nous tous et

susceptible d'évoluer. Il est capable de nous « transmettre » de bonnes et de mauvaises croyances sans que l'individu en fasse personnellement la moindre expérience. Ainsi des sociétés se battent et meurent en défendant un Dieu dont peu d'individus ont eu une connaissance personnelle. Selon Nietzsche, qui prévoyait les mêmes, une idée erronée « se développe de génération en génération, simplement parce que les gens y croient jusqu'à ce que petit à petit elle devienne une réalité. Ce qui était au départ quelque chose de superficiel finit presque toujours par devenir l'essence et exerce une action en tant que telle. »

L'élaboration d'une vision du monde

D’après les rishis tout ce que nous connaissons dans le champ akashique a été créé par notre propre conscience. Les mêmes en sont une preuve : ils contribuent à créer une vision du monde que nous adoptons personnellement par la suite. Il se peut que nous ne soyons guère motivés pour nous adapter à des idées nouvelles, mais quand deux visions du monde sont en conflit, comme la culture occidentale est en conflit avec l’islam radical, il est impossible d’échapper à la pression qui nous contraint à adhérer à une certaine vision du monde, pour combattre la menace extérieure. On peut dire que notre survie même en dépend. (Je pense à une

interview sur CNN avec un chrétien de droite qui affirmait : « Tant que les libéraux et les athées nous mépriseront, nous serons toujours sur la brèche. »)

Deux personnes qui n'ont pas la même vision du monde peuvent voir le même fait et en donner une interprétation totalement divergente, car aucun fait ni aucun événement n'est perçu isolément. En me promenant dans la rue, je peux croiser une femme aux lèvres fardées et à l'haleine avinée après un repas au restaurant, et tête nue. Étant donné ma vision du monde, rien de tout cela ne suscite en moi d'émotion ni de jugement particulier. C'est donc une rencontre neutre qui ne me laisse aucun souvenir. On pourrait supposer qu'il ne s'est rien passé dans mon cerveau. Pourtant, selon la théorie des mêmes, il s'est passé beaucoup de choses à mon insu. La vue

de cette femme a frappé mon cerveau en tant que donnée brute transmise par le nerf optique, mais je n'ai pas pu vraiment la « voir » avant que cette donnée ne passe par ma vision du monde. Imaginez une série de filtres intitulés « mémoire », « croyances », « associations d'idées » et « jugements ». Chaque filtre modifie la donnée brute d'une certaine manière, de façon invisible et instantanée.

Si un individu avec une vision du monde différente de la mienne rencontrait la même femme, il la « verrait » à travers ses filtres. Si c'était un musulman traditionaliste ou un homme qui a vécu à l'époque de la reine Victoria ou encore un moine du Moyen Âge, toutes les particularités sans grande importance qu'a enregistrées mon cerveau – le rouge à lèvres, l'odeur d'alcool, l'absence de chapeau – pourraient provoquer une

réaction violente dans le sien et produire une tension considérable.

Malheureusement, une vision du monde qui vous contraint à suivre toujours les mêmes sillons est la plupart du temps dangereuse. Des comportements comme le racisme et le bellicisme deviennent des réflexes. Du point de vue anatomique, le système nerveux humain est divisé en deux parties : le système central et le système neurovégétatif. Toutes les informations et dont vous êtes conscient proviennent du système nerveux central. Toutes les informations dont vous n'êtes pas conscient proviennent du système nerveux neurovégétatif Les mêmes occupent une zone intermédiaire, un no man's land. Quand vous ne parvenez pas à vous libérer d'un air entraînant – cette persistance est un exemple typique de la

manière dont se comporte un même – vous êtes tout à fait conscient de l'air mais inconscient de la raison pour laquelle vous ne pouvez pas vous en débarrasser.

C'est précisément ce que veut dire le *Bhagavad-Gita* quand il mentionne les effets contraignants du Karma. Vous pouvez être tout à fait conscient d'avoir tel ou tel trait de caractère – vous êtes pingre, irritable, sensible à la flatterie ou suffisant – mais vous ne savez pas pourquoi vous êtes incapable de vous débarrasser de ce trait de caractère, bien que vous le détestiez.

Les visions du monde consistent en symboles qui répondent à un besoin. Pensez à quelque chose de plaisant, disons la princesse Diana. Si vous y pensez de temps en temps, c'est qu'elle doit avoir une signification particulière

pour vous. Elle doit être le signe de quelque chose que vous appréciez et désirez. De façon générale la princesse Diana symbolisait notamment la beauté, l'innocence, la vulnérabilité, la maternité, le prestige, la sexualité. Mais tous les mêmes, quels qu'ils soient, possèdent un aspect négatif fortement symbolique lui aussi. À divers degrés Diana représentait le mal-être, les conventions, la dépendance, la naïveté, la frivolité, l'infidélité et la soumission.

Grâce aux mêmes – peu importe le nom que nous leur donnons – nous attribuons un sens à l'expérience. Ainsi les composantes de la réalité que nous construisons acquièrent une signification. Dans la mesure où nous sommes les créateurs de la réalité, nous utilisons ces éléments symboliques comme matériau brut. Je suis fasciné par cette théorie des

mêmes, car les scientifiques qui ne peuvent admettre la notion de conscience inhérente au réel, trouvent fort crédible la théorie des mêmes qui en est voisine. Les points de vue se rapprochent.

Les rishis avaient leur propre conception de ce qui se passe dans le champ de l'esprit. Les formes-pensées qui nous assaillent sont les *samskarasy* des impressions que notre expérience grave dans notre système nerveux. Un jeune enfant qui a été épouvanté quand sa mère l'a oublié dans un grand magasin, pourrait garder cette impression, ou samskara, toute sa vie. De telles impressions ne sont pas forcément négatives – un premier baiser peut être un samskara durable, ce qui est généralement le cas. Le concept du samskara est plus vaste que le concept de même, car il s'applique à toutes les

expériences de l'esprit. Que ce soient des sensations, des désirs ou des idées, les impressions peuvent pénétrer profondément dans le champ et atteindre l'âme. Elles constituent les qualités du Soi qui contribuent à façonner notre identité que nous reconnaissons comme étant notre « Moi. »

On peut modifier, voire faire disparaître les samskaras simplement en influant sur l'esprit. Si l'on agit au niveau le plus subtil l'effet est remarquable. Krishnamurti a fort bien exprimé cette idée : « La forme la plus élevée de l'intelligence humaine, c'est de s'observer sans porter le moindre jugement. » En d'autres termes si vous pouvez ne pas être impliqué dans la façon dont vos croyances se comportent, dans la façon dont les impulsions du désir et de l'aversion vous harcèlent, dans la façon

dont les souvenirs entreposés dans la conscience vous font percevoir le monde, vous pouvez observer le champ directement. Il s'agit du véritable éveil. Dans de nombreuses traditions spirituelles, comme le bouddhisme, ce qui importe, c'est d'être serein, détaché par rapport au dialogue intérieur, là où affluent les idées et les impulsions en provenance du passé. L'observation nous permet de voir et de comprendre avec une intelligence globale, sans chercher à gagner ou à perdre. Vous avez là une chance de connaître le champ de l'esprit ou, pour employer une expression usuelle, « d'avoir l'esprit ouvert ».

Est-il possible d'ouvrir l'esprit ?

En fin de compte la mort emmènera chacun de nous dans le champ de l'esprit, que nous connaîtrons directement. Pourtant nos croyances, qui sont une forme de conscience que nous emmagasinons, nous accompagneront. L'ouverture d'esprit est en rapport direct avec la quantité de bagages que l'on porte avec soi. Cela me rappelle une question posée par Krishnamurti. Lorsque qu'on lui fit remarquer que c'était une bonne chose d'avoir un esprit ouvert, il a demandé : « Existe-t-il une telle chose qu'un esprit ouvert ? » Voilà une réponse typiquement ambiguë. Si l'esprit est piégé soit par les mêmes, soit par les samskaras, il ne peut pas être ouvert, en raison des croyances, des opinions et des

jugements de seconde main et d'autres « virus » mentaux. Mais existe-t-il une nouvelle expérience qui n'a rien à voir avec les croyances invétérées et les samskaras karmiques ?

Ce qui est un paradoxe étonnant, c'est que pour atteindre l'éveil, en étant libéré des impressions du passé, vous n'avez pas d'autre choix que d'utiliser votre cerveau. Or le cerveau est englué dans l'habitude qu'il a de filtrer, de choisir, de préférer, de rejeter, etc. Krishnamurti a posé cette autre question fort judicieuse : « Un esprit fragmenté peut-il jamais connaître l'unité ? » De toute évidence, c'est impossible, mais nous sommes tous équipés d'un esprit fragmenté – un esprit constitué de mêmes et de samskaras. Déclarer que vous avez un esprit ouvert alors que d'autres esprits sont fermés, ou prétendre que vous connaissez la réalité

au lieu de l'illusion, peut paraître une affirmation raisonnable. Mais selon Krishnamurti, qui s'exprime dans la pure tradition du Vedanta, il vous est impossible de « tenter d'être plus ouvert » ou « de tenter de devenir plus réel ». Vous vous battez tout simplement avec votre moi fragmenté.

Alors comment échapper à ce paradoxe ? L'ouverture d'esprit est une question délicate. Voici comment procéder.

1. Sachez que vous allez vous identifier à votre vision du monde à chaque stade de votre développement personnel.

2. Acceptez que ces identifications soient temporaires ; vous ne serez jamais vraiment vous-même avant d'atteindre l'unité.

3. Soyez prêt à changer d'identité tous les jours. Soyez souple. Ne défendez pas un « Moi ». Vous savez qu'il est éphémère.

4. Abandonnez-vous à l'observation en toute sérénité sans porter de jugement, sans vouloir chasser les idées qui sont enracinées en vous et vers lesquelles vous vous tournez comme par réflexe.

5. Quand vous vous sentez prêt à vous débattre avec vos difficultés, considérez qu'il s'agit d'un signal qui vous invite à lâcher prise. Ouvrez un espace de liberté pour que la nouvelle réponse se manifeste spontanément.

6. Quand vous ne pouvez pas lâcher prise, pardonnez-vous et continuez votre chemin.

7. Profitez de toutes les occasions pour vous dire que tout point de vue est valable, toute expérience précieuse. Tout ce qui vous éclaire vous apporte un moment de liberté.

Vous pourrez avoir un esprit ouvert en acceptant le champ de l'esprit, vous serez témoin sans porter de jugement. Vous serez enclin à vous redéfinir continuellement. En d'autres termes donnez la priorité à l'évolution plutôt qu'au maintien du statu quo. Maintenant vous êtes prêt à réexaminer votre vision du monde. Vous êtes prêt à cesser de vous investir dans un monde étroitement limité au *Je,* au *moi* et au *mien.* La vision du monde qui est défendue par l'ego et que vous voulez détruire est construite sur trois niveaux :

1. L'énergie.

2. Les croyances.

3. La structure.

Ceci est valable pour le tout et pour les parties. Les différents niveaux s'interpénétrent car le champ les contient tous. Cela signifie qu'un arbre ou un nuage n'est rien d'autre qu'énergie, information et structure. Votre personnalité est composée de ces trois éléments. Il en est de même pour toutes les expériences que votre vision du monde vous fait appréhender.

L'énergie. Quand une expérience reste bloquée dans votre cerveau, c'est que vous vous attachez à cette énergie. Chaque expérience a son propre schéma énergétique, qui se traduit dans le cerveau sous forme de souvenir, d'émotion, de sensation etc. Quand vous décidez de retrouver un souvenir de votre

enfance, qu'est-ce qui vous vient à l'esprit ? Des images, des noms et des visages, des émotions variées, des détails physiques, des associations d'idées, diverses sensations. Tout cela existe au niveau de l'énergie. Sans le champ électromagnétique qui vibre à sa manière, des expériences spécifiques ne pourraient pas exister.

Cette énergie bloquée se manifeste de nombreuses façons : par les rêves, par des éclairs d'intuition, par l'imagination, par la libération des émotions, par l'évocation de souvenirs profondément enfouis, par la confession, par la prière, par l'expiation, par la méditation, par l'amour…

Les croyances. Les croyances vous mènent à un niveau plus subtil de l'esprit. Les croyances vous permettent d'accéder à certaines expériences mais

vous interdisent d'avoir accès à d'autres. Elles sont pareilles à des juges qui décident si une expérience est positive ou négative, bonne ou mauvaise, désirable ou indésirable. L'univers ne cesse de jouer avec vos croyances. Ce que vous croyez est renforcé par vos expériences, mais vos expériences modifient également ce que vous croyez. Toute personne qui s'est posé maintes fois cette question : « Est-ce qu'il (ou elle) m'aime ? » sait quelle impression font sur elle des petites choses comme un regard ou un mot dit en passant ou encore un coup de téléphone, pour confirmer ou infirmer la croyance qu'elle est aimée.

On se débarrasse des croyances quand on est conscient qu'elles sont « collantes » par nature. Les croyances ne sont pas statiques ; elles déterminent le comportement. Ainsi quand vous

examinez votre propre comportement, vous voyez vos croyances en action. Si un Noir qui est SDF vous demande la charité la nuit et que votre réaction est de vous éloigner sans dire un mot, considérez toutes les croyances qui pourraient être en jeu : « Le Noir est dangereux. La nuit fait peur. On ne peut se fier aux inconnus. Je dois veiller à ne pas être piégé. Les pauvres sont des paresseux, des paumés ou des minables. Les fréquenter signifie qu'un jour je serai l'un d'entre eux. » Quand vous cessez de vous faire l'avocat de vos croyances, elles deviennent moins « collantes ». Vous retrouvez la liberté de penser et de croire d'une façon nouvelle.

La structure. La structure est le fondement de la personnalité. Elle inclut la façon dont vous considérez la vie, la raison pour laquelle vous êtes ici-bas, vos

objectifs les plus fondamentaux, votre conception de l'existence sur le plan physique, votre attitude à l'égard du plaisir et de la souffrance. Vous ne prêtez pas attention à ces points essentiels parce que vous êtes trop occupé – et trop attaché à vos croyances et à vos énergies. C'est seulement quand vous commencez à vous libérer des énergies et des croyances que vous pouvez vous interroger sur ce qui vous relie à Maya ou à l'illusion. Quelle est votre raison de vivre ? Quel est votre objectif global ? À quelles valeurs supérieures vous consacrez-vous ? Ce sont des questions de structure, et quand vous les examinez avec lucidité, elles fournissent leurs propres réponses.

On ne se débarrasse pas de la structure de la même façon que de l'énergie bloquée, et on ne peut la mettre en

question comme on le fait pour les croyances. Vous avez besoin de structure tout au long de votre vie. C'est le navire que vous utilisez pour franchir l'océan de l'espace et du temps. Sans elle vous seriez dépourvu d'identité ; vous seriez un nuage d'énergie dépourvu de centre. Ce que vous pouvez faire de mieux avec votre structure, c'est « en être témoin ». Quand vous êtes témoin, vous réduisez le « Je » à ses principes premiers. En d'autres termes, vous êtes sur le seuil du lieu où l'on rencontre l'âme. C'est un moment de re-connaissance extrêmement libérateur.

Quand vous construisez une nouvelle structure dans votre esprit – par exemple vous décidez de considérer votre vie en termes spirituels ou vous décidez d'apprendre l'art d'être parent après la naissance d'un bébé ou de ne pas jouer le rôle de victime mais de jouer le rôle de

celui qui maîtrise la situation – vous choisissez d'évoluer. Vous profitez de certaines qualités subtiles qui caractérisent les structures mentales, comme l'ont remarqué les rishis.

- Les structures de l'esprit gèrent l'énergie pour qu'elle serve l'objectif le plus noble.
- Elles connectent cette vie à l'expérience universelle.
- Elles vous ouvrent au moi supérieur et à ce qu'il transmet.
- Elles vous exposent à la force de l'évolution.

Dans la mesure où vous travaillez sur les trois niveaux de l'énergie, des croyances et de la structure, vous vous reliez directement et en pleine conscience au champ. Ainsi vous parvenez à ouvrir

l’esprit. Comment pouvez-vous dire que vos efforts sont récompensés et que votre esprit est désormais ouvert ? En reconnaissant que vous avez réalisé l’unité une fois pour toutes.

15

Le mécanisme de la création

Quoi qu'il en soit, ce qui survient après la mort demeure un miracle. Nous passons d'un monde à un autre, nous perdons notre ancienne identité pour expérimenter le « Je suis », l'identité de l'âme, et nous rassemblons les éléments d'une vie tout à fait unique dans notre prochain corps. Les scientifiques sont d'accord pour affirmer que le champ du point zéro est capable d'élans créateurs et de transformations sans fin. Un atome d'oxygène, s'il pouvait raconter son

histoire, aurait l'impression qu'un miracle s'est produit quand il s'est lié à de l'hydrogène pour former de l'eau. Son ancienne identité était gazeuse, sa nouvelle identité est liquide. Son ancien monde était l'atmosphère. Les océans, les rivières, les nuages, voilà son nouveau monde. Et qu'advient-il si soudain cette molécule d'eau devient une partie du cerveau humain ? L'oxygène fait-il alors l'expérience de la conscience ?

Nous voici face au dernier mystère, le mystère le plus étonnant qu'il nous faut expliquer. L'oxygène, comme tout autre atome dans le cerveau, participe à la conscience quand il circule dans les neurones. Pourtant on irait trop loin si on prétendait que l'oxygène est conscient. Mais comment la conscience s'est-elle glissée quelque part entre les atomes d'oxygène et le cortex cérébral ? C'est un

point de la plus haute importance quand on cherche à savoir si la conscience survit ou non à la mort. Comme je l'ai déjà précisé, la réponse ne se trouve pas dans le cerveau. Le cerveau est une chose inerte formée d'éléments chimiques qui peuvent se transformer en molécules et en atomes élémentaires. Ces atomes peuvent se transformer en particules subatomiques qui, à leur tour, peuvent se transformer en ondes d'énergie provenant d'un champ invisible.

En considérant les différentes étapes une par une, nous nous *éloignons* de la conscience plutôt que nous nous en *rapprochons.* Le cerveau est conscient, mais nous ne pouvons pas prétendre que les ondes d'énergie sont conscientes, même si le cerveau, en fin de compte, n'est rien d'autre que de l'énergie. Pour résoudre cette énigme, les matérialistes

affirment que la conscience n'a aucune réalité en soi ; elle est simplement une chose singulière que produit le cerveau. Est-ce que cela signifie que, si nous pouvions transférer toute la mémoire d'une personne dans un superordinateur, la vie après la mort existerait en tant que telle ? Est-ce que le Soi aurait toujours conscience de son intégrité en appréhendant le monde comme auparavant, à la seule différence qu'il le ferait depuis l'intérieur d'une machine ?

Cet exemple illustre parfaitement la façon dont nous pouvons être induits en erreur par notre raisonnement. On ne peut trouver la conscience dans l'information. Le fait que des centaines de millions de 0 et de 1 soient chargés dans un ordinateur ne le rendra pas conscient à moins que chaque 0 et chaque 1 soit déjà conscient, ce qui mène à la

conclusion absurde que les nombres imprimés dans un manuel scolaire de mathématiques sont capables de penser. On ne peut expliquer l'existence de la conscience à tous les niveaux quand on considère la Nature sans tomber dans la même contradiction. Alors devons-nous renoncer aux explications scientifiques ? Ou bien la science est-elle prête à accepter des idées qui l'obligeront à expliquer la Nature de façon différente ?

Les élans créateurs

Nous apprécions au plus haut point une de nos facultés : la capacité que nous avons de créer quelque chose de nouveau. À dire vrai, nous existons grâce à ce processus créateur. L'apparition de la vie sur la Terre résulte de la soudaine capacité de se reproduire qui s'est manifestée dans une molécule, l'ADN. Auparavant aucune molécule n'y était jamais parvenue. Nous pouvons expliquer toute l'évolution de l'univers en fonction de ces élans créateurs ou « propriétés émergentes ». Avant que l'oxygène et l'hydrogène aient pu découvrir comment se transformer en eau, le cosmos a dû créer des atomes, qui n'étaient pas présents au moment du big-bang, et les atomes ont dû se transformer en gaz, en

solides, en métaux, en molécules organiques etc. Aucune de ces transformations n'était une simple combinaison comme lorsqu'on verse du sucre dans de l'eau. Le sucre peut disparaître, mais si on fait évaporer l'eau, on s'aperçoit que le sucre est toujours là. Il n'y a aucune nouvelle propriété dans l'eau sucrée qui ne se trouvait dans les deux composants quand ils étaient séparés.

Une « propriété émergente », d'autre part, est un élan créateur qui produit quelque chose à partir de rien. Du point de vue de l'Esprit le cycle de la naissance et de la renaissance fonctionne comme un atelier où se produisent les élans créateurs de l'âme. Il en est de même pour ce qui est de la Nature et pour le surnaturel. Ils sont eux aussi impliqués dans des transformations mais à des

niveaux différents. Au moment de la mort les éléments de votre ancien corps et de votre ancienne identité disparaissent. Votre ADN et tout ce qu'il a créé redeviennent des composants élémentaires. Vos souvenirs redeviennent des données brutes. Aucun élément de ces matériaux bruts ne se recombine pour produire une personne qui est à peine différente. Pour produire un nouveau corps capable d'enregistrer de nouveaux souvenirs, la personne qui émerge doit être vraiment nouvelle. Vous n'acquérez pas une âme nouvelle parce que l'âme n'a pas de contenu. Ce n'est pas « vous » mais le centre autour duquel le « vous » s'agrège petit à petit qui importe. C'est votre point zéro.

J'ai redécouvert récemment le caractère singulier de cette transformation. Je connais un couple originaire d'Italie qui a

subi une tragédie familiale épouvantable, il y a deux ans, quand leur fils adolescent, Enrico, est mort. Il s'était enivré avec des amis. L'un d'eux avait commencé à jouer avec le pistolet de son père. Le coup est parti et Enrico a été tué. La famille a été terriblement choquée, d'autant plus qu'on a laissé entendre, mais sans jamais le prouver, que le jeune homme s'était tué en jouant à la roulette russe.

Une semaine après sa mort sa mère était allée dans sa chambre. Elle avait eu envie de prier pour son âme, et quand elle s'était agenouillée près de son lit, elle avait entendu un bruit. Une petite voiture télécommandée d'Enrico était tombée de l'étagère sans raison apparente. Elle s'était mise à faire le tour de la pièce à toute vitesse, et la mère avait enlevé les piles. La voiture avait continué à rouler.

Cet étrange phénomène avait duré trois jours. Toute la famille en avait été témoin, et la sœur aînée d'Enrico, celle dont il était le plus proche, avait affirmé que c'était son frère qui faisait marcher la voiture. Elle lui avait posé des questions, comme on interrogerait une planchette oui-ja, et la voiture était allée à gauche ou à droite pour donner une réponse positive ou négative.

Des mois plus tard le père d'Enrico, qui était en Inde, alla voir un *jyotishi,* c'est-à-dire un astrologue. Certains jyotishis ne dressent pas votre horoscope, mais consultent des horoscopes déjà établis, dont un grand nombre remonte à plusieurs siècles. Or mon ami apprit l'histoire suivante. Dans sa vie précédente il avait vécu sur la côte ouest de l'Inde. Il voulait absolument avoir un garçon mais, malheureusement, sa femme était stérile.

Le couple adopta un petit garçon quand soudain la femme tomba enceinte et mit au monde un bébé du sexe masculin.

Après la naissance de son fils le père commença à négliger et à maltraiter l'enfant adopté. Sous l'effet du stress, le garçon se suicida exactement au même âge qu'Enrico. L'astrologue signala à mon ami qu'il y avait un rapport entre les deux morts. Le premier garçon s'était réincarné en la personne d'Enrico et s'était suicidé à nouveau pour montrer à son père ce que c'était de perdre un vrai fils. Naturellement mon ami fut considérablement ébranlé en apprenant cette nouvelle, mais quand je le revis quelques mois plus tard, il déclara qu'il était maintenant en paix avec lui-même. Il avait accepté la mort tragique d'Enrico et compris comment le karma avait agi.

Combien de lecteurs tourneront cette histoire en dérision ? Combien la considéreront comme un témoignage troublant mais peut-être vrai ? Je l'ignore. Mais j'ai l'impression de mieux voir comment la vie et la mort sont étroitement liées. Ce sont deux aspects du même acte créateur. Notre cerveau est constitué pour fonctionner dans le temps et dans l'espace. Nous ne comprenons pas le mécanisme de la création en dehors de ce cadre. Mais la vie que nous connaissons maintenant, celle qui l'a précédée et celle qui suivra ne sont pas apparues de nulle part. Elles sont apparues grâce à une conscience permanente, évolutive – notre vrai moi.

Il y a un entre-deux qui sépare les différentes vies et que nous ne pouvons pas observer. Pourtant notre âme nous suit quand nous pénétrons dans cet

entre-deux et réapparaissons. La conscience ne perd pas sa propre trace ; le point zéro de l'âme est tout aussi capable que le champ du point zéro d'établir une corrélation entre les événements dans le temps et dans l'espace.

Dans cette histoire le père et le fils sont restés en relation de part et d'autre de l'entre-deux qui sépare la naissance de la mort. Ils se sont reconnus inconsciemment, ils se sont fixé un objectif commun et ils ont subi la loi du Karma ensemble. Ainsi ils ont défié la mort. Mais leur corps physique, leur mémoire personnelle et leur identité qui étaient transitoires n'ont pas survécu. La Nature est construite à partir des mêmes réseaux complexes. Les atomes d'oxygène intégrés à une molécule d'eau ou logés dans votre cerveau restent identiques à

eux-mêmes, mais ils ont appris à établir des rapports de façon totalement différente, si bien qu'on a l'impression que chaque atome séparé a disparu – c'est-à-dire est mort. Je ne saurais trop insister sur le fait que si la science est incapable d'expliquer l'apparition de l'humidité à partir de la sécheresse, elle est également incapable d'expliquer l'apparition de la conscience dans le cerveau. Ainsi les élans créateurs sont toujours inexplicables et, par conséquent, ils tiennent du miracle.

La source de toutes choses

Ce que devront faire les chercheurs, c'est examiner le miracle au microscope pour se rapprocher du site où s'opère la création. On peut déceler de légères traces physiques jusqu'à un niveau extrêmement subtil. On sait depuis longtemps que le cerveau et le corps sont entourés d'un champ électromagnétique très faible. Grâce à une émulsion photographique appropriée, on peut apercevoir ce champ lumineux ; l'infime charge électrique émise par les neurones quand ils émettent de la lumière est également mesurable. Si le fait d'être conscient crée un champ d'énergie, est-ce qu'un champ d'énergie peut manifester de la conscience ? On pourrait croire que puisque l'activité du cerveau est fonction

de signaux électriques, le cerveau est affecté par le brouillard que constituent la radio, la télévision, le four à micro-ondes et toutes les autres émissions électromagnétiques environnantes. Il semble que ce n'est pas vrai. Les spécialistes de parapsychologie sont allés jusqu'à isoler des sujets doués de pouvoirs psychiques dans des cages de Faraday, qui bloquent l'énergie électromagnétique sans modifier leur capacité de voir à distance ou de manifester d'autres pouvoirs psychiques.

« La vision à distance », couramment appelée voyance, est particulièrement surprenante. On a procédé à de nombreuses expériences dans ce domaine. L'une des plus remarquables s'est déroulée à l'université de Stanford, où les scientifiques ont construit une machine dénommée ASIQ, Appareil

Supraconducteur d'interférence Quantique. Il suffit de savoir que cet appareil qui mesure l'activité des particules subatomiques, en particulier des quarks, est parfaitement isolé de toutes les ondes magnétiques extérieures. L'écran de protection consiste en plusieurs épaisseurs de cuivre et d'aluminium, mais pour s'assurer dans les meilleures conditions qu'aucune onde extérieure ne peut affecter le mécanisme, des métaux spéciaux isolent la partie centrale.

En 1972, on a installé un ASIQ dans le sous-sol d'un laboratoire à Stanford. L'appareil avait apparemment été conçu pour remplir une seule mission : tracer la même courbe en S sur une feuille de papier millimétré. Cette courbe figurait le champ magnétique terrestre qui est constant ; si un quark traversait le

champ, la machine l'enregistrait en modifiant la courbe qu'elle traçait sur le papier. Un jeune physicien spécialiste du laser du nom de Hal Puthoff (il devait devenir un éminent théoricien de la physique quantique) estima qu'en dehors de son utilisation principale, l'ASIQ était parfaitement adapté pour tester les pouvoirs psychiques. Très peu de gens, y compris les scientifiques de Stanford, connaissaient le fonctionnement interne de la machine.

Puthoff recherchait un médium capable de relever le défi. Ingo Swann, artiste new-yorkais qui avait des dons psychiques, accepta. Il se rendit par avion en Californie sans qu'on lui eût parlé ni du test ni de l'ASIQ. Quand il vit la machine pour la première fois, il sembla quelque peu déconcerté. Mais il accepta de « regarder » à l'intérieur et, à ce

moment, la courbe en S sur le papier millimétré changea de forme – ce qu'elle ne faisait presque jamais – puis elle reprit le tracé normal dès que Swann cessa d'y prêter attention.

Puthoff très surpris lui demanda de recommencer. Aussi pendant quarante-cinq secondes Swann regarda-t-il à l'intérieur de la machine en se concentrant. Pendant ce court laps de temps, la machine fit un nouveau tracé sur le papier, un long plateau horizontal au lieu des ondulations d'une sinusoïde. Swann fit alors un croquis montrant comment l'ASIQ fonctionnait. Une fois qu'un expert eut donné son avis, on en vint à conclure que le croquis correspondait parfaitement à la réalité. Swann ne put expliquer comment il avait transformé l'énergie magnétique que la machine devait mesurer. Il s'avéra que s'il

pensait simplement à l'ASIQ, sans essayer d'opérer de modification, l'appareil enregistreur signalait des changements dans le champ magnétique environnant.

Les gens qui doutent de l'existence de leurs capacités psychiques ne tiennent aucun compte des innombrables études prouvant que la pensée ordinaire est vraiment capable d'influer sur le monde. Voilà un point capital si l'esprit est un champ. J'ai eu l'occasion de participer à une expérience faite sous contrôle : un sujet assis dans une pièce isolée (l'émetteur) regardait par intermittence une image, tandis que moi (le récepteur), j'appuyais sur un bouton toutes les fois que j'avais l'impression que quelque chose se passait. Les résultats que j'obtins, comme ceux obtenus par la

plupart des gens, furent bien supérieurs à ceux auxquels on pouvait s'attendre.

Le biologiste britannique Rupert Sheldrake, qui a essayé d'expliquer comment l'esprit s'étend par-delà les limites du corps, a fait des expériences semblables. Ainsi il a testé si nous pouvons percevoir le regard de quelqu'un lorsque nous lui tournons le dos. Les résultats de ces expériences ne relevaient pas du simple hasard, tant s'en faut.

Dans les années soixante, au cours d'une longue série d'expériences un expert du FBI du nom de Cleve Backster a relié des plantes à des détecteurs de mensonges, en sachant que ceux-ci opèrent en mesurant les changements d'humidité à la surface de la peau. Selon ses propres termes, voici ce qui s'est produit :

À treize minutes, cinquante-cinq secondes, heure enregistrée par l'appareil, une image me vint à l'esprit : je brûlai la feuille que je testais. Je ne prononçai pas un seul mot. Je ne touchai pas à la plante, je ne touchai pas à l'appareil. Le seul élément susceptible de stimuler la plante était l'image mentale. La plante devint folle. Le stylet enregistreur fit un bond.

Cette première expérience, qui se déroula en février 1966, fut suivie de nombreuses autres. Ainsi Backster mesura les réactions à la fumée de cigarette, aux pensées négatives et aux émotions violentes. Il s'avéra que les plantes d'intérieur enregistrent la façon dont les gens qui les entourent réagissent. Voici sans doute l'expérience

la plus singulière : si Backster reliait deux plantes à des détecteurs et endommageait l'une d'elles qui se trouvait dans une pièce séparée, le champ électrique de la deuxième plante était perturbé comme si la plante avait été également endommagée. Le stylet du détecteur sautait, même si les deux plantes n'étaient pas reliées l'une à l'autre, et il ne cessait pas de sauter même quand les plantes étaient encore plus éloignées l'une de l'autre. On ne peut s'empêcher de se rappeler les diverses études concernant des vrais jumeaux : ceux-ci perçoivent de loin ce qui arrive à leur frère. On cite le cas d'un certain jumeau qui sut exactement quand son frère fut électrocuté en grimpant à un poteau électrique : il déclara qu'il avait en fait ressenti le même choc. Les jumeaux sont-ils appariés selon le même processus

de complémentarité que celui qui relie les électrons dans les profondeurs de l'espace ?

Affirmer que la conscience est un champ ne constitue pas véritablement une preuve. Personne n'a expliqué l'intervalle, la conscience reste donc un mystère absolu. Il en est de même pour le champ. L'intervalle est l'espace vide entre les événements ; il ne contient que lui-même, et pourtant il semble qu'il soit à l'origine de tout. Quand nous examinons l'ADN, les généticiens nous disent que la vie ne provient pas des particules d'acides aminés échelonnées sur la double hélice, mais de l'espace qui les sépare. On ne comprend guère la signification de ces espaces qui jouent un rôle mystérieux dans la séquence des gènes. Du point de vue physique la différence entre l'ADN des gorilles et celui des êtres humains est d'à

peine 1 % ; les intervalles au sein de la matière visible créent le gouffre infranchissable qui sépare les gorilles des êtres humains. C'est dans l'intervalle que doit se trouver la source de la conscience.

Sat Chit Ananda

Les rishis ont traqué l'esprit jusque dans l'intervalle et ont déclaré que trois éléments primordiaux constituent le fondement même de l'existence : *Sat Chit Ananda.* On traduit généralement ces trois mots par une seule expression : « la conscience de la félicité éternelle ». On peut considérer la définition de chaque mot tour à tour : *Sat* (l'existence, la vérité, la réalité), *Chit* (l'esprit, la conscience) *Ananda* (le ravissement, la félicité). Mais ces définitions ne nous aident guère, elles supposent que nous acceptons la signification des mots français : réalité, conscience, félicité, ravissement. Si vous dites : « J'étais ravi d'aller à Aruba pour Noël, la réalité ne m'apparaît plus sous le même jour », vos paroles font allusion à la

vie quotidienne. Il n'est pas question de Sat Chit Ananda.

Revenons aux rishis. Ils parlaient d'une expérience, que l'on peut résumer comme suit : chaque pensée que l'on a ainsi que chaque objet que l'on voit sont une vibration de l'univers – *shubda* en sanscrit. Shubda crée la lumière, le son, le toucher, le goût, etc. Dans les rêves on peut aussi voir, entendre, toucher, goûter et sentir, mais ces vibrations sont plus subtiles. On n'a pas les mêmes impressions que lorsqu'on est face à la réalité concrète. Quand on va au-delà des qualités subtiles de l'esprit, shubda devient si faible que l'esprit n'appréhende plus une réalité extérieure, même de vagues lambeaux de souvenirs. En fin de compte l'esprit ne connaît que lui-même et il n'y a pas du tout de vibrations. On est parvenu à la « source » même.

Avant d'y parvenir on entre dans le silence. Mais on doit franchir le seuil pour aller là où naît la réalité. On découvre alors trois sortes de matériaux bruts. La création provient en effet de l'existence (Sat), de la conscience (Chit) et du potentiel vibratoire (Ananda). Il s'agit des choses les plus réelles de l'univers car elles sont à l'origine de tout ce que nous considérons comme « réel ».

Cette « source » dont on fait l'expérience est l'état qui précède le silence, l'état que les rishis considéraient comme le champ de tous les champs – ce que les physiciens appellent « l'état fondamental » ou « l'état de vide ». Toutes les formes possibles d'énergie de l'univers s'y trouvent, mais l'état de vide n'est pas encore Sat Chit Ananda où il n'y a ni esprit, ni félicité. On ne peut le connaître subjectivement.

En excluant ces différents facteurs, la physique exclut le physicien, qui prétend ne pas faire partie du champ. John Wheeler, éminent physicien de Princeton, a signalé cette faille il y a des décennies : quand nous élaborons des modèles de l'univers, a-t-il déclaré, nous agissons comme quelqu'un dont le nez est collé à la vitrine d'une boulangerie et qui regarde de l'extérieur tout ce qui est exposé à l'intérieur. Mais il n'y a pas de vitrine qui sépare l'observateur de l'univers ; nous ne sommes pas à l'extérieur de ce que nous voyons.

La suggestion qu'a faite Wheeler, à savoir que nous devons trouver une science qui combine la subjectivité et l'objectivité, n'a guère été suivie, parce que la science reste obstinément objective, ce qu'elle peut se permettre quand elle procède à des expériences

isolées. Cependant, en fin de compte, il y a une limite qui ne peut être franchie et nous en sommes très proches. Nous pouvons nous rendre compte de la limite de la connaissance quand nous considérons quelque chose d'aussi élémentaire que la prière.

Or, de l'avis général, les recherches sur la prière ont confirmé qu'elle a bel et bien une action. Voici un exemple typique des expériences que l'on fait de nos jours : on demande à des volontaires, appartenant généralement à une Église, de prier pour des malades hospitalisés. Ils ne vont pas voir les patients, qui sont désignés le plus souvent seulement par un numéro et non pas par leur nom. Les termes de la prière ne sont pas précisés ; on demande simplement aux intervenants de prier pour obtenir l'aide de Dieu. Les résultats de telles expériences ont été

étonnamment positifs. Celle qui est la plus connue a été menée à l'université Duke en Caroline du Nord : les patients pour lesquels on avait prié se remirent plus vite et avec moins d'effets secondaires que ceux pour lesquels on n'avait pas prié. Cela démontre une fois de plus que nous sommes tous liés par le même champ de conscience. Grâce à ses propriétés spécifiques le champ opère ici et maintenant.

- Le champ agit globalement.
- Il met instantanément en corrélation des événements éloignés les uns des autres.
- Il garde le souvenir de tous les événements.
- Il existe par-delà le temps et l'espace.

- Il agit à l'intérieur de ses propres limites.
- Ce qu'il crée grandit et prend de l'extension selon un processus évolutif.
- Il est conscient.

Les rishis des temps védiques considéraient ces données comme fondamentales ; à cet égard ils étaient plus avisés que nous, qui sommes réticents à admettre la conscience, à moins que nous n'y soyons contraints lorsque nous atteignons les extrêmes limites d'un problème scientifique ardu. Le champ de la conscience sert de fondement à tous les phénomènes en raison de l'intervalle qui existe entre tous les électrons, toutes les pensées, tous les instants. Cet intervalle est le point de référence, le lieu où règne le calme au

cœur de la Création. C'est là que l'univers met en corrélation tout ce qui existe.

La science a-t-elle prouvé que les rishis avaient raison ? Le plus que nous puissions dire – et c'est beaucoup – c'est que les scientifiques et les rishis partagent certains points de vue. Ils viennent de mondes différents mais ont la même vision des choses – du moins presque la même. La science est encore alourdie par le matérialisme quand il s'agit des choses de l'esprit, la croyance que toute explication de Dieu, de l'âme ou de la vie après la mort n'est possible que si la matière contient l'ultime secret. C'est comme si on disait qu'on ne peut pas comprendre le jazz tant qu'on n'a pas donné une représentation graphique des atomes de la trompette de Louis Armstrong.

En définitive, un livre sur la vie après la mort ne peut nous réconcilier tout à fait avec le caractère inéluctable de la mort. Il peut seulement nous amener à trouver le réconfort par nous-mêmes. Vous et moi, nous sommes des êtres uniques et, par conséquent, très différents. Une vision de l'éternité qui vous est étrangère ou même qui vous effraie peut me réconforter. Je peux me lamenter plus ou moins que vous ne le feriez en voyant mon corps vieillir. Nous avons chacun notre vision personnelle de Dieu. Pourtant nous sommes liés dans le champ de la conscience, et nous y accomplissons une tâche identique.

Il nous faut nous rendre compte que nous sommes tous empêtrés dans la même réalité. La notion d'isolement est maintenant désuète, qu'il s'agisse d'écologie ou d'Internet. Nous avons

besoin de nous rappeler notre source commune. Nous portons atteinte à l'âme humaine si nous limitons notre existence à la durée d'une vie et à l'enveloppe d'un corps physique. Nous sommes avant tout esprit et âme, ce qui situe notre vrai domaine par-delà les étoiles

Savoir que je retournerai un jour dans le champ pour découvrir la source me donne une confiance infinie dans le but de la vie. Avec autant de ferveur que celui qui croit en Dieu, j'ai foi en cette vision. Ma foi est renouvelée quand j'ai l'occasion d'être témoin. Alors je peux entrer en contact avec le silence de mon être, je perds toute crainte de la mort. En fait, j'entre en contact avec la mort à ce moment-là et avec joie. Écoutez le poème merveilleusement émouvant de Tagore :

Quand, je suis né et que j'ai vu la lumière
Je n'étais pas étranger en ce monde
Quelque chose d'énigmatique, d'informe, d'indicible
M'est apparu sous l'aspect de ma mère.

Quand je mourrai, ce même inconnu réapparaîtra
Comme toujours connu de moi,
Et, parce que j'aime cette vie,
J'aimerai aussi la mort.

Sans la mort il ne peut y avoir de moment présent, car le dernier moment doit mourir pour faire place au suivant. Il ne peut y avoir d'amour en cet instant, car la dernière émotion doit mourir pour faire place à une nouvelle. Il ne peut y avoir de vie présente, car les vieilles

cellules de mon corps doivent mourir pour que naissent de nouveaux tissus. C'est le miracle de la création, qui est à chaque seconde une seule et même chose : la vie et la mort unies en une danse éternelle. Ce serait une catastrophe d'exclure la mort de la danse. Il est absolument certain que ce serait une catastrophe si l'univers n'avait pas la moindre chance de se renouveler. Par bonheur la création n'a pas été conçue ainsi. Nous vivons dans un univers qui se recrée sans fin. Par-delà nos craintes et nos doutes, nous ne devrions pas prier avec ferveur pour la vie, que nous avons en abondance. Nous devrions prier pour mener la danse cosmique, car alors nous serions suivis par les anges et les dieux eux-mêmes.

Épilogue

MAHA SAMADHI

Les pluies de la mousson dévalèrent de la montagne au cours de la nuit. Pendant son sommeil Ramana pouvait entendre le bruit des eaux pareil au roulement sourd du tonnerre sur le toit. C'était assez fort pour lui troubler le sommeil, mais pas assez pour le réveiller complètement. Il songea vaguement à fermer la fenêtre à côté de son lit. Il se souvint du petit trou dans le toit sous lequel il aurait dû mettre un seau pour recueillir les gouttes d'eau qui tombaient. Mais pour une raison qui lui échappait, il ne pouvait sentir l'eau

qui l'éclaboussait ni entendre la pluie qui tambourinait.

C'est vraiment bizarre, pensa Ramana à demi-endormi.

Toutefois il entendait le grondement sourd du tonnerre, heure après heure. Cela n'en finissait pas. Ramana ouvrit les yeux, jeta un coup d'œil au rebord de fenêtre et sur le sol, juste en-dessous du trou dans le toit. Aucune trace d'humidité. Où était passée l'eau ? Pourquoi tonnait-il encore ?

Puis il comprit. Les dieux frappaient à la porte. La mort était venue comme les moussons, la saison de l'année que préférait Ramana. Il n'était pas surpris de pouvoir encore sentir son corps ou de constater que la pièce était intacte. Son maître, qui était mort il y avait de cela soixante ans, lui avait dit comment les choses se passeraient. Soixante ans ?

Était-ce possible ? Soudain Ramana ne put se rappeler quel âge il avait lui-même. Soixante-quinze ans, quatre-vingts ? Sa confusion d'esprit provoqua en lui un changement. Son corps commença à lui paraître plus léger, comme s'il rajeunissait graduellement. Il s'élevait, toute la pièce s'élevait, et le roulement du tonnerre commença à diminuer.

Allait-il disparaître ? se demanda Ramana, mais le monde mit un terme à son anxiété en disparaissant le premier. Il n'avait jamais beaucoup cru au monde. Aussi cela ne le surprit-il pas. Pendant un ultime instant, toujours couché dans son lit, il regarda par la fenêtre un ciel qui vira du bleu à un blanc très doux, et puis il y eut seulement la blancheur et la pièce disparut. Ramana baissa les yeux, son corps avait lui aussi disparu. Cela s'était produit si naturellement qu'il se

rappela les paroles de son maître : « Le corps est comme un manteau. Pour ceux qui sont éclairés, mourir, c'est comme laisser le manteau tomber sur le sol. Pour ceux qui ne sont pas éclairés, c'est comme arracher un manteau qui est cousu sur le corps. »

Qu'est-ce qui allait disparaître ensuite ? Ramana pouvait encore se poser des questions. Son esprit ne l'avait pas quitté. Il se vit comme un garçon de douze ans, quand il avait rencontré pour la première fois son maître, qui vivait dans la même retraite en pleine forêt, là où il devait prendre refuge à son tour.

— Veux-tu que je sois ton maître ? avait demandé le vieil homme assis en lotus sur une peau de daim.

Le garçon avait acquiescé d'un signe de tête.

— Est-ce parce que tes parents pensent que ce serait une bonne chose ?

Le garçon avait acquiescé à nouveau.

Alors le maître avait fait un signe de la main pour faire sortir les parents de la pièce.

— Viens à moi quand tu en auras envie, toi et non pas tes parents, dit le maître quand ils furent seuls.

— Pourquoi ? avait demandé Ramana. Mes parents ne veulent que mon bien.

— Cela ne suffit pas, avait répondu le maître. Tu ne peux pas être avec moi et rester pareil aux gens ordinaires. Les gens ordinaires ont besoin du soutien d'une famille, sinon ils mourraient de solitude. Ils ont besoin du soutien de la société, sinon ils n'auraient ni amis ni conjoint. Ils ont besoin du soutien de leur corps, sinon ils mourraient de faim. Et

surtout ils ont besoin du soutien de leur esprit, sinon ils tomberaient fous.

— Je ne vois pas pourquoi vous me dites cela, avait remarqué le garçon.

— Parce que si tu perds ta famille, tes amis, ton corps et ton esprit – et tu dois tous les perdre – je ne veux pas que tu meures. Je veux que tu sois libre.

Le garçon resta absent pendant dix ans. À son retour, le maître avait ri et déclaré à Ramana qu'il avait pris sa décision rapidement.

— Après ce que je t'avais dit, la plupart des gens ne seraient jamais revenus.

Pendant la période où il avait été disciple, Ramana avait trouvé l'enseignement ardu. Il avait souvent trébuché mais n'était jamais tombé. Tout ce que son maître avait prédit s'était réalisé. Le temps vint où le disciple n'eut

plus besoin du soutien des membres de sa famille. Mais ce ne fut pas une perte, parce qu'il les considérait maintenant avec une profonde compassion. Il n'eut plus besoin du soutien de la société, mais ce ne fut pas une perte, parce qu'il se vit comme faisant partie de l'humanité. Il n'eut plus besoin du soutien de son corps, mais ce ne fut pas une perte, car son corps se débrouilla mieux tout seul quand Ramana cessa de se faire du souci pour lui.

La seule chose que Ramana n'abandonna jamais tout à fait, ce fut le soutien de son esprit.

— Ah, tu crains de mourir si tu perds ton esprit, avait dit son maître d'une voix parfaitement calme.

Ramana montra le même calme. Il apprit à entrer en lui-même, à être dans l'état de samadhi pour connaître le

silence et, avec les années, cela devint pour lui un refuge, un lieu libéré de l'activité constante de l'esprit.

Le jour où son maître était mort, Ramana s'était agenouillé à son chevet et avait pleuré.

— Alors tu imagines que je te quitte, avait murmuré son maître. Tu es encore envoûté par ton esprit.

Le maître avait parlé d'un ton affectueux, sans l'ombre d'un reproche, ce qui avait consolé Ramana. Une heure plus tard son maître était entré dans le plus profond des silences, *samadhi.*

Ramana pouvait se rappeler tout cela maintenant qu'il était mort lui aussi. Il regarda à l'entour. Il n'y avait personne pour le pleurer, pas de famille, pas même son maître. L'espace d'un instant la peur le fit frissonner, puis il se rasséréna et,

du même coup, il se trouva dans l'incapacité de penser *Voilà mon esprit qui me quitte.* Ramana se glissa sans effort là où l'esprit n'était plus indispensable. Il n'y avait plus de lumière autour de lui, mais même cette perception fut éphémère. Il n'y avait pas d'obscurité non plus. Quand son esprit s'était esquivé, il avait emporté la lumière et l'obscurité avec lui.

Maintenant Ramana était enveloppé de silence. Quel soulagement indicible ! Des mondes entiers tentaient de pénétrer en lui et de lui voler son silence. Mais tout ce qu'ils pouvaient faire, c'était ricocher sur lui avec une incroyable légèreté, comme des plumes sur un rocher. Et puis Ramana devint impénétrable. Il n'y avait ni univers, ni Dieu, ni divine présence, ni amour.

Ramana s'attarda un moment dans l'intemporalité. Un souffle plein de douceur lui fit signe de revenir. Il reprenait vie. Non pas parce qu'il voulait vivre sur Terre, car ce désir aurait été une pensée. Le souffle n'avait d'autre raison que d'être. Pendant une fraction de seconde Ramana put choisir de ne pas revenir. La paix éternelle était tout aussi possible qu'une autre vie.

C'est seulement à ce moment-là qu'il se rendit compte qu'il était enfin libre. La vie humaine pourrait être à nouveau sienne. En cet instant il pouvait aussi vivre la paix éternelle – les deux en même temps. Ramana se sourit, si l'on peut dire que le cosmos sourit. Le souffle devint plus bruyant. Ramana se détendit et laissa le souffle le porter en direction de la Terre. À un souffle succéda un autre souffle encore plus fort jusqu'à ce qu'il devînt

pareil aux moussons qui dévalent la montagne, poussées par le vent, ou pareil au vacarme que font les dieux qui frappent. Ramana ne pouvait pas voir dans quelle famille il naîtrait, mais il savait quel était son nouvel objectif : il montrerait à ces humains plongés dans leur rêve, ces humains qu'il aimait tant, comment se réveiller.

Bibliographie

AMBRE Alexis, *Qui dit que la mort est une fin ?* Clair de Terre, 1999.

BRUNE Père François, *Les Morts nous parlent,* Éditions Oxus, Paris, 2006.

BAUDOIN Bernard, *Pour ne plus avoir peur de la mort*, Ramsay, Paris, 2001.

BAUDOIN Bernard, *Near Death Expériences*, *Perception d'une vie après la mort*, de Vecchi, Paris, 2006.

BAÏERLÉ Pierre, *Passeport pour l'immortalité,* Faure, Lausanne, 1988.

BEAUDRY Paul, *Mourir et renaître,* Le Dauphin Blanc, Loretteville, Québec, 2004.

BESSIÈRE Richard, *Les Pouvoirs inconnus de l'homme avant et après sa mort,* Éditions Trajectoire, Paris, 2005.

BESSIÈRE Richard, *Les Mystères de la réincarnation,* Éditions Dangles, Paris, 2005.

BOSSY Gérard, *La Mort : Mythe ou réalité,* Éditions Recto-Verseau, 2001.

BROWNE Sylviane, *Les Bénédictions de l'au-delà*, AD A, Québec, 2002.

BUHLMAN William, *Le Secret de l'âme,* ADA, Québec, 2001.

CAMBON Philippe et al. « *Ce que la science sait de la mort* », *Science et Vie,* août 2006.

CHOPRA Deepak, *Le Corps quantique,* Dunod, Paris, 2003.

CHOPRA Deepak, *Le Livre des coïncidences,* Dunod, Paris, 2004.

CHOPRA Deepak, *Le Livre des secrets,* Guy Trédaniel, Paris, 2006.

COULOMBE Maryline, *Les Morts nous donnent signe de vie,* Édimag, Québec, 2005.

DAWKINS Richard, *Le Gène égoïste,* Armand Colin, Paris, 1990.

DAWKINS Richard, *Qu'est-ce que l'évolution ?* Hachette, Paris, 1995.

DECKER Michèle, *La Vie de l'autre côté*, J'ai Lu, Presses du Châtelet, Paris, 2004.

DROUOT Patrick, *Nous sommes tous immortels*, Éditions du Rocher, 2004.

DUCLUZEAU Pierre, *La Mort dans tous ses états,* Éditions Dervy, 1998.

DUTHEIL Régis Professeur et DUTHEIL Brigitte, *La Médecine superlumineuse,* SAND, Paris, 1992.

ELSAESSER-VALARNIS Evelyn, *D'une vie à l'autre : des scientifiques explorent les phénomènes de mort imminente,* Albin Michel, Paris, 1999.

FREMANTLE Francesca et CHÔGYAM Trungpa, *Livre des morts tibétains,* Le Courrier du Livre, Paris, 1984.

GILMORE Robert, *Alice au pays des quanta*, Le Pommier, Paris, 2006.

GIRARD Jean-Pierre, *Agir sur la matière,* Presses du Châtelet, Paris, 2005.

GIRARD Jean-Pierre, *Encyclopédie de l'Au-delà,* Éditions Trajectoire, Paris, 2006.

GREBER Johannes, *Mystère de l'au-delà,* Le Jardin des Livres, Paris, 2006.

GROF S. et HALIFAX J., *La Rencontre de l'homme avec la mort,* Éditions du Rocher, 1982.

HAWKING Stephen M., *Une brève histoire du temps*, Flammarion, Paris, 1989.

KARDEC Allan, *Le Livre des esprits,* J'ai Lu, Paris.

KRISHNAMURTI, *La Première et la dernière liberté*, J'ai lu, Stock, Paris, 1979.

KRISHNAMURTI, *De la vie et de la mort*, Éditions du Rocher, 1994.

KÜBLER-ROSS Elisabeth, *Apprendre à mourir, apprendre à vivre,* Le Courrier du Livre, Paris, 1994.

KÜBLER-ROSS Elisabeth, *La Mort est une question vitale*, Albin Michel, Paris, 1996.

LA REVUE DE L'AU-DELÀ, Menssana, Paris.

LIROY, Lucien, *Le Secret des mondes parallèles,* Cergy, 2006.

MC TAGGART Lynne, *L'Univers informé,* Ariane Éditions, Québec, 2005.

MARILLAC Alain J., *Gérer sa mort*, Éditions Québécor, Québec, 2006.

MOODY Raymond, *La Vie après la mort*, Robert Laffont, Paris, 1977.

ORTOLI Sven et PHARABOD Jean-Pierre, *Le Cantique des quantiques*, La Découverte, Paris, 2004.

OSIS K. Dr et HARALDSSON Dr, *Ce qu'ils ont vu au seuil de la mort*, Éditions du Rocher, 1982.

OSONIO Georges, *ABC de l'au-delà,* Grancher, Paris, 2002.

PRIEUR Jean, *Cet au-delà qui nous attend,* F. Lanore, Paris, 1994.

QUESTIN, Marc-Louis, *Entrez dans la cinquième dimension*, Éditions Trajectoire, Paris, 2005.

RAGUENEAU Philippe, *L'Autre Côté de la vie*, Éditions du Rocher, 1997.

RING Kenneth, *Sur la frontière de la vie*, Robert Laffont, Paris, 1982.

RIOTTE Jean, *Les Voix venues de l'au-delà*, Albin Michel, Paris.

ROUSSEL, Reynold, *Mon aventure avec le monde invisible*, Reynard éd. 2002.

SOGYAL RINPOCHÉ, *Le Livre tibétain de la vie et de la mort*, Éditions de la Table Ronde, Paris, 2003.

STEVENSON Ian, *Les Enfants qui se souviennent de leurs vies antérieures*, Éditions SAND, Paris, 1987.

VAN EERSEL Patrice, *Réapprivoiser la mort*, Albin Michel, Paris, 1997.

VAN PRAAGH James, *Dialogues avec l'au-delà*, J'ai lu, Stock, 1997.

VISEUX Dominique, *La Mort et les états posthumes*, Guy Trédaniel, Paris, 1989

WEISS Brian L., *Une même âme, de nombreux corps*, Éditions Véga, Paris, 2006.

WEISS Brian L., *Nos vies antérieures*, J'ai lu, 1992.

WINTER Jean et de DAMPIERRE Gérard, *Dites-leur que la mort n'existe pas,* Éditions Exergue, Paris, 2006.

Remarque

Les lecteurs désireux de consulter la documentation en anglais (livres, revues, articles, sites Internet) auxquels Deepak Chopra s'est référé pour écrire son ouvrage sont priés de se reporter à l'édition anglaise *Life After*

Death The Burden of Proof Harmony Books, New York, 2006, p. 235-270.

Table des Matières

Quelque part dans l’entre-deux 155
Remerciements 8
Aperçu général 10
Première partie 59
La vie après la mort 59
1 60
La mort sur le pas de la porte 60
Le miracle de la mort 68
L’éternité maintenant 76
Le Vedanta. Réponses de l’âme 85
2 99
Comment se guérir de la mort ? 99
Le passage dans l'au-delà 105
Les étapes de l’Éveil 113
L’approche de la vie après la mort 117
À quoi devons-nous nous attendre ? 123

3 129
La mort accorde trois souhaits 129
Une question de croyance 136
Êtes-vous croyant ou non ? 144
4 160
Comment échapper au lasso ? 160
Le paradis d'un Rishi 167
Le ciel des harpes 172
L’enfer 173
Le conflit entre science et religion 176
La voie des rishis 186
5 200
Le chemin de l'enfer 200
Le karma et le salaire du péché 205
Comment se libérer du péché 211
Qu’en est-il de Satan ? 218
L’âme est occultée quand... 226
L’âme se révèle quand... 229

6 232
Les fantômes 232
Le domaine des rêves 238
L’akasha 250
L'univers akashique 257
7 264
Le fil invisible 264
Une multiplicité de mondes 269
Les sept destinations de l'âme 272
La conscience élargie 277
Un éventail de choix 295
8 305
La découverte de l'âme 305
La différence entre la vie et la mort 313
La nécessité de posséder certaines capacités 326
Inventaire des capacités indispensables 328

9 340
Deux mots magiques 340
L’éternité 346
Le voyage dans trois mondes 362
Les trois mondes ou la carte de l'éternité 366
Le choix d’une nouvelle allégeance 374
10 395
Survivre à la tempête 395
Vivre par-delà les frontières 402
Les cinq koshas 410
La conscience est votre domaine 433
11 440
Guides et messagers 440
Comment on fait un ange 447
La projection 452
L'effet devata 467
12 481

Le rêve se poursuit 481
La réincarnation 486
Retour sur terre et karma 495
Le Karma et le cerveau 514
De cette vie à la prochaine vie 523
La libération 536
Deuxième partie 544
La charge de la preuve 544
13 552
L'akasha existe-t-il ? 552
L'esprit l'emporte sur la matière 568
Est-ce que l'akasha explique tout ? 577
14 603
Penser en dehors du cerveau 603
Pénétrer dans le champ de l'esprit 614
Le cerveau par-delà les frontières 634
Les mimes et le comportement des croyances 644

L'élaboration d'une vision du monde 648
Est-il possible d'ouvrir l’esprit ? 657
15 670
Le mécanisme de la création 670
Les élans créateurs 675
La source de toutes choses 684
Sat Chit Ananda 695
Épilogue 707
Bibliographie 718