

QUID D'UNE EXPERIENCE DE MORT IMMINENTE ?

Ce jour-là, Patrick part à la plage avec ses enfants. Vers 14 h 30, en nageant, il s'éloigne de deux ou trois cents mètres du rivage. Après, c'est le trou noir. Patrick ne se rappelle pas qu'il s'est noyé. « La première chose dont je me souviens brièvement, c'est d'un chariot [d'hôpital] et des gens qui crient dans les couloirs, des femmes qui courent, qui demandent des boccas, etc. Mon premier gros choc, c'est de me voir allongé sur le lit. (...) Je vois les gens qui m'amènent au bloc opératoire, les électrodes sur ma poitrine, je vois mon corps rebondir plusieurs fois sous l'effet des électrochocs. » À ce moment, Patrick entend un médecin dire : « C'est désespéré, il est en phase deux. » « J'ai compris qu'il parlait du coma, poursuit Patrick. (...) Et là je me quitte, je n'ai pas suivi mon corps. J'ai été aspiré comme dans une spirale, comme dans un courant d'air, et j'ai perdu connaissance une deuxième fois. »

Patrick parle alors d'une lumière intense, « ce n'est pas comme la lumière du soleil qui t'aveugle, qui te brûle, c'est tellement plus éclatant, mais ça ne t'éblouit pas. Avant d'y arriver, j'ai rencontré ma grand-mère, qui est morte. Elle était avec mon grand-père de l'autre côté d'une rivière. (...) Si on devait donner une définition du bonheur, de la paix, je crois que ce serait ça. » Patrick est resté onze jours dans le coma. Il avait 33 ans et cet épisode a bouleversé sa vie. Il a vécu une expérience de mort imminente (EMI) particulièrement intense et complète. Selon les différentes études hospitalières, environ 15% des survivants à un arrêt cardiaque connaissent une EMI.

Ces rescapés, également appelés « expérienceurs », décrivent tous peu ou prou le même scénario : une première phase « d'expérience hors du corps » ou « décorporation », l'impression d'être mort et un détachement émotionnel, puis le passage dans un tunnel (ou un équivalent, comme la spirale dont parle Patrick), qui débouche sur une « lumière ». Puis vient la rencontre d'un « être de lumière » ou de parents défunts, le passage en revue des moments importants de la vie, la sensation d'avoir une connaissance totale. Et enfin le retour, qui est souvent instantané et difficile.

« Nos connaissances actuelles sont insuffisantes pour apporter une explication à ces expériences », analyse le docteur Jean-Pierre Jourdan, président de l'association IANDS-France (*International Association for Near Death Studies*) « Mais les témoignages sont suffisamment nombreux et cohérents pour que l'on s'y intéresse. Pour moi, il s'agit d'un phénomène nouveau au regard de la science, un comportement « exotique » de la conscience dont nous n'avons pas encore les clés, mais qui pourrait nous permettre de découvrir un pan entier de son fonctionnement. »

En octobre 2014, l'université de Southampton a publié une vaste étude, AWARE (Awareness during Resuscitation), menée auprès de 140 volontaires ayant survécu à un arrêt cardiaque. Et les scientifiques ont découvert un cas exceptionnel. Normalement, un cerveau fonctionne encore 30 secondes environ après l'arrêt du cœur. Passé ce laps de temps, l'organe souffre d'hypoxie (manque d'oxygène) et d'hypercapnie (augmentation du taux de gaz carbonique).

Pourtant, un patient a été capable de raconter les manipulations effectuées pour le réanimer. S'appuyant sur cette description, validée par l'équipemédicale, les chercheurs ont pu certifier que cet homme était resté conscient pendant 3 minutesalors que son coeur ne battait plus ! « Une preuve importante », selon le Dr Parnia, qui a piloté l'étude, « car on a souvent affirmé que les EMI surviennent soit juste avant que le cœur ne cesse de battre, soit une fois qu'il est reparti.

Que se passe-t-il donc lors d'une EMI ? Lorsque le cerveau manque d'oxygène, il libère des endorphines qui seraient à l'origine d'une désinhibition du cortex visuel et du système limbique (région dédiée aux souvenirs).

Les EMI ne seraient donc que le fruit d'un dérèglement du fonctionnement du cerveau. En 2001, Olaf Blanke, un chercheur en neurosciences de l'université de Lausanne, a réussi à provoquer la sensation de décorporation chez une patiente atteinte d'épilepsie en stimulant électriquement différentes régions de son cerveau. Elle n'était pas endormie et pouvait décrire ses perceptions en direct. Alors qu'il stimulait le gyrus angulaire, une zone à cheval sur les lobes temporal (situé derrière l'os des tempes) et pariétal (sur le haut du crâne), la patiente a déclaré qu'elle se voyait de dessus, allongée sur le lit, mais seulement ses jambes et la partie inférieure de son tronc. Mais cette explication reste incomplète.

D'où vient le fameux tunnel de lumière ? Et ces souvenirs de défunts ? Depuis 2012, plus de 200 témoignages d'EMI ont été recueillis par l'équipe du Coma Science Group de l'université de Liège, dirigée par le neurologue Steven Laureys. Pour mesurer la profondeur et l'intensité des expériences, les chercheurs utilisent « l'échelle de Greyson ». Un questionnaire en 16 points permet de vérifier la fiabilité des témoignages. Le temps semblait-il s'accélérer ou ralentir ? Des scènes de votre passé vous sont-elles revenues ? etc. L'équipe du Coma Science Group a comparé les souvenirs d'EMI avec ceux obtenus dans des conditions « normales ».

Résultat

les réminiscences d'EMI sont plus détaillées. Ce ne sont donc pas de faux souvenirs ou des hallucinations. Plus troublant encore, une EMI ne survient pas forcément lorsqu'on frôle la mort. Les témoignages montrent qu'elle peut survenir lors d'une forte fièvre, d'une prise de drogue, d'une séance de méditation ou d'un orgasme. Les arrêts cardiaques ne représenteraient que 25 % des cas.

Ces récits suggèrent une nouvelle définition de la conscience. Alain a été dans le coma à la suite d'un grave accident de voiture. « Je me suis retrouvé au plafond de la chambre, et il a fallu que je "regarde" plusieurs fois pour me reconnaître. » Il observe le personnel médical changer ses perfusions, toujours depuis le plafond, puis il sort de la chambre en laissant son corps derrière lui. « J'ai pu vérifier après coup que les endroits que j'ai vus existaient bien. Je me souviens avoir visité l'hôpital, en m'amusant à voler dans les escaliers ! »

Comment Alain a-t-il pu promener sa conscience dans l'hôpital alors que son corps se trouvait dans sa chambre ? Le cardiologue néerlandais Pim Van Lommel, spécialiste des EMI, avance une tentative d'explication : notre conscience ne se limite pas à notre cerveau. C'est le concept de conscience non « locale », « le cerveau et le corps ne fonctionneraient que comme des stations relais recevant une partie de la conscience totale », note le chercheur dans son

livre *Mort ou pas?* (InterEditions). Une hypothèse décriée par le reste de la communauté scientifique. Une chose est sûre : selon les statistiques de la NDERF, près de 74 % des « expérienceurs » ont observé un changement dans leur comportement. « On n'atterrit jamais vraiment, raconte Elise. Ce type d'expérience vous marque à vie. (...) Votre échelle de valeurs s'en trouve modifiée, ainsi que l'importance que vous accordez aux choses. »

Écrit par l'équipe Ça m'intéresse
Par Julia Zimmerlich