

A close-up, profile view of a middle-aged man with short, light brown hair, looking slightly to the left. He is wearing a light blue button-down shirt. The background is a soft, out-of-focus green and yellow, suggesting an outdoor setting with foliage. The lighting is natural and soft, highlighting the texture of his skin and the fabric of his shirt.

Stéphane
Allix

**ENTRE
OMBRE
ET LUMIÈRE**

Itinéraire
d'un reporter

Flammarion

ENTRE OMBRE

ET LUMIÈRE

ITINÉRAIRE D'UN REPORTER

Directrice éditoriale : Florence Lécuyer
Responsable éditoriale : Gaëlle Lassée, assistée de Valentine Ferrante
Conception et réalisation graphiques : Justeciel
Préparation de copies et relecture sur épreuves : Colette Malandain
Fabrication : Louisa Hanifi-Morard et Titouan Roland
Photogravure : Bussière, Paris

©Flammarion SA, Paris, 2019

ISBN : 978-2-8411-0209-9

N° d'édition : L.01EBAN000490.N001

Dépôt légal : septembre 2019

Tous droits réservés.

Aucune partie de ce livre ne peut être reproduite ou transmise sous quelque forme que ce soit et par aucun moyen électronique, mécanique ou autre sans l'autorisation écrite de l'éditeur.

ENTRE OMBRE

Stéphane Allix

ET LUMIÈRE

Textes et photos

ITINÉRAIRE D'UN REPORTER

Flammarion

SOMMAIRE



La guerre à 19 ans	010
Énergies adolescentes	026
Le choc du réel	036
Devenir grand reporter	047
Je serai les yeux	060
Un voyage dans le temps	072
Ne jamais remettre à plus tard	084
Reconnaissance	092
Aveuglement	106
Et soudain la vie	124
La guerre dans le ciel	133
L'appel	148
Les bouddhas du rêve	160
La mort	169
Les blessures du deuil	176
La mort vue par la science	188
Et si c'était vrai ?	196
Espiritus	206
<i>Le Livre des morts</i>	226
Sciences et spiritualité	236
La mort de mon père	251
Être à l'écoute de soi-même	260
Autres vies	268
Le sens des épreuves	284
Savoir aimer	296
Espérance	306

J'ai toujours aimé les frontières. Les franchir surtout. Je garde le souvenir de ce jour où, l'avion venant d'atterrir sur le tarmac de l'aéroport d'Islamabad, au Pakistan, je suis sorti sur la passerelle : la moiteur épaisse était tellement inhabituelle que j'ai pensé qu'elle émanait des turbines de l'appareil, mais, après m'être éloigné, je me suis aperçu que non, ce n'était pas l'avion qui dégageait cette chaleur, mais le pays.

J'étais un enfant. J'avais dix-neuf ans et c'était la première fois que je voyageais si loin. Pourtant je m'apprêtais à rejoindre une zone de guerre et à disparaître plusieurs mois dans le maquis afghan. À devenir journaliste.

En franchissant clandestinement cette frontière entre la paix et la guerre, je fus arraché à une réalité – mon pays, ma culture, mon éducation – dont je pensais à tort qu'elle était à peu de choses près identique partout. Ce voyage fut une révélation. Je découvris que notre planète est composée de plusieurs mondes. Cette évidence était restée pour moi insoupçonnée jusqu'à ce que je quitte ma bulle et que je parte vers l'inconnu.

Des années plus tard, la mort accidentelle de mon frère m'a forcé à quitter une autre bulle, celle de mes certitudes matérialistes. Je croyais, sans jamais y avoir vraiment réfléchi, que notre réalité se limitait au monde observable et que la science nous avait permis d'en connaître l'essentiel. Or tout cela a volé en éclats. Après seulement quelques semaines d'enquête, j'ai commencé à prendre la mesure du changement de paradigme qui caractérise notre époque et de ses conséquences vertigineuses : ce qui est invisible à nos yeux, imperceptible à nos instruments de mesure est peut-être beaucoup plus réel que la matière qui nous entoure. Et je suis allé explorer ce monde invisible. Au-delà d'autres frontières.

C'est cela que je souhaite partager dans ces pages. Comment des décennies de voyage, de confrontation et d'exploration du monde puis des frontières de notre conscience m'ont transformé en profondeur et m'ont convaincu de manière très rationnelle que la réalité est multiple et que la mort est sans doute une sorte d'illusion.

Nous sommes aujourd'hui déjà dans le monde de demain.
De l'ombre à la lumière. De la violence des hommes à l'apaisement intérieur.

Voici quelques-uns des *voyages* qui ont façonné l'homme que je suis.



Le désir de devenir reporter de guerre m'est venu très tôt. Au printemps 1988, la photo d'un jeune photographe américain aperçue dans un magazine consacré à la guerre du Viêtnam me décide à partir sur le terrain, sans autre expérience qu'une envie brûlante.

LA GUERRE

À 19 ANS

———— Pourquoi l'Afghanistan ? Pourquoi, alors que je n'ai que dix-neuf ans, suis-je en train de franchir clandestinement la frontière de ce pays plongé dans une guerre effroyable, sans même que mes parents soient au courant ? Où se situe l'origine de nos choix ?

Nous sommes début mai 1988, une époque qui semble lointaine, dans laquelle pourtant plongent les racines du désastre qui emporte le monde actuel. En 1979, l'armée soviétique ayant envahi ce petit pays d'Asie centrale, une résistance armée s'y organise rapidement, soutenue par les Américains. Deux blocs s'affrontent, par Afghans interposés. Au fil des années, les combattants de la liberté, les moudjahidin, ne cessent d'opposer leur implacable détermination et leur courage à la puissante Armée rouge. Ravages. Des millions d'hommes, de femmes et d'enfants fuient le pays ou sont tués. Dix ans de conflit dévastent cette fragile nation. Et l'Union soviétique y meurt. Et Al-Qaida y naît. Mais en ce printemps 1988 il n'y a pour moi là-bas que l'insouciance immature d'une promesse... alors que vibronne déjà l'enfer.

J'ai dix-neuf ans et je veux devenir reporter de guerre. Je ne vois qu'une seule option envisageable : apprendre sur le terrain. À cette époque, le conflit afghan est sous les feux de l'actualité. Il va m'en offrir l'opportunité. Les journalistes qui désirent se rendre auprès des combattants de la liberté doivent, comme les humanitaires, entrer clandestinement dans le pays *via* le Pakistan voisin. La filière est rodée. Tous les partis de la Résistance y possèdent une base arrière, comme durant la Seconde Guerre mondiale Londres servait de base à la Résistance française.

AFGHANISTAN 1988

Durant l'occupation soviétique entre 1979 et 1989, des centaines de journalistes et d'humanitaires ont rejoint clandestinement les combattants afghans, parcourant le pays à pied et partageant les conditions de vie particulièrement difficiles des moudjahidin.



Ma décision est prise. Muni de quelques conseils glanés à Paris, notamment auprès d'Olivier Weber, grand reporter au journal *Le Point*, j'atterris à Islamabad muni d'un simple visa de tourisme. Un bus me conduit en quelques heures à Peshawar, ville-frontière dont j'ai lu dans *Rolling-Stone* que c'était un lieu dangereux où se côtoient espions, mercenaires, combattants étrangers et trafiquants de tous bords. Lorsque je me présente devant le portail en fer des locaux du *Harakate-Islami*, un petit mouvement de combattants chiites dont le nom m'a été soufflé par un logisticien de Médecins du Monde, je n'ai aucune formation, ni même le bac, juste un rêve à réaliser et une détermination insouciantement chevillée au corps. Beaucoup de combattants afghans ont mon âge, quand ils ne sont pas plus jeunes encore ; aussi, en dépit de mon air candide, les responsables qui me reçoivent me croient-ils quand je prétends avec assurance être journaliste. Ils acceptent de me faire passer la frontière avec leurs hommes. Je dois quitter mon hôtel, acheter des vêtements locaux, de bonnes baskets, et rejoindre leur base.

Trois jours après, je marche dans des collines qui ressemblent à celles de l'Isère, et je commence ma vie. Je transpire tandis qu'une sueur froide me glace le dos. La sangle de mon sac photo tout neuf me scie l'épaule. Parti à pied avec quelques hommes du village de Tri Mangal, je gravis péniblement une route de terre montant à l'assaut d'un col encore invisible. Où se trouve la frontière afghane ? Y a-t-il quelque chose, un poste de garde, une clôture, n'importe quoi qui marque officiellement la démarcation entre les deux pays ? Je ne distingue rien de tel ; juste une étendue sauvage. Tout à coup Quarani, le combattant qui me précède, se tourne vers moi et m'annonce que nous sommes officiellement en Afghanistan depuis quelques mètres. Comment le sait-il ? Quelques pas sur un chemin indifférent, et tout est soudain vertigineux. Je suis si fier, je pense à mon père. Si je me retrouve ici en Afghanistan aujourd'hui, c'est aussi parce qu'il a arpenté cette terre dans les années 1950.

Je vais disparaître plus de deux mois dans le maquis afghan, parmi des hommes d'honneur qui se battent pour leur liberté, et qui surtout meurent pour elle. Je suis sans aucun moyen de communication ; mes parents n'apprendront les détails de mon séjour imprévu dans ce pays qu'à mon retour – avantage de ce temps où les portables n'existaient pas. Je passe mes premières semaines dans un camp de la Résistance face aux Montagnes blanches. Durant les longues journées d'attente, la peur surgit parfois lors d'alertes inopinées : passages de bombardiers, rumeurs de parachutages nocturnes de commandos soviétiques, etc. Un jour, pour tuer le temps, empruntant l'un des chevaux du camp, je pars galoper dans les collines avec le commandant Mama Habib, un « vieux » de vingt-sept ans à la barbe drue. Alors que ma monture dévale une pente



« Je vais disparaître plus de deux mois dans le maquis afghan »

à pleine vitesse, ma selle se décroche, mon cheval fait un écart brusque et je tombe violemment au sol ; j'en ai le souffle coupé. Pendant plusieurs jours je persiste à croire que je me suis simplement déboîté l'épaule, malgré l'os de ma clavicule droite qui forme une bosse dissymétrique. La douleur persistante finit par me convaincre de la gravité de l'incident. En effet, je me suis brisé la clavicule. Je parviens à faire bouger les deux morceaux disjoints. Malgré l'inconfort de la situation, il est hors de question de changer mes plans et de faire demi-tour. Je reste dans le maquis. Après une dizaine de jours, Gilles Luneau, un journaliste français de dix-huit ans mon aîné, rejoint le camp. Je suis heureux de retrouver un compatriote.

Bientôt, c'est le départ pour le centre du pays. Journées exténuantes, interminables heures de marche, terrassé par la douleur qui me traverse l'épaule. Plus de cent cinquante kilomètres à pied à travers un pays occupé. Impossible de revenir en arrière, je n'ai qu'une option : avancer, et photographier. Je marche, je pleure, je maigris, j'ai mal. Épuisé, il m'arrive à plusieurs reprises de penser que la mort doit être une douce délivrance. Elle pourrait me cueillir là, j'en serais presque heureux.

Notre troupe traverse d'innombrables villages détruits. La nuit dans le désert, les avions menacent et nous font nous jeter au sol, immobiles et tremblants. Ce n'est pourtant pas vraiment de la peur que j'éprouve : je suis inconscient. Je suis entouré de visages qui ont vu l'horreur. Ils sont sans âge. Je croise des sourires, mais aussi des regards d'où toute joie semble avoir été aspirée. Je découvre le prix de la guerre.

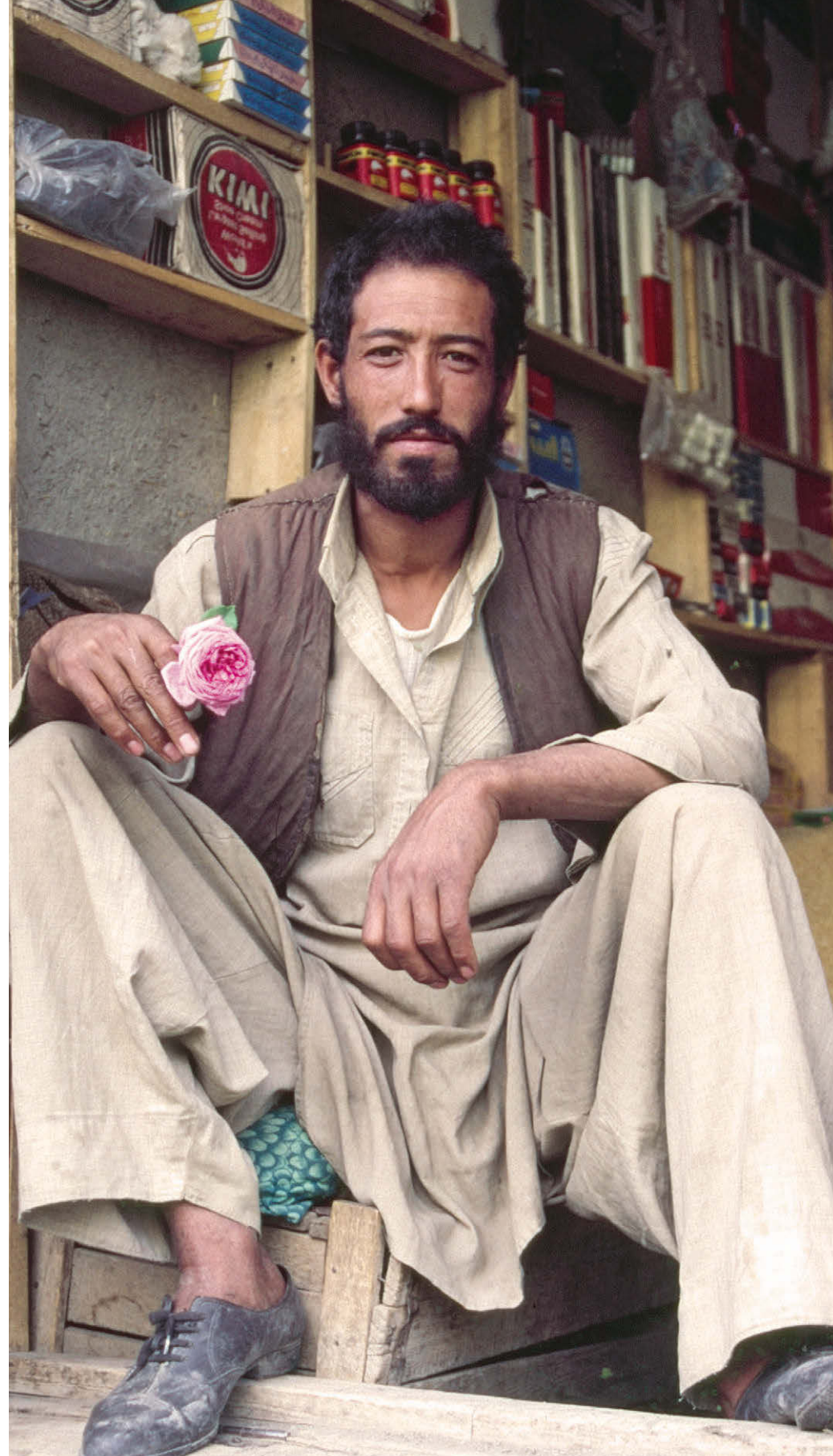
Nous atteignons bientôt un nouveau campement situé à une journée de marche de Kaboul. L'objectif initial des commandants moudjahidin était de nous faire entrer, Gilles et moi, dans la capitale afghane où le *Harakat* possède un réseau de combattants. Une armée de l'ombre. Une nuit de la fin juin, avec trois « moudj », nous entamons l'infiltration. Après être descendus des hauteurs encerclant la ville, nous serpentons entre les postes de garde russes qui ceinturent les faubourgs de la cité. Invisibles, silencieux, complètement inconscients des dangers que nous courons, nous entrons clandestinement dans la capitale afghane, au nez et à la barbe des soldats soviétiques dont on entend même par moments les conversations dans l'obscurité.

Nous allons passer plusieurs journées surréalistes au cœur de la ville, cachés dans des maisons de partisans, puis nous devons finalement nous enfuir à marche forcée. Retour dans le maquis, et nouvelle longue marche vers le Pakistan. Lorsque je rejoins la France en juillet, je n'ai plus que la peau sur les os. Mes yeux ont vu la guerre, mon corps m'avertit instinctivement du danger au bruit des avions qui, dans le quartier de Montparnasse, ne bombardent personne. Au mois d'août, je fête mes vingt ans.

« Je n'ai pas spécialement peur, je suis inconscient »







L'invasion soviétique
a constitué un
drame humanitaire
sans précédent en
Afghanistan, provoquant
l'exode de millions de
réfugiés dans les pays
voisins. La dignité de
ce peuple va me marquer
à jamais.



Ma rencontre avec le dalaï-lama, alors qu'il venait de recevoir le prix Nobel de la paix, a été une étape importante dans mes premiers pas de journaliste. Cette première interview marquante fut suivie par la publication de mes premiers reportages d'investigation et marqua le début d'une reconnaissance professionnelle.

DEVENIR

GRAND REPORTER

Les rhododendrons géants parsèment les collines de McLeod Ganj. Je descends, très excité, la petite route qui ondule depuis le haut du village jusqu'à l'entrée de la résidence privée. Aujourd'hui, j'ai rendez-vous avec le dalaï-lama. Nous sommes le 22 novembre 1989, une heure d'interview m'a été accordée avec celui qui, à cinquante-quatre ans, vient de se voir attribuer le prix Nobel de la paix.

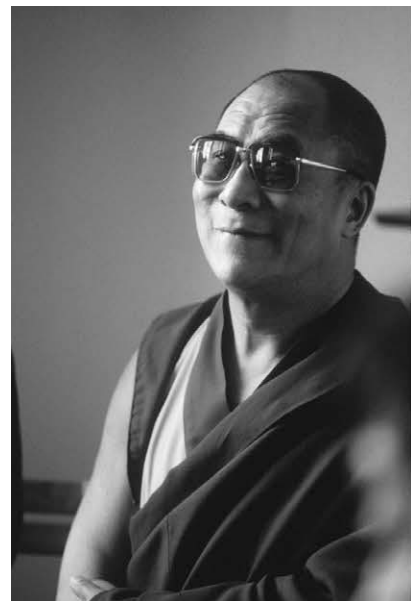
Synchronicité : plusieurs mois avant cette annonce, j'ai commencé à me passionner pour la question tibétaine. Après avoir travaillé le sujet à Paris, j'ai pris la route de l'Inde et ai rejoint Dharamsala, dans le nord du pays. Une grande partie de la communauté tibétaine en exil s'est rassemblée ici, sur les contreforts de l'Himalaya, autour du dalaï-lama, installé dans cette région après sa fuite de Lhassa. À la suite de l'invasion du Pays des Neiges par la Chine en octobre 1950, le dalaï-lama a tenté pendant plusieurs années de trouver un terrain d'entente pacifique avec l'envahisseur, avant de devoir se résoudre à quitter son palais du Potala cerné par l'Armée populaire, en mars 1959. Aujourd'hui, plus de cent mille Tibétains vivent en exil en Inde, et un peu moins de cinquante mille autres sont dispersés dans le reste du monde.

J'ai vingt et un ans et je ne suis pas envoyé par un journal. Moi seul ai voulu consacrer du temps à ce vaste « sujet » qu'est la question tibétaine, et je finance moi-même tant bien que mal ce voyage. Je tâcherai au retour de publier articles et photos. Plutôt que de faire une école de journalisme, m'investir ainsi sur un sujet en prenant le temps nécessaire pour bien le maîtriser est la seule manière de me spécialiser et d'être en mesure de publier. C'est précaire, mais exaltant.

Ce n'est pas tant le leader spirituel que je viens interviewer que le représentant politique de ce peuple agressé. Même si le bouddhisme m'attire par la profondeur de ses enseignements, je reste très ignorant en la matière et suis à l'époque davantage fasciné par les guerriers khampas, ces solides combattants des provinces de l'est du Tibet qui ont tenu tête aux Chinois, les armes à la main et avec le soutien de la CIA, jusqu'au début des années 1970. Encore imprégné de mon séjour dans le maquis afghan, j'admire ces hommes au visage brûlé qui se sont levés sans hésitation lorsque les premières troupes chinoises ont franchi les frontières de l'Amdo et du Kham.

On me fait attendre dans une pièce jouxtant la salle où Sa Sainteté, comme il est convenu de l'appeler, reçoit ses visiteurs. On m'informe qu'il n'a pas achevé son entretien précédent. Puis une porte s'ouvre, un homme en sort et l'on me fait signe de passer par la véranda pour rejoindre la salle d'audience. Un boîtier autour du cou, l'autre en bandoulière et mon sac photo maladroitement posé sur l'épaule, une écharpe d'offrande en soie blanche dans les mains, je m'avance nerveusement à l'extérieur et j'aperçois à une dizaine de mètres de moi un dalaï-lama tout sourire. Je me dirige dans sa direction, écharpe en avant. Il la saisit, rit, me prend les mains en me souhaitant la bienvenue ; je lui dis être très honoré de le rencontrer, il éclate de rire en me passant un doigt sous le menton – je ne me suis pas rasé –, me fait entrer et m'invite à m'asseoir à ses côtés dans la pièce où nous venons de pénétrer. « Approchez-vous », me lance-t-il alors que j'ai pris place en bout de canapé. Il est vrai que je suis impressionné. C'est la première fois de ma vie que je m'entretiens en tête à tête avec une personne célèbre.

Son secrétaire assiste à l'entretien et nous prend en photo avec mon appareil tandis que je commence l'interview. Je demande à Sa Sainteté de me décrire la situation actuelle au Tibet. Puis nous évoquons son prix Nobel, et la manière dont cette distinction est susceptible d'impacter son action de sensibilisation auprès des dirigeants occidentaux. J'aborde ensuite la question de la violence. Je lui explique que je reviens d'Afghanistan où j'ai côtoyé des combattants qui, par leur sacrifice, ont poussé les dirigeants soviétiques à se retirer du pays, et je lui demande ce qu'il pense de cette option. Mais quel enfant je fais ! Qu'allait-il me répondre d'autre que ce qui précisément lui vaut d'être honoré du prix Nobel ? En substance : la violence ne conduit qu'à la violence et ne peut en aucun cas constituer une solution pérenne. Mais je suis jeune, sans expérience, et ma fougue, ma naïveté, ma courte vue et l'exemple des Afghans m'empêchent d'entendre ce qu'il m'explique. Je réitère mes questions : « J'entends que vous, en tant que moine, prôniez la non-violence mais pourquoi refuser que votre peuple combatte pour sa liberté ? » Il répond à nouveau avec patience. La violence ne peut apporter que de nouvelles souffrances, pas de paix durable. Et il éclate



« C'est la première fois de ma vie que je m'entretiens en tête à tête avec une personne célèbre »

de rire devant la candeur de mon obstination. Son secrétaire commence à s'impatienter. Le temps de l'entretien arrive bientôt à son terme. Je grappille quelques minutes puis le remercie de m'avoir consacré près d'une heure. Le dalaï-lama me raccompagne à l'extérieur, c'est lui qui insiste : il y a davantage de lumière dehors pour le portrait que je désire réaliser. Je prends trois ou quatre photos à la va-vite et tente un selfie, bousculant un peu le protocole, me semble-t-il. Puis Sa Sainteté attend que j'aie ramassé toutes mes affaires, toujours tout sourire, et rejoint ses ministres.

En sortant, je retrouve Claudine Vernier-Palliez. Elle est grand reporter à *Paris-Match* et conduit une série d'entretiens avec le dalaï-lama pour l'hebdomadaire français. Claudine sourit avec bienveillance en me voyant débouler, le regard pétillant. Nous dînons ensemble puis, une fois la nuit tombée, revenons nous installer sur les marches du temple qui fait face à la résidence de Sa Sainteté. Et je l'écoute me parler de cet homme admirable, de la cause tibétaine, de ses reportages à elle, de sa vie qui me fait rêver, et je me plais à croire que je commence à faire partie de cette communauté mythique à laquelle elle appartient.

Durant ces premières années, d'autres grands noms de la presse ont accueilli avec simplicité le gamin sans expérience que j'étais, m'offrant tout simplement de faire mes preuves. Bernard Poulet à *L'Événement du jeudi*, ou Charles Lambroschini au *Figaro*, pour ne citer que les premiers... Ils ont été nombreux à se faire pour moi professeurs, me demandant avec patience de refaire ma copie – ce à quoi je n'ai jamais rechigné. Si l'on vous donne une chance, saisissez-là sans hésitation ; toujours. Les piges étaient maigres, mais leurs conseils, précieux.

Quelques semaines après ma rencontre avec le dalaï-lama, je rejoins le Népal et j'assiste par hasard à la préparation du soulèvement populaire qui va porter au pouvoir le Parti du Congrès népalais ; cela me donne l'opportunité de publier mon premier article dans *Le Monde*. À peine plus d'un feuillet, qui me remplit toutefois d'une immense fierté et compense définitivement aux yeux de mes parents le fait que je n'ai jamais passé le bac.

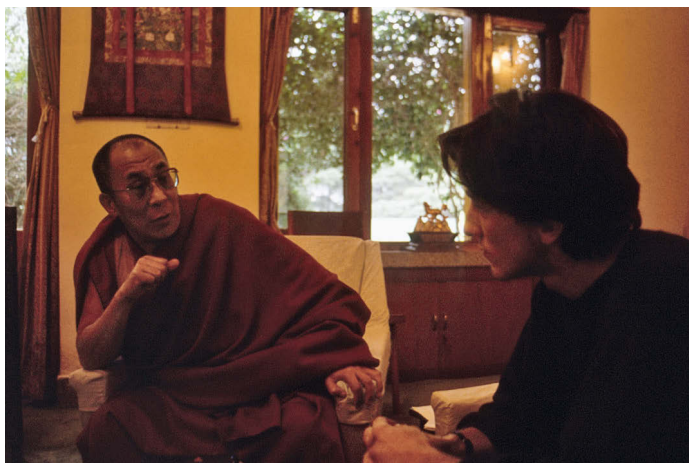
Tandis que j'entre dans le métier de reporter avec sérieux, n'éprouvant aucun intérêt alors pour les questions spirituelles, je vais vivre une première expérience inexplicable lorsque je me rends à Lhassa avec une équipe d'Antenne 2, l'année suivante. Alors que je pénètre dans la salle exiguë mais haute de plafond de la bibliothèque d'un monastère dont j'ai oublié le nom, un torrent de larmes incontrôlables me submerge brusquement. Le silence qui règne dans la pièce est curieux, l'odeur des lampes à beurre qui baignent l'endroit d'une lueur incertaine est âcre. Dans la pénombre, je sens le regard équanime des hautes statues de déités qui me fixent. Suis-je déjà venu ? Est-ce un premier *signe* des mémoires anciennes ? Une brèche vient de s'ouvrir en moi. Il va me falloir du temps avant de le comprendre.

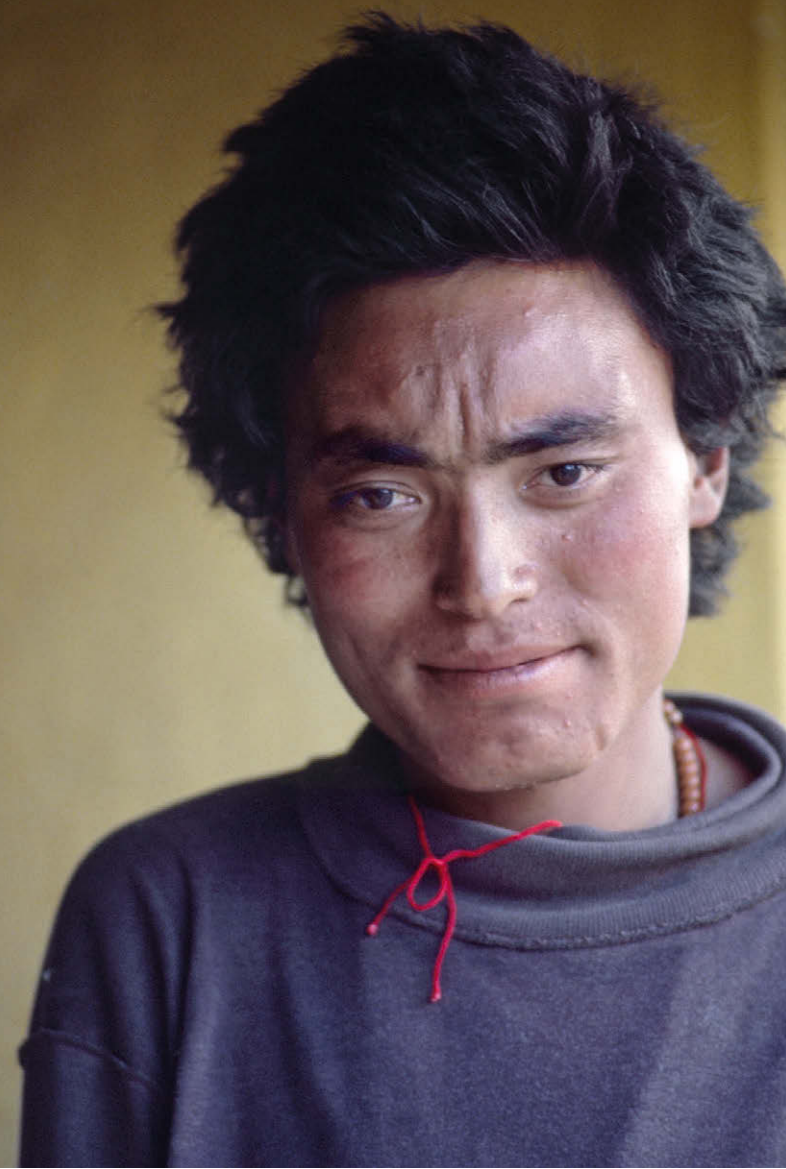
« Il éclate de rire devant la candeur de mon obstination »



Depuis que le dalaï-lama a fui le Tibet en 1959 pour s'installer en Inde, de nombreux Tibétains ont suivi le même chemin de l'exil. La colonisation chinoise du Pays des Neiges s'accompagne d'une répression brutale: nombreux sont les réfugiés, moines et laïcs, qui ont

connu la détention et même la torture. Ceux qui parviennent à fuir (en haut à droite) sont accueillis à Dharamsala. Malgré la dureté de la situation vécue par le peuple tibétain, Sa Sainteté m'explique combien la violence est sans issue (ci-contre).





Deux ans après la mort de mon frère, je décide d'opérer un tournant radical dans ma vie. J'arrête le reportage de guerre. Désormais, je veux employer mes capacités d'investigation à explorer les frontières de la science afin de découvrir ce que nous savons réellement sur la conscience.

LA MORT VUE

PAR LA SCIENCE

— Ma nouvelle vie commence précisément à la mi-mars 2003. C'est un acte mûrement réfléchi et très conscient. Je suis assis à mon bureau, nous sommes en pleine journée, et subitement je *sais* que le moment est venu. À partir de ce jour j'arrête le journalisme tel que je l'ai pratiqué ces quatorze dernières années, et je change radicalement de domaine. Fini la guerre et la géopolitique internationale, je passe aux frontières de la science. Une intuition.

Les premiers temps sont un peu inconfortables car, bien entendu, j'ignore où je vais. Tout ce que j'ai construit, ma notoriété sur le dossier afghan, mes livres, mon expertise, tout cela je l'abandonne pour repartir de zéro. La démarche est aussi très excitante, car m'intéresser à ce sujet me plonge littéralement au cœur d'un questionnement étourdissant sur la nature de la réalité, non pas d'un point de vue philosophique mais sur des bases scientifiques. En effet, de nombreuses découvertes et observations dans des disciplines aussi diverses que la physique quantique, la biologie, les neurosciences ou encore l'astrophysique font aujourd'hui vaciller notre vision du monde. Nous pensions tout connaître ou presque, il n'en est rien, c'est même l'inverse : notre ignorance est vertigineuse.

La réalité est-elle matérielle ? Qu'est-ce que la conscience ? Qu'est-ce que la vie ? Enfin, me voilà à l'essentiel. Et je me rends compte qu'aucune question n'est taboue aux yeux de nombreux scientifiques que je rencontre. C'est terriblement stimulant. Une démarche rationnelle dans l'exploration de ce que certains qualifient encore de « surnaturel »

est possible. Le sujet de la survivance d'une forme de conscience après la mort fait déjà l'objet de recherches. Qu'est-ce que la science pourrait m'apprendre sur la mort ? Cet axe focalise bientôt toute mon attention. C'est ainsi que j'ai commencé à m'intéresser à ces fameuses expériences de mort imminente, les EMI.

Depuis le milieu des années 1970, des centaines de milliers de personnes rapportent avoir vécu des expériences curieuses au cours d'accidents de la route, sur des tables d'opération ou dans d'autres circonstances les ayant conduites à subir un arrêt cardiaque. Une fois réanimés, ces témoins évoquent une expérience profonde lors de laquelle ils ont eu la sensation de quitter leur corps, d'observer la scène depuis le dessus, puis d'évoluer dans une dimension où les notions de temps et d'espace avaient disparu. Ils évoquent un tunnel, une lumière intense et *aimante*. Certains rapportent avoir fait la rencontre de parents ou d'êtres décédés. Il arrive également qu'ils mentionnent avoir revu toute leur vie défiler, avant de finalement ne pas pouvoir dépasser un certain seuil et de « revenir », de reprendre conscience dans leur corps physique.

Des études montrent qu'environ 20 % des personnes qui ont subi un arrêt cardiaque ont vécu une expérience de mort imminente. Ce chiffre est énorme.

L'autre élément très troublant est que ces expériences ont souvent pour conséquences de profonds changements, comme l'augmentation de la spiritualité et de l'altruisme. Ces transformations psychologiques à long terme sont étonnamment homogènes malgré leur nombre et leur diversité. Cet impact subjectif puissant est l'un des facteurs qui ont le plus impressionné les psychologues et les psychiatres qui sont les premiers à avoir étudié les récits d'EMI.

Au cours de mes recherches, un élément a plus particulièrement retenu mon attention par son caractère objectivable : la phase dite *autoscopique*, durant laquelle les témoins disent s'être trouvés à l'extérieur de leur corps. Le réflexe légitime que l'on a à l'écoute de telles histoires est de se dire qu'il doit s'agir d'hallucinations provoquées par des dérèglements cérébraux, le choc de l'accident ou les traitements prescrits. Cependant, si des témoins décrivent des choses qui se sont vraiment produites pendant leur arrêt cardiaque, cette hypothèse se fragilise.

Et c'est le cas. Grâce aux médecins comme les Français Jean-Jacques Charbonier, médecin anesthésiste à Toulouse et pionnier dans la médiatisation des EMI, ou son collègue le docteur Jean-Pierre Jourdan, mais aussi d'autres chercheurs dans le monde tels Bruce Greyson, Kenneth Ring, Michael Sabom, Raymond Moody aux États-Unis, Evelyn Elsaesser en Suisse, pour n'en citer que quelques-uns, nous disposons de très nombreux cas où les personnes qui disent avoir quitté leur corps

**« Ces témoins
évoquent une
expérience
profonde lors de
laquelle ils ont eu
la sensation de
quitter leur
corps »**

décrivent des événements qu'il leur était objectivement impossible de connaître. Dans ces innombrables cas documentés, il a été constaté que ce qui s'était réellement passé dans la salle d'opération ou sur les lieux de leur arrêt cardiaque correspondait en tous points avec les récits rapportés par les patients, inconscients au moment de leur expérience. Comment ces personnes peuvent-elles avoir perçu leur environnement, entendu ce qui se passait dans la pièce, observé et s'être souvenu d'événements qui se sont réellement produits quand leur cerveau était physiologiquement incapable de la moindre activité ?

Car quelques secondes seulement après l'arrêt du cœur, le cerveau n'est plus irrigué, ce qui met fin très rapidement à toute activité cérébrale. Un cerveau qui ne fonctionne plus entraîne la cessation progressive de toutes les fonctions vitales, donc plus moyen de percevoir quoi que ce soit.

Comment, dans cet état de cessation d'activité cérébrale, expliquer la survenue d'une EMI ?

Selon la vision scientifique en cours, c'est impossible : la conscience serait un épiphénomène du cerveau, en d'autres termes un simple *effet* de l'activité électrochimique de nos neurones. Donc si un cerveau ne fonctionne plus, il en va de même pour la conscience : elle disparaît. Pas de cerveau, pas de conscience. Ce postulat est contredit par les témoignages de centaines de milliers d'hommes, de femmes et d'enfants ayant vécu une EMI.

Confrontés à ces innombrables « anomalies » et pour tenter de faire entrer les EMI dans le moule matérialiste de notre vision du monde, on postule qu'il pourrait s'agir de la conséquence d'un manque d'oxygène dans le cerveau, de sortes de rêves, ou encore d'hallucinations provoquées par des mécanismes de défense psychologique face à la mort. Ces hypothèses ont été examinées dans différentes études. Il ressort que si elles peuvent éventuellement « expliquer » une petite partie d'une EMI, aucune ne permet de comprendre comment, par exemple, il est possible d'avoir des perceptions avérées pendant une expérience hors du corps, ni comment on peut recevoir des renseignements exacts de la part de personnes décédées. Le psychiatre Bruce Greyson m'a confié qu'il est arrivé que l'on prescrive des anti-psychotiques à des gens ayant vécu une EMI. Or on a constaté que ces médicaments n'ont pas fait disparaître leur certitude d'avoir vécu cette expérience, alors que c'est pourtant le cas pour les personnes schizo-phrènes, leurs illusions disparaissent sous antipsychotique.

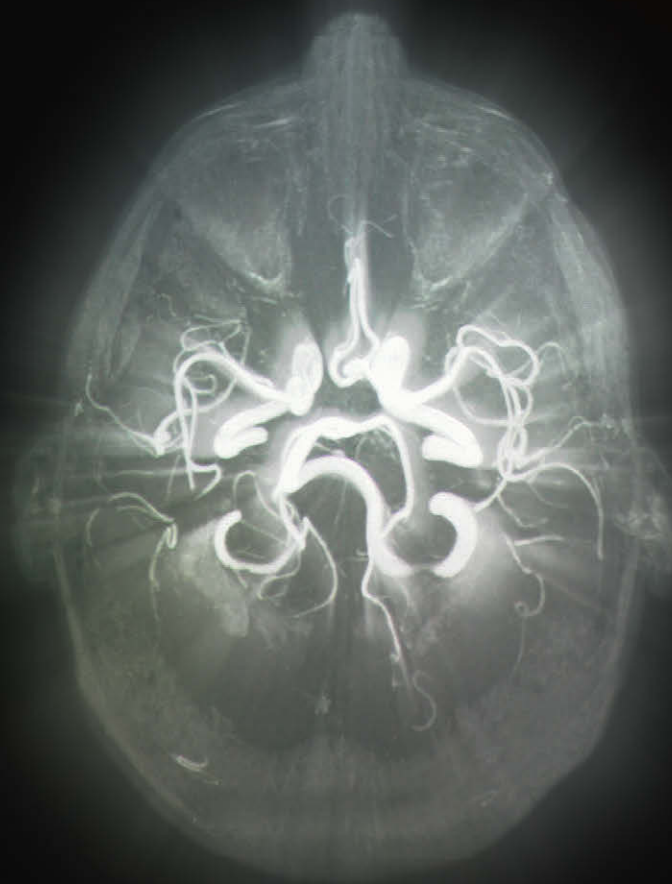
Par ailleurs, une étude conduite par l'équipe du cardiologue hollandais Pim Van Lommel a confirmé qu'aucune des différentes interprétations

**« Ce que nous
appelons le monde
matériel n'est pas
l'unique composante
de la réalité »**

physiologiques habituellement avancées pour « expliquer » l'occurrence d'une EMI ne tenait la route. La conclusion de cette étude publiée dans la revue médicale *The Lancet* est assez édifiante : la théorie la plus logique pour expliquer ces expériences de mort imminente est qu'il existe « quelque chose », une sorte de conscience qui quitte effectivement le corps physique. Waouh !

Quelques mois d'enquête me suffisent pour faire le constat que toutes les recherches conduites à ce jour sur les EMI suggèrent que ce que nous appelons le monde matériel n'est pas l'unique composante de la réalité. Le point commun de toutes ces expériences est qu'elles insinuent qu'il existe une conscience indépendante de la matière. La conscience ne serait pas fabriquée par le cerveau. La formidable machinerie cérébrale ne sert pas à cela. Alors, pourquoi parle-t-on encore de « surnaturel » avec dédain ?

Le postulat selon lequel l'activité électrochimique de notre cerveau produirait notre conscience est une croyance. Cette opinion matérialiste ne repose sur aucune démonstration scientifique.





Ce jour de juin, dans sa chambre d'hôpital, il s'est passé quelque chose de très mystérieux. Nous n'étions pas seuls à ce moment-là, le vide semblait habité, l'écoulement du temps était différent. Et puis mon père s'est éteint. Alors une drôle d'idée m'est venue.

LA MORT

DE MON PÈRE

Il était heureux de m'accueillir, cela se devinait à son attitude. À peine avais-je commencé à faire glisser la porte vitrée qui résistait un peu, et avancé une tête, il se redressait, son regard s'allumait et un fin sourire plissait ses lèvres. Je le trouvais la plupart du temps un pinceau à la main, mais parfois c'était un livre. Ou son stylo-plume. J'avais l'impression de ne jamais le déranger lorsque j'entrais dans son atelier de peintre. Il était heureux au contraire, content que je découvre la nouvelle œuvre sur laquelle il était en train de travailler et inmanquablement il prévenait, qu'il s'agisse d'une ébauche manifeste ou de quelque chose d'abouti : « C'est pas fini ! » J'aimais voir ses yeux emplis de bonté et d'espièglerie. Il était fier de moi, je le sentais : ce regard-là est inestimable.

Nous parlions de tout et de rien, lui écoutait surtout. Faisais-je une plaisanterie, il réagissait d'un rire bref, plutôt une onomatopée joyeuse et succincte. Et nous restions là un temps, heureux dans cette vaste pièce qui à ses yeux était trop petite, encombrée de peintures de

Début des années 1950,
Jean-Pierre Allix avec
son père Louis.

toutes tailles, d'une table noyée sous les pots de couleurs, les pinceaux, tournevis, bouts de bois, éclats de papiers, cailloux, tubes, et une autre plus réduite sur laquelle il écrivait son journal d'une plume épaisse sur des feuilles volantes. Des livres aussi, il y en avait de toutes sortes. Un Agatha Christie en format poche aux pages usées et relu dix fois, des classiques, des poètes, Stendhal, Gogol, Verlaine, Dumas père, Flaubert, tous dans la Pléiade ; sauf le *Guerre et Paix* si mal traduit, estimait-il, dans la collection à la couverture verte et qu'il lisait inlassablement dans une traduction établie « avec l'autorisation de l'auteur *par une Russe* » – c'est l'inscription mystérieuse qui figure en page de garde – et publiée par la Librairie Hachette en 1896. Trois volumes marqués du tampon de la bibliothèque de son oncle Georges Allix. Mon père m'a transmis son amour du texte de Tolstoï. Sans doute lors d'une de ces visites à son atelier, quand une fois ou deux il attrapa l'ouvrage et m'en lut une tirade, au bord de l'émotion.

Quel bonheur d'avoir été le fils de cet homme ! Avec ma mère, ils font partie de ces parents dont le respect de l'individualité de leurs enfants a toujours inspiré les actes. Être parent, je m'en rends compte, c'est tâtonner, faire des erreurs, s'en vouloir, s'inquiéter, culpabiliser tout en essayant de trouver sa propre place. Ce chemin d'incertitudes et d'essais laisse des traces mais également des dispositions, à la fois des accrocs et des forces. Nos fêlures ne nous élèvent-elles pas autant que nos joies ? Nous avons été chanceux mes frères et moi de bénéficier d'une enfance stimulante, aimés par un homme et une femme heureux d'être nos parents.

Et puis ce jour de juin 2013, lorsque je pénètre dans cette pièce qui n'est plus son atelier mais la dernière chambre à gauche au bout du couloir, son regard est perdu dans le ciel qui s'étend au-dessus des toits. La flèche familière d'une église pointe au loin. Que contemple-t-il par la fenêtre de l'hôpital ? Les zébrures de nuages qui s'effilochent ? Cette ligne d'horizon sans charme ? Ou l'un des innombrables paysages intérieurs qui peuplent ses souvenirs ? Le Tibet, le désert de Gobi ou l'un de ceux encore plus fabuleux de son imaginaire ? Mon papa est assis de biais sur son lit, les jambes de travers, un pied au sol. Son corps est menu et ses joues émaciées. Il est fatigué et un peu stupéfait d'être là. Hospitalisé depuis deux semaines. Personne n'évoque la mort, ni la médecin-chef de l'étage, ni les infirmières, ni nous, ni lui ; pourtant elle est là, toute proche. Comment en parler ? Comment faire face à l'assaut de telles émotions sur son seuil incertain ? Mon papa regarde par la fenêtre, en silence, et moi je campe là, muet, assis dans le fauteuil, je le regarde et je me demande si je dois parler ; rompre cette tranquillité troublée, mais pour dire quoi ?

« Nous avons été chanceux mes frères et moi de bénéficier d'une enfance stimulante, aimés par un homme et une femme heureux d'être nos parents »

Il est épuisé et ne dort plus que par intervalles très courts, en proie à une appréhension latente. Les jours suivants il s'affaiblit encore, puis perd connaissance le samedi matin, et le dimanche après-midi, jour de la fête des Pères, sa respiration cesse tout à fait. Il s'éteint dans la douceur. Je suis transporté d'une émotion mêlant la peine immense de perdre mon plus grand ami et le bonheur de le savoir à l'orée d'une nouvelle phase de sa longue vie.

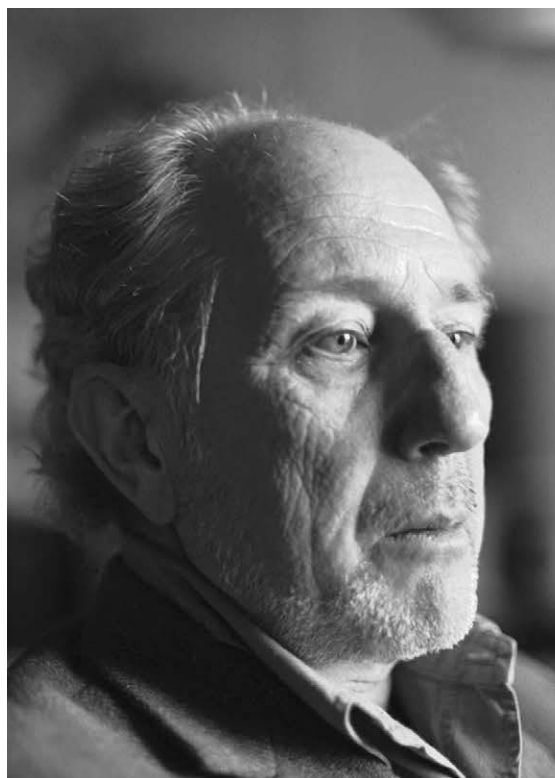
Parce que aujourd'hui tout mon être *sait*. Je sais que sa vie se poursuit, qu'il redevient *immatériel*. Mais en fait où vas-tu, papa ? Seras-tu dans l'espace qui m'entoure lorsque je penserai à toi ? Seras-tu en mesure de te manifester à l'esprit des médiums que je projette d'aller tester ? En effet, le jour de ses funérailles, sans le dire à personne, je cache quatre objets dans son cercueil. Lui seul est au courant si, comme je le pense, il perçoit ce que je fais.

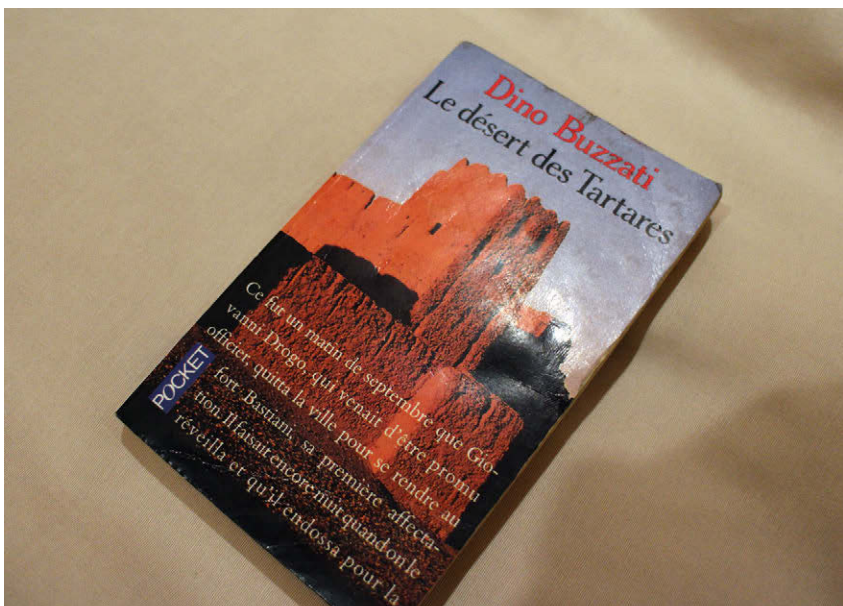
En France, des dizaines de femmes et d'hommes utilisent professionnellement cette capacité si particulière de communiquer avec l'au-delà. Depuis plusieurs années j'ai eu de nombreuses occasions de creuser le sujet et de tester la véracité de ces assertions. Le phénomène est réel. Il ne peut se réduire à du charlatanisme, à la crédulité de personnes incapables de surmonter la réalité d'un deuil ou à je ne sais quelle illusion collective. Les médiums voient les défunts, ressentent leur présence, parlent avec eux et obtiennent de leur part des informations précises, parfois intimes, sur des personnes qu'ils rencontrent pour la première fois de leur vie.

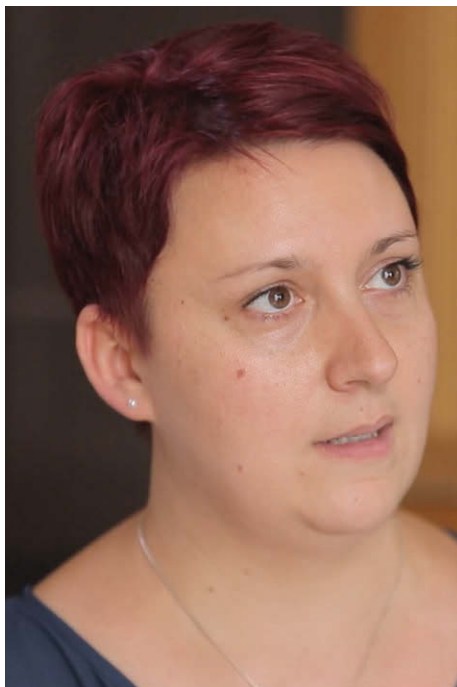
Les recherches menées sur la médiumnité, notamment par Gary E. Schwartz ou Julie Beischel aux États-Unis, consistent à mesurer la nature des informations que sont capables d'obtenir des médiums lors des protocoles contrôlés. Si une personne qui ne vous connaît pas vous dit des choses très précises sur vous ou un proche défunt, vous allez en premier lieu suspecter qu'elle a obtenu ces informations au préalable, par exemple en cherchant sur les réseaux sociaux. Pour éliminer tout risque de fraude de ce type, les chercheurs ne livrent donc que le prénom de la personne décédée aux médiums qu'ils testent. De la même manière, les chercheurs demandent au médium de répondre à des questions spécifiques sur la personne décédée : description physique, personnalité, passe-temps ou activités et cause de la mort – cela pour éviter d'être « impressionné » par des informations trop générales et qui pourraient s'appliquer à tout le monde.

Les résultats obtenus lors de ces expérimentations, que j'ai moi-même menées à plusieurs reprises, permettent d'écarter toutes les explications conventionnelles telles

« Mon papa regarde par la fenêtre, en silence, et moi je campe là, muet, assis dans le fauteuil »







LE TEST

Quatre objets, six médiums.
De gauche à droite en partant
du haut: Henry Vignaud,
Pierre Yonas, Florence Hubert,
Christelle Dubois, Loan Miège et
Dominique Vallée.