

## loisirs&amp;maison

## AU-DELÀ

## Des morts qui nous veulent du bien

## RECETTE

Terrine de marcassin à l'armagnac.

60

## TESTÉ POUR VOUS

Martina Chyba se reconnecte à la nature.

62

## KATIA HESS

L'animatrice et productrice de *Mon animal et moi* est plus chat que chien.

70

## ALBANIE

Le pays oublie son passé communiste.

77

Plus d'une personne sur deux aurait déjà fait l'expérience d'un contact spontané avec un défunt. Enquête d'une chercheuse passionnée, témoignages et révélations d'Amélie Nothomb sur son dialogue avec son père décédé.



« **Q**uelques jours après la mort de ma mère, je l'ai vue soudain dans l'embrasement de la porte. Elle était souriante, rayonnante. Elle m'a fait comprendre qu'elle allait bien et que je ne devais plus pleurer. J'ai été submergé de joie. »

Un être aimé qui vous apparaît ou vous parle après sa mort : il faut l'avoir vécu pour savoir que de tels faits se produisent. Mais de quoi s'agit-il ? De l'immortalité de

l'âme, capable de se manifester auprès des vivants ou d'un phénomène étrange produit par le cerveau, comme une hallucination ? Médecine, psychologie et physique quantique s'intéressent à cette question. Mais elles n'avancent que des hypothèses invérifiables sur le plan scientifique. Dans notre monde rationnel et matérialiste, le mystère subsiste et continue de fasciner.

Cette problématique était au cœur d'une série de conférences et de débats,

organisés en septembre dernier à Morges par *palliative vaud* à l'occasion de la Journée mondiale des soins palliatifs, à laquelle participait Evelyn Elsaesser, auteure de plusieurs livres consacrés au phénomène. En 1975, le Dr Raymond Moody publiait le premier livre sur les expériences de mort imminente (*La vie après la vie*, Editions Robert Laffont). Depuis, Evelyn Elsaesser n'a cessé d'enquêter et de collecter des témoignages sur ces histoires déconcertantes. >>>

Ses recherches se sont, ensuite, portées tout naturellement sur les vécus subjectifs de contact avec un défunt (VSCD), auxquels elle a consacré plusieurs ouvrages\*. Avec la collaboration d'une équipe anglaise de chercheurs en psychologie de l'Université de Northampton, elle a initié, en 2018, une enquête internationale pour évaluer la nature de ces échanges avec les disparus, analyser dans le détail les circonstances dans lesquelles ils se sont produits et leur impact sur les personnes.

« Notre but, insiste-t-elle, n'est pas de prouver la réalité des contacts avec les défunts et, encore moins, d'essayer de démontrer qu'il y a une vie après la mort. Ce qui nous intéresse, c'est le ressenti des gens qui ont vécu une telle expérience de manière inattendue et spontanée, sans l'intervention d'un médium. »

L'enquête en cours se déroule dans plusieurs groupes linguistiques. Une première

étude a été menée en français, anglais et espagnol, suivie de l'allemand. Elle démarrera prochainement en chinois, ce qui permettra de voir si les VSCD ont le même impact dans un pays à la culture complètement différente.

### Impossible à concevoir

Lorsqu'ils reçoivent la « visite » d'une personne décédée, les gens le vivent comme un cadeau qui les remplit de joie. D'autres (12% des participants) sont effrayés, comme cette femme qui raconte qu'elle était partie en courant de la pièce où s'était produite l'apparition, avant de se raviser et de revenir « pour parler » avec le défunt. D'autres se posent des questions sur leur santé mentale. La plupart sont simplement surpris... et heureux de recevoir un message d'une personne aimée. Les communications avec les disparus peuvent aussi se produire pendant le sommeil, mais elles sont, alors, vécues comme une manifestation très différente du rêve.

## « Les convictions religieuses n'ont aucun impact sur la survenue de telles expériences »

EVELYN ELSAESSER, CHERCHEUSE

« Quand vous êtes convaincu qu'il n'y a plus rien après la mort, le sentiment le plus marquant est l'étonnement de vivre un événement impossible à concevoir, tout en sachant qu'il était bien réel », commente Evelyn Elsaesser. « Un contact avec un défunt peut être déstabilisant et chambouler sa conception de la réalité. » Cela semble d'ailleurs si incroyable que beaucoup n'osent pas parler de ce qui leur est arrivé.

### Un événement bouleversant

La chercheuse évoque les constatations qui se dégagent de l'enquête en

cours : pour les personnes interrogées, il s'agit d'un événement souvent bouleversant dont elles se souviennent toute leur vie. Elles sont convaincues que leur expérience était réelle et que leur proche décédé est encore en vie, sous une forme qu'on ne peut imaginer. Elles se sentent ensuite moins seules dans leur deuil, persuadées que leur proche les accompagne et les soutient. Enfin, elles disent ne plus avoir peur en pensant à leur propre mort, sûres que le lien avec les vivants n'est pas rompu par la mort. « A noter, ajoute Evelyn Elsaesser, que les convictions religieuses n'ont aucun impact sur la survenue de telles expériences. Vous avez la même probabilité de vivre un VSCD si vous êtes athée et pensez que tout est fini après la mort, que si vous étiez déjà certain auparavant que la conscience survit à la mort du corps. »

### Des approches différentes

Lors d'une apparition, les défunts sont vus comme ils étaient de leur vivant, en bonne santé, souvent plus jeunes et heureux, ce qui a un effet rassurant. Les apparitions ne sont pas seulement visuelles. Le contact peut être auditif, tactile, olfactif ou se manifester grâce à un ressenti encore plus subtil, comme une pensée insistante. Des personnes ont été averties de

l'imminence d'un danger qui, grâce à cela, a pu être évité. D'autres ont été informées de la mort d'un proche ou, simplement, réconfortées par la présence invisible d'un défunt. Messages de protection, dernier adieu, amour et réconfort : les témoignages ont ceci de frappant, c'est que tous les messages perçus par les personnes interrogées sont positifs et bienveillants.

MARLYSE TSCHUI

\*Contacts spontanés avec un défunt, Editions Exergue, 2021

Quand les défunts viennent à nous, Editions Exergue, 2018





**Gieri  
Caveng**

retraité  
(GE)

**« Tu peux venir,  
nous t'attendons »**

Comme tous les participants à l'enquête menée par les chercheurs, le Genevois Gieri Caveng a pris le temps de répondre aux 194 questions que comptait le questionnaire de l'enquête. Il a décrit dans le détail les expériences déroutantes qu'il a vécues et dont il accepte de nous faire part : « J'étais brouillé avec mon oncle et n'avais plus aucun contact avec lui depuis longtemps. Un jour, en début d'après-midi, j'ai éprouvé l'impression étrange de recevoir ce qui m'a paru être une pensée non modulée en termes humains. Dans cette pensée, mon oncle s'adressait à moi et me disait : « C'est trop bête ! » J'ai écarté l'idée et continué à vaquer à mes occupations. Le lendemain, j'ai appris le décès de cet homme. En fonction de l'heure de sa mort, j'ai compris que ce contact étrange avait eu lieu au moment du décès. »

A une autre reprise, Gieri Caveng reçoit un message insistant, qui l'avertit que une chose grave est arrivée à une amie. « J'ai longtemps hésité à lui téléphoner, mais je me suis retenu, rationnellement, en me disant que, si je l'appelais à son travail pour prendre de ses nouvelles, j'aurais l'air malin si elle me disait être en grande forme ! En fin d'après-midi, cette amie m'a téléphoné pour m'apprendre qu'elle avait eu un grave accident. »

M. Caveng évoque aussi cette nuit où il est pris d'un violent malaise : « Je me suis senti très mal, au point que je me suis demandé si je faisais un infarctus ou si j'étais en train de mourir pour une autre cause. J'étais éveillé et conscient, lorsque j'ai vu mon père et mon grand-père, assis côte à côte, qui me disaient silencieusement : « Tu peux venir, nous t'attendons. » Mon malaise s'est ensuite dissipé, mais cette expérience m'a marqué. »

## Amélie Nothomb, elle aussi...

Qui, en découvrant *Psychopompe* le dernier livre d'Amélie Nothomb, ne s'est pas précipité sur le dictionnaire pour découvrir la signification du mot psychopompe ? Dans les mythologies grecques et romaines, le psychopompe est celui qui conduit les âmes des morts dans l'autre monde. « Entre la vie et la mort, le fossé n'a rien d'infranchissable », écrit Amélie Nothomb, qui ne craint pas de s'identifier au psychopompe, cette « présence amicale qui accompagne les débuts du défunt dans son long voyage ». Dans son roman, l'écrivaine évoque longuement le dialogue posthume qu'elle a entretenu avec son père et cette voix paternelle, reconnaissable entre toutes, qui lui a été d'un si grand réconfort. « J'écrivais, il lisait par-dessus mon épaule et, quand je me retournais pour avoir son avis, je le voyais heureux. » L'auteure fait état de deux autres contacts qu'elle a eus avec des proches décédés. Son conseil : « A nous de tendre l'oreille, la seule qui fonctionne, celle du désir, pour le cas où le défunt aurait quelque chose à ajouter. »

M.T.

*Psycho-  
pompe,*  
Editions Albin  
Michel

