

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

LES EXPÉRIENCES DE MORT IMMINENTE : UNE OUVERTURE SUR  
UN MONDE DE CONSCIENCE DÉMATÉRIALISÉ

MÉMOIRE PRÉSENTÉ  
COMME EXIGENCE PARTIELLE  
DE LA MAÎTRISE EN COMMUNICATION

PAR  
WAFAE AANAOU

JUILLET 2021

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL  
Service des bibliothèques

Avertissement

La diffusion de ce mémoire se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire *Autorisation de reproduire et de diffuser un travail de recherche de cycles supérieurs* (SDU-522 – Rév.10-2015). Cette autorisation stipule que «conformément à l'article 11 du Règlement no 8 des études de cycles supérieurs, [l'auteur] concède à l'Université du Québec à Montréal une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de [son] travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, [l'auteur] autorise l'Université du Québec à Montréal à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de [son] travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de [la] part [de l'auteur] à [ses] droits moraux ni à [ses] droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, [l'auteur] conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont [il] possède un exemplaire.»

## REMERCIEMENTS

Je tiens d'abord à remercier l'UQAM de m'avoir donné l'opportunité de faire part de cette recherche. Mon directeur de recherche Gaby Hsab, qui a toujours été présent pour me guider, me motiver et m'encadrer tout au long de ce mémoire.

Un grand merci à mes parents pour leur soutien continu, leur amour, ainsi que l'intérêt porté pour mon sujet de recherche.

Merci du fond du cœur à mes meilleures amies Fatima Zahra Miss et Nada Ezzaki de m'avoir encouragée pour finir ce mémoire. Sans elles cela n'aurait pas été possible.

Et finalement un grand merci aux participants qui m'ont énormément aidée grâce à leurs histoires, leurs confiances, et leurs transparences. Leurs récits m'ont beaucoup marquée et resteront gravés dans ma mémoire à jamais.

## AVANT PROPOS

Depuis mon plus jeune âge, j'ai toujours été curieuse face aux différents aspects de la vie. Plusieurs questions existentielles hantaient mon esprit, et l'une de ces questions était : que se passe-t-il donc après la mort? Cette question me torturait l'esprit. Je songeais souvent à ma propre mort ou celle de mes proches, et cela me faisait énormément de peine parce que je n'arrivais pas à m'imaginer seule dans une obscurité absolue confrontée à mes propres pensées et surtout loin des personnes que j'aime.

En posant cette question à mes proches, la seule réponse que j'obtenais était : 'personne n'est encore revenu de l'au-delà pour nous raconter son incroyable parcours'. Je me disais bien qu'ils avaient raison, mais cette réponse ne satisfaisait pas ma curiosité. J'ai donc commencé à faire mes recherches qui m'ont initié au phénomène inexplicable de l'expérience de mort imminente, EMI. Je l'ai premièrement découvert à travers un documentaire qui présentait différents individus qui disent avoir vécu des expériences hors norme durant une période où ils sont déclarés cliniquement morts.

Ce documentaire m'a ainsi ouvert les yeux sur plusieurs perspectives de ces expériences qui se rapprochent énormément les unes des autres. Plusieurs éléments qui se répétaient dans ce documentaire m'ont paru impressionnants, notamment l'existence d'une vie après la mort, la sensation de paix et d'appartenance dans l'au-delà, la sensation d'amour infini et indescriptible, le détachement du corps physique,

et surtout la conception de la communication et du temps qui est dit être complètement différente de celle que nous vivons dans notre milieu social.

De plus, ces éléments sont aussi accompagnés de faits reliés à la vie sociale, puisque les sujets décrivent également des faits produits pendant leurs périodes d'arrêt cardiaque où ils confirment avoir été présents en dehors de leur enveloppe corporelle. Ils arrivent également à rapporter des faits et conversations identiques à celles produites dans la vie réelle et confirmées par les personnes concernées.

Tous ces éléments mentionnés m'ont incitée à approfondir mes recherches sur le sujet et à visionner d'autres documentaires par rapport à ce phénomène, ce qui m'a permis de ressortir deux nouveaux éléments qui sont : La similarité des expériences malgré les différences culturelles et sociales, ainsi que le changement produit chez les sujets de l'EMI après leurs expériences. Ces aspects m'ont vraiment interpellée, et m'ont ainsi ouvert les yeux sur la pertinence de cette recherche dans le domaine de la communication.

## TABLE DES MATIÈRES

AVANT PROPOS.....	iii
RÉSUMÉ .....	vii
INTRODUCTION .....	1
CHAPITRE I .....	4
PROBLÉMATIQUE .....	4
1.1 Origines de l'EMI.....	4
1.2 Définitions de l'EMI.....	6
1.3 Caractéristiques de l'EMI selon différents auteurs .....	9
1.3.1 La classification de Raymond Moody .....	9
1.3.2 La classification de Kenneth Ring.....	12
1.3.3 La classification de Michael Sabom .....	14
1.3.4 La classification de Bruce Greyson .....	16
1.4 Impacts de l'EMI.....	17
1.5 Les scientifiques sceptiques .....	20
1.5.1 Le cas de Pam Reynolds.....	22
1.6 Objectifs et questions de recherche .....	24
1.6.1 Pertinence communicationnelle .....	26
CHAPITRE II.....	28
CADRE THÉORIQUE .....	28
2.1 La phénoménologie.....	29
2.2 Le sens de l'expérience .....	30
2.3 L'expérience subjective.....	33
2.4 L'intersubjectivité .....	34
2.5 Le soi et l'autre.....	36
2.6 Le changement .....	38
CHAPITRE III .....	42
CADRE MÉTHODOLOGIQUE .....	42
3.1 Une stratégie de recherche qualitative.....	42
3.1.1 Définition.....	42
3.2 Méthode et outils de recherche .....	43
3.2.1 L'analyse de contenu .....	44
3.2.2 L'histoire de vie.....	45
3.2.3 L'entrevue semi-dirigée.....	47

3.2.4 Interviewer un sujet de l'EMI.....	48
3.2.5 Thèmes et sujets abordés.....	49
CHAPITRE IV.....	52
RÉSULTATS.....	52
4.1 Pré-analyse documentaire.....	52
4.1.1 Résumé du documentaire.....	52
4.1.2 Avant l'expérience.....	53
4.1.3 Expérience.....	54
4.1.4 Similarités et différences de l'EMI.....	59
4.1.5 Post-expérience.....	61
4.2 Analyse des entretiens.....	63
4.2.1 Les éléments de l'expérience.....	65
4.2.2 La perception de soi.....	90
4.2.3 La perception de l'autre.....	93
4.2.4 La perception de la spiritualité.....	99
CHAPITRE V.....	103
INTERPRÉTATION.....	103
5.1 Rappel de la question et des objectifs de recherche.....	104
5.2 Constats de la recherche.....	105
5.3 Éléments de l'expérience selon la classification de Raymond Moody.....	107
5.3.1 Éléments des entrevues.....	107
5.3.2 Éléments de la pré-analyse documentaire.....	112
5.4 Les nouveaux éléments.....	114
5.5 Le sens accordé à l'expérience.....	117
5.6 Les changements de perception.....	119
5.6.1 La perception de soi.....	120
5.6.2 La perception de l'autre.....	123
5.6.3 La perception de la spiritualité.....	126
5.6.4 D'autres changements.....	127
5.6.5 Les limites de notre recherche.....	127
CONCLUSION.....	129
ANNEXE A.....	132
ANNEXE B.....	137
BIBLIOGRAPHIE.....	138

## RÉSUMÉ

Dans ce mémoire, nous tentons de comprendre les spécificités des expériences de mort imminente (EMI) ainsi que leurs impacts sur la vie des individus concernés. Ces expériences représentent des phénomènes vécus depuis plusieurs années dans différentes cultures. Nous nous intéressons alors à étudier leurs propos subjectifs et à faire sortir les changements relatifs à la perception de soi, de l'autre, et de la spiritualité. Notre question principale de recherche est la suivante : comment les phénomènes vécus des expériences de mort imminente (EMI) affectent-ils les sujets concernés dans le cadre de la perception de soi, des autres, ainsi que la spiritualité?

Nous avons émis des questionnements et établi des objectifs afin de répondre à la problématique de notre recherche. Celle-ci comporte l'explication du phénomène de l'EMI par rapport à différents auteurs comme Raymond Moody, le pionnier de ce phénomène qui était le premier à lui accorder une classification. Des plus, nous présentons également les impacts de l'EMI selon différents auteurs.

Ensuite, nous présentons notre cadre théorique où nous exposons les concepts principaux de cette recherche. Nous nous intéressons principalement à la subjectivité, l'expérience subjective, le sens de l'expérience ainsi que la notion intersubjective qui se présente dans la relation avec autrui. Par la suite, nous présentons nos outils et méthodes d'analyse qui se centrent sur les récits de vie recueillis grâce aux entretiens semi-dirigés.

Notre échantillon est composé de trois participants qui nous ont livré leurs vécus phénoménologiques. Nous les avons par la suite analysés suivant des thématiques que nous avons décidé d'aborder dans cette recherche : éléments de l'expérience, la perception de soi, de l'autre, et de la spiritualité. Nous mettons également en lumière une pré-analyse documentaire qui nous sert d'un premier champ d'analyse afin de pouvoir faire le lien avec les éléments de nos entretiens.

Finalement, dans l'interprétation de nos résultats, nous exposons les liens entre notre cadre conceptuel, les éléments de notre pré-analyse, ainsi que les résultats de nos entretiens. Nous présentons également les nouveaux éléments qui ont émergé dans cette recherche ainsi que les limites de cette dernière.

**MOTS-CLÉFS :** expérience de mort imminente, phénomène, mort, survie.



## INTRODUCTION

Tout au long de l'histoire et à travers les années, beaucoup de personnes racontent être confrontées à des expériences extraordinaires en réponse à des événements de danger extrême. Ces événements ciblent des personnes temporairement mortes ou dans un coma profond. Ils disent rencontrer la mort. Lorsque l'on parle de mort dans notre société, c'est souvent dans des contextes négatifs. La plupart angoissent et appréhendent ce moment imprévisible et inévitable. Par ailleurs, pour ces individus, ayant vécu ce phénomène, dit Expériences de Mort Imminente (EMI), la mort est plutôt un phénomène naturel et très plaisant. Ils apportent ainsi une perception différente de la mort. Cette perception ainsi que les différents aspects de ces expériences ont été mis en lumière par différents chercheurs. Ces derniers, ont fait de ce phénomène, leur principal domaine de recherche. Ce sujet cache de nombreux mystères que la science tente toujours d'éclaircir. L'individu subissant l'expérience est l'acteur et le principal détenteur de l'histoire. Il ne faut pas ignorer que tous ses ouvrages concernant les EMI se basent principalement sur les souvenirs rapportés par les témoins de ce phénomène.

C'est pour cela que dans cette recherche, nous nous intéressons au sujet, à son expérience, à ses souvenirs, et à la manière dont il aperçoit ce phénomène. Il faut d'abord spécifier que nous reconnaissons la complexité du phénomène, et que nous ne souhaitons en aucun cas évaluer la véracité des propos tenus par les témoins ou porter un jugement sur leur vécu. Au contraire, nous voulons premièrement, au travers de ce mémoire, mettre en lumière ce phénomène qui reste, encore aujourd'hui, inconnu pour plusieurs. Nous voulons également, à travers des entrevues, permettre la

communication de ses expériences, recueillir les récits subjectifs des individus en question afin de permettre la compréhension de l'expérience ainsi que celle des impacts qui l'accompagnent. C'est pour cela que nous nous sommes appuyées sur la question suivante : comment les phénomènes vécus des expériences de mort imminente (EMI) affectent-ils les sujets concernés dans le cadre de la perception de soi, des autres, ainsi que la spiritualité?

Dans le premier chapitre, il est question de notre problématique où nous tentons de présenter les recherches concernant les EMI. Nous commençons alors par une introduction des origines du phénomène, les classifications qui lui sont propres, ainsi que ses impacts sur le sujet. Nous présentons également les objectifs et questionnements de notre recherche ainsi que sa pertinence communicationnelle.

Notre deuxième chapitre expose notre cadre théorique où nous présentons les principaux concepts de notre recherche selon différents auteurs. Nous considérons les concepts suivants : la phénoménologie, l'expérience subjective, l'intersubjectivité, ainsi que le changement.

Notre troisième chapitre présente notre méthode de collecte de données. Nous exposons notre approche basée sur les récits de vie de trois sujets de l'EMI que nous avons interviewés en usant des entretiens semi-dirigés. Ainsi, nous abordons les thèmes et les sujets abordés avec nos participants.

Dans notre quatrième chapitre, nous présentons notre pré-analyse documentaire ainsi que les résultats bruts de nos entretiens selon les thèmes choisis : l'expérience, la perception de soi, la perception de l'autre, et la perception de la spiritualité.

Finalement dans notre dernier chapitre, il est question d'interprétation des résultats de notre analyse. Nous faisons les liens entre les résultats de notre enquête, les éléments

discutés dans notre problématique, ainsi que les concepts de notre cadre théorique. Nous présentons ainsi les constats de notre recherche et les limites de cette dernière.

## CHAPITRE I

### PROBLÉMATIQUE

#### 1.1 Origines de l'EMI

Les expériences de mort imminente sont des expériences vécues durant des moments de crises menaçant la vie des personnes en question. L'existence de ce phénomène ne revient pas à une documentation précise. Par ailleurs, malgré les différences de croyances, cultures et valeurs, ces expériences sont attestées à travers les témoignages assez semblables des personnes concernées.

Dans la littérature francophone, plusieurs expressions sont utilisées pour décrire le phénomène. Expérience de Mort approchée, Mort Retour, ou Expériences aux Frontières de la Mort (Morin, 2015). Par ailleurs, nous retrouvons que l'expression la plus fréquente pour décrire le phénomène est: Expérience de Mort Imminente, aussi connue sous l'abréviation suivante (EMI). Malgré l'existence de littérature francophone le concernant, ce phénomène est mieux connu dans la littérature anglophone sous le nom Near Death Experiences (NDE) qui a été popularisé par le philosophe, psychiatre et physicien Raymond Moody à travers son livre *Life After Life*, originalement publié en 1975. Ce livre avait pour objectif d'encourager les sujets réticents à s'exprimer librement et à partager différents aspects du phénomène, afin d'éclaircir différentes facettes de l'esprit humain. De plus, il mentionne également que son but n'est point de prouver l'existence d'une vie après la mort.

Par ailleurs, dans l'introduction de son ouvrage, l'auteur s'intéresse principalement à deux catégories de personnes. Les personnes qui ne croient pas au phénomène, qu'il invite à lire et à faire plus de recherches concernant le sujet, mais aussi les personnes qui reconnaîtront l'expérience et pour qui ce livre représentera un soulagement qui leur permettra de se dire qu'ils ne sont pas les seuls (Moody, 2015). Pour son étude, Moody a connu approximativement 150 cas et a affirmé que ces expériences se répartissent en trois différentes catégories :

1. Les expériences de personnes qui en ont discuté après avoir été prononcées cliniquement morts.
2. Les expériences de personnes qui au cours d'un accident, blessure, ou maladie se sont retrouvées proches de la mort physique.
3. Et finalement les expériences de personnes qui pendant le moment de leurs morts cliniques avaient des discours que d'autres personnes présentes dans les circonstances ont pu rapporter par la suite.

Après Moody, plusieurs auteurs se sont intéressés au phénomène en se basant sur tous les éléments prodigués par ce dernier. Kenneth Ring, un ancien psychologue, a entrepris sa propre étude en 1980 afin de promouvoir de nouveaux éléments sur le phénomène ainsi qu'une nouvelle classification. Michael Sabom, l'auteur du livre *Light & Death* (1998) présente une vision scientifique du phénomène avec une approche religieuse chrétienne relative à la bible. Bruce Greyson (1983) a aussi participé à développer la recherche concernant ces expériences en offrant une nouvelle catégorisation des éléments spécifiques de l'expérience.

## 1.2 Définitions de l'EMI

Plusieurs auteurs, de différents domaines, se sont intéressés aux multiples aspects des expériences de mort imminente et en ont fait leur propre recherche. Ils ont donc ainsi partagé des définitions du phénomène.

Raymond Moody décrit le phénomène comme étant non seulement une expérience de perception consciente qui se déroule lors d'une rencontre de mort imminente, mais aussi un évènement dans lequel une personne pourrait être déclarée cliniquement morte. Toutefois, elle survit et continue sa vie dans son enveloppe physique (Moody, 2015). Moody a rajouté des modifications à sa définition dans son livre avec Perry intitulé *The light beyond* (1988) où les deux auteurs mettent spécialement le point sur l'aspect spirituel de l'expérience en mentionnant que ce phénomène représente « Des évènements spirituels profonds qui surviennent sans être invités chez certains individus aux moments de la mort » (p. 11).

Greyson (1998) propose une définition plus simple qui rejoint celle de Moody et qui met également le point sur la subjectivité des éléments transcendants et mystiques que les sujets rencontrent au seuil de la mort « Near-death experiences are profound psychological events with transcendental and mythical elements, typically occurring to individuals close to death or in situation intense physical or emotional danger » (1998, p.14). Dans leur article intitulé « Distressing Near- Death Experiences », Greyson et Bush (1992) ont défini l'expérience de mort imminente comme étant une expérience psychologique puissante d'origine indéterminée survenant généralement chez un individu proche de la mort ou dans une situation de danger intense physique ou émotionnel. Ils ajoutent également que cela peut être documenté comme un éventuel arrêt cardiaque, ou non documenté dans les situations où le traumatisme est momentané mais rapidement corrigé, ce qui peut se passer dans des circonstances inaperçues.

Long et Perry (2010) ont aussi introduit leur définition où ils tentent de prouver l'existence de l'au-delà :

*Near-death experiences are events that take place as a person is dying or, indeed, is already clinically dead. People who have NDEs are called near-death experiencers (NDErs)... I consider individuals to be 'near-death' if they were so physically compromised that they would die if their condition did not improve (Long et Al. 2010, p.5)*

Le cardiologue Pim Van Lommel (2010) s'est intéressé à l'aspect scientifique des expériences de mort imminente et présente la définition suivante pour le phénomène

*A near-death experience is the (reported) recollection of all the impressions gained during a special state of consciousness, which includes some specific elements such as witnessing a tunnel, a light, a panoramic life review, deceased persons, or one's own resuscitation (Lommel, 2010 p.7)*

Cette définition introduit donc quelques éléments nouveaux que l'on ne retrouve pas dans les définitions précédentes. Premièrement, l'auteur met le point sur l'aspect de narration qui se manifeste dans l'action de reporter les éléments subjectifs vécus par les individus concernés. Ensuite, l'auteur introduit également l'état de conscience du sujet ainsi que quelques caractéristiques générales de l'expérience.

L'un des articles récents portant sur le phénomène nous présente une définition regroupant les mêmes éléments retrouvés dans celle de Lommel (2010).

*After facing a life-threatening situation, some people (so-called "near-death experiencers"; NDErs) report profound psychological experiences that may include features such as an intense feeling of peacefulness or joy,*

*out-of-body experiences (OBEs), meeting a deceased relative or a spiritual figure, or seeing a brilliant light (Cassol et Al, 2018 p.1)*

Cette définition met le point sur l'intensité de l'expérience ainsi que les sensations qui peuvent en dériver comme la sensation de paix et de joie, ou même l'expérience hors corps aussi appelée le 'détachement de la conscience', et finalement tous les aspects paranormaux qui se manifestent tout au long de l'expérience.

Ce que nous pouvons déduire des définitions accordées au phénomène des expériences de mort imminente (EMI) c'est qu'il se produit lorsque le sujet se retrouve dans une situation de danger physique ou émotionnel menant à une mort clinique ou à un état proche de la mort que nous pouvons illustrer comme une situation de coma profond. Cette expérience permet donc aux sujets de se retrouver dans un état spécial de conscience leur permettant de rencontrer différents évènements spirituels avant de retourner dans leur enveloppe physique/corporelle. Par ailleurs, ce qui nous intrigue dans les différentes définitions présentées c'est que les aspects qui se répètent souvent sont: le fait d'être en danger de mort, le niveau de conscience modifié, ainsi que les évènements produits durant cette dernière. Mis à part les définitions de Lommel (2010) et celle de Cassol (2018), nous ne retrouvons pas de considération spécifique accordée à l'individu. Ce dernier représente l'aspect le plus important de l'expérience puisque c'est lui qui est responsable de la narration de cette dernière ainsi que de son interprétation. Le deuxième élément qui, pour nous, manque également aux définitions est l'aspect de la relation établie entre l'expérience et son auteur. Aucun des auteurs ne mentionne si cette dernière a pu influencer la vie de son auteur ni la manière dont elle a pu l'influencer.



### 1.3 Caractéristiques de l'EMI selon différents auteurs

Grâce aux nombreux témoignages qui ont été étudiés par différents auteurs qui se sont intéressés aux expériences de mort imminente, nous pouvons aujourd'hui retrouver des classifications qui nous présentent des caractéristiques spécifiques des expériences. Il est ainsi important de mentionner que Moody (2015) était le premier à ressortir ces éléments dans son livre *Life After Life*.

#### 1.3.1 La classification de Raymond Moody

Tout au long de son enquête, Moody procédait principalement en menant des interviews durant lesquelles les personnes témoignent de leurs expériences.

À partir des 150 entrevues qu'il a pu mener, Moody a ressorti onze éléments qui représentent les aspects des expériences de mort imminente (Moody, 2015)

1-Ineffabilité des faits	<ul style="list-style-type: none"> <li>· La difficulté linguistique rencontrée pour exprimer les détails de l'expérience.</li> </ul>
2-Entendre des nouvelles de leurs morts	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Les individus se retrouvent comme spectateurs de leur propre mort.</li> <li>· Pouvoir entendre les médecins ou spectateurs prononcer sa propre mort.</li> </ul>
3-Sensation de paix et de quiétude	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Un sentiment extrêmement plaisant est décrit tout au début de l'expérience.</li> <li>· Cette sensation implique également la disparition soudaine de toute douleur et le soulagement apporté par le phénomène de la mort.</li> </ul>
4-Le bruit	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Un bruit inhabituel souvent décrit comme malplaisant et inconfortable est décrit au début de l'expérience.</li> </ul>

5-Le tunnel sombre	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Cette étape se produit souvent en même temps que le bruit et implique le fait de se sentir tiré avec une grande vitesse dans un espace souvent décrit comme étant sombre</li> </ul>
6-Expérience hors corps	<ul style="list-style-type: none"> <li>· L'existence de l'esprit ou 'corps spirituel' qui, selon Moody, semble plus éphémère que le corps physique.</li> <li>· La perception de son propre corps physique inanimé et des événements qui se produisent à côté.</li> <li>· L'impossibilité de communiquer avec les personnes présentes dans l'espace malgré les tentatives.</li> <li>· L'absence de l'aspect du temps / intemporalité de l'expérience</li> </ul>
7-La rencontre avec les défunts	<ul style="list-style-type: none"> <li>· La rencontre avec d'autres corps spirituels</li> <li>· Selon les témoignages de Moody, ces présences se manifestent pour deux raisons: soit pour faciliter la transition vers la mort ou pour informer les sujets que ce n'est pas leur moment, et qu'ils devraient regagner leur corps physique.</li> </ul>
8-L'être de lumière	<ul style="list-style-type: none"> <li>· L'apparence d'une lumière extrêmement brillante, mais non aveuglante qui se définit comme un être divin avec une personnalité bien définie.</li> <li>· La manifestation de l'être de lumière implique également l'enveloppement du sujet dans cette lumière synonyme d'amour irrésistible, de chaleur, de bien être, et d'attraction irrésistible.</li> </ul>

9-Le bilan	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Cette phase se produit en présence de l'être de lumière et se présente sous forme d'images panoramiques qui affichent des passages de la vie de la personne en question.</li> <li>· Ces images sont affichées d'une manière réelle et vive.  Il est même rapporté que ces visualisations bougent et se présentent en trois dimensions.</li> <li>· L'objectif de l'affichage de ces visualisations selon les témoignages n'est pas de punir, mais de pouvoir provoquer un champ de réflexion chez les personnes.</li> </ul>
10-La frontière	<ul style="list-style-type: none"> <li>· La frontière est définie comme la limite qui sépare la vie de la mort.</li> <li>· Nombreux sont les participants de l'enquête de Moody qui expliquent avoir vu leurs proches défunts de l'autre côté de cette frontière. D'autres expliquent s'être retrouvés dans la phase du dépassement de la frontière quand ils se font repousser par une force irrésistible souvent reflétant à 'l'être de lumière' ou aux défunts qui annoncent à leurs proches que ce n'est pas encore leur moment de mourir.</li> </ul>
11-Le retour	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Plusieurs des participants de l'enquête de Moody ne se souviennent ni de la manière ni de la raison de leur retour.</li> <li>· D'autres pensent que cette décision ne leur appartient pas, puisque c'est 'dieu' ou 'l'être de lumière' qui a décidé ainsi, et ce, afin de compléter une mission précise ou une tâche inachevée.</li> <li>· Une autre catégorie explique que cette décision leur appartient, alors que d'autres mentionnent que malgré leur volonté de rester, les prières ainsi que l'amour des proches vivant ont réussi à les faire revenir.</li> </ul>

Selon cette qualification de Moody nous pouvons constater que ce dernier a tenté de décortiquer tous les témoignages et nous a donné tous les éléments qu'il a pu ressortir de ses années de travail auprès des sujets de l'EMI. Moody nous a produit une analyse minutieuse des caractéristiques spécifiques du phénomène vécu; par ailleurs, nous ne pouvons pas affirmer qu'un sujet de l'EMI a forcément vécu son expérience suivant toutes ses étapes fournies par Moody, encore moins que tous ces éléments mentionnés se retrouvent forcément dans une seule expérience.

L'ordre des évènements est aussi un élément difficile à affirmer puisqu'il est décrit que les sujets de l'EMI perdent l'aspect temporel de leurs vécus subjectifs. La classification de Moody représente donc pour nous une classification que nous pouvons intégrer dans cette recherche en nous basant sur les éléments étudiés afin de déterminer si, après tant d'années de collecte de témoignages, nous pouvons ressortir des éléments semblables ou différents de ceux affichés dans ce tableau.

### 1.3.2 La classification de Kenneth Ring

Suivant la recherche de Moody en 1975, Kenneth Ring a confirmé la classification produite par ce dernier dans sa recherche menée en 1980. Par ailleurs, ce dernier considère une nouvelle classification basée sur cinq phases principales :

Phase 1	La sensation de paix et de quiétude accompagnée de la disparition de douleurs. Rapportée par 60% des cas étudiés.
Phase 2	l'expérience hors corps humain. Rapportée par 37% des cas étudiés.

Phase 3	L'arrivée à l'endroit sombre, parfois décrit comme un tunnel. (souvent décrit comme un environnement paisible).  Rapportée par 23% des cas étudiés.
Phase 4	La rencontre avec la lumière (synonyme d'amour inconditionnel). Rapportée par 16% des cas étudiés.
Phase 5	Accéder au monde surnaturel caractérisé d'une beauté extraordinaire accompagné d'une musique majestueuse, où les sujets rencontrent d'autres défunts et assistent aux passages panoramiques de leurs vies avant de retourner vers leurs enveloppes corporelles.  Rapportée par 10% des cas étudiés.

Malgré la confirmation de la classification de R. Moody (2015), K. Ring (1980) a tout de même ignoré quelques aspects de cette dernière dans sa propre classification comme l'ineffabilité des faits, le fait d'entendre les nouvelles de sa mort, le bruit présent au début de l'expérience, ainsi que la frontière de la mort. La première phase de l'enquête de K. Ring qui est la sensation de paix et de quiétude accompagnée de l'absence de douleur représente la troisième étape dans la classification de R. Moody. La deuxième phase de K. Ring qui représente l'expérience hors corps est semblable à la cinquième étape de la classification de R. Moody. Dans la classification de R. Moody, l'aspect du Tunnel se retrouve avant l'expérience hors corps, ce qui n'est pas le cas dans la classification de K. Ring (1980) puisque ce dernier affirme que cette étape se produit suivant la décorporation physique/sortie hors du corps. Selon Ring, le tunnel est suivi par la rencontre avec l'être de lumière; par ailleurs, pour Moody, cette étape précède la rencontre avec les défunts.

Même si l'on voit que K. Ring ne prononce que cinq phases, il réussit tout de même à intégrer plusieurs aspects dans la dernière phase où il implique la rencontre avec les défunts, le bilan de vie, la frontière, ainsi que le retour. Il ajoute également un

élément que l'on ne retrouve pas chez R. Moody dans cette phase qui est la musique majestueuse qui accompagne l'expérience.

K. Ring nous présente également le pourcentage relatif à chaque phase ce qui n'est pas le cas de l'enquête de R. Moody, cela nous montre également qu'une EMI n'implique pas forcément toutes les caractéristiques décrites par les auteurs. Il décrit donc que la première phase comme la plus répandue puisque 60% des participants de son enquête ont affirmé avoir ressenti la sensation de paix et de quiétude ainsi que la disparition de leurs douleurs physiques. Par ailleurs, la dernière phase qui regroupe plusieurs éléments semble être la phase la moins rapportée par les sujets de l'EMI dans son enquête avec le pourcentage de 10%.

### **1.3.3 La classification de Michael Sabom**

Le cardiologue Michael Sabom était un médecin sceptique quant à la réalité des expériences de mort imminente. Le livre de Moody l'a donc incité à en faire sa recherche qui a été complétée en 1982. Puisque ce dernier travaillait dans le département de cardiologie, il s'est principalement concentré sur les patients cardiaques qui ont été ressuscités dans son environnement de travail.

La classification produite par M. Sabom (1982) est basée sur les sujets ainsi que le type d'expérience qu'ils ont pu vivre durant leurs morts physiques. Il a donc identifié trois catégories principales :

Catégorie 1	L'expérience hors corps qui se caractérise principalement par le détachement entre l'esprit et le corps physique où les patients arrivent à apercevoir leur propre réanimation du plafond.  Rapportée par 30% des cas étudiés.
-------------	--

Catégorie 2	<p>La deuxième catégorie comporte les éléments surnaturels. Le passage par l'espace sombre souvent décrit comme un tunnel qui donne sur la lumière brillante non aveuglante ainsi que l'accès à un environnement mort céleste où les sujets rencontrent et communiquent avec d'autres défunts (Communication non verbale centrée sur la décision de rester ou de retourner vers le monde physique). La perception de frontière ainsi que le visionnage du bilan de leurs vies. Ces étapes sont également accompagnées par la sensation de paix et de quiétude.</p> <p>Rapportée par 54% des cas étudiés.</p>
Catégorie 3	<p>La troisième catégorie regroupe les éléments de la première ainsi que ceux de la deuxième catégorie qui reflètent une expérience complète.</p> <p>Rapportée par 17% des cas étudiés.</p>

Cette catégorisation de M. Sabom (1982) nous semble très intéressante pour notre recherche, et ce, puisque ce dernier nous présente la notion d'une expérience complète. Selon sa catégorisation, nous pouvons quand même voir que les aspects de l'expérience sont semblables à ceux cités dans les classifications précédentes.

Nous pouvons identifier les similarités ainsi: la catégorie 1 de M. Sabom représente l'élément 1 et 6 de l'enquête de R. Moody, qui est semblable à la phase 2 de l'enquête de K. Ring. La catégorie 2 de l'enquête de M. Sabom regroupe tous les éléments surnaturels de l'expérience accompagnée de la sensation de paix, similaire au regroupement des phases suivantes chez K. Ring (phases 1, 3, 4 et 5) et des éléments suivants dans l'enquête de Moody (3, 5, 7, 8, 9 et 10). La troisième catégorie est donc un regroupement des éléments des deux premières catégories afin de formuler une expérience complète.

Selon son enquête, nous constatons que le pourcentage de personnes ayant vécu une EMI complète (17%) est moins significatif que celui de la première catégorie (30%) et de la deuxième catégorie (54%); ce qui est conforme aux résultats de l'enquête de

Ring dans le sens où nous ne pouvons pas affirmer que tous les sujets de l'EMI passent par tous les éléments énumérés de l'expérience.

### 1.3.4 La classification de Bruce Greyson

Bruce Greyson (1983) s'est aussi inspiré de l'étude de Moody. Il s'est inspiré de celle-ci et a ainsi procédé à sa propre enquête. Son étude a pris en compte 89 sujets de l'EMI. Il propose alors une classification où il met le point sur quatre composants principaux

Cognitif	<ul style="list-style-type: none"> <li>· La perte de la notion du temps;</li> <li>· L'accélération des pensées;</li> <li>· Le bilan de vie;</li> </ul>
Affectif	<ul style="list-style-type: none"> <li>· La sensation de paix et de bien-être;</li> <li>· La perception de la lumière;</li> <li>· La sensation de se faire envelopper par la lumière;</li> </ul>
Paranormal	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Le développement des sens auditif et visuel;</li> <li>· La conscience de l'évènement à distance;</li> <li>· L'expérience hors corps physique;</li> </ul>
Transcendantal	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Le voyage vers l'environnement céleste;</li> <li>· La rencontre ou la sensation de présence d'un être mystique;</li> <li>· La possibilité de voir et de communiquer avec d'autres défunts, ou êtres religieux;</li> <li>· Atteindre la frontière;</li> </ul>

La classification de B. Greyson (1983) représente pour nous une classification complètement différente des classifications citées dans les passages précédents. La



classification de B. Greyson ne nous incite point à connaître l'ordre des événements d'une EMI; par ailleurs, ce dernier nous montre son intérêt quant aux spécificités des éléments de cette dernière. B. Greyson a donc regroupé les éléments d'une EMI et les a classifiés par rapport à la nature du vécu subjectif de ses participants en mettant le point sur les éléments cognitifs, affectifs, paranormaux et transcendants.

Nous retrouvons également des éléments que l'on ne trouve pas dans les classifications des autres chercheurs comme l'accélération des pensées, le développement des sens (auditif et visuel) ainsi que la conscience des événements à distance.

La classification de Greyson (1983) ainsi que les classifications des autres auteurs représenteront donc pour notre recherche des outils d'évaluation pertinents que nous pouvons effectivement utiliser pour notre recherche. Par ailleurs, puisque la catégorisation de Moody (2015) reste celle qui a inspiré les autres chercheurs. Celle-ci représentera notre principal outil d'évaluation des éléments de l'expérience de l'EMI. Étant donné les objectifs derrière cette recherche, notre intérêt est porté principalement sur le sujet, dans le prochain passage, nous allons tenter de sortir les impacts que ces expériences peuvent avoir sur ce dernier.

#### **1.4 Impacts de l'EMI**

Plusieurs auteurs ont mentionné les effets des expériences de mort imminente sur les sujets. Dans le livre de Moody (2015), ce dernier explique que les sujets n'avaient aucun doute concernant le fait que leurs expériences sont réelles et ne sont en aucun cas des illusions. Ce qui leur permet d'accorder une certaine importance à ce vécu phénoménologique. Malgré la certitude qu'ils accordent à leurs expériences, ces personnes ne ressentent aucune envie d'en parler ouvertement à leur entourage (mis à

part les personnes les plus proches d'elles), car ils sont les seuls à comprendre la complexité de leurs expériences. Ils expliquent également que leur entourage n'a pas la capacité de comprendre leur vécu et pourront même les voir comme des personnes instables. Moody a ainsi mentionné plusieurs témoignages qui reflètent des jugements portés sur les sujets de mort imminente (hallucination, imagination, illusion) ainsi que des réactions de manque d'attention portée à l'expérience par quelques proches. Il déclare également que le cas d'une fille reste le seul cas où la famille avait rencontré un médecin qui l'avait informée de l'existence de ce type d'expériences dans le cas de blessures et d'accidents extrêmes.

Il est aussi important de mentionner que toutes les personnes ayant vécu cette expérience se sentent uniques et même quelques fois étonnées, surprises, et rassurées de savoir que d'autres personnes ont pu vivre la même chose. Moody explique une dernière réticence exprimée par quelques sujets qui les poussent à éviter de parler de leur vécu, et cette raison est tout simplement l'incommunicabilité des événements vécus pendant l'expérience et la difficulté de décrire ce qui se passait dans le langage terrestre.

Après leurs expériences de mort imminente, aucun des participants de l'enquête de Moody ne s'est porté volontaire afin de raconter son vécu ou d'en faire sa mission de vie. De plus, ces personnes n'essayent pas de revendiquer la réalité de leurs expériences ou de prouver que celles-ci se soient réellement produites. Au contraire, ils sont naturellement réticents à raconter cette expérience.

Plusieurs témoignages relèvent un changement dans la vision de la vie qui est vraiment élargie et approfondie grâce à l'expérience. L'expérience a donc permis aux personnes de développer leur esprit de réflexion et de s'intéresser aux différentes questions existentielles et philosophiques pour nourrir leur soif de connaissances. D'autres expliquent que leurs visions ont changé puisqu'ils ont perdu la notion

physique de la vie. Ils arrivent donc à accorder plus d'importance à l'esprit qu'au corps physique. Dans certains cas, Moody (2015) explique que quelques sujets semblent avoir développé des compétences qui sortent de l'ordinaire et se rapprochent de la voyance, par exemple la capacité de lire dans les pensées des autres, la capacité de calmer et apaiser les autres, et finalement la capacité de lire les visages et reconnaître les besoins des personnes.

Tous les participants de l'enquête de Moody (2015) sont encore une fois d'accord concernant les leçons qu'ils ont pu tirer de leurs expériences qui sont de promouvoir l'amour et de rechercher de nouvelles connaissances. L'auteur affirme également qu'aucun de ses participants n'a exprimé la sensation de perfection ou de purification grâce à l'expérience. Au contraire, cette expérience a entraîné la curiosité qui leur a permis de se fixer de nouveaux objectifs ainsi que de nouvelles déterminations de vie.

D'une autre part, nous retrouvons d'autres écrits qui nous présentent d'autres informations concernant l'impact que cette expérience peut avoir sur la vie des sujets. L'une des enquêtes révèle que seulement 73.1% des participants qui revendiquent être sûrs que leur vie a changé grâce à l'expérience, 12.7% rapportent qu'ils sont incertains de l'impact qui a pu être prodigué par cette dernière, et finalement 14.2% expliquent n'avoir vécu aucun changement (Long, et Al 2010).

Par ailleurs, les auteurs expliquent que malgré la réponse négative de quelques répondants de l'enquête, il est important de prendre en considération que ces cas ont complété le questionnaire peu de temps après leur expérience. Selon les auteurs, plusieurs recherches démontrent que les sujets ont besoin de beaucoup de temps avant d'intégrer complètement cette expérience à leur vie.

Selon Lommel (2010), les individus ayant vécu l'expérience de mort imminente peuvent connaître différents types de changements. Par ailleurs, il est important de

mentionner que ces changements ne sont pas communs pour tous les sujets. Lommel rejoint également l'idée de Long et Perry (2010) qui explique que les changements transformatifs des sujets n'apparaissent que plusieurs années après l'expérience «the integration process lasts at least seven years or more because the effort provokes a lot of resistance in both NDErs and those around them» (Lommel, 2010 p.51). L'auteur mentionne également les points suivants que l'on retrouve le plus dans les témoignages des sujets :

- L'acceptation de soi
- Une grande compassion pour les autres
- Une appréciation différente de la vie
- L'absence de la peur de la mort
- La croyance en une vie après la mort
- Un sentiment d'adhésion religieuse fort sans particularité d'appartenance
- Une forte spiritualité
- Des changements physiques
- L'amélioration de sensibilité intuitive

Malgré les changements dont parlent différents auteurs concernant les sujets de l'EMI, le débat sur la véracité des témoignages reste au centre de la discussion scientifique. Cette dernière reste sceptique face à un phénomène dont l'expérience est complètement détachée du monde physique et matérialisé. Dans le prochain passage, nous allons tenter de résumer le point de vue scientifique sur le sujet. Ensuite, nous allons également nous intéresser au cas spécial de Pamela Reynolds qui contredit la science.

### **1.5 Les scientifiques sceptiques**

Les scientifiques sceptiques expliquent que les EMI sont les résultats des produits utilisés dans la neurochimie comme les anesthésiants et d'autres drogues. Ces

expériences sont également justifiées par le manque d'oxygène au niveau du cerveau. Ce manque entraînerait un déséquilibre de neurotransmetteurs qui provoqueraient notamment un dysfonctionnement du cerveau qui, selon les scientifiques, explique le défilement des différents aspects de l'expérience qui représente uniquement des illusions (Le Figarot, 2009). Un autre élément est celui de la réponse psychologique à la situation critique de la personne mourante où, le désir d'une vie après sa propre mort, est aperçu comme un élément justifiant ces expériences aux yeux de la science. (Parnia, et al. 2002).

Plusieurs recherches ont été effectuées pour mettre de la lumière sur les hypothèses présentées. Un travail a été publié en 2002 qui portait principalement sur le cas d'une patiente atteinte d'épilepsie lors d'une intervention où le médecin a stimulé le côté droit de son cortex cérébral. Cette intervention a permis aux scientifiques de conclure que certaines stimulations peuvent provoquer des hallucinations ainsi que des sensations du mouvement du corps. (Blanke, et al. 2002). Le chirurgien Olaf Blanke ne s'est pas arrêté à sa première recherche. Il a donc entrepris avec Henrik Ehrsson en 2007 une expérience permettant de montrer qu'avec la provocation de certains conflits cérébraux, le sujet peut avoir la sensation du détachement corporel en partie seulement.

Selon Le Figaro (2009), nombreux sont les scientifiques qui ont réfuté cette recherche ou plutôt ses résultats. Il est expliqué que les stimulations n'expliquent pas l'intégralité de l'expérience, mais provoquent seulement une sensation partielle du détachement du corps physique.

### 1.5.1 Le cas de Pam Reynolds

Le cas de Pam Reynold reste le cas le plus important qui, en quelque sorte, réfute l'idée apportée par les scientifiques. Celle-ci implique que c'est le fonctionnement du cerveau qui est responsable de produire les visions apparemment hallucinogènes.

En 1991, Reynold, âgée de 35 ans, devait subir une intervention chirurgicale au niveau de son cerveau afin d'enlever un énorme anévrisme. Le chirurgien a donc pris une décision radicale pour l'opération de Reynolds. Opter pour l'arrêt cardiaque hypothermique qui consiste à refroidir son corps à 60 degrés ainsi que le drainage de son sang du cerveau pour éviter que l'anévrisme éclate et provoque sa mort pendant l'opération (Woerlee, 2011). Cela a donc entraîné l'arrêt de toute activité relative aux ondes cérébrales.

De ce fait, il est évident de noter que Pam Reynolds était techniquement morte pendant la période de son opération, et pour confirmer cela, l'équipe médicale a utilisé un matériel spécifique afin de pouvoir surveiller son niveau de conscience, et notamment aucune activité n'a été déclarée. Le cerveau de Pam était complètement inactif: «Pam's brain was found "dead" by all three clinical tests- her electroencephalogram was silent, her brain-steam response was absent, and no blood flowed through her brain ». (Sabom, 1998, p.43). Son chirurgien a ainsi confirmé l'état de sa patiente « If you would examine that patient from a clinical perspective during that hour, that patient by all definition would be dead. At this point there is no brain activity, no blood going through the brain. Nothing, nothing, nothing ». (Ibid., 1998, p. 50).

Par ailleurs, après son réveil, cette dernière rapporte avoir entendu des échanges verbaux qui ont eu lieu entre les personnes présentes dans la salle de son opération :

*Someone said something about my veins and arteries being very small. I believe it was a female voice and that it was Dr. Murray, but I'm not sure. She was the cardiologist [sic]. I remember thinking that I should have told her about that. (Ibid, 1998, p. 42)*

Ainsi que la musique diffusée dans ce même espace à ce moment-là :

*When I came back, they were playing "Hotel California" and the line was "You can check out anytime you like, but you can never leave." I mentioned [later] to Dr. Brown that that was incredibly insensitive and he told me that I needed to sleep more. [laughter] When I regained consciousness, I was still on the respirator. (Ibid, 1998 p. 47)*

Elle donne également des descriptions précises et bien détaillées des procédures qui ont eu lieu durant son opération ainsi que les outils utilisés dans cette dernière

*The saw thing that I hated the sound of, looked like an electric toothbrush and it had dent in it, a groove at the top where the saw appeared to go into handle, but it didn't ... And the saw had interchangeable blades, too, but these blades were in what looked like a socket wrench case .I hear the saw cranked up. (Ibid. 1998, p.41)*

Ainsi nous pouvons voir que Reynolds a pu rapporter des éléments qui sont tous vérifiables, et qui ont notamment été vérifiés par l'équipe médicale ainsi que les rapports de l'opération chirurgicale. Tous ces éléments ont eu lieu durant une période où le corps de la patiente ainsi que son cerveau étaient hors fonction (ou mort). Ceci justifie effectivement le fait que Pam Reynolds est passé par une mort clinique, mais également, le fait que cette mort n'a pas limité sa conscience. Au contraire, cette conscience apparaît être développée d'avantage durant son expérience. Cette expérience fut importante pour les scientifiques ayant travaillé sur le cas de la patiente; par ailleurs, l'adoption d'une justification scientifique du cas est une tâche difficile ou même impossible.

## 1.6 Objectifs et questions de recherche

Dans notre problématique, nous avons réussi à soulever plusieurs points relatifs à l'EMI. Nous avons commencé par discuter les origines du phénomène qui ne sont pas clairement documenté. Par ailleurs, nous avons appris à travers nos recherches que Raymond Moody fut le premier chercheur à avoir accordé une classification à l'EMI. En s'inspirant de la recherche de Moody, Plusieurs autres auteurs ont livré leurs classifications qui s'accordent effectivement dans des points communs. Par ailleurs, la recherche de chacun reste unique dans le sens où ces recherches ont été publiées dans des lapses de temps différents avec des intérêts distincts. Nous avons également discuté les impacts de ces expériences sur les personnes concernées. En général, ces changements dits « transformationnelles » reflètent des impacts positifs sur les vies des personnes concernées. Les impacts négatifs discutés sont souvent rapportés aux jugements ainsi qu'au scepticisme des proches des victimes de l'EMI. Pour finir, nous avons exposé le scepticisme scientifique face au phénomène de l'EMI qui est perçu comme un phénomène non-réel qui révèle d'un dysfonctionnement du cerveau durant les moments traumatiques des vies des victimes. Nous avons ainsi présenté le cas de Pam Reynolds qui contredit les théories scientifiques et qui sème le doute dans la recherche scientifique face au sujet de l'EMI qui dépasse les bornes rationnelles.

À la lumière de ce qui précède, nous constatons que l'EMI est un phénomène réel qui touche la vie de plusieurs personnes et qui également ne représente que des phénomènes vécus par les sujets et transforme leur perception de la réalité. Ces sujets vivent ces phénomènes subjectivement, avec eux-mêmes dans leur rapport avec soi, et avec les autres 'intersubjectivement' dans leurs rapports aux autres et à leur environnement. Il est ainsi important de rappeler que les éléments que nous avons présentés dans notre problématique représentent globalement des conclusions amenées par différents chercheurs. Notre souhait au travers de cette recherche est



d'atteindre la vision subjective du sujet quant au phénomène de l'EMI. Nos objectifs de recherche sont donc les suivants.

En premier lieu, nous tenons à spécifier que nous ne souhaitons, en aucun cas, évaluer la vérité des propos des sujets de l'EMI. Nous voulons tout simplement comprendre les éléments et les phases des expériences de mort imminente à travers les discours subjectifs des personnes en question. Ensuite, il est important pour nous de cerner les processus d'établissement de sens dans le cadre de la compréhension de l'expérience chez le sujet. Pour finir, nous souhaitons mettre en lumière les aspects du changement relatif à l'expérience afin de mieux comprendre le rapport à soi, aux autres, et à la spiritualité suivant ce vécu phénoménologique.

Nous avons pris beaucoup de temps à formuler notre question de recherche qui n'était pas simple à déterminer, et ce, principalement à cause de la complexité de notre sujet ainsi qu'aux nombreux aspects que nous souhaitons aborder. Nous avons donc commencé par une élaboration de nos questions sectorielles selon nos intérêts de recherche. Existe-t-il des éléments négatifs dans les expériences de mort imminente? Comment le sujet arrive-t-il à accorder un sens à son expérience? Quels sont les changements vécus grâce à cette expérience ? Et finalement ce changement se produit-il de manière immédiate?

Les expériences que nous regrouperons grâce aux entrevues nous permettront de comparer les différentes visions, de ressortir les aspects positifs et négatifs de l'expérience, et de décrire la relation que le sujet a choisi d'avoir avec cette expérience (acceptation ou rejet), et finalement ressortir les changements qui ont dû se produire grâce à l'expérience et cela se présente principalement dans la perception de soi, des autres, et de la spiritualité. Notre question de base est donc la suivante : « comment les phénomènes vécus des expériences de mort imminente (EMI) affectent-

ils les sujets concernés dans le cadre de la perception de soi, des autres, ainsi que la spiritualité? »

### 1.6.1 Pertinence communicationnelle

En ce qui concerne la pertinence de notre sujet d'un point de vue communicationnel, il est important pour nous de mentionner que nous avons dû faire face à plusieurs questions portant sur les relations entre le domaine de communication et les expériences de morts imminentes. Notre réponse est plutôt centrée sur l'expérience en tant que telle. Nous pensons qu'il est important d'accorder une certaine importance au sujet qui est représenté comme l'acteur principal lorsque nous parlons d'EMI. Il est aussi important de mettre le point sur la subjectivité du phénomène sans oublier la manière avec laquelle son propre sujet l'exprime et l'expose aux yeux de son entourage.

S'exprimer par rapport aux expériences de mort imminente peut paraître facile ; par ailleurs, en nous penchant vers le chemin de la recherche des témoignages, nous nous sommes rendues compte que ce sujet peut paraître comme un tabou, et nous pensons que cela est principalement dû au fait que le phénomène ne soit pas aussi répandu et que s'exprimer par rapport aux phénomènes de la sorte peut être rapproché aux hallucinations ou même à la folie.

La communication est un domaine qui traite de toutes sortes d'interactions ce qui permet la compréhension de différents phénomènes sociaux. À notre tour, nous voudrions nous servir de la communication pour permettre à quelques-uns des sujets concernés de s'exprimer et d'introduire leurs visions subjectives des éléments vécus. Le discours de ces personnes représente notre principal champ d'analyse puisqu'il ne nous permettra pas seulement de comprendre la nature de la perception portée sur

l'expérience, mais aussi d'appivoiser l'attribution que son propre acteur lui accorde. La nature de la relation entre l'acteur et son expérience nous permettra donc de voir si l'expérience a été utilisée en tant que point fort (aspect de développement) pour la suite de vie ou au contraire, que cette dernière soit complètement négligée et banalisée par l'individu lui-même.

D'une autre part, le fait d'entreprendre des conversations avec des sujets de faits surnaturels peut s'avérer être une tâche assez difficile qui requiert beaucoup de travail sur soi. De ce fait, nous avons dû faire différentes lectures afin de pouvoir assimiler l'approche la plus adéquate pour retirer un discours très rapproché de la vision du sujet et aussi pour éviter toutes les situations de jugement.

## CHAPITRE II

### CADRE THÉORIQUE

À partir des différentes observations que nous avons exposées dans la problématique, de la question principale ainsi que les objectifs de cette recherche; Il est important de mentionner que le contenu que nous allons analyser ainsi que les participants de notre enquête représenteront les éléments principaux afin de soutirer toutes les conclusions relatives au phénomène.

Dans le cadre de cette étude portant sur les expériences de mort imminente, il est important d'explorer les concepts issus de la phénoménologie, notamment la phénoménologie sociale qui est une théorie/approche qui permet de comprendre les EMI. À notre sens, nous devons aussi mettre le point sur le concept de l'expérience subjective qui représente l'élément vécu par les sujets concernés tout comme celui du changement qui représente un aspect très important de notre étude.

Dans les prochains paragraphes, nous allons essayer de définir l'approche de la phénoménologie qui va nous initier vers le concept de la phénoménologie sociale. Nous allons également nous intéresser à la notion de l'expérience et le sens accordé à cette dernière par son propre acteur. Ensuite, nous allons tenter de définir le concept de l'expérience subjective qui va nous mener vers la notion de l'intersubjectivité qui représente l'un des concepts clefs de cette recherche. Celui-ci va donc nous introduire vers l'aspect du soi et de l'autre. Pour finir, nous souhaitons intégrer la définition du

concept du changement qui illustre un élément très présent dans la phase post-expérience des acteurs de l'EMI.

## **2.1 La phénoménologie**

La phénoménologie représente une branche de la philosophie qui tire ses origines des écrits de Edmund Husserl et d'autres auteurs comme Jean-Paul Sartre et Martin Heidegger qui ont porté leur intérêt sur des questions existentialistes. Husserl a proposé le but de la phénoménologie qui permet d'étudier différents phénomènes humains sans pour autant se poser la question sur leurs causes, leurs réalités objectives, ni même leur apparence. La phénoménologie cherche alors à comprendre les processus utilisés pour construire le sens et le concept qui en ressort est l'intersubjectivité (Wilson, 2002).

Ce courant est présenté par Husserl comme un retour au monde de l'expérience, qui, selon lui, est considéré comme le fondement de toute science. La phénoménologie propose qu'un phénomène soit décrit au lieu d'être expliqué. (Sadala et al. 2002) Elle décrit ainsi une expérience humaine telle qu'elle est. Elle ne prend pas compte des propositions préétablies par les sciences naturelles. Elle peut être considérée comme une façon particulière de faire la science, et ce, en faisant de la recherche qualitative en remplaçant les corrélations statistiques par les descriptions individuelles des expériences, ainsi qu'en remplaçant les liens de causalité par les interprétations issues d'expériences vécues. (Ibid, 2002) Ainsi, au lieu de considérer l'individu et la société - ou la subjectivité et la socialité - comme des options mutuellement exclusives, la phénoménologie tente explicitement de les combiner. La revendication de Husserl est que le sujet représente uniquement un expérimentateur de la subjectivité du monde tant qu'il est membre d'une communauté d'acteurs sociaux (Husserl, 1995).

Merleau Ponty élabore la pensée de Husserl. En effet, il laisse entendre que la phénoménologie est la science rigoureuse de la recherche des essences. Il la considère comme une philosophie existentialiste qui traite de l'existence des personnes dans un monde prédéfini. En effet, lorsque nous demandons à différents sujets de décrire un phénomène, nous pouvons comprendre que chacun d'entre eux le donnera en fonction de son point de vue personnel. Les diverses perceptions des personnes, à différents moments et en différents lieux, nous sont donc données sous la forme de plusieurs points de vue, selon différentes perspectives, qui se croisent dans l'intersubjectivité et nous proposent notamment des significations communes qui nous permettent de comprendre la structure de ce phénomène. Ensuite, en faisant une interprétation phénoménologique de ces observations, la structure du phénomène est donc comprise dans notre perspective de chercheur, qui représente une autre perspective, celle de la connaissance scientifique. Ces données interprétées nous permettent de rejoindre le domaine spécifique des généralités, donc on peut déduire qu'il appartient à la structure générale du phénomène. (Ibid, 2002)

## **2.2 Le sens de l'expérience**

Dans son livre, Daly (2002) tente d'expliquer qu'il existe plusieurs manières de créer le sens. Il affirme qu'il y a certaines personnes qui situent le sens dans le texte ou le message lui-même, d'autres qui souscrivent à l'idée de trouver le sens dans un processus d'interaction, et ceux qui situent le sens dans les limites du cerveau. Pour certains, il est nécessaire de se concentrer sur les propriétés associées aux signes ainsi qu'à leurs référents. Pour d'autres, c'est la structure et l'enchaînement des messages qui annoncent le sens. Certains pensent que ce sont les normes culturelles et interactionnelles qui ouvrent la voie au sens. Enfin, certains pensent que la clef du sens se trouve dans le processus négocié qu'implique l'élaboration d'interprétations

partagées, alors que c'est la façon dont l'information est traitée mentalement qui donne un sens à la vie des autres.

Selon Alfred Schutz (1967) le sens que nous accordons à quelque expérience est constitué comme un phénomène intersubjectif. Il explique également que le sens accordé à l'expérience est un choix de l'individu concerné « If I call one of these experiences meaningful it is only because, in taking heed of it, I have 'selected it out' of and distinguish it from the abundance of experiences coexisting with it, preceding it, and following it » (Schutz, 1967 p.41). L'importance d'une expérience ne peut donc être accordée que par l'acteur qui résume, compte tenu de son vécu, que cette dernière a plus de sens que ses expériences habituelles ou neutres.

D'autre part, Schutz fait également le lien entre le sens de l'expérience, et le cadre interprétatif,

*The meaning of experiences is nothing more, then, than that frame of interpretation which sees them as behavior. So in the case of behavior, also, it turns out that only what is already over and done with has meaning. The pre phenomenal experience of activity is, therefore, not meaningful. Only that experience which is reflectively perceived in the form of spontaneous activity has meaning. (Ibid, 1967 p.57)*

Lorsque Schutz (1967) nous parle du sens de l'expérience, il met alors le point sur l'importance que celle-ci ne prend pas de sens direct au moment où l'acteur y est toujours. Dans le sens où, pendant son expérience, le sujet peut être considéré comme un objet dans son expérience. Donc, il est incapable de donner un sens à cette dernière qu'après avoir entamé une réflexion subjective, où il n'est plus acteur de cette expérience.

En effet, Schutz explique également que l'Égo de la personne est responsable de la construction du sens

*Meaning does not lie in the experience. Rather, those experiences are meaningful which are grasped reflectively. The meaning is the way in which the Ego regards its experience. The meaning lies in the attitude of the Ego towards that part of the stream of consciousness which has already flowed by, toward its 'elapsed duration' (Ibid, 1967 p.69)*

Cet aspect est vraiment pertinent puisque nous nous intéressons à la subjectivité de l'expérience ainsi qu'au sens que l'individu arrive à accorder à son expérience qui s'est produite en un certain laps de temps. Schutz explique alors que le sens peut être sujet à des modifications dans la vision que l'individu accorde à son expérience et cela dépend principalement de l'aspect temporaire. Schutz (1967) considère que le sens d'une expérience peut éventuellement connaître des modifications, et ce, en fonction de l'attention que l'Égo lui accorde. Il explique ainsi que le sens de l'expérience peut changer dépendamment du moment duquel l'individu l'aperçoit. Autrement dit, l'aspect temporaire qui sépare le sujet de son expérience peut jouer le rôle de modificateur de sens chez le sujet en soi. Ce dernier ajoute que l'établissement ainsi que l'interprétation du sens sont tous deux déterminés de manière pragmatique dans la sphère intersubjective. De plus, il explique que si deux individus sont capables de partager le même sens de l'expérience, ces deux seront probablement pareils (la même personne). Cependant, il explique que les différences des vécus font en sorte que chacun des individus prenne conscience de l'expérience de l'autre en se référant à son propre cadre référentiel ou son propre point de vue.



### 2.3 L'expérience subjective

Schutz présente la définition suivante pour expliquer le sens subjectif de l'expérience «To know the subjective meaning of the product means that we are able to run over in our own minds in simultaneity or quasi-simultaneity the polythetic acts which consist of the experience of the producer. » (Ibid, 1967 p.133). Nous comprenons alors qu'une expérience subjective n'est accessible qu'au sujet qu'il peut seulement avoir dans sa relation avec lui-même. Comme le note Mead (2006) «Certaines expériences, que nous qualifions de subjectives parce qu'elles ne sont accessibles qu'à nous seuls, se distinguent de l'expérience que nous appelons réflexive » (p. 232). Il explique cela par le fait que la réflexion ne représente pas un élément subjectif. Que celle-ci passe par l'acte de penser, qui en soi, est un phénomène subjectif; néanmoins, dès que le sujet décide de partager cette pensée, elle perd sa notion subjective et devient accessible à tout le monde.

Selon Berger et Luckmann (1966) la réalité se construit sur une base sociale, et que la sociologie de connaissance est responsable d'analyser les procédures qui construisent cette dernière. Une autre définition de la réalité est présentée ainsi : « The reality of everyday life further presents itself to me as an intersubjective world, a world that I share with others. This intersubjectivity sharply differentiates everyday life from other realities of which I am conscious.» (Berger, et Luckmann. 1966 p.22) À partir de cette vision de la réalité, nous pouvons donc considérer que cette dernière est intersubjective et qu'elle est vue comme telle par les autres en usant de la voie du partage qui permet aux autres de se situer ainsi que d'interpréter cette réalité en fonction de leurs niveaux de conscience. Les auteurs s'intéressent également à l'analyse phénoménologique des expériences subjectives qu'ils expliquent ainsi :

*The phenomenological analysis of everyday life, or rather of the subjective experience of everyday life, refrains from any casual or genetic*

*hypotheses, as well as from assertions about the ontological status of the phenomena analyzed. It is important to remember this. Commonsense contains innumerable pre- and quasi-scientific interpretations about everyday reality, which it takes for granted. If we are to describe the reality of commonsense we must refer to these interpretations, just as we must take account of its taken-for-granted character-but we do so within phenomenological brackets. (Ibid, 1966 P.20)*

Ainsi, Berger et Luckmann (1966) expliquent que la réalité du monde n'est pas seulement représentée par la conduite subjective des membres de la société ; ce sont les pensées ainsi que les actions de ces personnes qui créent et maintiennent cette réalité. L'importance de l'analyse phénoménologique détaillée de l'expérience est aussi prise en compte par les auteurs, et ce, parce qu'elle permet de découvrir les différentes phases de l'expérience ainsi que les différentes structures employées afin de couronner l'expérience d'un sens que la personne elle-même a pu accorder à son vécu subjectif. De plus, il est aussi mentionné que la conscience est capable de se déplacer et de traverser différentes sphères de réalité. Par ailleurs, le passage d'une réalité à une autre est perçu comme un choc causé par l'attention qui a entraîné cette transition. Nous pouvons également qualifier une expérience en tant que subjective lorsque cette dernière n'est accessible qu'à son acteur. Comme le note Mead (2006): « [...] comme les images de la mémoire et le jeu de l'imagination. Ces types d'objets que nous identifions en général à la 'conscience' et au processus que nous appelons 'penser' se ressemblent en ce qu'ils ne sont, du moins dans certaines phases, accessibles qu'à l'individu. » (p.232)

## **2.4 L'intersubjectivité**

L'intersubjectivité représente pour nous l'un des concepts clefs de notre recherche puisque ce dernier soulève la relation entre l'expérience interpersonnelle et le sujet, comme le note Merton Shill « Intersubjectivity is the subjective experience of an

interpersonal interaction that becomes part of intrapsychic structure. It is a component of the mentalization of interpersonal experience by the ego.» (2011, p.1). Frederickson rejoint l'idée de Shill et accorde une définition «In principle, intersubjectivity is an intrapsychic function and process which is cumulative and formative in the development of intrapsychic structure. This means that experience is the source of constructions, not the reverse » (Frederickson, 2015, p.75)

L'intersubjectivité est un concept clef lorsque nous parlons d'expérience subjective et du processus d'établissement de sens. L'idée que cette notion nous amène est l'importance de l'autre qui opère extérieurement du soi. Cela nous introduit notamment dans le sens du type d'expérience que nous allons analyser puisque cette sorte d'analyse est très différente de l'observation vue l'impossibilité d'objectiver le phénomène vécu. Nous parlons alors d'une réalité expérimentée intérieurement et qui peut seulement être racontée par la voix du sujet qui reconnaît son passé, intersubjectivement avec l'autre, en usant du langage commun que nous partageons afin de le rapprocher de ce vécu et peut être même lui accorder du sens (Stern, 2012).

Donc, l'intersubjectivité est une notion que l'on retrouve souvent dans le cadre de la vie sociale. Celle-ci émerge dans la relation que l'individu, principal acteur de son vécu, entre dans une relation intersubjective avec l'autre. Celui-ci représente une entité différente du soi. En revanche, dans le sens d'une expérience subjective, l'individu prend part de ce vécu en usant de la communication comme outil transmetteur de sens.

Plusieurs auteurs soulignent que l'expérience peut être influencée par l'acte de narration. Heidegger explique que lorsque l'expérience de vie est filtrée par la réflexion, elle n'est plus d'ordre subjectif, il pense également que l'originalité de l'expérience vécue provient de l'intentionnalité qui est d'ordre intuitif. Sartre en revanche souligne l'existence de la réflexion impure qui peut jouer un rôle

perturbateur de l'expérience initiale, ce qui transforme ainsi le vécu original en réflexion. Quant à Derrida, il associe la réflexion au langage et pense qu'il existe un écart entre l'expérience originale et l'expérience réflexive. D'autres expliquent que l'expérience perd sa notion implicite lorsque nous ne réussissons pas à la refléter en réflexion et la verbaliser linguistiquement (Stern, 2012).

D'autres auteurs pensent qu'il existe bien une correspondance directe, continue et vraie entre l'expérience de base, l'expérience réflexive ainsi que le langage (Stern, 2012). Par ailleurs, ces auteurs sont peu nombreux, la plupart soutiennent une posture qui se présente entre les deux extrêmes et qui reflète que :

*La réflexion (signification explicite) ne produit pas un compte rendu fidèle de la signification implicite, mais elle en capture l'essence (...) La réflexion peut accentuer ou intensifier l'expérience vécue. Sartre est d'accord en disant que la réflexion ne révèle rien de nouveau, elle révèle seulement et thématise ce qui est déjà familier dans l'expérience vécue originaire et préréflexive. (Stern, 2012 p.107)*

Mead met en lumière le langage qui représente selon lui « un processus indispensable à la naissance et à la croissance du soi. » (2006, p. 207)

## **2.5 Le soi et l'autre**

Selon Mead, «Le soi se distingue clairement du corps. Le corps peut être là et opérer d'une façon très intelligente sans qu'un soi soit impliqué dans l'expérience. Le soi a la caractéristique d'être un objet pour lui-même ce qui le distingue des autres objets et du corps» (2006, p.208). Mead explique cela par le fait que le soi ne puisse pas expérimenter la totalité de son corps physique, il est capable de visualiser quelques parties de son corps comme ses pieds, mais est aussi capable de conserver le soi tout

en perdant quelques parties de son corps physique. De ce fait, Mead nous explique que cette caractéristique émerge principalement dans la phase réflexive où celui-ci se détache du soi et s'exprime en s'objectivant. C'est dans ce sens qu'il nous introduit la conscience qui représente selon lui «la capacité d'être un objet pour soi. En donnant une description behavioriste de la conscience, nous devons chercher un type d'expérience où l'organisme physique puisse devenir un objet pour lui-même» (Ibid, p.208). Dans le sens de Mead, nous comprenons que le soi se distingue en exprimant le sujet tout en étant objectif pour soi-même afin d'exprimer sa conscience. Cette conscience reflète une objectivation de son vécu qui peut être réalisé dans le type d'expérience que nous souhaitons analyser, et qui se présente dans un milieu différent de celui que nous expérimentons tous les jours.

Quant à la relation à l'autre, Mead exprime que:

*L'individu s'éprouve soi-même non pas directement, mais seulement indirectement, en se plaçant aux multiples points de vue des autres membres de son groupe social ou en endossant le point de vue généralisé de tout le groupe social auquel il appartient. Il entre dans sa propre expérience comme un soi ou comme un individu, non pas immédiatement en se faisant sujet pour soi, mais en devenant d'abord un objet pour soi, de la même manière que les autres individus lui apparaissent comme des objets. Cette opération d'objectivation requiert qu'il prenne les attitudes des autres envers lui-même dans un environnement social, dans un contexte d'expérience et de conduite où tous sont engagés. (Ibid, 2006 p.210)*

C'est donc en se mettant à la place de l'autre que le soi se décentre en adoptant une attitude de l'autre envers lui-même, et ce, dans un sens intersubjectif grâce à la communication qui permet à l'individu de s'adresser non seulement aux autres, mais aussi à son propre soi, tout en s'adressant aux autres. Par ailleurs, selon Mead

*C'est l'expérience sociale qui détermine dans quelle mesure le soi participe à la communication. Une grande partie du soi n'a pas besoin de s'exprimer. Nous entretenons des types de relations variables suivant les différents individus. Nous sommes une chose pour un homme, une autre pour un autre. Certaines parties du soi n'existent que dans la relation de soi à soi. (Ibid, 2006 p.213)*

Ce que signifie Mead dans ce passage c'est que le soi réagit dépendamment de la situation sociale dans laquelle il se retrouve et que sa perception de l'autre est différente dépendamment de la relation qu'il entretient avec ce dernier. Il nous explique également que la personnalité du sujet se crée par rapport à une communauté sociale où il utilise le langage comme un outil d'interaction qui lui permet d'adopter les mêmes attitudes des membres de sa communauté. Ainsi, il arrive à produire son soi en affectant l'autre. Par ailleurs, comme Mead l'a mentionné « nous ne devons pas oublier une autre possibilité, celle de répondre à la communauté en insistant sur sa capacité au changement ». (Ibid, 2006 p.234) ce qui nous introduit vers le concept du changement que nous allons traiter dans le prochain passage.

## **2.6 Le changement**

Selon Mead (2006), le changement est un acte dont, chaque individu, appartenant à une communauté est responsable. En effet, il explique qu'étant membres d'une communauté, nous devons faire part de ce que nous pensons afin de promouvoir ce changement qui se montre dans l'interaction. Le changement est ainsi, selon Mead, un aspect qui se produit quotidiennement. Nous le vivons régulièrement dans nos interactions avec les autres. Il souligne alors l'importance de la pensée, qui selon lui représente la notion qui dirige dans le changement « Nous changeons toujours, d'une façon ou d'une autre, notre système social, et nous sommes capables de le faire intelligemment parce que nous pensons ». (Ibid, 2006 p.234)

De cette perspective, nous pouvons considérer que le changement représente un acte social qui est favorisé par le facteur de l'interaction. Ce qui nous a initiées également vers l'idée que le changement individuel peut produire un changement collectif lorsque nous parlons d'une interaction au niveau de la communauté qui provoque un changement au niveau de cette communauté afin de mettre fin à un problème ou une situation de malaise. Le changement est donc un aspect de la vie qui est présent et que nous vivons au quotidien puisque ce dernier est dirigé par la pensée qui est acquise à l'individu. Il ne faut pas oublier que le changement est une notion très présente dans la vie quotidienne de chacun; par ailleurs, nous pouvons également lui accorder un sens complexe, comme l'explique Bergson (1911):

*C'est que, d'ordinaire, nous regardons bien le changement, mais nous ne le percevons pas. Nous parlons du changement, mais nous n'y pensons pas. Nous disons que le changement existe, que tout change, que le changement et la loi même des choses: ou, nous le disons et le répétons; mais ce ne sont là que des mots, et nous raisonnons et philosophons comme si le changement n'existait pas. (p.4)*

Bergson affirme également que « pour penser le changement et pour le voir, il y a tout un voile de préjugés à écarter, les uns artificiels, créés par la spéculation philosophique, les autres naturels aux sens communs.» (1911, p.4-5) Quant à Rhéaume (2002), il explique que «le terme « changement », en français, a pour origine première le terme provenant du bas latin *cambiare* qui veut dire : échanger, substituer une chose à une autre. L'interaction et l'échange sont ainsi au cœur du changement. Par abstraction et généralisation, le changement désigne aussi le passage d'un état à un autre.» p.66

Miramón (2011) a également formulé une définition plus développée qui se présente ainsi:

*Le changement est un phénomène complexe qui met en jeu les relations d'un ou de plusieurs acteurs avec leur environnement. Parce que la porte du changement s'ouvre de l'intérieur, il ne se décrète pas, mais peut être défini comme une aventure à vivre. Dans cette perspective, le changement n'est pas une finalité, mais un mouvement. (p. 219)*

Miramón explique également que le sujet représente l'élément principal du changement puisqu'il affirme que «tout changement passe par ses acteurs» (Ibid, 2011 p. 216) et que ce changement peut agir sur quatre champs: « 1. Le savoir et les connaissances, 2. Les méthodes opératoires et les attitudes de travail, 3. Le rôle et la compétence individuelle (culture), 4. Les valeurs des individus ou les normes des groupes. » (Ibid, 2011 p.216). L'auteur explique également que la prise de conscience du changement peut parfois être lente et douloureuse, et ce, parce que l'acteur traverse également un changement de son cycle émotionnel qui provoque notamment un éloignement de sa zone de confort habituelle. C'est l'inconnu ainsi que la situation d'incertitude qui provoque le malaise.

Kurt Lewin a aussi été l'un des auteurs à s'intéresser au phénomène de changement qui selon lui met en exergue une dynamique qui fait en sorte de regrouper les deux notions suivantes, la connaissance et l'action. Il considère que l'une ne va pas sans l'autre. Que cette pensée encourage le changement qui se dévoile dans l'action. Il accorde ainsi une grande importance au rôle que l'autre ainsi que le groupe peuvent jouer dans l'encouragement de ce changement. Il met en lumière le concept du champ qui implique selon lui l'environnement où la vie sociale prend place. En d'autres termes, cet environnement social est responsable du changement comportemental chez les individus. (Faulx, 2019)

Lewin a ainsi présenté une recherche en 1947 portant sur le changement des habitudes alimentaires. À travers cette étude, il nous produit une classification de



trois étapes qu'il explique comme phases du changement. La première étape selon Lewin est le « Unfreeze », qu'il explique comme une phase de détachement des habitudes précédentes où il mentionne que la discussion joue un rôle extrêmement important afin d'accompagner cette première phase. La deuxième phase étant le « Change », elle consiste à la modification des idées et des perceptions de base, une évaluation psychologique apparente qui donne lieu à l'action et la mise en pratique du changement dans le comportement. Enfin, il évoque le « Refreeze » qui représente la dernière étape. La troisième et dernière étape consiste pour lui en une phase d'établissement d'équilibre, ainsi que la stabilité émotionnelle. Il évoque alors à travers ces étapes, l'importance de l'autre et du soutien qu'il peut prodiguer aux individus en question afin d'aider le sujet dans son processus de changement (Ibid, 2019).

## CHAPITRE III

### CADRE MÉTHODOLOGIQUE

Cette recherche se présente dans le cadre d'une recherche à caractère qualitatif. Le choix de la stratégie de recherche adéquate pour notre sujet n'était pas facile à déterminer vu les différentes possibilités d'approches disponibles. Notre idée principale était de présenter une recherche basée sur l'analyse d'un contenu prédéfini accessible au public uniquement. Par ailleurs, afin de ressortir de nouveaux éléments, et d'avoir une recherche unique en matière de collecte de données, nous avons décidé d'opter pour deux stratégies de recherche complémentaires. Nous avons commencé notre recherche par une analyse de contenu d'un support audiovisuel accessible au public portant sur des témoignages de personnes ayant vécu une EMI. Nous avons ainsi couronné cette analyse de contenu avec trois histoires de vie de sujets de l'EMI où nous aurons l'opportunité de comparer nos résultats entre les participants ainsi qu'avec les résultats du contenu analysé.

#### **3.1 Une stratégie de recherche qualitative**

##### **3.1.1 Définition**

La stratégie de recherche qualitative s'intéresse principalement aux:

*Phénomènes humains et sociaux en usant des mêmes approches dont on se sert pour analyser les phénomènes naturels. Où l'on peut considérer qu'ils*

*se distinguent des seconds et réclament une visée scientifique particulière. Cette dernière position est celle qui oppose explication (par la recherche de lois universelles) et compréhension (tenant compte du sens donné par les acteurs à leurs actions dans un contexte particulier). (Dumez, 2011 p.48)*

Cette stratégie de recherche se base sur la compréhension de l'acteur, et ce, en se penchant sur la manière dont ce dernier pense et agit dans un certain contexte précis (Ibid, 2011). Ainsi, la différence entre la méthode qualitative et quantitative se présente dans le fait que les méthodes de recherche quantitative considèrent les variables comme principaux éléments de la recherche, quant à la méthode de recherche qualitative, l'acteur ou les acteurs semblent présenter le noyau de cette méthode. La validité d'une étude à caractère qualitatif est donc évidente pour la nature de notre recherche, et ce, compte tenu des observations exposées dans la problématique.

### **3.2 Méthode et outils de recherche**

Dans les prochains passages, nous allons tenter de définir les méthodes que nous allons utiliser au fur et à mesure de notre recherche. Nous allons donc nous intéresser à l'analyse de contenu comme méthode de pré-analyse documentaire. Cette pré-analyse représente pour nous une introduction sur un contenu audiovisuel qui présente effectivement des discours de personnes ayant vécu l'EMI. Cette pré-analyse est donc utilisée pour nous initier vers l'analyse de nos entretiens et nous faciliter cette tâche. Dans le cadre de l'analyse de nos entretiens, nous optons pour l'histoire de vie en usant de l'entrevue semi-dirigée comme outil de transmission du récit. Ensuite, vu la complexité du phénomène que nous étudions, nous allons tout de même accorder un passage afin d'explorer différentes manières d'aborder un sujet de l'EMI sans le heurter ni influencer son récit subjectif. Pour finir, nous allons évoquer

les thèmes ainsi que les sujets que nous aborderons durant nos entrevues et dans notre analyse.

### 3.2.1 L'analyse de contenu

Pour la première partie de notre recherche, à la suite de notre analyse préalable des différents ouvrages portant sur les récits de l'EMI, nous avons opté pour une analyse additionnelle d'un support audiovisuel sous forme de documentaire qui nous présente différents témoignages des personnes ayant vécu une expérience de mort imminente. C'est pour cela que nous optons pour l'analyse de contenu. Nous tenons d'abord à présenter une définition de celle-ci.

*L'analyse de contenu a pour but de connaître la vie sociale à partir de cette dimension symbolique des comportements humains. Elle procède de traces mortes, de documents de toutes sortes, pour observer des processus vivants: la pensée humaine dans sa dimension sociale. Cette pensée peut être appréhendée à l'échelle individuelle ou collective et conceptualisée, notamment, dans une théorie des idéologies ou encore, une théorie des représentations sociales. (Gauthier 2016, p.358)*

Cette analyse nous permettra donc de nous lancer dans une exploration du langage ainsi que l'interprétation des discours présents dans notre support audiovisuel afin d'arriver à une compréhension des faits vécus par des êtres humains. Selon la même source, l'analyse de contenu demeure indispensable afin d'élaborer toute connaissance relative au social (Ibid, 2016).

Dans le cas de notre recherche, nous allons devoir produire une analyse de discours d'un contenu portant sur des témoignages accessibles au public sur les EMI. Cette analyse nous servira de point de départ, afin de présenter à notre lecteur une vision globale sur le phénomène. Mis à part le sens, nous ne devons pas ignorer l'aspect

interprétatif de l'analyse de contenu qui tient ses origines du XIXe siècle où cette méthode a été utilisée afin de produire des explications aux textes religieux ainsi que de produire différentes interprétations face aux signes et symboles religieux (Ibid, 2016).

Quant à la structure de l'analyse de contenu, qui, dans le sens de notre recherche, est principalement une analyse de discours basée sur la sémantique qui nous permet d'établir un sens, elle nous dirige vers deux spécificités. La première nous montre que le sens élaboré d'une certaine phrase n'est pas forcément acquis à partir des caractéristiques linguistiques utilisées, et ce, puisque nous ne pouvons pas établir un sens sans prendre en compte la globalité ainsi que le contexte du document étudié. La deuxième spécificité nous présente l'importance de détecter l'usage social de la langue puisque l'expérience sociale des gens peut les pousser à s'approprier quelques composants de la langue ou même en créer de nouveaux dans quelques situations. (Ibid, 2016)

Dans un contenu analysé, «le sens n'est pas dans le texte, mais dans la relation entre le producteur d'un texte, le texte et un récepteur, c'est-à-dire un lecteur. » (Ibid, 2016 p.379.) Donc, l'analyse de contenu n'est pas simplement une technique qui prend en compte le contenu, mais aussi la compréhension que l'étudiant chercheur accorde au contenu. De ce fait, le lecteur produit un sens au produit final. Ce sens prend en compte des relations entre le produit final, son producteur ainsi que son récepteur.

### **3.2.2 L'histoire de vie**

Comme son nom l'indique, « l'histoire de vie est ainsi abordée comme pratique autopoïétique, c'est-à-dire qui travaille à produire elle-même sa propre identité en mouvement et à agir en conséquence » (Pineau et, al. 2013). Dans le sens de nos

objectifs, cette méthode nous permettra donc de sortir les éléments pertinents de cette recherche.

Le choix de cette méthode de recherche est basé sur la chronologie des événements dans la vie des sujets de l'EMI; en d'autres termes, puisque nous allons nous intéresser à différentes phases de la vie des participants, cette méthode nous aidera à favoriser la compréhension du vécu subjectif du participant, ainsi qu'à lui accorder un sens. Selon Pineau et LeGrand (2013), cette technique de recherche se base sur les aspects de la narration de l'expérience, et ce, dans le but d'en sortir un sens. Elle prend ainsi forme grâce à la parole à travers l'échange communicationnel avec le sujet. L'histoire de vie est donc une technique conçue afin de permettre à l'acteur de partager son vécu.

*L'histoire de vie est définie ici comme recherche et construction de sens à partir de faits temporels personnels, elle engage un processus d'expression de l'expérience. Cette définition bien spécifique étend triplement le territoire des « écritures du moi ». Elle l'élargit d'abord, hors de l'espace de la « graphie », en ne s'arrêtant pas aux moyens écrits (biographie, autobiographie, journal, mémoire), mais y intégrant la parole, c'est-à-dire la dimension de la communication orale de la vie. . Elle l'ouvre également à d'autres médias – photo, théâtre, radio, vidéo, ciné, télé, Internet – dont l'utilisation actuelle démultiplie les possibilités naturelles d'expression. Enfin, elle le fait sortir de l'espace à connotation intérieure du moi, elle engage un ' être ensemble' . (p. 3-4)*

Cette définition nous ouvre donc les yeux sur l'importance du sujet dans le cadre de notre recherche puisqu'il représente le principal responsable de la narration de son vécu. Ainsi, cette narration nous permet d'accorder un sens à l'expérience du sujet, ce qui nous engage indirectement dans un cadre intersubjectif, à une compréhension générale de son vécu. Selon cette définition, nous pouvons déduire que suivant le partage à travers la communication orale de la vie de tous les jours, ainsi, le sujet engage une personne extérieure qui pourra attribuer un nouveau sens à l'expérience.

J. Rhéaume (2008) a également défini cet outil de recherche comme «une narration autobiographique faite par un narrateur à un ou plusieurs interlocuteurs appelés narrataires, et est le plus souvent défini comme un récit individuel.» (2008, p. 65) Il explique alors que cette narration s'adresse pour l'autre selon les objectifs de l'interaction. Il explique ainsi que celle-ci est d'ordre social et prend place dans des entretiens où le chercheur souhaite aborder certaines thématiques avec l'acteur de l'expérience subjective. Il produit ainsi une distinction entre l'histoire de vie et le récit de pratique où il met le point sur le fait que le récit de pratique fait référence à certaines pratiques produites objectivement ou subjectivement dans la vie de l'acteur de l'expérience. L'histoire de vie prend principalement compte du récit et de la narration de celui-ci ainsi qu'à l'auteur comme principal détenteur de son histoire. Rhéaume (2008) ainsi explique que malgré cette distinction, ces deux pratiques se rejoignent à un moment ou un autre. Afin de produire l'histoire de vie de nos participants, nous optons pour l'entrevue semi-dirigée.

### **3.2.3 L'entrevue semi-dirigée**

Vu notre approche compréhensive, nous ne souhaitons pas mettre en place des entretiens dirigés. Ceux-ci peuvent nous limiter en termes de notre compréhension du phénomène, mais aussi en termes d'informations. Nous avons dans un premier lieu considéré les entretiens non dirigés. Cependant, au fur et à mesure de notre recherche, nous nous sommes rendues compte que cette technique peut nous entraîner dans un possible bombardement d'informations non pertinent pour l'objectif de notre recherche. Nous avons finalement opté pour les entretiens semi-dirigés. Ils sont considérés comme une technique se positionnant entre les deux : dirigé en termes de thématique, et très ouvert en termes de contenu. Cette technique de recherche est donc définie ainsi :

*L'entretien semi-directif est donc une conversation ou un dialogue qui a lieu généralement entre deux personnes. Il s'agit d'un moment privilégié d'écoute, d'empathie, de partage, de reconnaissance de l'expertise du profane et du chercheur. Ce dernier ayant établi une relation de confiance avec son informateur va recueillir un récit en s'appuyant sur un guide préalablement testé et construit à l'issue de travaux de recherche exploratoire. (Imbert, 2010 p.25)*

Selon Gauthier (2016), ce type de dialogue requiert une certaine souplesse de la part du chercheur afin de permettre au participant de lui remettre, dans le cadre d'un échange, un récit adéquat aux thèmes abordés dans la recherche. Il est ainsi important de conclure que faire un entretien semi-dirigé n'est pas une tâche facile. Il exige beaucoup d'attention et de rigueur de la part du chercheur afin de pouvoir aboutir aux besoins de sa recherche. Il requiert également l'établissement d'une certaine confiance avec le participant. Selon Imbert (2010, p.25) « L'accès à un dialogue authentique nécessite, voire exige, pour le chercheur d'être à l'écoute, attentif, patient, et curieux de l'autre, de son histoire, afin d'entrer dans son univers de sens pour le décrypter ensuite tout en gardant la 'juste distance' ».

### **3.2.4 Interviewer un sujet de l'EMI**

Il est important de prendre en considération tous ces éléments pour pouvoir compléter un entretien semi-dirigé ; par ailleurs, il ne faut pas ignorer le fait que notre recherche implique des personnes qui ont vécu des phénomènes (EMI), qui sortent de l'ordinaire et qui sont souvent sujettes au jugement social.

Selon Greyson (1983), dans le cadre d'une entrevue, il est important d'avoir des caractéristiques spécifiques pour pouvoir créer une atmosphère favorable au côté des personnes qui ont vécu l'expérience de mort imminente, et ce en respectant les consignes suivantes :



- Considérer la nature de l'expérience et de l'individualité de chaque sujet
- Fournir un environnement sans jugement, dans lequel les patients peuvent se sentir en confiance.
- Éviter de projeter ses propres valeurs
- Normaliser l'expérience
- Recommander d'autres personnes ayant vécu l'EMI

Selon ces caractéristiques, il est important de mentionner que l'écoute est l'aspect le plus important de cette recherche. De plus, il est aussi important d'oublier ses propres croyances, valeurs et réalités, en s'adressant à ces personnes. Nous pensons qu'il faudrait tout de même établir de la confiance et ne pas faire sentir au participant qu'il a vécu une expérience hors norme. La normalisation de l'expérience représente un aspect important pour soutirer le plus d'informations importantes pour l'enquête.

Pour finir, il ne faut pas oublier de mentionner l'importance des sources primaires et secondaires pour relever les différents aspects d'autres témoignages d'individus ayant vécu l'EMI. L'écoute est aussi un aspect majeur de notre recherche puisque nous ne sommes pas en mesure d'observer ou de vivre ce phénomène, nous pouvons seulement le concevoir en essayant de nous mettre à la place du sujet, et de comprendre son point de vue. Sans oublier les données de notre pré-analyse documentaire qui nous servira à renforcer les idées brutes de nos entretiens, mais aussi afin de nous permettre les différentes caractéristiques ainsi que le changement opéré grâce à l'EMI.

### **3.2.5 Thèmes et sujets abordés**

Avant de procéder à notre recrutement, nous pensions rencontrer de la facilité à trouver des personnes prêtes à témoigner de leur EMI. Compte tenu de notre approche compréhensive ainsi que notre stratégie de recherche qualitative qui se base

sur l'histoire de vie, nous avons décidé de limiter notre nombre de participants. Cette décision est basée sur le fait que nous tenons à faire des témoignages en profondeur afin de ressortir le plus d'éléments pertinents selon nos objectifs de recherche. Vu la situation actuelle du Covid19, il a été difficile pour nous d'organiser des rencontres physiques avec les participants de notre enquête de recherche. De ce fait, nous avons choisi de faire notre échantillonnage ainsi que notre recrutement via la plateforme Facebook, et ce, vu notre appartenance à un groupe de communication virtuelle privée qui traite des EMI. Suite à l'obtention de notre certification éthique, nous avons choisi d'entreprendre un premier contact avec les sujets de l'EMI. Nous avons notamment fait face à plusieurs refus de différentes personnes qui nous ont dit se sentir mal à l'aise de raconter leur vécu personnel et intime. Notre premier contact avec nos participants s'est fait par le biais de la plateforme virtuelle Facebook. Nous avons approché nos participants avec un message introducteur individuel ou nous avons expliqué, en bref, qui nous sommes, les raisons derrière l'intérêt que nous portons pour le phénomène, ainsi que les objectifs de cette recherche. Suite à ce premier contact, nous avons décidé d'organiser quelques appels téléphoniques individuels avec chacun de nos participants, et ce, afin d'établir une certaine confiance. Nous les avons ainsi informés de toutes les informations concernant l'éthique. Cela implique les avantages et les risques de leur participation.

Premièrement, les avantages que nous avons considérés se présentent dans la participation à l'avancement des connaissances et du partage concernant l'EMI ainsi que l'accordance d'une certaine reconnaissance à ce vécu subjectif. Quant aux risques, nous tenons compte de la possibilité de se sentir mal à l'aise en racontant les éléments traumatiques de l'expérience, la possibilité de se sentir embarrassé de partager les détails intimes ou personnels, et finalement la possibilité de présence de sentiment de peur quant à l'accessibilité des enregistrements vocaux des entretiens. Afin de limiter ces risques, nous avons bien expliqué nos intentions ainsi que la considération et le respect que nous accordons au vécu subjectif de nos participants.

Nous les avons également rassurés quant à l'accessibilité des enregistrements vocaux qui est limitée à nous seulement, nous les avons ainsi informés que ces derniers seront détruits immédiatement après la fin et l'évaluation de notre projet de recherche. Nous avons également spécifié à nos participants qu'ils étaient libres de se retirer de l'étude à n'importe quel moment, que leur participation n'est soumise à aucune obligation.

À la suite du consentement, nous avons organisé des rencontres audiovisuelles indépendantes avec chacun de nos participants à travers la plateforme Zoom que nous avons notamment enregistré pour la transcription des informations. Dans chacune des rencontres, nous commençons par demander au participant de se présenter, suite à cela, nous entreprenons notre entrevue. En premier lieu, nous questionnons le participant sur les circonstances qui ont mené à leurs expériences ainsi que la nature de cette dernière. Cela implique également les phases, les étapes de leurs expériences, ainsi que la qualification de l'expérience (positive ou négative). En second lieu, nous nous intéressons à leur vie avant l'expérience, et ce, en les questionnant sur leurs perceptions de soi (leur identité personnelle), leurs perceptions des autres, ainsi que celle de la spiritualité. Ensuite, nous nous sommes intéressées aux mêmes questions (leurs perceptions de soi, des autres, et de la spiritualité), mais cette fois-ci, par rapport à l'après-expérience. Cette étape est pertinente dans notre recherche afin de nous permettre de concevoir le changement qui s'est produit dans la vie des individus à la suite de leur expérience. Pour finir, nous avons opté pour des questionnements relatifs à leur retour et aux attributions qu'ils accordent à leur propre expérience. En réponse aux entretiens, nous avons procédé à la transcription de nos entretiens, au codage, et finalement à l'analyse que nous avons produite en suivant les thèmes principaux qui ont émergé dans les entretiens.

## CHAPITRE IV

### RÉSULTATS

#### 4.1 Pré-analyse documentaire

Pour commencer notre analyse, nous avons souhaité tout d'abord apporter une pré-analyse portant sur des éléments qui vont nous introduire sur une certaine compréhension de l'expérience. Le documentaire que nous avons choisi se nomme 'Témoignages de l'au-delà' (Terre énigmatique, 2013)

##### 4.1.1 Résumé du documentaire

Ce documentaire nous présente des témoignages de quatre sujets des EMI. Dans ces témoignages, l'importance est surtout portée vers les sujets qui racontent les circonstances, les étapes, ainsi que les faits paranormaux auxquels ils ont pu assister. Ils partagent également les sentiments qu'ils ont pu éprouver. Ce qui nous semble intéressant concernant ce documentaire, c'est l'inclusion de témoignages des proches, corps soignant traitant, ainsi que celui des équipes de premiers secours qui complémente les témoignages des sujets. Nous retrouvons également des avis scientifiques qui suivent chaque expérience afin de prodiguer une explication acceptée par la science. Par ailleurs, puisque l'objectif derrière cette analyse est de comprendre le vécu du sujet, nous allons nous concentrer sur les sujets sans beaucoup nous attarder sur les avis concernant la véracité scientifique des phénomènes vécus. Les sujets présentés dans ce documentaire sont donc selon notre source :

Michaela Roser avait 17 ans quand elle est victime d'un accident de voiture grave qui lui cause une blessure sévère au crâne et qui a suscité une intervention rapide des secours. Le deuxième témoignage est celui de Doug Taylor qui avait 39 ans quand il est victime d'une crise cardiaque, et donc une mort clinique qui a duré de 3 à 5 minutes. Quant à la troisième participante c'est Marie Jo, une psychothérapeute qui travaille auprès des personnes atteintes du cancer en fin de vie, son expérience se déroule au printemps de l'année 2003 et qui est causée par une hémorragie au cerveau. Enfin, le dernier participant est Jerry Baldwin, qui a aussi été victime d'un arrêt cardiaque, une mort clinique qui a duré entre 3 à 4 minutes à l'âge de 47 ans (Ibid, 2013).

Dans les prochains passages, nous allons nous concentrer sur la conception de l'expérience par son acteur en regroupant les éléments concernant l'avant-expérience, le pendant, puis l'après-expérience. Malgré le fait que les objectifs du documentaire ne soient pas identiques aux nôtres, nous avons fait en sorte de présenter les résultats de sorte que ceux-ci nous servent dans l'établissement d'une idée générale sur le phénomène ainsi que les impacts qu'il engendre dans la vie des témoins.

#### **4.1.2 Avant l'expérience**

Avant leur expérience, Michaela Roser et Jerry Baldwin n'avaient aucune connaissance de l'existence de ce type d'expérience. Pour Michaela, la mort signifiait principalement la peur, et ce, à cause de la peur de l'inconnu qui implique les questionnements par rapport à ce qui se produit après la mort ainsi que l'endroit où nous nous rendons. Selon Jerry, si quelqu'un lui avait raconté des éléments relatifs à ce type d'expériences, il l'aurait immédiatement traité de fou tellement il n'y croyait pas. Marie Jo ainsi que Doug Taylor étaient tous les deux sceptiques face aux histoires des expériences de mort imminente. Pour Marie Jo qui travaillait

quotidiennement auprès des personnes en stade terminal du cancer, elle a été face à plusieurs personnes, qui, au moment de leur mort, lui partageaient des visions paranormales auxquelles elle était catégoriquement sceptique. Quant à Doug, il affirme avoir déjà entendu parler de l'aspect du tunnel ainsi que celui des défunts qui attendent leurs proches de l'autre côté; par ailleurs, ce genre de récits lui passait au-dessus de la tête, il n'y prêtait aucune attention et était convaincu que ces propos sont complètement faux (Ibid, 2013).

Quant à leur vie quotidienne avant l'expérience, Michaela s'identifie comme une personne craintive ayant peur d'expérimenter de nouvelles choses, elle explique également qu'elle avait du mal à socialiser et à s'exposer aux yeux des autres. Quant à Doug, il explique qu'avant son expérience, il était tellement colérique qu'il pouvait s'emporter pour rien. Marie Jo n'était pas croyante, elle faisait partie de ces personnes très «terre à terre» qui essayaient de combler l'explication des phénomènes vécus par ses patients par toutes les explications scientifiques possibles. Finalement, Jerry explique qu'avant son expérience de mort imminente, il avait le cœur dur et ne s'empêchait pas d'emporter des jugements face aux gens autour de lui (Ibid, 2013).

### **4.1.3 Expérience**

#### ***4.1.3.1 Michaela Roser***

Selon le récit de Michaela Roser, son expérience débute par le noir total et commence au moment de sa transportation à l'hôpital dans l'hélicoptère. Elle sent immédiatement la présence d'une lumière blanche qui l'enveloppait. Cette lumière reflète pour elle la présence d'un être supérieur qui représente «Dieu» à ses yeux, elle pouvait ressentir que cet être la prenait dans ses bras et lui donnait énormément d'amour et qu'elle pouvait instantanément et naturellement lui faire confiance. Elle avait également la sensation de tout connaître, et d'avoir réponse à toutes les

questions qui lui venaient à l'esprit en ce moment. Elle affirme qu'elle ne s'était jamais sentie aussi bien dans sa vie qu'au moment de son expérience (Ibid, 2013).

Ensuite, elle a pu assister à sa revue de vie qui reflète des passages de sa vie, mais qui se présentent d'une manière vertigineuse à ses yeux puisqu'elle pouvait tout voir, des souvenirs de son passé, son présent qui représente le moment de l'accident ainsi que son futur en même temps et qui défilait à une grande vitesse. Ensuite, elle avait connaissance du fait qu'elle pouvait choisir de rester, et ne plus jamais retourner à la vie terrestre, elle pouvait sentir que si elle décidait de rester, sa conscience continuerait de fonctionner de la même manière, le seul changement qui se produira sera qu'elle ne retrouvera plus son corps physique ni sa présence terrestre auprès de ses proches. C'est là qu'elle interagit avec cet «être de lumière» et qu'elle lui demande de retourner sachant qu'elle ne voulait pas mourir. Cette demande a été réalisée instantanément et Michaela s'est directement retrouvée dans un coin de sa chambre d'hôpital, elle pouvait regarder son corps physique dans le coma profond, et c'est seulement à ce moment-ci qu'elle s'est rendue compte qu'elle l'avait quitté. Elle s'est ainsi rendu compte qu'elle pouvait retrouver possession de son corps; par ailleurs, à cause des douleurs intenses, elle pouvait également en ressortir. Étant en dehors de son corps physique, elle pouvait se déplacer librement dans l'hôpital et regarder le personnel vaquer à ses occupations. Elle a même pu apercevoir les membres de sa famille dans la cafétéria de l'hôpital et a pu entendre leur conversation au complet qu'elle a rapportée «mot pour mot» après son retour (Ibid, 2013).

#### ***4.1.3.2 Doug Taylor***

Pour Doug, qui a été victime d'une crise cardiaque. Ce dernier était inconscient pendant le temps où les secours sont arrivés le ranimer. Son expérience débute par une étendue de blanc, il explique qu'il n'a pas pu apercevoir le tunnel dont les gens parlent. Il ne ressentait aucunement de la peur, mais il catégorise ce qu'il était en train de vivre en tant qu'évènement bizarre. Il a donc pu apercevoir une vingtaine de

personnes qui se tenait au loin dans un milieu naturel à proximité d'une chaîne d'arbre, il s'est donc rapproché pour voir de qui il s'agit, mais il a seulement pu reconnaître son oncle, sa tante et sa grand-mère (décédés). Il a aussi pu interagir avec les personnes autour de lui en leur demandant la raison de sa présence dans cet endroit. La seule réponse qu'il a reçue reflète que ces personnes ne sont pas dans cet endroit pour lui, mais qu'ils attendent quelqu'un d'autre. Son dernier souvenir avant son réveil est de ressentir la présence ainsi que la voix de son père, qui était en agonie au même moment de son expérience (Ibid, 2013).

#### ***4.1.3.3 Marie Jo***

Quatre jours après son admission à l'hôpital à cause d'une hémorragie interne au cerveau survenu au moment d'exercices intenses à la salle de sport, Marie Jo se trouvait dans une situation très grave. C'est à ce moment-là que son expérience a débuté avec la possibilité de sortir et de réintégrer son enveloppe corporelle. Elle pouvait voir le personnel hospitalier travailler et à un moment, elle a pu surprendre une petite lumière, et au même moment, elle se posait déjà des questions sur la possibilité que ce soit le «tunnel» dont ses patients en stade terminal lui parlaient. Elle était apaisée et ne ressentait aucune forme de peur, elle essayait juste d'évaluer la situation lorsque cette lumière devint plus grande et finit par se retrouver à l'intérieur de cette lumière synonyme de bien-être et d'amour inconditionnel incomparable à celui qu'elle a connu sur terre (Ibid, 2013).

Elle exprime qu'elle était dans un environnement incroyable à ses yeux, rempli d'amour et de paix absolue. Tout de suite après, elle dit s'être retrouvée dans un autre espace très lumineux et rosâtre de couleur. Marie Jo nomme également cette présence «Dieu» et dit qu'à ce moment de l'expérience, cet être la portait dans ses bras et qu'il y a eu interaction, mais que cette interaction ne ressemble en rien à ceux que nous pouvons avoir dans le monde terrestre à ses yeux. Elle explique donc que la



compréhension de leur interaction se faisait d'une manière instantanée et ne suscitait l'usage d'aucun des sens que nous utilisons sur terre; par ailleurs, elle explique que cet être l'appelait par son prénom. La verbalisation de cette communication selon elle est une forme de communication où cet être supérieur lui explique qu'elle ne peut pas rester dans le milieu où elle se trouvait. Cependant, Marie Jo ne voulait pas retourner et essayait de convaincre cet être de lui permettre de rester. C'est là que le deuxième échange a eu lieu où cet «être supérieur» demande à Marie Jo si elle avait déjà expérimenté un amour similaire à celui qu'elle était en train de vivre sur le moment. Elle répond alors que non et explique cela par le fait qu'elle est juste un être humain. Pour Marie Jo, dû à cette réponse, elle a ressenti des «petits rires pleins d'amour» et une sensation de chaleur qui reflète pour elle que cet être supérieur la prenait dans ses bras et lui disait qu'elle pouvait mieux faire dans la vie. Ce qui représente son dernier souvenir avant son réveil dans sa chambre d'hôpital (Ibid, 2013).

#### ***4.1.3.4 Jerry Baldwin***

Pour Jerry, son expérience a débuté lorsque les secours sont arrivés à son domicile suite à sa crise cardiaque. Il dit avoir été confronté au noir total accompagné d'une sensation de paix et de quiétude qu'il n'avait jamais ressenti dans sa vie auparavant ainsi que de l'absence complète de la sensation de peur. Ensuite, il explique s'être retrouvé à «un ou deux mètres» au-dessus de son corps physique où il arrive à voir et à entendre clairement tout ce qui se passait autour de lui. Il voyait sa femme en pleurs ainsi que les équipes de secouristes essayant de le ranimer. Son ami était aussi présent au moment de l'incident, mais s'est dirigé vers la sortie de la maison. Malgré le fait que ce dernier ne soit pas dans la même pièce et qu'il n'y ait pas de fenêtre reflétant sur l'extérieur, Jerry a pu apercevoir son ami en train de vomir à l'extérieur du domicile (Ibid, 2013).

Ensuite, il assiste au dysfonctionnement du premier défibrillateur cardiaque utilisé par l'équipe de secours et arrive à distinguer une deuxième équipe de renfort qui s'était

rendu sur les lieux. À ce moment de l'expérience, Jerry se pose tout de même des questions sur leur capacité à le réanimer tout en ne prêtant aucune attention ni à la situation ni aux conséquences de sa mort. Ensuite, il a aperçu une lumière qu'il décrit comme aveuglante qui survenait d'un «tunnel lumineux d'environ un mètre de circonférence» où il se trouve emporté à une grande vitesse. De l'autre côté du tunnel, il arrive à voir une lumière qu'il dit être d'une beauté extraordinaire. Il explique donc qu'il s'est retrouvé enveloppé par cette lumière. Il distingue également la présence de «l'être de lumière» qu'il identifie comme «Dieu», et malgré le fait qu'il n'ait pas distingué de forme de visage, il dit avoir vu une forme de corps sauf qu'il était extrêmement lumineux. C'est là où l'interaction avec cet être a commencé. Selon Jerry, cet être lui a directement demandé de retourner; par ailleurs, Jerry souhaitait rester et a directement demandé à cette présence de ne pas forcer son retour. La réponse de cet être lumineux était de le laisser voir un aperçu de ce qui l'attend par la suite (dans le moment de sa vraie mort), mais qu'il devrait retourner puisqu'il avait encore des choses à accomplir sur terre. Ensuite, Jerry explique qu'accompagné de cet être, ils passent la plus belle porte à ses yeux et que derrière cette porte se trouvait un cours d'eau et qu'il distinguait également des personnes qui se trouvaient dans cet espace. En se rapprochant de ces personnes, Jerry reconnaît les membres de sa famille décédés, sa mère, son père, et sa grand-mère. Il a aussi eu des interactions avec ces personnes qui lui ont également transmis de l'amour. Selon Jerry, tout lui semblait parfait dans cet environnement. Soudain, et encore accompagné de l'être lumineux, Jerry se retrouve dans un autre espace qu'il décrit comme merveilleux, et où il arrive à distinguer des fleurs, de la nature, et de la musique. Il explique que tout ce qu'il voyait lui semblait extraordinaire et que cette sensation de paix et d'amour ne l'a jamais quittée tout au long de son expérience. Une dernière interaction avec l'être de lumière se produit, où ce dernier lui annonce qu'il a encore du travail pour lui dans le monde terrestre. Selon Jerry, dès que cet être lui a «lâché la main», il s'est retrouvé dans le tunnel lumineux pour regagner son corps physique (Ibid, 2013).

#### 4.1.4 Similarités et différences de l'EMI

Selon ces quatre expériences, nous pouvons premièrement noter que l'expérience se présente différemment selon chaque individu, néanmoins, nous trouvons qu'il y a effectivement des éléments similaires entre les expériences.

Dans le début, Jerry et Michaela expliquent que leur expérience débute par le noir total contrairement à Marie Jo et Doug. Selon Marie Jo, son expérience débute par une sortie hors du corps. L'expérience hors corps physique représente un élément qui est rapporté également par Jerry qui a pu assister aux tentatives de sa réanimation suivant sa vision du noir total, mais aussi pour Michaela, qui a pourtant vécu cet élément vers la fin de son expérience. Suivant l'expérience hors corps de Jerry et Marie Jo, ces deux individus ont tous les deux aperçu une petite lumière blanche qui donnait sur le «tunnel» qui est plutôt décrit comme un tunnel lumineux qui mène vers l'espace blanc.

Quant à Doug, il se retrouve immédiatement dans un milieu lumineux. Cet environnement lumineux est par ailleurs l'un des éléments décrits par les quatre sujets, et cela est également accompagné par l'absence de la peur, une sensation de paix et de quiétude, ainsi que la sensation d'amour infini. Dans cet environnement blanc et lumineux, trois des participants (Jerry, Michaela, et Marie Jo) expliquent se sentir submerger par la blancheur ainsi que l'amour que cet espace leur offre. Par ailleurs, ils expliquent également qu'il existe un être de lumière qui se présente dans cet environnement et qu'il représente «Dieu» à leurs yeux, et avec lequel ils ont pu interagir d'une manière différente de celle que l'on emploie sur terre. Ces interactions sont décrites comme un échange de pensées qui ne suscite aucune interprétation, mais qui reste tout de même très clair à leurs yeux. Cette interaction concerne principalement leur retour vers leur enveloppe corporelle. Dans le cas de Doug qui

n'a pas eu d'interaction avec cet être de lumière, il s'est tout de même retrouvé dans un endroit fait de nature et a eu des interactions similaires à celles décrites auparavant avec l'être de lumière qui se présente par le biais de la pensée, mais dans son cas cela se produit avec des défunts de sa famille uniquement. Cette interaction portait également sur son retour sur terre. Ces interactions soulignent la fin de l'expérience pour Doug et Marie Jo, par conséquent, cela signifie leur retour immédiat vers leur conscience humaine et terrestre.

Pour Jerry, son voyage continue ce qui peut être justifié par son refus de quitter cet environnement de blancheur intense ainsi que cet être de lumière malgré la demande de ce dernier. Par ailleurs, Jerry était conscient du fait qu'il allait retourner à la vie, il était uniquement autorisé par cet être de lumière de voir un peu plus de choses dans cet espace inconnu. Ce qui l'emmène vers ce milieu naturel céleste où il arrive à distinguer une «beauté majestueuse» de la nature, de la musique céleste à ses yeux ainsi que quelques membres de sa famille décédés qui lui communiquent leur amour selon la même forme de communication mentionnée auparavant principalement axée sur la pensée. C'est à ce moment que s'achève l'expérience de Jerry; par ailleurs, il est important de mentionner que ce dernier était conscient de son retour au travers du même «tunnel» qu'il a pu apercevoir au début.

Dans le cas de Michaela et suite à son interaction avec l'être de lumière, cette dernière a senti avoir la science infuse et que ses connaissances n'avaient pas forcément de limites. Cette dernière a aussi vécu un autre élément que nous ne retrouvons pas dans les autres expériences qui sont le bilan de sa vie où elle a pu apercevoir différents éléments de sa vie avant, pendant, ainsi qu'après cette expérience. Nous retrouvons également la notion du choix pour le retour que nous ne retrouvons pas chez les autres participants qui ont été obligés de retourner vers leur enveloppe corporelle. Dans le cas de Michaela, elle pouvait concevoir qu'en choisissant de mourir, cela n'atteindra en rien sa conscience et son bien-être, mais cette dernière a tout de même

choisi de retourner ce qui lui a permis de se retrouver dans un coin de sa chambre d'hôpital et de vivre son expérience hors corps avant de réintégrer proprement son corps physique.

Finalement, en parlant de la sortie hors du corps, nous pouvons également mentionner un élément en commun entre Marie Jo et Michaela qui est la possibilité de réintégrer son corps, mais d'en ressortir volontairement à cause de l'intensité de la douleur corporelle.

#### **4.1.5 Post-expérience**

À la suite de l'expérience de mort imminente des quatre témoins, nous constatons plusieurs changements à travers les discours des témoignages du documentaire étudié. Le premier point que nous pouvons facilement soutirer des discours c'est l'absence de la peur de la mort que mentionnent tous les participants.

Michaela et Jerry expliquent leur difficulté à parler ouvertement et raconter leurs expériences, et ce, à cause du jugement des autres face à leur vécu ainsi qu'à leur stabilité mentale. Ils expliquent donc que les personnes à qui ils ont essayé de raconter leur vécu ont mis en cause la véracité de leurs récits ce qui a limité leur ouverture à en parler, néanmoins, cela ne les a pas empêchés d'user de ce vécu pour leur développement personnel (Ibid, 2013).

La deuxième notion importante que nous retrouvons chez les quatre participants de ce documentaire est l'importance qu'ils accordent à la volonté d'apporter de l'aide aux personnes en besoin. Cette notion d'aide est apportée différemment par chacun des participants. Pour Michaela, il est important d'user de son expérience afin de diriger les autres face au chemin du bonheur. Quant à Doug, qui affirme raconter son

expérience à chaque personne avec laquelle il entreprend une conversation, cette notion d'aide se présente dans le besoin de rassurer les autres et d'essayer d'éliminer leurs peurs face à la mort. Pour Marie-Jo, son expérience reflète un vécu révélateur tenant compte de sa profession face aux patients en fin de vie. Cette dernière explique que son expérience lui a permis de mieux comprendre comment diriger ses patients vers «l'au-delà» et d'éliminer son scepticisme face aux visions de ses patients aux pieds de la mort. Jerry utilise également son expérience afin de soulager et rassurer les personnes en fin de vie. Malgré sa retenue pour raconter son expérience aux personnes autour de lui, ce dernier estime tout de même l'importance d'en parler aux personnes en besoin qui l'écoutent sans jugement (Ibid, 2013).

Le troisième point est donc l'importance accordée par les sujets à leur propre expérience. Il est important de mentionner que, malgré leur scepticisme pré-expérience, les sujets ont tous réagi face au scepticisme scientifique dirigé vers le phénomène des EMI en exprimant la véracité de leur discours. Jerry explique que son expérience de mort imminente reflète l'expérience la plus porteuse de sens de toute son existence et que cette dernière est totalement loin d'être un rêve ou une hallucination. Pour Doug, la véracité de son expérience se traduit dans toutes les sensations qu'il a pu ressentir ainsi, les événements qui ont suivi cette dernière lui ont permis la compréhension de divers passages de son expérience comme les propos tenus par les entités rencontrées, ainsi que la voix et la présence de son grand-père à la fin de son expérience. Ces événements ont effectivement coïncidé avec le décès de son grand-père ce qui a permis à Doug de faire les liens avec son expérience et d'accorder encore plus de certitude sur la véracité ainsi que l'importance d'en parler aux gens autour de lui pour les rassurer sur ce qui est selon lui, la continuité de l'existence. Quant à Michaela, elle revendique que cette expérience lui appartient et qu'avec ou sans l'approbation de la science, cette expérience restera importante à ses yeux pour tous les bénéfices que cette dernière lui a apportés dans sa vie quotidienne.

Enfin pour Marie-Jo, cette expérience représente un don qui a émerveillé sa vie personnelle et professionnelle (Ibid, 2013).

Enfin, il est indéniable que ces participants reconnaissent que cette expérience a complètement transformé leur vie, et ce, dans le changement de perception des choses autour d'eux, mais surtout la perception de l'amour qu'ils ont redécouverte dans ce milieu qui est selon eux «céleste». Cet aspect de l'amour rencontré dans ce milieu est accompagné de l'impossibilité de le communiquer avec le langage courant. Il est évident que dans les quatre témoignages présents dans ce documentaire que les sujets essaient de transmettre différentes sensations qu'ils ont pu rencontrer dans cet environnement inconnu pour tant de personnes; par ailleurs, la description de l'amour ressenti est décrite comme quelque chose qui n'existe pas dans cette terre (Ibid, 2013).

#### **4.2 Analyse des entretiens**

Dans les prochains paragraphes, nous allons présenter les résultats bruts obtenus de nos trois entretiens avec les participants de notre enquête. Ces résultats suivront un ordre thématique, ils nous serviront afin de déterminer les convergences et les divergences entre les récits recueillis, ainsi que ceux que nous avons analysés auparavant. Un de nos participants souhaite être nommé; par ailleurs, afin de respecter toutes les conditions éthiques de ce mémoire ainsi que l'intimité de nos trois participants, nous préférons conserver leur anonymat et ne pas révéler leur identité. Nous allons donc faire référence à nos trois participants ainsi : (X, Y, et Z).

X est un homme d'origine française qui a vécu son expérience de mort imminente en 1999 suite à une opération cardiaque très importante, exercée pour la première fois en Europe où il représentait le cobaye. L'importance de cette opération se situait

également dans l'aspect de réussite de cette dernière qui allait permettre l'implication de cette nouvelle technique opératoire en Europe. Dans ce sens-là, il faut spécifier que plusieurs médecins d'origines différentes se trouvaient dans le bloc opératoire afin d'assurer cette réussite. Après 10h d'opération, et après la fermeture de la cage thoracique, une hémorragie importante s'est déclenchée, de sorte que celle-ci provoque une mort clinique et cérébrale qui a duré 40 minutes.

Y est une femme d'origine marocaine ayant vécu son expérience dans l'été de l'année 1992 suite à son accouchement. Cette dernière devait accoucher naturellement, mais suite à un diagnostic émis à la dernière minute, les plans ont changé pour laisser place à une césarienne en urgence. Son expérience de mort imminente s'est donc produite au moment de sa césarienne provoquée par un arrêt cardiaque de quelques secondes.

Enfin, Z, une femme d'origine française qui a vécu son expérience de mort imminente en 1995 quand elle avait seulement 15ans. Cette expérience s'est produite suite à une tentative de suicide. Quelques mois après avoir perdu sa mère à cause d'une maladie d'ordre psychologique, cette dernière ne trouvait plus de sens à sa vie, ce qui l'a poussé à envisager la mort, non seulement pour partir, mais aussi afin de savoir ce qui se produisait après la mort. Le fait de ne pas en parler a favorisé l'implémentation des idées noires et la concrétisation de son idée de suicide qui s'est transformée en obsession. Pendant l'une de ces journées d'école, Z décide alors de mettre en place son acte de suicide en se laissant tomber du 4e étage de l'un des bâtiments de son école. Suite à cet incident, elle s'est retrouvée dans un coma profond pendant cinq jours où elle a dû subir un nombre d'interventions chirurgicales afin de permettre sa survie.



## 4.2.1 Les éléments de l'expérience

Pour nos trois participants, l'expérience de mort imminente reste différente chez chacun des participants en fonction du contexte de leur expérience ainsi que leur vie personnelle. Dans ces expériences nous retrouvons tout de même des éléments qui se ressemblent.

### 4.2.1.1 *Le soi hors corps physique*

Pour commencer, nos trois participants nous parlent d'une conscience qui s'est révélée au début de leur expérience. Cette conscience est ainsi décrite comme un soi extérieur du corps physique qui arrive à assister aux événements qui se passent dans l'environnement où ils se trouvent au moment de leur inconscience physique. X nous a expliqué comment il s'est trouvé dans cette situation:

*J'ai assisté à un moment donné où je me suis réveillé quelque part j'ai aperçu là-haut, un peu collé sur un plafond qui n'existait pas, en haut du bloc opératoire en observant tout ce qui se passait en dessus de moi. Et je ne comprenais pas pourquoi j'étais là, mais j'étais très très bien. J'avais plus de douleurs, je n'avais plus de problème, je ressentais tout bien au-delà de ce qu'on peut même comprendre ici sur terre. Ça veut dire la pensée, je la ressentais, j'entendais au-delà des murs, je regardais au travers des murs, je savais qui était dans d'autres salles, je savais ce qui s'y passait, j'entendais les médecins qui étaient là, y'en avait qui parlaient anglais, y'en avait qui parlaient allemand, y'en avaient qui parlaient français. Je ne comprenais que les pensées donc je pouvais tout comprendre malgré tout, sans barrière de langage ni rien. Donc j'ai pu par la suite rapporter leurs discussions, ce qui était quand même un témoignage qui a permis d'amener en tout cas une petite preuve de quelque chose. À partir de là, je me suis vu allongé sur la table d'opération avec le champ opératoire qui était là, et je m'aperçois à partir du champ opératoire et j'ai dit, mais c'est moi qui suis là, c'est moi qui suis concerné par cette histoire-là. Ils parlent de "on va le perdre, c'est trop tard, on l'a perdu, on ne peut pas le récupérer, le coeur est arrêté le*

*cerveau aussi. On va tenter de le récupérer, on va tenter de terminer l'opération jusqu'au bout pour prouver que ça fonctionne.*

X nous explique donc qu'en plus de la possibilité de voir ce qui se passe autour de lui, ce dernier a également la capacité de lire les pensées des gens se trouvant autour de lui malgré l'existence de barrières de langue. Mais aussi de voir et d'entendre des choses qui se passent plus loin dans d'autres pièces. De plus, nous constatons à travers son discours que le participant se soucie moins de la situation dans laquelle il se trouve, où la sensation de bien-être et l'absence de la douleur se présentent. Il se rend compte que quelques moments plus tard, qu'il représente la personne concernée par l'aspect de mort dont parle l'équipe médicale présente dans le bloc opératoire. Nous pouvons considérer également la comparaison que ce participant fait afin de nous expliquer son ressenti qui selon lui était complètement différent de celui qu'il ressentait sur terre. Dans ce sens, nous pouvons laisser place à l'idée que X était conscient à ce point de l'expérience, que les sensations vécues étaient différentes de celles de la vie terrestre quotidienne.

Pour Y, la séparation du corps physique s'est produite immédiatement après l'application de l'anesthésie générale afin de procéder à son accouchement par césarienne. Selon elle, cette notion de la séparation du corps physique amène également la possibilité de voir et de ressentir ce qui se produit autour d'elle ainsi que la sensation d'être "très très bien" comme elle raconte:

*Une fois anesthésiée, je me vois en dessus de mon corps, et je voyais tout, je voyais le gynécologue et obstétricien qui étaient là. Ce qui était marrant c'est que comme il faisait très très chaud ce 3 août, j'ai vu le gynécologue torse nu parce qu'il avait chaud, et il me l'a confirmé après l'EMI, et voilà, j'étais là, je me voyais au-dessus de mon corps et j'étais très très très bien, une sensation de paix, de bien-être, vraiment je me sentais comme un oiseau libre et surtout en paix, à un moment donné, je voyais le gynéco et la sage-femme en grande panique. Ils paniquaient tous dans le*

*bloc, moi je ne comprenais pas, je voyais un corps. Donc vraiment quand je voyais mon corps, pour moi c'était un corps étranger, c'était rien, comme un costume qu'on enlève. Et quand je voyais qu'ils paniquaient, que le médecin disait "on la perd, on la perd" la panique totale, moi je leur disais "coucou, coucou, tout va bien je suis là, je suis là", et là, on ne m'entendait pas [...] Rien. Il ne me voyait pas, moi je les voyais très bien, je les entendais très bien, je pouvais même ressentir la peur et la panique des personnes présentes dans le bloc.*

Dans le cas d'Y, nous pouvons souligner l'aspect de ne pas reconnaître son corps physique et de ne pas le relier au soi ce qui a aussi été le cas pour X. Mais aussi le fait de lire dans les pensées des personnes présentes comme celle-ci affirme avoir accès aux pensées de son chirurgien « Je pouvais entendre ce qu'il disait au fond de lui, et ils disaient "mon Dieu, mon Dieu si je la perds, que va faire son père" et il me l'a confirmé aussi, après ».

Pour Z qui était encore enfant pendant son expérience, et qui a décidé de commettre un acte de suicide en se jetant de l'un des bâtiments de son école, n'a pourtant pas du tout ressenti la douleur du choc. Elle exprime sa sensation de bien être ainsi «J'ai eu une sensation d'ascension, de vent frais, d'amour et de compassion. J'étais dans une blancheur tout de suite vraiment écarlate (sic). Et je n'ai pas du tout eu la sensation de choc du corps sur le sol, je n'ai pas senti de douleur, pas du tout », suite à ces sensations, cette dernière a pu également s'apercevoir sans pour autant reconnaître son corps physique qui pour elle était complètement étranger, elle raconte

*J'ai tout de suite vu une scène un peu floutée en noir et blanc, un corps au sol qui criait, mon corps, mais je n'avais pas su au départ que c'était moi. J'étais deux mètres au-dessus d'elle au niveau des pieds, elle était là à crier, et il y a une élève qui s'est dirigée vers moi qui a crié aussi et a appelé au secours. Tout le monde est sorti des salles, parce qu'il y avait des salles de cours dans cet endroit. Je suis proche et il y a quelqu'un en blouse blanche, j'ai su par la suite que c'était l'infirmière du lycée. Il y'a*

*donc des adultes qui se sont mis autour de moi, qui ont demandé aux élèves de reculer, et à partir de là j'ai suivi la scène. Sauf que mon champ de vision s'est agrandi et mon regard a transpercé les deux bâtiments dans lesquels j'étais rentrée.*

Dans ce petit passage, nous pouvons souligner le fait que Z parle de cette personne au sol à la troisième personne du singulier ce qui signifie qu'elle l'apercevait d'un œil différent du sien. Ainsi, cette dernière ne comprend pas les attitudes des personnes présentes qui criaient autour de son corps «je me suis demandée, mais pourquoi s'inquiètent-ils, pourquoi tout le monde crie, pourquoi ils s'agitent et paniquent alors que je suis là? je vois tout, arrêtez de paniquer je vais bien », donc comme Y, Z tente aussi de rassurer les personnes autour d'elle du bien-être qu'elle ressent en ce moment de l'expérience, sans succès.

La conscience de cette participante a continué à suivre son corps inanimé et était consciente de tous les éléments qui se produisaient autour d'elle commençant par l'arrivée des pompiers pour la prendre en charge, l'arrivée de son père à l'école, ainsi que sa transportation de l'école à l'hôpital où elle explique

*En fait, j'étais à côté de la voiture de mon père et je suivais le camion d'ambulance comme un zoom. J'étais à côté de sa voiture, je sentais vaguement sa présence, c'est comme si j'étais entre le camion et sa voiture. J'étais sur les deux simultanément. Ça ne m'avait pas du tout surpris, en fait je ne me suis pas posée la question [rire] c'était complètement normal.*

Une fois arrivée à l'hôpital, Z se trouvait encore là, à la superficie du brancard où son corps se trouvait, elle reconnaît la présence d'une femme qui courrait avec le brancard où son corps se trouvait. Z sentait que cette personne lui parlait et la connaissait puisqu'elle s'adressait à elle en l'appelant par son nom; par ailleurs, cette personne selon Z ne bougeait pas ses lèvres pour lui parler elle explique donc que

cette situation l'a interpellé, selon elle, cette femme disait « [Z], accroche-toi, tu vas t'en sortir ». Z a pu assister également au moment de la radiologie ainsi que celui des opérations qu'elle a dû subir. Mais encore une fois, elle dit ne pas se reconnaître, elle raconte

*Je vois un corps nu sur la table d'opération avec le projecteur au-dessus du dos et il y a deux chirurgiens que je vois de dos, un qui travaille au niveau du dos et un qui travaille au niveau des pieds. Et je regarde cette fille qui est nue sur la table et je me dis "ohh, ils n'ont même pas caché ses fesses, ohh la pauvre, on voit tout de sa physionomie", je la plains la fille je me dis que "c'est vraiment dommage pour elle". Et il y a un des médecins qui jette des compresses de sang au sol, et je me dis "Ugh, c'est vraiment dégueulasse, il y a du sang je ne veux pas voir ça". Donc, spontanément je recule et je me mets derrière la vitre, dans l'espace de radiologie.*

Comme nous le constatons dans ce passage, Z n'arrive toujours pas à se reconnaître; par ailleurs, en pleine expérience, elle arrive à ressentir de la compassion pour cette fille sur le brancard qui n'est autre qu'elle-même. Dans ce passage, nous pouvons également souligner que le déplacement de la conscience s'est fait inconsciemment suivant ce que Z ne voulait pas voir.

#### **4.2.1.2 Un tunnel transitoire**

Suivant cette séparation entre la conscience et le corps physique, nos trois participants se souviennent également d'un élément en commun. Cet élément reflète principalement une étape de transit afin de commencer un voyage riche en émotions.

Le tunnel est donc un élément décrit par nos trois participants, le passage dans ce fameux tunnel semble tout de même différent selon les récits des participants.

Pour X, qui a pu entendre les différents propos des médecins qui s'occupaient de son opération sur sa mort, le passage dans le tunnel représente principalement selon lui son acceptation de la situation, par conséquent, l'acceptation de la mort, qu'il aperçoit sur le moment comme quelque chose de positif où ses sens fonctionnent d'une manière plus développée de ceux qu'il employait dans sa vie au quotidien, il raconte et décrit ce tunnel ainsi

*J'ai accepté de mourir et j'ai dit si c'est ça la mort, eh bin c'est super, j'étais en pleine plénitude, j'avais une vue panoramique, les sens étaient multipliés à l'infini, vous voyez? Donc je savais tout sur tout, enfin je comprenais tout. J'ai accepté cette condition-là, c'est ce qui m'a emmené vers ce fameux tunnel. Vous savez on parle de ce tunnel toujours très noir, très sombre au bout duquel il y a une lumière qui arrive à grande vitesse. Ce tunnel pour moi n'était pas noir, il était très sautillant de blanc, c'était assez lumineux, sombre par moment, mais très lumineux. Ça bougeait, et il y avait beaucoup d'énergie qui était là, et cette lumière, elle venait très vite vers moi. Je n'ai pas eu le temps de mesurer cette distance quand je l'ai aperçu elle était déjà presque sur moi.*

X décrit donc ce tunnel comme un environnement qui contient de l'énergie ainsi que de la lumière blanche par moment. Il indique également des comparaisons avec d'autres personnes qui auraient vécu la même expérience et qui auraient aperçu cet environnement en tant que tunnel sombre. Il nous a également confié, par la suite, la présence d'une belle musique dans ce passage de tunnel « Ce que j'ai oublié de dire dans le tunnel c'est qu'il y avait des sons magnifiques, très harmonieux. Comme si cette énergie chantait pour moi, m'emmenait dans ce fameux tunnel pour moi et m'accompagnait de cette façon-là. C'était très très beau. » Donc pour X, cette musique qui se trouvait dans cet environnement était là en guise d'accompagnateur qui a rendu ce moment beaucoup plus agréable à expérimenter.

Pour Y, ce tunnel représente un milieu sombre, menant directement à cette lumière blanche, elle explique comment elle s'est retrouvée dans cet environnement et nous présente une description de ses sens développés par l'expérience.

*À un moment donné, je me suis sentie happée à une vitesse incroyable, je ne pourrai pas la décrire, par une force, et je me suis vue dans un tunnel sombre carrément, mais au bout du tunnel, une lumière. Une lumière qui n'était pas aveuglante du tout, les yeux que j'avais dans cette dimension-là, parce que c'est une autre dimension, ces yeux-là, ne clignent pas. Mais je ressentais tout, j'avais l'impression que j'étais dans un corps "high tech.", un autre corps, quand je dis corps c'est parce que [...] hmm c'est le seul mot que je peux trouver ici, parce que je n'avais pas l'impression que j'ai laissé quelque chose en bas, que je suis moi-même.*

Pour Y, l'arrivée dans le tunnel ne représente en rien un choix basé sur l'acceptation de la mort, mais une force incontrôlable qui l'a soulevée. Une autre différence qui est assez importante concernant le récit de X est aussi par rapport aux éléments présents dans le tunnel. Selon Y, le tunnel ne représente pas un endroit lumineux, mais menait vers cette lumière puissante, il ne contenait pas d'énergie ni de présence, et n'était pas accompagné de lumière. Par ailleurs, Y nous présente également une autre description de ce corps qui l'accompagne pendant son expérience est qui est selon elle, plus développé que son corps quotidien et qu'elle caractérise comme «high-tech», elle nous a aussi confié que ce corps représente selon elle l'âme, «Hmm, ici on dit l'âme, mais je le sentais vraiment, j'entendais super bien, je voyais à 360 degrés, je suis sensible à tout voilà, vraiment c'est du "high-tech" c'est l'humain "high-tech"», donc nous pouvons dire que la perception du corps de nos participants X et Y est presque similaire et que dans leur cas, c'est dans ce corps-là, qui est peut être invisible puisque l'on ne nous décrit pas la présence de membres dans cette étape de l'expérience. Ce passage de tunnel n'engendre aucun mal-être ni peur pour Y.

Pour Z, elle reste perplexe au moment où elle s'est retrouvée dans le tunnel, elle n'est pas sûre si cela s'est produit au moment de son entrée à l'hôpital quand elle se trouvait dans le brancard ou après quand elle voulait fuir les images du corps contenant du sang. Elle explique que cette hésitation provient du fait que la perception du temps est différente «c'est le temps qui est différent du nôtre», elle explique tout de même son passage dans ce tunnel ainsi.

*[...] je suis aspirée dans ce tunnel gris qui est vraiment large et je ne peux pas écartier les bras parce que je n'ai pas de corps physique en ce moment-là. Je ne peux pas toucher les parois, il y a des anneaux concentriques de lumière, mais d'un gris clair, et plus ça va plus c'est sombre. Ça va à une vitesse vertigineuse, je me sens aspirée. Ça va vraiment très vite.*

La description rapportée par Z met le point sur la rapidité de la vitesse du mouvement dans le tunnel ainsi que la couleur présente dans les «parois» de ce dernier qui est selon elle d'un gris clair. Il est aussi important de mentionner que pour Z, ce corps est inexistant, elle dit clairement qu'elle n'avait pas du tout une enveloppe physique à ce moment de l'expérience.

Par ailleurs, ce que nous retrouvons également chez Z c'est la présence de quelqu'un dans ce fameux tunnel, elle explique donc «à un moment donné, ça ralentit parce qu'il y a un petit embranchement à gauche, et dans cet embranchement il y a un autre tunnel et une silhouette transparente, mais dont je peux percevoir la présence ». Z explique donc qu'elle comprenait ce qui se passait pour cette personne qui pouvait aussi la voir passer et qui enviait son passage en vitesse, elle a compris spontanément que cette personne devait passer par une «revue de vie» et qu'elle attendait effectivement ce passage puisque ce n'était pas encore son moment de mourir selon Z, mais qu'elle se trouvait entre la vie et la mort. Suite à cette rencontre, Z continue son



passage dans ce tunnel jusqu'au moment où cette dernière commence à s'effrayer à cause de la longueur du passage ainsi qu'aux mouvements du tunnel, elle raconte.

*J'ai l'impression que ça tourne, mais que ça virevolte, et là je commence à m'effrayer, je commence à avoir très peur parce que je me suis dite si c'est ça la mort ça va être long et je regrette mon acte de suicide parce que c'est vraiment trop effrayant. Ce passage-là me plaît parce que je regrette mon acte de suicide, je me dis « j'ai peut-être fait une bêtise si c'est ça la mort, ça me fait peur ».*

Contrairement à X et Y, le passage dans ce tunnel n'est pas complètement positif pour Z puisqu'à cause de la longueur du passage, cela l'a mené à repenser à son acte de suicide qu'elle commence à regretter. Elle dit également s'être rendu compte de la possibilité d'avoir commis une erreur en optant pour une telle décision. Ensuite, contrairement aux autres participants qui ont aperçu la présence de la lumière au bout du tunnel, Z s'est plutôt retrouvée dans un environnement noir qui lui a aussi engendré une sensation de peur, elle décrit donc cet espace ainsi que les réflexions qu'elle a pu avoir pendant ce moment.

*Je me retrouve dans une pièce noire, une pièce, mais c'est beaucoup plus vaste qu'une pièce c'est tout noir, c'est d'un noir brillant infini et je suis la sans repère, il n'y'a rien en fait RIEN. Alors je me dis Waw ça va vraiment être long, je regarde autour de moi sachant que je n'ai pas de corps. Je tourne mon champ de vision, mais il n'y a rien. En fait, je cherche un élément matériel, rien, pas de meuble, pas de présence humaine. C'est silencieux, et ce calme là en fait sur la durée, ça m'effraie encore une fois, donc je me dis "mais arrête d'avoir peur vu qu'il y a rien, pourquoi tu te fais peur à toi même alors que tout est calme et qu'il n'y' a aucun élément qui t'effraie".*

Nous pouvons donc considérer que malgré la peur ressentie pendant ce moment de l'expérience, Z a tout de même réussi à se rassurer en usant d'une réflexion humaine

normale qui s'introduit dans le fait de chercher une présence matérielle ou humaine, mais aussi dans l'aspect de se dire que cet environnement ne contient rien, ce qui ne nécessite en aucun cas la présence de la sensation de peur. C'est alors de cet environnement noir que cette dernière aperçoit la lumière que les deux autres participants, X et Y, ont aperçu au bout du tunnel. Elle explique « il y a une étape supplémentaire, un point lumineux tout en haut à droite qui me subjugué de beauté, parce que ce n'est pas seulement une lumière, c'est une sensation d'amour.»

#### ***4.2.1.3 La lumière de l'amour***

Les trois participants de notre étude disent alors avoir rencontré une lumière qu'ils décrivent comme riche en amour et en sensation forte non expérimentée auparavant par nos sujets. Comme nous l'avons expliqué dans le passage précédent, cette lumière fut rencontrée par X et Y directement au bout de ce tunnel où ils se trouvaient. Pour X, il dit avoir aperçu cette lumière depuis le tunnel et s'être retrouvé là-dedans immédiatement après, il nous exprime alors les sensations qu'il a pu ressentir en ce moment de l'expérience.

*Et donc, du coup je suis rentré dans cette lumière, et là, c'était quelque chose d'extraordinaire. Je crois que j'ai compris ce que ça pouvait être l'amour dans toute sa splendeur. J'avais l'impression de rentrer dans le cœur de 100000 mamans. Une mère qui était en train de me dire je t'aime. Imaginez la puissance que ça représente et la puissance que ça puisse représenter.*

X essaye donc de nous rapprocher de la compréhension de cette forme d'amour rencontrée dans cet environnement inconnu pour la majorité des êtres vivants où il affirme avoir compris la signification de l'amour en le vivant à travers cette rencontre qu'il compare avec l'amour présent dans le cœur de plusieurs mères pour leurs enfants. Cette comparaison est pour X une manière de nous rapprocher de la

compréhension de cette sensation-là, mais nous dit clairement qu'il n'y a pas mieux que de la vivre pour savoir ce qu'il en est. Suite à cette sensation d'amour qui a duré pendant un moment indéterminable selon X «après le temps n'existe plus, je ne peux pas vous dire si je suis resté une heure, une minute, ou trente secondes c'est plus pareil», il dit s'être retrouvé dans un espace extrêmement lumineux ou quelque chose se déplace vers lui « j'ai vu ce volume lumineux se diriger vers moi et vient me caresser, c'était très prenant, très très fort, avec beaucoup d'amour, une caresse pleine d'amour ». Il raconte alors que suite à cette rencontre, il a entendu une voix lui faire son bilan de vie.

*J'entends une voix. Alors, mes oreilles c'est mon âme, c'est mon énergie qui entend cette voix qui fait un peu le bilan de ma vie, et j'ai un panoramique de ma vie devant moi qui est là et on m'explique, pas forcément mes erreurs, ce n'est pas un jugement, il n'y a pas un juge qui est là pour appliquer un dictat, c'est plutôt voir ce que vous n'avez pas forcément compris dans votre vie en faisant le mal par moment ou en faisant le bien aussi.*

X tente alors de schématiser cette rencontre concernant le bilan de vie et nous dit qu'il devait répondre à trois questions portant sur l'amour, « Qu'as-tu fait de l'amour de toi, ton propre amour ? Qu'as-tu fait de l'amour pour l'autre ? Et qu'as-tu fait de l'amour de l'autre ? ». Il dit alors que quand il ne savait pas répondre à l'une des questions, cette présence lui montrait effectivement comment il aurait mieux fallu faire ou être à ce moment-là à travers les passages visuels de son bilan de vie tout en lui donnant de l'amour.

Pour Y, elle nous dit également avoir rencontré cette lumière au bout du tunnel sans être sûre si le rapprochement provenait d'elle ou de la lumière à cause de la vitesse dans laquelle elle était dans ce tunnel qui précédait cette rencontre. Elle raconte :

*Je me suis retrouvé dans les bras de la lumière. Alors, quand je dis dans les bras de la lumière je parle notamment de la sensation d'être dans les bras de cette lumière, c'est que tu as l'impression d'être dans les bras de l'amour, de la personne qui t'aime inconditionnellement, maintenant je dis inconditionnellement parce que c'est le mot que j'ai appris ici, mais il y a 29 ans non, le mot inconditionnel, je ne le connaissais pas, mais c'était l'amour, l'amour comme je ne l'ai jamais vu, jamais reçu, et que je n'ai jamais pu donner et que je ne trouve pas ici [rire], même avec les êtres les plus chers, même le coup de foudre que j'ai eu pour mon mari il y a 37 ans n'a rien à voir avec cet amour. Un amour où on ne te juge pas, un amour où tu te sens comprise, un amour incroyable donc je ne voulais plus revenir.*

Y tente aussi de rapprocher notre compréhension de cette sensation d'amour ou d'être dans les bras de cet amour. Comme nous le voyons dans sa définition, elle souligne également l'aspect indescriptible de cet amour en le catégorisant d'un amour qu'elle n'a jamais pu rencontrer ni donner dans sa vie humaine. Il est également important de mentionner que Y nous dit se sentir en osmose avec cet amour duquel elle ne voulait absolument pas se détacher. Elle nous explique également qu'il y a eu de l'interaction avec cette lumière et explique que cette communication est différente de celle que l'on emploie sur terre.

*Elle communique avec moi, ce qu'il faut comprendre c'est que dans cette dimension tu entends tout, tu comprends tout donc les mots d'ici-bas sont juste comme une maquette, donc là-bas c'est vraiment, si y'a un autre mot à dire c'est la télépathie, tu comprends tout carrément avec une langue ou tu comprends, c'est surtout ça, comprendre. Tu comprends ce qui t'a été*

*dit, et ce qu'on te dit et ce que tu dis toi aussi, tu le comprends et ils le comprennent, la lumière le comprend.*

Cette communication avec la lumière portait principalement sur le retour de Y vers son enveloppe corporelle, elle dit que la lumière lui a annoncé que ce n'était pas encore son moment et qu'elle va retourner. Elle raconte alors qu'elle ne voulait pas quitter cette lumière, qu'elle s'y accrochait et elle compare cet accrochement à la sensation de faire un gros câlin rempli d'amour à sa mère. Elle dit alors que cette lumière lui fait comprendre qu'elle devrait retourner, mais que cela s'est produit dans beaucoup d'amour absolu. Elle dit également que cette lumière lui a présenté le bilan de sa vie : « c'était comme un grand écran où j'ai vu toute ma vie défiler devant moi. Aujourd'hui, je serai incapable de te dire ce que j'ai vu. Ce que je sais c'est que j'étais heureuse, très heureuse ». Elle souligne alors que dans ce film de sa vie, elle a pu voir l'intégralité de sa vie sans pouvoir se rappeler des éléments présents là-dedans, la seule chose dont elle se rappelait à ce moment de l'expérience c'est de se dire qu'elle devait raconter toutes ces choses à sa maman ainsi que son mari.

Z nous dit aussi être témoin de cet amour indescriptible, mais dans son cas, comme nous l'avons mentionné précédemment, elle ne l'a pas aperçu directement au bout du tunnel, mais d'un espace noir qui a suivi son passage dans ce tunnel avec l'apparence d'un point lumineux au milieu du noir total : « Un point lumineux tout en haut à droite qui me subjugué de beauté, parce que ce n'est pas seulement une lumière, c'est une sensation d'amour. ». Elle explique que cette lumière est descendue dans cet espace tout doucement jusqu'à ce qu'elle s'agrandit pour se transformer en sphère lumineuse qui éclaire cet espace, elle explique donc cette présence de lumière ainsi « C'est d'une beauté incroyable, c'est indescriptible avec des mots terrestres. C'est que de l'amour, que de la beauté, que de la paix, et cette luminosité m'entoure et me répare. Elle me répare de tout, de toute mon histoire, de toutes mes blessures narcissiques ».

Comme nous pouvons le voir à travers ce petit passage, Z a également souligné la difficulté d'exprimer l'amour apporté par cette lumière. D'ailleurs, elle spécifie que cet amour joue un rôle réparateur de ces blessures passées. Suite à cette rencontre avec la lumière, Z nous dit également avoir rencontré un être de lumière « Il y a un être de lumière qui apparaît. Il est parfait, il n'a pas de sexe encore une fois, je ne peux dire si c'est un homme ou une femme. C'est un être vivant qui connaît tout de moi, c'est la connaissance suprême » Z nous parle aussi d'une certaine communication avec cet être ou cette dernière lui demande s'il est «Dieu». Elle explique alors que la réponse de cet être fut spontanée et qu'il lui a expliqué que «c'est plus que dieu, c'est la perfection totale, suprême » tout en lui envoyant beaucoup d'amour. C'est suite à cela qu'elle nous explique que cet être lui demande la raison de sa présence. Elle nous dit répondre qu'elle n'a rien à faire dans sa vie terrestre où rien ne lui plait en essayant de lui communiquer son chagrin et sa douleur et qu'en même temps elle pouvait voir sa vie défiler devant elle. Elle nous dit alors qu'à ce moment-là, c'est comme si elle revivait en même temps toutes les sensations qu'elle a connues auparavant dans sa vie. Elle dit alors que cet être a réagi à cela « il est empreint d'une compassion et d'un amour hors norme que je ne connais pas sur terre », elle explique alors que cette écoute bienveillante de la part de cet être de lumière lui fait du bien et la guérit en même temps.

#### ***4.2.1.4 Le voyage dans l'environnement céleste***

Selon chacun des participants, le reste de cette expérience se présente de manière différente, X nous dit que ce qui suit est un long voyage de découverte où il est accompagné d'un ancien ami décédé quelques décennies auparavant. Pour Y, qui savait déjà qu'elle devait retourner, son voyage ne fut pas extrêmement long, par ailleurs, elle dit être autorisée à voir un environnement de nature avant de retourner à sa vie normale. Quant à Z, cette dernière dit également avoir continué son voyage de

découverte auprès de cet être de lumière qui l'a accompagné tout au long de sa découverte. Dans cette partie, nous allons donc essayer de présenter les aspects de l'environnement positif que nos participants disent apercevoir.

X Met le point sur le fait que ces évènements se présentent hors du facteur temporel, qu'il est extrêmement difficile d'exprimer tout ce qui a été vu avec l'usage de notre langage commun. Il dit donc tenter de nous rapprocher de ce qu'il a pu voir. Pour commencer, il nous explique qu'il s'est retrouvé dans un espace de nature très colorée.

*Cette coloration c'était la nature de l'autre côté qui était la face à moi, immense, il y avait une merveille absolue, mes mots en français ne peuvent pas suffire pour décrire exactement la coloration, ces nuances qui étaient la devant moi, cette nature extrêmement voyante, oui voyante en même temps multicolore avec des couleurs que je ne connaissais pas*

Il dit alors qu'à ce moment de l'expérience, il s'est rendu compte qu'il avait un corps; par ailleurs, il explique que ce corps est différent de celui qu'il a laissé en bas, dans le bloc opératoire. Ce qui différencie ce corps du corps terrestre selon lui est l'énergie présente dans ce corps qu'il dit être totalement différent. Il dit également pouvoir marcher sur une nature exceptionnelle à ses yeux « Je marchais sur une espèce d'herbe soyeuse qui était là, et chaque pas sur lequel j'appuyais me rendait la notion de l'amour que j'avais pour moi, ça veut dire qu'il y avait un échange énergétique entre chaque élément naturel de cet environnement ». Il explique alors que les sensations qui ont accompagné cette visite étaient extrêmement « magiques et jouissives ». Cet espace représente pour lui un regard absolu sur la beauté de cet amour. Suite à cette première visite s'enchaîne beaucoup d'autres avec la présence de son ami décédé depuis quelques décennies « surprise de le voir jeune évidemment d'une beauté absolue, il a un regard, je ne sais pas, mais il n'y a pas pareil sur terre, c'est un regard scrutateur, mais en même temps dégageant de l'amour», et c'est cet

ami selon X qui lui a expliqué que ce n'était pas le moment de sa mort terrestre, qu'il allait encore vivre et que ce qui se passe pour lui est simplement une opportunité afin de lui permettre de découvrir cet environnement qu'il appelle « l'au-delà » et qu'il définit ainsi « c'est des niveaux, des strates, il y'en a des millions et des millions qui correspondent à la capacité d'amour qui est en nous et c'est uniquement ça, rien d'autre ». Il explique également la manière dont ce voyage à travers ces niveaux prend place, et selon lui, cela se produit uniquement par l'usage de la pensée comme outil de déplacement.

*On se déplace comme ça par la pensée, et c'est la pensée qui va très très vite. C'est-à-dire que vous pouvez voyager, on va parler en année-lumière, un milliard d'années-lumière en une seconde. Pour eux ce n'est pas un problème. Mais quel dommage de voyager aussi vite! Parce que tout ce qu'il y a entre cet un milliard d'année-lumière, il y a de très belles choses à voir, et bien, vous avez la possibilité de ralentir votre pensée, et de vous fixer et d'observer tout ce qu'il y a dans cet un milliard d'année-lumière. Ça prend le temps nécessaire qui n'est pas limitatif, au contraire, on prend le temps nécessaire.*

X spécifie également que dans cet environnement, la tristesse, la peur ainsi que l'inquiétude n'existent pas, les seules émotions présentes dans cet espace sont la liesse générale, la joie, l'humour et l'amusement. Il dit aussi avoir visité des demeures existantes dans cet environnement. Il explique que ses demeures sont des grandes maisons lumineuses construites par la projection de la pensée des «âmes» en question. Ainsi, il souligne que chaque demeure dégage une luminosité particulière qui correspond aux personnes qui l'habitent. Il mentionne alors qu'en continuant son voyage et en montant dans les élévations de ses niveaux, il a pu rencontrer la vierge Marie.

*La vierge Marie qui est vénérée par beaucoup, était là pour m'accueillir dans sa closerie, la closerie c'est un jardin magnifique qui est immense*



*qui est infini avec des couleurs incroyables, pourquoi la fleur je ne sais pas, parce qu'il y a le parfum, il y a la musique, il y avait tout ça, il y avait autour d'elle beaucoup de choses que je ne pouvais pas discerner, mais ça brillait très fort, je ne veux pas mettre de mot là-dessus ou de nom, mais en tout cas elle était la pour moi.*

X nous explique alors que suite à sa rencontre avec Marie, il a pu visiter un environnement qu'il décrit comme un espace où tout le monde se retrouve et qu'en se retrouvant dans cet environnement, il n'est plus question de redescendre si ce n'est pour aider quelqu'un se trouvant dans l'espace négatif ou «le bas astral» comme le nomme X. Il décrit cet environnement ainsi.

*Ce qui est inconcevable dans la manière de le décrire c'est-à-dire qu'il n'y a pas de comparatif sur terre c'est impossible, c'est le plus beau à l'infini, c'est le plus beau qui se développe à l'infini, c'est-à-dire qu'il n'est pas statique, qui se crée en permanence, c'est compliqué à expliquer (rire), mais c'est là où se rejoint toute la créature de dieu, divine*

Donc encore une fois, X met le point sur le fait que la majorité des éléments qu'il a pu apercevoir dans cet environnement sont difficiles à expliquer dans un langage familier.

Comme nous l'avons précédemment mentionné, pour Y, elle dit que ce qu'elle a pu apercevoir c'est uniquement ce que cette lumière lui a permis de voir. Elle raconte que cette lumière lui a ouvert une petite ouverture dans cet environnement blanc d'où elle était capable d'apercevoir «un magnifique jardin avec beaucoup d'eau, on dirait ce n'est pas de l'eau, mais c'est du diamant. Et cette eau avait une vie, j'ai entendu l'eau parler, elle avait de la gratitude envers Dieu, c'était très très beau ». Elle nous a également expliqué qu'il n'y avait pas d'autres présences humaines ou autre; par ailleurs, elle souligne que tous les éléments qu'elle a pu apercevoir dans cet environnement naturel avaient une vie et que ces éléments étaient également

accompagnés d'une musique «c'était que de la nature et tout était vivant, les feuilles vivantes, l'herbe vivante, l'eau qui scintillait, et il y avait une musique magnifique».

Pour Z qui nous dit être auprès de cet être de lumière dans cet espace blanc également. Pour elle, cette partie de son expérience se résume à une expérience d'apprentissage où elle a accès à plusieurs informations que lui délivre cet être de lumière. Selon elle, ses apprentissages se produisent dans des espaces différents, où elle est projetée par cet être de lumière. Elle nous raconte aussi que cet être de lumière l'a projeté dans un environnement naturelle.

*Je me balade dans ce jardin où il y a un grand arbre sur la gauche qui domine le jardin, à droite il y a un cours d'eau où il y a une frontière à ne pas dépasser, et dans cet arbre il y a des oiseaux blancs qui s'envolent et il y a des fleurs avec des pétales magnifiques. Donc je vais traverser ses couleurs de pétales et tout est sensation, c'est vraiment unique et il y a une pelouse d'un vert fluo incroyable et un brin d'herbe se détache de cette pelouse. Je zoome à toute vitesse sur ce brin d'herbe et je plonge en lui du sommet du brin d'herbe jusque dans les nervures et je traverse et je suis moi-même ce brin d'herbe, je suis moi-même cette chlorophylle, et je prends conscience de ce contact énergétique. Je suis la couleur, je suis l'énergie, je suis dans les nervures et je me balade dans les nervures et je plonge dans la terre et j'apprends la constitution chimique de tout ce qui m'entoure.*

Elle dit alors qu'après chaque connaissance, elle est immédiatement retournée à cet espace blanc qu'elle décrit comme « Cette aire intermédiaire d'une blancheur écarlate qui me calme et qui m'apaise et/ou ma connaissance prennent place on va dire». Elle dit alors que dans cet espace, l'être de lumière représente un être central, qu'il est extrêmement brillant et qu'il dégage un amour infini. Elle dit alors voir quatre silhouettes autour de cet être de lumière et qui, selon elle, étaient en train de discuter de son cas alors qu'elle se trouvait un peu en contrebas par rapport à leur position. Elle aperçoit également d'autres silhouettes au-dessus d'eux qu'elle décrit ainsi.

*Il y avait plein de silhouettes qui étaient toutes occupées. Elles étaient brillantes, elles couraient dans tous les sens, elle était au-dessus comme sur un balcon vous voyez? Et de temps en temps, il y avait un des leurs qui me regardait et qui regardait les cinq êtres lumineux en dessus d'eux et moi qui suis encore un peu plus bas comme si ma conscience était inférieure à la leur, et c'est vraiment ce que j'ai finalement ressenti. Et il y a des têtes comme ça enfin des bustes qui se penchent et qui rigolent "Eh, mais qu'est ce qu'elle fait là, elle n'a rien compris c'est trop tôt. Ohlala elle y arrivera on est optimiste pour elle" et puis ils rigolent de moi, alors au début je ne le prends pas très bien mais en même temps c'est tellement doux, tellement bienveillant que je le prenne pas mal.*

Elle n'explique ainsi que la communication ne se produit pas de la même manière que celle sur terre, elle explique que «c'est plus une forme de télépathie, je ressens ce qu'ils ressentent, il n'y a pas du tout de tabou ni de filtre ».

Contrairement à Y qui n'a pas rencontré une présence ou un défunt qu'elle connaissait auparavant, Z a pu apercevoir une présence humaine qu'elle a demandé à voir. Elle nous explique alors qu'après son insistance afin de voir sa mère, l'être de lumière a autorisé cette rencontre qui reste inoubliable selon Z.

*Avec mon insistance sur la question de voir ma mère, l'atmosphère change, c'est de plus en plus brillant et ma mère est devant moi. Je ne la reconnais pas tant par son physique dans un premier temps, parce que c'est son amour maternel en premier et c'est un amour plus grand que tout, plus grand qu'elle m'aime, enfin c'est un amour que je n'ai jamais ressenti de sa présence.*

En voyant sa mère, Z nous explique son bonheur extrême et sa joie de voir sa mère débarrassée de sa maladie et d'une beauté extraordinaire selon elle. Par ailleurs, ce moment de bonheur fut court pour Z qui souhaitait se rapprocher de sa mère. Ce souhait reste sans approbation de l'être de lumière ce qui selon elle l'emporte dans

une colère extrême qui la mène vers l'expérience négative dont nous allons parler dans le prochain passage.

#### ***4.2.1.5 Éléments négatifs de l'expérience***

En entreprenant nos recherches sur le sujet des expériences de mort imminente, et en organisant nos entretiens, nous n'avons pas pensé au fait que des éléments relatifs aux expériences négatives peuvent émerger dans nos entretiens. Par ailleurs, deux de nos participants nous ont mentionné l'existence d'aspects négatifs dans leurs récits (X et Z). Ces aspects se présentent de manière différente parce que dans le cas de X, cela se fait dans le contexte de visite où il arrive à apercevoir des individus concernés et comprendre la raison de leur présence dans cet espace. Quant à Z, elle nous parle en premier d'un espace négatif qu'elle visite avec l'approbation de cet être de lumière, mais aussi de l'expérience négative qu'elle expérimente personnellement en étant dans un état de colère extrême.

Pour X, c'est dans le cadre d'une visite de découverte des différents niveaux de cet environnement. Pour lui, l'environnement négatif se trouve dans les deux niveaux les plus bas. Il explique alors qu'il était protégé ce qui lui permettait de ne pas sentir toutes les souffrances existantes dans cet espace. Il souligne que ce premier niveau se trouvait dans un espace extrêmement sombre qui est marécageux. Il dit que cet espace contient des formes dimensionnelles particulières qui bougent constamment et que rien n'était fixé dans cet espace qui se trouve derrière une grande muraille marron qui selon lui envoie une sensation de haine absolue. Dans cet espace, X nous dit voir des personnages englués dans leur propre haine.

*Tous ces gens là se retrouvent totalement englués, comme enfermés dans leur propre avilissement, et ce rouleau compresseur qui les anime c'est cette haine de soi et tant qu'ils n'ont pas compris le pourquoi du comment, ils se retrouvent dans un néant absolu, c'est-à-dire qu'ils voient le noir*

*absolu, ils se voient à peine, ils se ressentent à peine, mais la personne enfin l'âme qu'ils ressentent à côté d'elle, ils ont envie de la détruire c'est quelque chose qui est terrible.*

Il explique par ailleurs que ces êtres qu'il appelle des « âmes » peuvent se détacher de cet environnement négatif avec l'aide des autres « âmes » ou avec leur propre effort afin de pouvoir monter un peu plus dans « la réjouissance de l'amour ». Il dit également qu'il existe ceux qui n'arrivent pas à s'en sortir qui se retrouvent dans un niveau encore plus bas que X appelle le « sous-sol ». Il nous explique alors qu'étant dans cet espace-là, il a vite demandé de partir parce qu'il n'aimait pas ce qu'il voyait.

*Ce sous-sol c'est là où se trouve les gens qui sont dans tel orgueil que l'amour en eux est tellement éteint, totalement éteint que la partie divine qui nous habite est totalement éteinte. Et là il y a la séparation de l'histoire de sa vie et de la partie divine qui est si peu ou inexistante qu'elle est encore là un peu. L'un disparaît dans le néant absolument effacé et l'autre rejoint la source. La partie divine revient dans sa source, voilà.*

Dans le récit de Z, elle nous raconte également avoir été autorisée par cet être de lumière dans un espace qu'elle décrit comme un espace sombre qui contient « des silhouettes habillées en toges gris sombre, elles ont un visage un peu géométrique comme les figures du peintre Picasso et ils ont le menton baissé », elle souligne alors que ces silhouettes sont prosternées et d'une tristesse infinie « Leurs âmes sont vraiment enfermées parce qu'elles ne veulent pas apprendre. Elles sont enfermées dans leur tristesse. Moi-même je suis touchée par leurs états, et je dis à l'être de lumière je ne veux pas leur ressembler ». Elle souligne alors qu'en voyant ces êtres, elle a l'impression que c'est des «suicidés» qui ne voulaient ni progresser ni apprendre et c'est pour cela qu'elle demande à ne pas leur ressembler. Z a aussi pu expérimenter cette expérience négative dans un contexte de colère intense causé selon elle par le fait qu'elle ne soit pas autorisée à toucher sa mère et le fait que celle-ci

disparaisse. Elle nous explique alors comment elle s'est retrouvée dans cet espace négatif.

*Je rentre dans une colère noire, plus que viscérale, viscérale c'est les viscères, mais je n'ai pas de corps. C'est une colère qui m'entoure et qui me fait tomber dans l'expérience négative. C'est un trou sans fin, avec des souffrances horribles qui n'ont pas de fin. Et il y a des corps de chair et de sang qui s'entretuent, qui s'entremêlent et qui sont visqueux de souffrance, et ils essayent de m'attraper. Donc je lutte infiniment contre eux pour ne pas tomber plus bas. C'est une souffrance terrifiante avec laquelle je me bats et je lutte parce que je me dis je ne vais pas finir comme eux dans la haine et dans la colère et que tout ce que j'ai appris avant, tout ce que j'ai vécu avant dans la luminosité ne peut que m'enrichir.*

Selon Z, elle s'est beaucoup battue. Elle est donc arrivée à s'en sortir après un temps qui lui paraissait interminable. Elle dit donc pouvoir remonter dans cette blancheur tout en étant fière d'elle-même d'avoir eu la force de survivre à cette haine qui selon elle aurait pu la détruire.

#### **4.2.1.6 Enseignements reçus pendant l'expérience**

En analysant les résultats de nos entrevues, nous nous sommes rendues compte du fait que nos participants nous ont informées de quelques enseignements reçus pendant cette expérience. Nous nous sommes aussi rendues compte du fait que quelques enseignements semblent similaires malgré la différence de l'expérience vécue.

Le premier enseignement partagé par nos trois participants est que la mort représente uniquement un passage d'un état de conscience humaine à un état de conscience plus développé. Ainsi, ils nous expliquent que dans l'état de mort, la communication se fait par le biais de la pensée. Nos trois participants ont utilisé le mot «télépathie» afin de nous décrire cette forme d'interaction.

Le deuxième enseignement est que l'élément central de ce milieu c'est l'amour.

Le troisième enseignement que partagent nos deux participants X et Z. Ils nous confient tous les deux l'existence d'autres civilisations non humaines dans d'autres espaces différents de la terre. Pour X, il nous explique que le fait qu'il précise souvent parler d'humain terrestre est en raison de l'existence d'autres civilisations humaines. Il nous dit alors qu'il existe plusieurs planètes qu'il a eu l'opportunité de visiter et que selon lui :

*Il y en avait tellement des tonnes et des tonnes à n'en plus finir. Y'en a des tous petits, y'en a des immenses beaucoup plus grand que le nôtre et y'en a qui sont vides, y'en a qui sont pleins, y'en a qui sont pleins d'énergies, y'en a qui sont très lumineux où il n'y a rien et dans chacun, il y a des formes de vie qui y appartiennent.*

Il décrit aussi ces civilisations comme étant tout similaire considérant la forme humaine qui est la forme symétrique du corps, mais il souligne qu'elles sont différentes de nous par la taille et par la ressemblance au niveau du visage. Il explique ainsi l'existence de civilisations différentes « il y a des civilisations extrêmement rudes, rustres qui ont à peine évolué, et il y'en a d'autres, extrêmement évoluées».

Le reste des enseignements sont ceux rapportés uniquement par X. Il nous explique alors premièrement le fonctionnement de cet environnement. Il dit que pour comprendre ce qui se passe là-bas:

*Il faut tracer la lettre V simplement, mettre une petite échelle au milieu qui correspond aux traits d'élévations, et des petits bonhommes qui montent, et la lettre V s'ouvre à l'infini c'est bien le bon et le beau à l'infini. C'est les trois B qui ouvrent ainsi le champ de l'amour. Et plus vous vous élevez plus le champ s'ouvre, et donc, on peut dire à partir de là, la terre se trouvait en bas, et plus je grimpais dans l'échelle de l'élévation spirituelle on va dire à la puissance de l'amour, l'emblème de l'amour prenait de*

*l'importance, et c'est quoi l'emblème de l'amour, c'est la composante dans lequel les mondes de strates existent.*

Il explique alors l'existence de fratrie dans cet environnement, il dit alors que les fratries « c'est des âmes qui se connaissent sur terre dans la famille de sang, mais aussi la famille c'est la fraternité qui est plutôt en amitié, en camaraderie, et qui se sont au travers de cette amitié presque aimer et qu'il y avait des sentiments d'échanges d'amour après tout ». Il nous parle aussi de la réincarnation qui représente pour elle l'existence de vies successives, et que cette réincarnation est un outil pour enrichir l'âme pour qu'elle puisse s'élever dans les degrés de l'amour au moment de la mort.

Le dernier enseignement que ce dernier nous mentionne est par rapport à la spiritualité qu'il dit être l'élément le plus important afin de découvrir réellement ce que représente l'univers, Il nous dit alors que « seule la science spirituelle permet le développement scientifique».

#### ***4.2.1.7 Le retour***

Le retour dans le corps physique se produit aussi de manières différentes selon le participant en question. X et Y se rappellent du fait que le retour s'est produit de la même manière que leur arrivée dans ce milieu; par conséquent, ils disent qu'ils sont retournés à travers le tunnel du départ. Ils décrivent ainsi les mêmes sensations que ceux décrits dans la partie dédiée au tunnel, sauf que pendant leur retour, ils disent ressentir le mouvement de la descente au lieu de la montée qui s'est produit au début de l'expérience. Par ailleurs, Z dit ne pas se souvenir de la manière dont elle est retournée. Elle se souvient seulement du fait qu'elle s'est retrouvée encore une fois sans corps dans un coin de sa chambre d'hôpital. D'où, elle revit une autre expérience hors de son corps à l'hôpital où elle dit ne pas reconnaître son corps physique encore une fois. Par ailleurs, elle dit que ce qui l'intéresse à ce moment de l'expérience c'est de retrouver cette lumière. Elle nous explique alors qu'elle pense qu'il faisait nuit à ce



moment-là, donc la chambre où elle se trouvait était sombre et que les lumières se trouvaient uniquement dans les couloirs. Elle dit alors passer à travers le mur afin de se retrouver au couloir et qu'en transperçant ce mur, elle pouvait prendre le temps de découvrir toutes les matières qui composent ce mur, elle dit qu'en même temps elle pouvait intégrer des connaissances concernant l'histoire de l'hôpital ainsi que celle des gens qui y travaillent. Ainsi, elle dit finalement reconnaître son corps en reconnaissant son père qui était là auprès de son enveloppe corporelle. Elle nous dit alors reprendre possession de son corps en passant par la cuisse droite et en l'intégrant tout doucement.

Pour X, le retour a été également précédé par un petit passage hors du corps. Il dit seulement pouvoir observer l'infirmière qui se trouvait dans la pièce ainsi que son corps en train de se réveiller qu'il a pu intégrer très rapidement. Par ailleurs, Y ne mentionne aucune expérience hors du corps avant le retour.

L'un des points communs que nous pouvons retenir c'est la difficulté du retour dont parlent nos participants. Ils nous ont tous communiqué leur difficulté à accepter leur enveloppe physique qui selon eux était beaucoup plus petite que ce corps subtil qu'ils occupaient tout au long de l'expérience.

Selon X « c'était très douloureux psychiquement ou mentalement ou spirituellement je ne sais pas comment on dit, c'est comme si on rentrait un camion dans une boîte d'allumettes. C'est compliqué, ça fait mal [rire], ay, c'est très étroit ». Y nous décrit ce retour de la même manière, elle explique « Fallait rentrer dans ce corps, et ça, je m'en souviendrai toujours, je rentre dans ce corps très étroit et je sens comme si je porte un jean qui est beaucoup plus petit que ma taille, c'est comme ça ». De même, Z nous dit également « je reprends possession de mon corps tout doucement, tout de suite, je sais que ça me fait mal, tout est très serré, c'est trop petit pour moi et ça me fait très mal ».

Ce qu'il faut également savoir par rapport au retour c'est que cette phase ne signifie pas forcément une compréhension de l'expérience de la part du sujet. Pour nos trois participants, l'intégration de l'expérience dans leur vie quotidienne a dû prendre plusieurs années.

#### **4.2.2 La perception de soi**

##### ***4.2.2.1 Selon X***

Selon le discours de X, nous avons pu soulever plusieurs éléments qui reflètent le changement dans la perception de soi. Avant l'expérience, X nous a confié qu'il se considérait comme une personne très normale vivant une vie « lambda ». Il nous dit alors que sa vie tournait autour de tout ce qui était matériel. Ses objectifs se limitaient à vouloir faire des études, gagner de l'argent et élever une famille dans le chemin qu'il voyait comme un chemin habituel de beaucoup de personnes sur terre. Il nous explique ainsi que cette expérience lui a permis de se rendre compte qu'il était dans l'erreur avant. Il dit alors se rendre compte du fait qu'il n'accordait aucune importance au ressenti ainsi qu'à son intuition. Il nous explique que cette expérience lui a permis de se voir en tant qu'âme avant d'être humain terrestre. Il souligne alors l'importance de cette âme, qui selon lui perçoit les choses d'une manière beaucoup plus large que sa perception d'avant. Selon lui, l'intuition représente l'ancrage de l'âme. Cette âme joue un rôle important de protection et de préparation dans la vie quotidienne. Il s'est aussi rendu compte de la capacité humaine qui, selon lui, se présente en développant ce qu'on a nous « On a tous ce savoir en nous. Tout, tout, tout est là, la bibliothèque n'est pas à quinze milliards d'années-lumière, elle est là au fond de nous, il faut la retrouver ». Il nous explique alors que c'est à travers son expérience qu'il a appris à se faire confiance et à amener l'amour envers lui-même avant de l'accorder aux autres. Selon lui, c'est l'amour de soi qui permet de mieux aimer l'autre. Il dit aussi avoir abandonné le jugement qui n'est pas compatible avec l'amour à ses yeux, et avoir intégré l'humilité qui est si importante pour lui afin de

démontrer que malgré son vécu, il reste un humain normal et qu'il voit cette expérience comme une chance afin de développer l'amour autour de lui.

#### **4.2.2.2 Selon Y**

Avant son expérience de mort imminente, Y nous dit qu'elle était une jeune femme qui aimait la vie. Elle se considérait comme quelqu'un de très souriant et de très sage qui accordait quand même assez d'importance aux choses matérielles. Elle nous confie alors que pendant l'expérience, elle s'est complètement oubliée et a également oublié d'où elle venait dans le sens terrestre. Selon elle, son expérience était très belle au point qu'elle ne voulait plus retourner sur terre parce qu'elle avait l'impression d'appartenir à ce milieu qu'elle voit aujourd'hui comme un chez soi où tous les êtres vont retourner au moment de leur mort. Elle nous explique alors que son retour était très difficile, parce que selon elle, tout ce qu'elle a vécu dans son expérience la laisse voir ce qu'il y a sur terre comme quelque chose de banal et de futile « le WAW, il n'y a plus de WAW ». Elle nous explique alors qu'elle a eu beaucoup de mal à trouver une vie normale au point de penser au suicide pour retrouver cet amour inconditionnel qu'elle dit avoir rencontré au moment de son expérience. Elle se posait énormément de questions sur ce qu'elle a vécu dans cette expérience. Elle n'a pu répondre à ces questions et complètement intégrer son expérience que sept ans après cette dernière, avec l'aide de beaucoup de personnes de son entourage ainsi que l'arrivée de son deuxième enfant. Après l'intégration de son expérience, elle a pu donner sens à sa vie et changer sa conception de l'amour en commençant par la conception de l'amour de soi qui est devenue très importante à ses yeux. Elle nous décrit cet amour ainsi:

*L'amour c'est nous, on est programmé pour aimer et être aimé donc on n'a pas besoin d'aller le chercher ni le mendier. Il faut le chercher en soi, il suffit de s'aimer et de s'accepter, travailler sur ses forces et sur ses failles, sur ses blessures. De nourrir ses forces, de les entretenir, de les muscler et on attirera que l'amour. C'est en s'aimant qu'on attire*

*l'amour. Aller chercher l'amour à l'extérieur c'est vouloir remplir un vide à l'intérieur et ce vide ne peut être rempli par les autres. Il ne peut être rempli que par nous même et pour qu'on puisse partager avec les autres.*

Elle nous dit alors qu'elle a repris le cours de sa vie sans accorder de l'importance au matériel. Elle dit reconnaître sa propre valeur ainsi que celle de tout humain qui croit en lui-même.

*Nous sommes extraordinaires, nous sommes une machine "humaine", mais WAW de chez WAW! Donc on a tout en nous, on n'a pas besoin d'aller chercher à l'extérieur de nous, on a tout en nous et à chaque fois que tu appuies sur un bouton intérieur tu reçois une bibliothèque de connaissances pour ceux qui veulent, ils savent et ceux qui y croient. Mais ceux qui ne croient pas en eux, ils ne croient pas aux forces de l'univers.*

Finalement, elle nous dit que sa perception de la mort est totalement différente, elle nous a confié que celle-ci lui faisait énormément peur avant son expérience, mais qu'aujourd'hui quand son heure viendra, elle l'accueillera avec beaucoup de plaisir et d'amour vu son impatience à retrouver Dieu.

#### **4.2.2.3 Selon Z**

Avant son expérience, Z se considérait comme quelqu'un de renfermé sur lui-même. Elle nous explique qu'elle était très timide et qu'elle était renfermée dans sa bulle gothique et narcissique. Elle nous dit ne voir aucun potentiel dans sa personne. Elle nous explique qu'après son expérience, elle a refoulé cette dernière pendant presque 20 ans et qu'elle a seulement commencé à la réintégrer en 2015 suite à une séance d'hypnose et qu'elle est encore en train de l'intégrer aujourd'hui. Suite à l'intégration de cette expérience, elle nous dit avoir vécu des changements extraordinaires dans sa perception de sa propre personne. Elle explique avoir retrouvé beaucoup de qualités qu'elle ne soupçonnait pas avoir « j'ai retrouvé confiance en moi, l'amour de moi-même puisque je me dévalorisais tellement » elle nous dit retrouver ces qualités avec

un juste équilibre et sans devenir orgueilleuse. Elle nous explique également qu'elle essaye quotidiennement de se rapprocher de la perfection de cet être de lumière qu'elle dit avoir rencontré de l'autre côté. Suite à cela, elle se remet régulièrement en question, en revanche, elle précise qu'elle ne se considère pas comme une personne parfaite « j'ai quand même envie de vous dire que je ne suis pas parfaite, que j'ai toujours des émotions qui me vident comme tout à l'heure j'ai pleuré pour mon papa, je reste humaine c'est ça qu'il faut comprendre, je reste de chair et d'os et voilà ». Elle nous dit que suite à cette expérience, elle s'est rendue compte qu'il y a toujours de l'espoir pour s'en sortir, peu importe le problème, et elle nous explique penser cela parce qu'elle connaissait effectivement que le constat des médecins par rapport à sa situation de santé était sans appel : une paralysie permanente qu'elle a tout de même réussi à surmonter grâce à ses efforts physiques et mentaux. Elle nous dit finalement avoir donné un sens à sa vie.

*En fait, ma personnalité a totalement changé parce que je suis beaucoup plus sereine par rapport à ça, j'ai trouvé le sens de la vie, de MA VIE et de la vie en général. C'est de l'amour, donner de l'amour sincèrement, pas dire je t'aime. Ça n'a aucun pouvoir de dire je t'aime, c'est démontré qu'on aime, c'est par l'action.*

### **4.2.3 La perception de l'autre**

#### **4.2.3.1 Selon X**

Avant son expérience de mort imminente, X considérait ses relations avec les autres comme des relations basiques. Il se considérait assez sociable et partageait différentes activités auprès de ses amis et sa famille pendant ses moments de vacances. Par ailleurs, ce dernier nous mentionne qu'il s'occupait principalement de lui-même sans pour autant se préoccuper de l'autre qu'il ne connaît pas. Autrement dit, ce dernier nous a confié ne pas se soucier de la situation des autres comme les personnes pauvres qui n'ont pas un milieu de résidence stable. Dans le cadre de sa profession,

dans le domaine de la direction des théâtres, X occupait la position de directeur et devait gérer un grand nombre de personnels. Il affirme alors qu'avant son expérience, il était dans la hiérarchie totale, dans le sens où, lui et seulement lui, pouvait prendre une décision, peu importe, son degré d'importance.

Le retour de cette expérience a donc complètement bouleversé les relations de X avec les autres, et ce, dans le cadre personnel ainsi que le cadre professionnel.

Au niveau de sa famille, X nous explique que ça a été très compliqué au début parce que les membres de sa famille refusaient catégoriquement de le croire. Il nous explique alors que tous les membres de sa famille étaient énormément sceptiques et que leurs réactions l'ont énormément blessé.

*Mais dans ma famille par contre, cela était compliqué, là il ne voulait pas croire, personne ne voulait me croire, ils disaient que c'est n'importe quoi, on ne revient pas de la mort, tu n'es pas Jésus-Christ, tu n'es pas un élu, enfin j'ai entendu tout ça, moi je m'attendais à une reconnaissance, ça m'avait fait énormément de peine, je m'attendais à ce qu'ils me disent ah c'est bien, est-ce que tu peux nous intéresser, nous expliquer comment c'est comment ça se fait [...], mais non dans la religion non, on est mort, on est mort.*

Il nous dit alors qu'à cause de ce refus de son expérience de la part des membres de sa famille, il a commencé à se dire qu'ils avaient peut-être raison ce qui l'a amené à refuser sa propre expérience pendant 10 ans sans l'oublier, mais aussi sans en parler davantage. Il nous dit alors réintégrer son expérience à travers sa volonté d'écrire ainsi qu'une expérience énergétique particulière qu'il explique dans ce passage.

*J'ai reçu une bouffée énergétique incroyable, que j'appelle une douche d'amour. Ça vous descend le long de la colonne vertébrale et ça va jusqu'aux pieds et ça vous embaume un truc de fou, et puis la voix que j'ai*

*entendu que j'ai reconnu là-haut "qu'as-tu fait de nous" et tout m'est revenu comme si j'avais fait l'expérience 10 secondes avant.*

Il nous dit alors qu'après avoir réintégré son expérience, il a réussi à écrire son livre qu'il a présenté auprès des médias. Grâce à son livre, il a également fait la connaissance d'une femme ayant vécu une expérience qu'il dit être similaire à la sienne. La relation avec cette personne s'est donc transformée en forte amitié. C'est alors qu'il nous explique que c'est grâce à cette amie qu'il a commencé à envisager à faire des conférences où il raconte son histoire. Il dit alors que l'objectif derrière le partage de cette expérience se concentre principalement sur la notion d'aide et de soulagement des personnes en besoin.

Il nous a expliqué également qu'il usait également du développement de ses pouvoirs en médiumnité et de sa connexion avec le monde des morts grâce à l'expérience afin de faire des entretiens individuels non rémunérés avec les personnes qui le demandent pour les guider dans leur chemin à travers les indications de leurs proches disparues.

Dans le cadre de sa profession en tant que directeur des théâtres, il nous dit avoir abandonné toutes ses idées hiérarchiques. Il spécifie donc que cela a bouleversé un peu le fonctionnement de l'organisme vu qu'il y avait beaucoup d'autres directeurs qui n'acceptaient pas sa nouvelle politique de travail. Dans cette politique, il impliquait toutes les personnes travaillant auprès de lui pour la prise de quelque décision. Il souligne qu'il lui était important d'inclure les différentes idées afin de valoriser chacun des employés et de leur accorder de donner leurs avis qui comptent toujours selon lui. Au fil des années, X devait prendre sa retraite, il nous explique alors qu'il était responsable de former son successeur qui a été formé selon cette nouvelle politique de travail qui marche très bien puisqu'elle renforce les liens entre les employés selon lui. Après sa retraite, il s'est occupé de créer un nouveau projet qu'il a intitulé le retour au soi qu'il explique ainsi :

*j'ai mis en place d'autre chose, des expériences que j'appelle 'le retour à soi', mon métier au départ était ingénieur de son, donc la matière du son c'est une matière que je connais parfaitement, c'est un matériel on va dire que je sais manipuler et donc j'ai créé une expérience que j'appelle le retour au soi au travers des ondes sonores qui viennent frapper votre corps, frapper votre âme aussi parce que ça entre en relation avec ça aussi.*

Il souligne alors qu'à travers ce projet, il a réussi à créer des sons que les gens n'entendent pas forcément par leurs oreilles, par ailleurs, il explique que le corps l'entend. Il dit alors que c'est ainsi qu'il arrive à chatouiller l'âme à travers ses sons qui jouent le rôle de réveil des mémoires qui donne l'impression d'être dans cet environnement qu'il appelle l'au-delà. Il nous dit alors que l'objectif derrière ce projet est de donner aux gens l'opportunité de vivre une expérience énergétique magnifique en passant par trois niveaux sonores. Il nous dit que le premier niveau est un niveau « lambda », accessible à tout le monde, le deuxième est selon lui plus développé que le premier, et finalement le troisième selon lui permet de décoller du corps physique et de vivre une expérience surnaturelle. Il souligne alors que plusieurs personnes sceptiques ont essayé son expérience qui a très bien marché et qui leur a permis de changer quant à l'existence de l'au-delà.

Selon X, sa relation avec l'autre a complètement changé, en revanche, ce changement n'aurait jamais eu lieu selon lui si le changement de l'amour de soi n'avait pas eu lieu. Il nous explique alors qu'en s'aimant, il a mieux su comment aimer la personne se trouvant en face de lui. Il explique que suivant cela, il essaye de comprendre la personne en face de lui en essayant de se mettre à sa place. Il souligne alors l'importance de l'écoute afin de mieux comprendre les choses et de mieux amener des réponses plausibles pour la personne sans pour autant forcer la compréhension de quelque chose que la personne n'a pas envie de comprendre. X accorde énormément



d'importance à l'amour de l'autre dans le sens du soulagement, en d'autres termes, il opère dans l'aide absolue et non mercantile.

#### **4.2.3.2 Selon Y**

Y nous explique qu'avant son expérience, elle avait de très bonnes relations avec les autres, elle souligne qu'étant enfant dans l'école, elle occupait souvent la position de déléguée de classe, ce qui lui donnait l'opportunité d'opérer comme un leader de groupe. Elle nous dit avoir de très bonnes relations avec les membres de sa famille. Elle nous précise également que sa relation avec son mari était une grande histoire d'amour. Par ailleurs, elle nous explique que ce qui la surprendra toujours c'est qu'au moment de son expérience, elle a oublié toutes ses personnes qui comptent tant pour elle et qu'elle ne pensait à personne, même pas à l'enfant à qui elle donnait naissance à ce moment de sa vie. Elle nous précise alors que le seul moment où elle a pensé uniquement à sa mère et à son mari c'était le moment de son bilan de vie où elle pouvait voir des éléments de sa vie et se dire qu'elle devait rapporter tout ce qu'elle venait de voir à ces mêmes personnes.

Après son expérience, elle nous a expliqué qu'elle en a parlé premièrement à sa mère qui ne l'a pas cru pensant que sa fille avait eu des hallucinations pendant son opération d'accouchement. Elle nous explique alors que ce refus de la part de sa mère l'a fait taire pendant un bon moment. Suite à cela, elle a décidé d'aller voir le médecin qui s'occupait de son opération afin de savoir si ce qu'elle a vu, senti, et entendu était réel. La rencontre avec le médecin qui lui a confirmé tout ce qu'elle a vu l'a donc énormément aidé à accepter son expérience. Elle nous a confié que la confirmation du médecin l'a beaucoup soulagé parce qu'elle commençait à se poser des questions sur sa santé mentale suite à son expérience. Elle nous mentionne également la fascination du médecin en écoutant ce qu'elle avait à raconter, elle dit alors que le médecin était tellement ému qu'il était en larmes, et que depuis ce jour-là, ils ont pu développer une bonne relation amicale.

Elle nous dit alors qu'à travers son expérience ainsi que l'intégration de cette dernière, elle a décidé de faire de l'accompagnement en premier lieu afin d'aider les jeunes femmes enceintes dans leur bien-être durant la grossesse et même l'accouchement. Ensuite, elle a commencé à faire du coaching d'amour. Elle nous dit alors qu'avec toutes les personnes qu'elle rencontre, elle essaye de leur transférer cette notion d'amour qu'elle a rencontré de l'autre côté.

#### **4.2.3.3 Selon Z**

Z avait une perception assez négative des autres avant son expérience. Elle explique « les autres, la famille ou les professeurs m'ont beaucoup dévalorisé quand j'étais enfant ce qui ne m'a pas aidé à avoir une bonne estime de moi-même », elle nous dit également que c'est à cause de son entourage et de son mal-être profond qu'elle a finalement mis en pratique sa tentative de suicide. Elle nous dit alors qu'immédiatement après son expérience à l'hôpital, elle en a parlé à son père qui l'a immédiatement arrêté pour lui dire que si on l'entend raconter des choses pareilles à l'hôpital, ils vont devoir l'enfermer dans une institution psychiatrique. Les propos de son père l'ont selon elle bloquée dans l'intégration de son expérience qu'elle a refoulée pendant presque 20 ans. Grâce à son hypnothérapeute, elle nous dit avoir réintégré son expérience, mais que ce processus est encore en marche aujourd'hui. Après l'intégration de son expérience, elle nous dit reconnaître la valeur d'en parler à ses proches et spécialement sa fille de 10ans pour qu'elle ne fasse pas de tentatives de suicide un jour ou elle se sent mal. Elle nous explique alors que sa relation avec ses proches est une relation basée sur l'amour, la communication, et l'inexistence de tabou. Elle nous dit également avoir de très bonnes relations avec les autres.

*Je me sens vraiment à l'écoute des autres, en compassion avec les autres, respectueuse des autres, et je les aime même si ce sont mes ennemies [rire]. En fait le mot ennemi n'a plus vraiment de signification, je ne dis pas ça, je le dis à vous en intimité, sinon ils vont se dire "tiens, mais elle*

*est complètement perchée, elle ne sait pas faire la part des choses" [rire], donc je ne vais pas cultiver une situation malsaine, alors je vais tout faire pour apaiser, je vais prier pour l'autre, je vais lui envoyer de l'amour dans mes songes, dans mes méditations, voilà.*

Z nous dit également avoir suivi des études en Réikiologie afin d'aider les autres à se détendre d'être dans le bien-être et vivre leur vie amplement. Elle nous a aussi confié qu'elle a été aidée à mettre en pratique ce qu'elle a appris dans son expérience grâce à une personne ayant vécu le même type d'expérience. Pour finir, elle nous a ainsi mentionné qu'elle fait de l'accompagnement en fin de vie.

« J'accompagne les personnes à se détendre et à se désangoisser de ce moment-là. J'ai aidé des gens comme ça pour passer et je n'ai pas peur de la mort, pas du tout ».

#### **4.2.4 La perception de la spiritualité**

##### **4.2.4.1 Selon X**

X nous explique qu'avant son expérience, la spiritualité pour lui était reliée à la religion. Il nous confie que ses parents étaient très religieux, de confession catholique, et qu'il les accompagnait quelques fois. Par ailleurs, il souligne qu'il n'avait pas une grande conviction, le plus important pour lui était de vivre charnellement et matériellement dans le monde où il est tombé sans se poser beaucoup de questions quant à l'importance de la religion qu'il considérait comme quelque chose de culturel. Il nous dit alors que c'est dans son expérience qu'il s'est rendu compte du fait qu'il existe beaucoup d'erreurs dans toutes les religions ainsi que beaucoup d'interprétations. Selon lui, c'est beaucoup plus simple que ça, et que c'est l'être humain qui est responsable de compliquer les religions afin d'en faire des idéologies uniques. Il souligne alors l'existence d'un seul dieu qu'il est selon lui une simple représentation de l'amour.

Il nous dit également que depuis son expérience, il a développé des habiletés qu'il n'avait pas auparavant. Il nous dit être constamment connecté avec l'au-delà. Il dit pouvoir communiquer avec les défunts.

*Je suis connecté en permanence avec là-haut. Ça veut dire que je suis en contact avec des gens là-haut. Donc je reçois beaucoup à la maison et quand je suis en conférence dans des villes, je m'installe pour quelques jours, je reçois là-bas en entretien individuel, des gens qui viennent me voir pour avoir un bilan de vie, savoir ce qui ne va pas en eux et quel chemin prendre. Alors à ce moment j'ai beaucoup d'indications de leurs chères disparues qui tentent de communiquer avec eux. Donc je donne les moyens de communiquer avec eux en ce moment, c'est un échange, c'est magnifique, c'est chargé d'amour et il y a des gens qui pleurent, c'est sûr, voilà, c'est normal.*

Il nous explique aussi qu'il a reçu de l'aide de l'au-delà dans tous les projets qu'il a mis en place. Il considère alors qu'il n'a rien fait tout seul, mais que toutes ses réussites se sont accomplies grâce à l'aide qu'il reçoit régulièrement de l'au-delà. Il accorde ainsi une grande importance à la spiritualité et pense fermement que « seule la science spirituelle permet le développement scientifique, quel qu'il soit, en mathématique, en physique, et en astrophysique ».

#### **4.2.4.2 Selon Y**

Y nous dit que même avant son expérience elle était très sage au niveau de sa spiritualité, elle est de confession musulmane donc elle nous explique qu'elle était la seule dans sa famille à faire sa prière dès l'âge de 11 ans, et qu'elle ainsi a initié cette pratique aux autres membres de sa famille qui l'ont suivie dans ce chemin. Elle nous dit être très attachée à la lecture du coran et qu'elle connaissait l'existence de Dieu qu'elle considère comme l'administrateur de ce monde. Elle nous dit également qu'elle avait une grande connexion avec l'autre côté, des visions prémonitoires, et qu'elle voyait des choses en état de semi-sommeil. Elle nous a confié que c'est grâce

à son expérience que cette connexion s'est développée encore plus qu'avant. Elle n'a tout de même pas abandonné ses pratiques religieuses après son expérience. Elle s'est ainsi rendu compte que Dieu était synonyme d'amour « Dieu est amour, il veut qu'on vive dans l'amour et nous a tout donné pour cela ». Elle nous dit également que Dieu est proche de chacune de ses créatures « Il faut croire en soi et en soi il y a cette lumière, en soi il y a le grand dieu, il est là, il est près de nous, plus près de nous que notre veine jugulaire ».

#### **4.2.4.3 Selon Z**

Avant son expérience, Z nous dit qu'elle ne connaissait pas le sens de ce mot :

*La spiritualité, je ne connaissais même pas le mot (rire), je ne connaissais rien du tout en fait, j'avais une éducation religieuse catholique mon père et ma mère m'envoyaient au cours de catéchisme. Je n'ai jamais souri dans l'un des cours, je n'ai jamais rien cru pour quoi que ce soit. C'était trop petit pour moi.*

Elle nous dit également que c'est à cause de son manque de connaissances au niveau spirituel qui l'a mené vers sa décision de prendre sa propre vie. Elle explique alors que c'est au moment de son expérience qu'elle découvre la spiritualité, elle s'est donc rendu compte à ce moment-là que c'est la base de toute chose et qu'elle était dans l'erreur auparavant.

Z nous explique qu'aujourd'hui, elle se considère comme une personne spirituelle, et qu'elle a une grande foi en Dieu. Elle ne nous dit pas avoir de croyance en quelconque religion, mais une croyance énorme en l'amour qui reste pour elle la seule chose qui est naturelle et non conditionnée.

Elle nous a aussi confié des aspects qui se sont développés dans ses capacités personnelles

*Il y a quelque chose qui s'est ouvert en moi, c'est très difficile d'en parler sans être pressée de sortir. J'ai des intuitions, j'ai des prémonitions, j'ai de la télépathie, j'ai des rêves prémonitoires, j'ai des informations qui tombent parfois quand je suis vraiment relaxe. Quand je suis très détendue, je peux me projeter dans une autre pièce, je peux aller dans une pièce et vous raconter ce qui se passe dans une autre pièce.*

Elle nous explique qu'elle ne cultive rien de tout ce qui lui arrive et qu'elle est aussi surprise par ce qui lui arrive. Elle nous a mentionné que pendant les premières fois, elle avait des prémonitions très fortes au point qu'elle croyait qu'elle allait devenir folle, par ailleurs, aujourd'hui elle prend toutes ces capacités comme un cadeau venu du ciel.

Dans ce chapitre, nous avons premièrement présenté les expériences EMI des personnages présentés dans le documentaire étudié. Ensuite, nous avons regroupé les similarités et les différences entre ces expériences. Malgré le fait que le contenu analysé n'accorde pas une grande importance aux impacts des expériences sur les vies des victimes, nous avons pu sortir quelques impacts positifs et négatifs mentionnés par les sujets concernés. Suite à l'analyse documentaire, nous avons enchaîné avec les résultats bruts de nos entretiens que nous avons présentés suivant un ordre thématique. Nous avons commencé par présenter les éléments de l'expérience en mettant le point sur les points de divergence et de convergence entre les récits. Ensuite nous avons présenté les perceptions, de soi, de l'autre, et de la spiritualité par rapport à chacun des participants de notre recherche. Dans le prochain chapitre, nous tenterons de faire le lien entre les éléments discutés dans ce chapitre et les éléments présentés dans notre problématique ainsi que notre cadre théorique.

## CHAPITRE V

### INTERPRÉTATION

Dans ce dernier chapitre, nous tenterons d'établir des liens entre notre question initiale de recherche et les résultats que nous avons réussis à ressortir, à la fois de nos entrevues individuelles, mais aussi de notre pré-analyse documentaire. Nous allons également prendre en compte toute la recherche préalable que nous avons présentée dans le cadre de notre problématique et notre cadre théorique afin d'amener une vision globale sur le sujet des EMI ainsi que les manières dont ce phénomène affecte les sujets en question.

En commençant cette recherche et avant même de procéder à l'établissement de nos canevas d'entrevues, nous savions déjà qu'il était difficile d'aborder ce sujet qui est assez intime pour les sujets en soi. Nous savions également que ce phénomène renvoie à un scepticisme très pointu sachant que ces expériences ne sont pas accessibles à tous les individus. Seules les personnes ayant survécu à un épisode traumatique de leur vie en passant par un coma profond ou une mort clinique sont capables de restituer les éléments subjectifs vécus pendant cette période. Nous rappelons alors que nous n'avons aucune intention d'évaluer la véracité des éléments mentionnés par nos participants. Nous souhaitons tout simplement comprendre ces expériences en usant de la communication comme outil de transfert d'information et élaborer les aspects saillants que nous avons réussi à obtenir à partir de notre analyse thématique. Dans les prochains passages, nous allons rappeler la question initiale de notre recherche ainsi que les objectifs de cette dernière. Nous allons ainsi comparer

les constats de notre recherche avec ceux des autres auteurs qui se sont intéressés au phénomène de l'EMI au fil des années. Ensuite, nous allons présenter les éléments nouveaux qui sont survenus dans notre recherche. Enfin, nous allons présenter les conclusions générales que nous avons réussi à obtenir tout au long de cette recherche.

### **5.1 Rappel de la question et des objectifs de recherche**

La question initiale de notre recherche est donc la suivante:

Comment les phénomènes vécus des expériences de mort imminente affectent-ils les sujets concernés dans le cadre de la perception de soi, des autres, ainsi que la spiritualité?

Dans le cadre de notre recherche, nous voulons atteindre plusieurs objectifs. En premier lieu, nous souhaitons comprendre le phénomène des expériences de mort imminente à travers les éléments et les phases de ces dernières. En deuxième lieu, nous souhaitons mettre en lumière les processus d'établissement de sens requis par les sujets afin d'accorder un sens à ce vécu subjectif. Finalement, nous voulons comprendre les conséquences de cette expérience dans la perception de soi, de l'autre, et de la spiritualité, en somme nous voulons:

1. Comprendre les éléments et les phases des expériences de mort imminente au travers des discours subjectifs des personnes en question.
2. Cerner les processus d'établissement de sens dans le cadre de la compréhension de l'expérience chez le sujet.
3. Mettre en lumière les aspects du changement relatif à l'expérience.
4. Mieux comprendre le rapport à soi, aux autres, et à la spiritualité suivant l'expérience de mort imminente.



## 5.2 Constats de la recherche

Suite à l'analyse de nos entretiens, nous pouvons sortir avec plusieurs constats:

En premier lieu, nous pouvons constater qu'il est difficile de parler des expériences de mort imminente, et ce, pour plusieurs raisons. Il faut tout d'abord rappeler que ce type d'expérience n'est accessible qu'aux personnes qui reconnaissent l'avoir vécu, ce qui ne peut être confirmé par une personne extérieure. En outre, il est important de mentionner la difficulté d'exprimer ce qui a été vécu puisque les successions d'évènements auxquels ont assisté nos sujets reflètent des choses que l'on ne peut pas vivre dans un cheminement normal de la vie. En effet, les participants trouvent qu'il est difficile de mettre des mots sur leur vécu, et ce, puisque ce dernier ne relève pas d'une réalité commune, ce qui limite la crédibilité des participants quant aux personnes auxquelles ils décident de raconter leur vécu. Le fait que ces expériences ne soient pas reconnues à l'échelle mondiale ne permet pas aux participants de dévoiler leur vécu sans faire face à une sorte de jugement qui met en cause la crédibilité de leur expérience. Cependant, cela favorise effectivement les relations entre les personnes ayant vécu le même type d'expérience puisque cela introduit une sorte de reconnaissance pour le sujet en soi. Ses relations sont aussi importantes dans le sens où les échanges avec les autres sujets de l'EMI impliquent une croyance ainsi qu'une absence de jugement.

Ensuite, nous constatons également l'importance de l'expérience aux yeux des participants qui se traduit dans le fait que ces derniers reflètent sur ce vécu dans différents aspects de leur vie quotidienne. C'est-à-dire que la fin de l'expérience se traduit par une longue période de réflexion et de tentatives de donner un sens à quelque chose de complexe. Suite à cela, le processus de changement prend place

dans le cadre de plusieurs éléments de la vie. Le fait d'évoquer les éléments précédents de l'expérience nous ont ainsi éclairées plusieurs aspects de changement de perception et de conception de la vie.

Finalement, d'un point de vue communicationnel, en premier lieu, nous tenons en compte les processus de communication que les sujets évoquent au moment de l'expérience. Tous nos sujets parlent d'une espèce de communication télépathique, qui ne suscite aucune interprétation et qui prend forme dans un cadre où il n'est ni question d'interprétation ni d'établissement de sens, et ce, seulement pendant l'expérience. Il est donc nécessaire dans le cadre d'une recherche en communication d'élaborer cette forme d'interaction qui ne suscite pas de barrières. Ensuite, nous avons également constaté un usage de langage commun entre nos participants, et ce, dans le cadre de la description des éléments de l'expérience que nous allons également éclairer au fil de notre interprétation.

L'interprétation de nos résultats se base principalement sur la recherche que nous avons présentée dans notre premier chapitre. Nous allons donc nous servir de plusieurs aspects de cette recherche afin de mieux comprendre le vécu de nos participants. Ainsi, nous nous servirons des éléments de l'expérience délivrée par le pionnier des EMI, Raymond Moody (2015), afin de mettre en lumière les différences ainsi que les similarités relatives aux phases de l'expérience. Ensuite, nous serons aptes à sortir de nouveaux éléments qui nous ont été délivrés par nos participants et qui ne sont pas inclus dans la classification de Moody.

Nous souhaitons également rappeler notre approche qui est interprétative et compréhensive. Nous voulons donc à travers cette recherche nous mettre à la place des sujets en formulant une généralisation. Celle-ci nous permettra de donner du sens aux expériences de mort imminente. Nous souhaitons alors mettre de côté notre

posture objective afin de mieux sortir la subjectivité de l'expérience, mais aussi celle du changement qui la suit.

### **5.3 Éléments de l'expérience selon la classification de Raymond Moody**

Raymond Moody (2015) est le premier chercheur qui s'est intéressé aux expériences de mort imminente, d'où il en a fait sa recherche et nous a présenté onze éléments afin de les décrire. Le choix de la classification de Moody comme outil d'interprétation de nos résultats est basé sur deux points:

- Le fait que la classification de Moody est celle qui expose le plus d'éléments,
- Le fait que c'est la classification de Moody qui a inspiré les recherches des autres auteurs,

Nous ferons donc une interprétation basée sur les éléments de Moody afin d'interpréter les propos de nos participants ainsi que ceux présentés dans notre pré-analyse documentaire.

#### **5.3.1 Éléments des entrevues**

Le premier élément que Moody (2015) nous présente est l'infailibilité des faits qui est un élément que l'on retrouve chez l'ensemble de nos participants. X, Y, et Z nous ont tous confié qu'ils ont du mal à mettre des mots sur leurs expériences. Nous avons également réussi à remarquer cet élément au travers des pauses que nos participants prenaient au moment de la narration. Quant au deuxième élément qui est selon Moody le fait d'entendre les nouvelles de sa mort, c'est un élément qui est également ressorti de chez nos trois participants dans le sens où ils ne pouvaient pas tout simplement entendre, mais aussi voir dans différents contextes, les individus qui déclarent leurs morts ou la frustration rencontrée au moment de l'incident. Le troisième élément qui est selon Moody la sensation de paix et de quiétude est aussi un élément que l'on retrouve chez l'ensemble de nos participants. Ils nous ont déclaré se

sentir extrêmement apaisés au moment de la rencontre avec le début de leur expérience, en évoquant également l'absence de la douleur ainsi que l'absence de peur malgré l'irrégularité de la situation. Par ailleurs, aucun de nos participants ne nous parle du bruit qui représente le cinquième élément dans la classification de Moody. Cet élément selon lui se produit dans les premiers moments de l'expérience, et est ainsi traduit comme un moment assez malaisé. Aucun des participants que nous avons interviewés ne nous a confié un moment de malfaisance au début de l'expérience ni d'un bruit qui encourage cette sensation. L'élément qui suit selon la classification de Moody est le tunnel sombre. Nos trois participants nous ont notamment parlé de la présence d'un tunnel, par ailleurs, le débat s'ouvre quant à la sombritude de ce dernier. Selon Y, ce tunnel était complètement sombre, Z nous décrit cet espace comme un espace assez clair au départ, mais qui est assombri au fil de l'avancement à grande vitesse. X nous a dit que sa perception du tunnel est qu'il était sombre par moment, mais qu'il y avait également de la lumière et de la musique qui accompagnait ce passage plaisant. Dans la classification de Moody, le tunnel sombre est suivi par l'expérience hors corps ce qui ne correspond pas à l'ordre d'évènements présentés par nos participants. Raymond Moody (2015) nous explique que l'expérience hors corps est une combinaison entre la présence d'un corps spirituel où l'on se sent plus éphémère, et que cette expérience implique également la rencontre avec son corps physique ainsi que les évènements qui se produisent dans le même cadre contextuel. Il ajoute que cette étape de l'expérience est accompagnée de l'impossibilité de communiquer avec les personnes se trouvant auprès du corps, mais aussi avec une perte de la notion du temps.

L'expérience hors corps est effectivement une expérience dont témoigne l'ensemble de nos participants et cette étape introduite effectivement chez nos participants rend possible de percevoir leur corps physique; par ailleurs, nous ne pouvons pas ignorer l'aspect de la non-reconnaissance de ce corps. C'est un élément dont témoignent tous nos participants. Ils nous ont aussi confié avoir essayé (étant hors de leur corps

physique) de rassurer les personnes en panique face à la situation de leur mort. Les tentatives de communication de la part des sujets semblent sans succès. Ce qui confirme l'impossibilité de communiquer en se trouvant dans cet état de conscience ou le corps est inanimé.

L'intemporalité des faits est pourtant un élément que les participants nous mentionnent, mais qui selon eux, n'est pas un élément propre à l'expérience hors corps uniquement, mais pour l'ensemble de l'expérience. Selon la recherche de Moody (2015), l'expérience hors corps est un élément qui est immédiatement suivi par la rencontre avec les défunts; par ailleurs, dans les éléments que nous avons analysés au travers des témoignages recueillis, cet ordre d'évènement ne correspond pas forcément aux résultats de notre enquête. La rencontre avec les défunts est un élément que nous retrouvons dans nos témoignages; par ailleurs, ce n'est pas un élément qui fait l'unanimité. X et Z nous racontent effectivement avoir rencontré des défunts qui représentaient de proches disparus ou autres. Par contre, pour Y ce n'est pas vraiment le cas, elle ne témoigne d'aucune présence humaine dans son expérience.

Le huitième élément de la classification de Moody est l'être de lumière. Cet élément fait l'unanimité puisque tous nos participants nous ont parlé de cet être lumineux qu'ils décrivent comme un être ayant une force divine incomparable à l'échelle humaine. Le discours de nos participants est donc en totale concordance avec cette étape de la recherche de Moody dans le sens où ils nous ont également confié leur surprise par rapport à toutes les sensations d'amour extrême et de bonheur en étant auprès de cet être, si spécial à leurs yeux. Sans oublier le fait que tous nos participants nous disent se trouver enveloppés dans cette lumière avec la continuation des sensations d'amour, de bien-être, et d'extrême attraction. Cet aspect est aussi conforme à l'explication de Moody (2015) qui nous explique dans sa classification qu'en parlant de cet être de lumière, les participants de son enquête feraient souvent

à cet être par «une présence divine». Nos trois participants, dans leurs discours subjectifs et tout au long de nos périodes d'entrevues, ont attribué des noms différents à cet être de lumière. Cependant, tous ces noms vont dans la direction de ceux présentés par Moody ainsi que les autres chercheurs de l'EMI. Autrement dit, les noms attribués à cet être varient entre «Dieu», «le divin», «l'administrateur du monde», «le créateur du monde», «la lumière», «l'être parfait», «l'être supérieur» et «l'être de l'amour».

Suivant cette rencontre avec l'être de lumière, Moody (2015) nous parle du bilan qui représente selon lui des images reflétant des faits réels dans la vie des sujets qui ne suscite aucun jugement de la part de cet être divin. Nos trois participants nous ont effectivement parlé de cet élément décrit par Moody. Chacun de nos participants a donné un nom différent à cette étape. Selon X ce passage est considéré comme le bilan de sa vie et s'est produit devant quelque chose qu'il décrit comme un «écran panoramique» accompagné d'une voix de cet être puissant afin de lui expliquer comment il aurait pu mieux faire les choses. Ce dernier souligne également l'élément de non-jugement que Moody décrit dans son étude. Dans le cas de Y, cette étape représente le visionnage de la totalité de sa vie, elle nous explique qu'elle n'a pas simplement contemplé les éléments vécus auparavant, mais aussi les éléments qui constituaient son futur sans garder aucun souvenir de ces événements qu'elle nous dit apercevoir avec un grand degré de bonheur et d'appréciation. Selon Z, cette étape se produit dans un contexte où elle explique à cet être de lumière les éléments douloureux de sa vie qui l'ont suscitée à choisir de prendre sa propre vie. Elle nous a expliqué qu'en décrivant son mal être, elle était apte à voir tous les événements de son passé, mais aussi à les revivre en ressentant toutes les émotions qu'elle a pu ressentir dans le moment où ces événements se sont produits.

Le dixième élément que nous présente la classification de Moody est la frontière. Cette frontière selon Moody représente une limite qui sépare la vie de la mort. Dans

le cadre des témoignages recueillis de nos trois participants nous retrouvons que cet élément est mentionné par Z uniquement. Cette dernière nous a raconté s'être trouvée à un moment de son expérience dans un jardin où elle pouvait reconnaître qu'elle ne devait pas dépasser une certaine limite sans savoir ce que cette limite voulait dire. Cette dernière ne nous a donc en aucun cas spécifié que cette frontière détermine une séparation entre la vie et la mort. Nos deux autres participants n'ont pas mentionné cet aspect dans leur expérience.

Pour finir sa classification, Moody (2015) nous parle du retour. En soulignant le retour, ce dernier met le point sur la décision de retourner et si cette dernière implique le choix du sujet ou pas. Dans le cadre de nos entrevues, nous avons pu comprendre qu'aucun de nos participants ne voulait retourner à la vie et que cette décision ne provenait principalement pas d'eux. Selon X, cette décision lui a été communiquée par un défunt qu'il connaissait très bien dans sa vie précédant l'expérience; par ailleurs, ce dernier nous a expliqué que cette décision n'était pas prise par cet ami uniquement, mais avec une approbation de cet être de lumière qui représente selon lui «un être omniprésent dans cet environnement céleste». Selon Y, cette décision est une décision qu'elle ne voulait pas accepter au départ et qui lui a été immédiatement communiquée par l'être de lumière. Elle s'est donc contentée d'accepter cette décision sans le vouloir. Finalement, pour Z, elle nous a affirmé que cette décision lui a également été communiquée immédiatement par cet être de lumière. Par ailleurs, cette dernière nous a expliqué vouloir rester auprès de cet être de lumière, mais qu'elle a finalement accepté de retourner afin de corriger son acte de suicide et d'entamer une meilleure vie que celle qu'elle entreprenait avant son expérience.

C'est dans ce sens que nous pouvons évoquer le concept de la phénoménologie que nous avons élaboré dans notre cadre théorique et qui s'explique dans l'aspect descriptif et illustratif de l'expérience. En d'autres termes, comme nous l'avons mentionné auparavant, cette expérience phénoménologique concerne principalement

le sujet et ne peut être clairement expliqué par la science. Cela corrobore effectivement avec les propos de Husserl qui nous explique que l'étude concernant un phénomène social ne prend pas nécessairement compte de la réalité objective du phénomène. En revanche, celle-ci tente de lui donner un sens en l'expliquant et en mettant en lumière toutes les caractéristiques qui lui sont propres (Sadala et al, 2002). Par ailleurs, cette réalité subjective est tout de même partagée par un nombre de personnes. Celle-ci nous mène à considérer un vécu plus ou moins similaire dans la manière de narration des éléments vécus ainsi que le langage qui est aussi semblable lorsque nous prenons en compte les aspects uniques des éléments de cette dernière. C'est dans ce sens que nous pouvons effectivement évoquer la notion de l'intersubjectivité puisque c'est ce croisement des idées qui mène vers une réalité commune qui est partagée entre les différents sujets de l'EMI. Cela corrobore également avec la vision de Berger et Luckmann (1966) qui explique que la réalité du monde se présente d'une manière intersubjective qui prend forme dans le partage du vécu et dans la création d'une conscience commune entre des êtres ayant vécu le même type d'expériences.

### **5.3.2 Éléments de la pré-analyse documentaire**

Dans le cadre de notre recherche documentaire, nous avons également réussi à établir le lien entre les éléments mentionnés par les personnages et la classification de Moody. Il est tout de même nécessaire de mettre le point sur le fait que nous n'avons pas eu la chance d'entreprendre les entrevues nous-mêmes ce qui nous limite dans le cadre des détails de l'expérience. Nous allons donc nous contenter des informations que nous avons soutirées dans notre pré-analyse documentaire.

À partir de notre pré-analyse, nous pouvons considérer que les quatre expériences qui nous sont présentées nous délivrent plusieurs éléments en commun avec les éléments



que nous avons considérés dans l'analyse de nos entretiens ainsi que ceux présentés dans l'enquête de Moody. Par ailleurs, il est aussi important de considérer qu'il y a une grande différence dans la longueur des récits. Les récits présentés dans le documentaire nous semblent beaucoup moins élaborés que ceux que nous avons entrepris nous-mêmes. Dans ce sens, il serait possible qu'il y ait des éléments non mentionnés dans le documentaire pour se conformer aux exigences comme la longueur de la vidéo, ainsi que les objectifs de cette dernière qui ne sont pas identiques aux nôtres. Nous allons donc présenter les éléments en commun de ces témoignages avec ceux de la classification de Moody.

Dans le cas de Michaela, les éléments relatifs à la classification de Moody (2015) sont:

- L'inaffabilité des faits
- La sensation de paix et de quiétude
- L'expérience hors corps
- Le tunnel
- L'être de lumière
- Le bilan
- Le retour

Dans le cas de Doug, qui a eu une expérience assez courte comparée aux autres, nous considérons uniquement les éléments suivants:

- Inaffabilité des faits
- La sensation de paix et de quiétude
- La rencontre avec les défunts
- Le retour

Quant à Marie-Jo, les éléments qu'elle nous a mentionnés sont les suivants:

- Infaillibilité des faits
- La sensation de paix et de quiétude
- Le tunnel
- L'expérience hors corps
- L'être de lumière
- Le retour

Enfin, selon l'histoire de Jerry, nous avons pu relier avec les éléments suivants:

- Infaillibilité des faits
- La sensation de paix et de quiétude
- L'expérience hors corps
- Entendre les nouvelles de sa mort
- Le tunnel
- L'être de lumière
- Rencontre avec les défunts
- Le retour

Nous constatons alors que l'incommunicabilité des faits, la sensation de paix et de quiétude ainsi que le retour représentent les éléments en commun entre les éléments vécus par les personnages présentés dans le documentaire. Il est ainsi important de mentionner que nous avons présenté les éléments de l'expérience selon l'ordre chronologique déterminé par la narration des sujets.

#### **5.4 Les nouveaux éléments**

Raymond Moody nous présente plusieurs éléments relatifs aux expériences de mort imminente; par ailleurs, en analysant les entretiens que nous avons entrepris avec nos

participants, nous avons tout de même réussi à ressortir des éléments que ce dernier ne mentionne pas dans sa classification.

En parlant à nos participants, nous ne nous attendions pas à ressortir des éléments qui n'ont pas été ultérieurement mentionnés par les principaux chercheurs des expériences de mort imminente. Il ne faut tout de même pas oublier que nous avons complété l'analyse d'expériences subjectives. Comme nous l'avons expliqué dans notre cadre théorique, ces expériences selon Schutz (1967) et Mead (2006) représentent des expériences accessibles au sujet uniquement dans la relation qu'il entreprend avec lui-même. En nous concentrant sur les détails de chacun de nos récits, nous nous sommes effectivement rendues compte de quelques nouveautés dans les récits.

En premier lieu, nous nous sommes rendues compte de l'existence de l'expérience négative qui se présente en même temps que l'expérience positive, et ce, dans deux de nos témoignages. X et Z nous ont tous les deux ouvert les yeux sur un aspect différent des expériences de mort imminente. Comme nous l'avons mentionné dans le chapitre précédent, l'aspect négatif de l'expérience a été exprimé différemment par nos participants en fonction du contexte. Dans le cas de X, cette étape s'est faite dans le cadre d'une visite de différents niveaux de ce milieu; par ailleurs, pour Z, cela représente une expérience personnelle ou elle a dû faire face à cet espace elle-même à cause d'une colère extrême qui est survenue de l'interdiction d'approcher sa mère. Selon les descriptions que X et Z nous ont mentionnées, nous avons réussi à en sortir quatre caractéristiques afin de décrire cet environnement:

- Le fait de se sentir englué dans un environnement sombre rempli de haine
- La douleur de l'âme
- L'absence de l'amour
- La présence d'images terrifiantes et d'esprit destructif

Nous nous sommes ainsi intéressées aux raisons qui mènent vers cet espace négatif. X et Z nous ont tous les deux insinué que cet espace est relatif à la haine de soi et au fait de s'éloigner de l'amour. Par ailleurs, il est ainsi important de mentionner la possibilité de s'en sortir et de se retrouver dans la lumière, et ce, soit en reflétant sa propre volonté ou à l'aide d'une présence se trouvant dans la lumière.

Le deuxième élément que l'on ne retrouve pas dans la classification de Moody c'est la découverte d'une nouvelle notion de l'amour. Cet élément est reconnu par nos participants ainsi que les personnages présentés dans notre pré-analyse documentaire. Cette perception de l'amour est donc différente de celle que l'on connaît dans notre vie quotidienne. On nous parle d'un amour exceptionnel, inconditionnel, et qui se présente sans aucun jugement. La puissance de cet amour reste un élément qui est incommunicable selon les sujets des expériences de mort imminente qui expriment que c'est un amour qui est impossible à trouver dans le niveau terrestre.

Le troisième élément se traduit dans le fait de se sentir en connexion avec les éléments de l'expérience. Les trois participants de notre enquête nous ont partagé leurs sentiments d'appartenance à cet espace lumineux qui est inconnu pour la majorité des humains. Cette appartenance se traduit également dans la connexion qu'ils ont pu approuver envers les éléments de la nature qu'ils ont aperçus dans leur vécu subjectif. Ainsi, ces éléments étaient tous vivants à leurs yeux, et à travers cet aspect, ils disent se rendre compte que rien ne se présente au hasard. En d'autres termes, toute chose existe pour une raison spécifique, ce qui implique la connexion entre les éléments de la vie.

Finalement, nos participants nous ont également parlé d'enseignements et de la possibilité d'accéder à des connaissances universelles au travers de cette expérience.

Ces connaissances peuvent être différentes dépendamment du sujet et du contexte de l'expérience.

### **5.5 Le sens accordé à l'expérience**

Dans le cadre d'une recherche phénoménologique comme celle-ci, impliquant les expériences de mort imminente qui ne représente pas un phénomène répandu et bien connu. Il est évident de se poser la question sur le sens que les sujets accordent à cette dernière. Revenons d'abord à notre deuxième chapitre. Selon la vision de Schutz, le sens d'une expérience peut évidemment subir des changements dépendamment de l'attention que l'Ego lui accorde. Cela dépend également de la distance temporelle qui sépare l'expérience du moment à partir duquel on la regarde (Schutz, 1967). Cela corrobore avec la vision de nos participants puisque tous nos répondants nous ont dit que le sens de leur vécu n'a pas été accordé d'une façon immédiate. Au contraire, ils ont eu besoin de plusieurs années afin de déchiffrer les différents éléments qu'ils ont pu voir. Selon Lommel, «the integration process lasts at least seven years or more because the effort provokes a lot of resistance in both NDErs and those around them » (2007, p. 51). Pour Y cela a pris 7 ans, quant à X cela a pris 10 ans, et finalement pour Z qui était encore enfant au moment de son expérience, cela a pris à peu près 20 ans. Ils nous ont ainsi expliqué que cette période représente une période d'intégration et d'acceptation de l'expérience. La raison derrière cette interruption de processus d'établissement de sens est principalement reliée à l'échec des premières tentatives de narration causées par le scepticisme des proches des sujets. L'ensemble de nos participants nous ont ainsi dit se sentir peinés des premières réactions de leurs proches qui révélaient selon eux une grande incompréhension. Ainsi cela n'implique pas seulement une période de remise en question, mais aussi une remise en question de ce vécu qu'il décide de refuser pendant de longues années. Pim Van Lommel rejoint cette idée «Acceptance of the experience and the changed insights often depends on the response of the partner and family, friends, acquaintances, doctors,

nurses and other healthcare practitioners, particularly during first few months and years after NDE » (2017, p. 51).

Par ailleurs, il ne faut pas ignorer que ces années d'intégration reflètent des souvenirs difficiles pour nos participants. Tout d'abord, pour X, les dix ans qui ont suivi son expérience représentaient des périodes d'isolement et de rejet. Il nous dit essayer d'en parler avec plusieurs personnes sans succès, pour finir par refuser sa propre expérience. Ce refus provient selon lui de tous les commentaires négatifs reflétant la non-croyance de ses propos. Cela a donc impliqué chez lui l'idée que son entourage ait raison. Il nous a même confié se douter de son propre état mental à un moment donné.

Ensuite, pour Y, le fait que sa mère croit que c'est des hallucinations l'a amené à choisir de se taire et de ne pas en parler davantage aux membres de sa famille. Par ailleurs, dans son cas, malgré la confirmation de son médecin traitant sur les faits qui se sont produits au moment de sa sortie hors du corps quelques semaines après son expérience. Cela a seulement soulagé sa conscience dans le réalisme des événements vécus, mais les questionnements quant à l'ensemble de l'expérience sont restés sans réponse.

Quant à Z, sa première réaction après son réveil fut également d'en parler à son père, qui à son tour lui a demandé de se taire. Il lui a ainsi fait comprendre que si quelqu'un la surprend en train de raconter des propos pareils, elle se retrouvera immédiatement dans une institution psychiatrique. Vu son jeune âge au moment de l'expérience, sa longue période de convalescence, ainsi que le constat de sa paralysie qui était sans appel, cette dernière a fini par refouler son expérience. Donc, contrairement aux deux autres participants, Z a complètement oublié son vécu pendant à peu près 20 ans.

L'intégration de l'expérience a donc suscité d'autres facteurs. Pour Y et Z, leurs souvenirs sont complètement remontés à la surface grâce à l'hypnose; par ailleurs, pour X, cela s'est produit d'une manière plus spéciale. Il nous a expliqué qu'il se souvenait de quelques aspects de son expérience, mais que ce n'était pas cohérent à ses yeux. Étant seul un jour, il a réussi à tout se remémorer grâce à une sensation de «bouffée énergétique» où il nous dit qu'il avait non seulement retrouver tous ses souvenirs, mais qu'il avait aussi l'impression de les revivre en même moment.

Un autre facteur nous semble également pertinent quant à l'intégration ainsi que la compréhension de l'expérience. C'est la reconnaissance de l'existence d'autres personnes ayant vécu des expériences similaires, ce qui engendre des discussions porteuses de sens pour le sujet en soi. C'est alors dans ce sens que nous pouvons citer Berger et Luckmann (1966), Frederickson (2015) ainsi que Shill (2011) qui ont tous évoqué que c'est dans le cadre intersubjectif de la narration du récit et de son partage avec l'autre que ce sens est établi. Nos trois participants nous ont confié se sentir soulagés de ne pas être seuls suite à leur premier contact avec d'autres sujets de l'EMI. Ils nous ont aussi expliqué qu'ils étaient les seuls à bénéficier de cet échange, c'est une sorte de soutien qui semble être réciproque pour les deux parties. Le facteur qui favorise donc cet échange c'est la croyance commune que les «expérienceurs» trouvent rarement chez les non-«expérienceurs».

## **5.6 Les changements de perception**

Dans le cadre de nos entretiens ainsi que de notre recherche documentaire, nous avons réussi à soulever différents changements. Dans les prochains passages, nous allons mettre en lumière ses changements dans le cadre de la perception de soi, de l'autre et de la spiritualité.

### 5.6.1 La perception de soi

Lorsque l'on parle de la perception de soi, nous parlons effectivement dans un cadre subjectif ou cette perception est propre au sujet dans une relation qu'il entreprend avec lui-même. Selon la doctrine de G.H. Mead (2006) « la conscience est la capacité d'être un objet pour soi » (p.208). Ainsi, les expériences de mort imminente renvoient à un vécu objectivant l'organisme physique des sujets. Principalement dans l'aspect de l'expérience hors corps. En d'autres mots, dans le début de l'expérience de mort imminente, le sujet se rend compte d'un soi qui est séparé du corps physique. Par ailleurs, en ayant accès à cette conscience détachée, il est impossible pour le sujet d'opérer, d'agir, ou de communiquer à travers son enveloppe corporelle qui reste inanimée. Il est aussi incapable d'interagir à travers cette conscience dématérialisée malgré les tentatives. G.H Mead nous a effectivement parlé de cette sorte de soi «les hommes qui croient aux fantômes, à l'immortalité ou à la transmigration de l'âme supposent l'existence d'un soi distinct du corps » (2006, p.211). Mead réfère à ce soi en tant que «double» et nous dit que nous trouvons ces sortes de croyances principalement chez des peuples primitifs qui pensent que ce «double» représente le soi qui se détache du corps physique pendant le sommeil de manière temporaire, et que ce même soi quitte le corps d'une manière permanente pendant la mort. Cependant, c'est cette notion de «double» que l'on ne retrouve pas chez les discours de nos participants ainsi des sujets que nous avons présentés dans notre pré-analyse documentaire. Lorsque les personnes concernées parlent de leur expérience de mort imminente, il ne porte pas un grand intérêt à ce corps physique au point que quelques-uns ne le reconnaissent même pas. Nous avons ainsi remarqué que lorsque Z nous parlait de son expérience hors corps, elle référerait à son corps physique à la troisième personne du singulier, comme si ce corps ne lui avait jamais appartenu. Elle nous disait même avoir des réflexions engendrant de la compassion pour cette personne qui n'est autre que son propre corps physique. Y nous a également confié ne pas



reconnaître son corps auquel elle a accordé les noms suivants « un corps étranger » et « un costume ». Pour X, il n'a pas reconnu son corps automatiquement, mais il a réussi à faire le lien avec les discussions des médecins sur le danger de mort qu'il encourrait. Quelques-uns des personnages que nous avons présentés dans notre pré-analyse ont également parlé de cette notion, nous citons Jerry qui a reconnu son corps, mais qui disait être très serein et indifférent de quitter son corps et ne plus jamais y retourner. Quant à Michaela, c'est au moment de réintégrer son corps qu'elle s'est rendu compte qu'elle en était sortie.

Les caractéristiques de ce corps que Raymond Moody (2015) surnomme «le corps spirituel » sont aussi différentes de celles que l'on décrit pour le corps humain. De telle sorte qu'en étant dans ce corps, tous nos participants nous disent se sentir agréablement bien. Comme nous l'avons mentionné pour décrire l'expérience hors corps, c'est la découverte d'une conscience dirigée par la pensée. En d'autres termes, c'est les réflexions individuelles qui mènent au mouvement de cette conscience qui n'est pas perturbée par les obstacles physiques. Cette conscience est capable de transpercer les murs, de lire les pensées des autres, de choisir la vitesse de son déplacement, et est dotée d'une capacité élevée de compréhension des choses et d'absorption de connaissances.

À partir des récits de nos trois participants, nous avons pu conclure que cette enveloppe dans laquelle ils se trouvaient pendant leur expérience s'avère être plus grande que leurs corps habituels. Ils ont tous usé de descriptions similaires afin de nous communiquer leur retour vers leur enveloppe corporelle. Selon X ce retour dans le corps c'est «comme si l'on rentrait un camion dans une boîte d'allumettes ». Quant à Y, elle dit « je rentre dans ce corps étroit et je sens comme si je portais un jean qui est beaucoup plus petit que ma taille ». À son tour, Z nous explique son retour dans son corps ainsi « tout est trop serré, c'est trop petit pour moi ».

Cette perception de soi est aussi affectée par l'intégration ainsi que l'acceptation de l'expérience. Tous les changements constatés concernant l'individu en soi nous apparaissent comme des changements absolument positifs. En premier lieu, nous constatons qu'à travers cette expérience, l'individu réussit à développer une réflexion assez positive concernant l'idée de la mort. Celle-ci ne lui fait plus peur, au contraire, il la considère comme un passage naturel vers une vie éternelle. Ensuite, nous retrouvons une considération pointue sur l'importance de l'amour de soi, qui, selon les sujets, permet de mieux aimer l'autre. Pour certains, comme X et Z, cet amour reflète une perfection qui est selon eux celle de «l'être de lumière», «Dieu», ou «le divin». Ils ressentent une certaine nostalgie face à cette sensation d'amour qu'ils ont ressenti au moment de leur expérience et essayent de la reproduire dans leur vie terrestre dans un sens individuel et collectif. Ils accordent ainsi une grande importance à leurs sens intuitifs qui reflètent selon eux les réflexions de l'âme. L'ensemble de nos participants nous ont aussi confié retrouver des capacités extraordinaires qu'ils n'avaient pas avant. X et Y ont tous les deux comparé l'humain à une «bibliothèque de connaissance», en d'autres termes, ils mettent le point sur le fait que l'humain est créé avec des pouvoirs extrêmement limités par la construction sociale. Quant à Z, elle pense que c'est à cause de la dévalorisation de son entourage qu'elle ne pouvait pas accéder à ses capacités. Ces capacités sont actuellement d'ordre intuitif puisqu'ils nous parlent de clairvoyance, de rêves prémonitoires, de télépathie, et de sorties hors du corps. Pour Y, ces capacités existaient déjà avant son expérience, cette dernière les a juste intensifiées à ses yeux. Par ailleurs, pour X et Z c'est une nouveauté qu'ils n'ont jamais cultivée. Cependant, ils affirment que ces capacités sont accessibles à tout le monde à la condition d'y croire.

Pour finir, l'ensemble de nos participants nous confie qu'à travers leur vécu subjectif, ils ont réussi à accorder moins d'importance au matériel. Nous avons également ressenti une sorte d'humilité dans le discours des participants qui nous ont tous dit, à un moment ou un autre, qu'ils ne se considéraient pas meilleur que les autres. En

d'autres termes, ils ne se considèrent pas comme des élus ou des personnes choisies pour vivre cette expérience particulière. Ils nous disent qu'ils ont tout simplement dû passer par cette expérience afin de comprendre la vie et d'ainsi lui accorder un meilleur sens.

### **5.6.2 La perception de l'autre**

Dans notre deuxième chapitre, nous avons effectivement mentionné la position de l'autre dans la vie de l'individu. Selon G.H. Mead

*L'individu ne possède un soi qu'en relation avec les soi des autres membres de son groupe social. La structure de son soi exprime ou réfléchit le modèle général de conduite sociale du groupe auquel il appartient, comme celui de tous les autres membres du même groupe (Mead, 2006 p.230)*

Dans le sens de Mead, le soi émerge uniquement dans sa relation avec l'autre qui constitue une relation avec des individus dans un cadre de conduite commune. Si cette notion de la relation avec l'autre mène vers des attitudes semblables aux autres, les expériences de mort imminente, selon les résultats de notre recherche, ne respectent pas ce processus d'interaction. Ce «modèle général de conduite sociale» que mentionne Mead est complètement abandonné par les sujets des expériences de mort imminente, et ce, lorsque nous parlons d'un sujet qui a réussi à intégrer son expérience.

Avant l'intégration de l'expérience, pendant les premières années suivant l'expérience, la relation avec l'autre est soumise à plusieurs défis. Pour l'ensemble de nos participants, la difficulté à se faire comprendre s'est avérée dès les premiers instants d'interactions suivant leur réveil. Ils nous ont tous raconté que leurs récits ont suscité des réactions de préjugés, critiques, et non croyance de la part des proches. Ces

réactions ont évidemment suscité chez les sujets des sensations d'incompréhension, de nostalgie, et de solitude. Citons Y qui nous a raconté se sentir seule, incomprise, et en dépression au point de penser au suicide comme ultime moyen de retrouver l'amour et la douceur qu'elle avait ressentis pendant son expérience. Quant à Z, qui a été informé par son père que ses propos révèlent d'une maladie mentale, cela a suscité des sensations d'incompréhension et de dégoût d'avoir raté son suicide et d'être retournée à la vie. Finalement pour X, il nous dit se sentir peiné par les propos de ses proches au point de remettre en question son vécu. Donc c'est cette sensation d'incompréhension et de non-verbalisation de l'expérience qui se transforme en dénie. Lorsque nous parlons de dénie, nous le percevons de manière différente considérant le sujet. Pour certains comme X et Y c'est une décision volontaire de ne plus en parler, sans l'oublier complètement. En d'autres termes, c'est une expérience qui existe dans leur conscience, mais qu'ils décident de garder pour soi. Quant à Z, c'est un oubli complet d'avoir vécu une expérience de mort imminente. Il est évident que l'autre peut jouer un rôle dans la perturbation de l'acceptation et l'intégration de l'expérience. Par ailleurs, il ne faut pas ignorer que selon les discours de nos participants, nous pouvons considérer que c'est aussi grâce à l'autre qu'ils ont réussi à atteindre cette intégration, et ce, dans des contextes différents dépendant du sujet. Pour Y et Z cela s'est produit principalement au travers des traitements à base d'hypnose chez des thérapeutes qui les ont aidés au travers de leurs connaissances du sujet, mais aussi comme X, au travers d'autres rencontres avec des personnes ayant vécu le même type d'expérience. C'est donc au travers du partage des récits que le sujet réussit à accepter son expérience, d'où les changements de perceptions qui impliquent le changement dans la perception de l'autre.

En effet, c'est des tentatives constantes d'atteindre la perfection dans la relation avec l'autre dans le sens où les sujets considèrent qu'ils ont reçu un bagage d'information dans leur expérience dont ils doivent se servir dans leur vie. Ce que nous constatons c'est une envie de valoriser l'autre et de lui apporter de l'aide et du soulagement dans

quelconques contextes. C'est également une envie de partager leur expérience au grand public après de longues années d'abstinence, et ce, afin de faire connaître l'existence de ce type d'expérience.

Nous avons également constaté que ce changement ne touche pas seulement la vie personnelle du sujet, c'est un changement qu'il engage également dans leur vie professionnelle. Citons X qui, avant sa retraite, travaillait comme directeur dans une organisation qui opérait suivant une politique hiérarchique. Il est important de noter qu'après son expérience, il nous dit abandonner ses idées hiérarchiques de prise de décision en impliquant les idées de toutes les personnes travaillant auprès de lui. En d'autres termes, il a opté pour un pouvoir décisionnel décentralisé afin d'en produire des prises de décision collective. Il nous a expliqué son attitude par le fait que l'avis de chaque individu compte et qu'il ne s'en rendait pas compte avant son vécu. Ainsi, il nous a aussi raconté qu'il tenait que cette politique de travail soit entretenue par son successeur qu'il a décidé de former.

C'est également une envie de rapprocher les autres de cet amour rencontré au moment de l'expérience à travers différents projets professionnels. Pour X, cela concerne un projet qu'il a intitulé «le retour au soi » où il donne l'opportunité aux autres d'expérimenter des éléments des Expériences de mort imminente à travers des ondes sonores spéciales. Quant à Y, c'est au travers du coaching d'amour qu'elle a décidé d'apporter cette notion à ses clients afin de les diriger dans le bien être, l'amour de soi, et ce de l'autre. Finalement pour Z c'est au travers de la Reikiologie qui représente une technique de relaxation profonde qu'elle essaye également d'aider les personnes stressées et angoissées afin de vivre amplement et de les aider dans la détente et le bien-être, elle use également de son vécu afin de prévenir le suicide.

### 5.6.3 La perception de la spiritualité

Nous constatons à travers cette recherche que la notion spirituelle de la vie est renforcée par l'expérience de mort imminente. Il est ainsi important de mentionner qu'avant l'expérience cette perception est complètement différente de l'après-expérience.

Premièrement lorsque nous étions en train de discuter de leur vie d'avant, nous avons constaté que tous les participants relient l'aspect spirituel à l'aspect religieux. Pour X et Z, c'est des aspects culturels de la vie auxquels ils ne portaient pas énormément d'importance et auxquels ils participaient pour la simple raison de satisfaire les membres religieux de leur famille. Quant à Y, elle nous parle d'une réelle croyance et des pratiques sérieuses de sa confession religieuse depuis son plus jeune âge, elle nous parle également d'autres aspects qui reflètent sa connexion spirituelle au travers des rêves prémonitoires et des visions paranormales.

Suite à leurs expériences de mort imminente, nous constatons un changement notable quant à la différence entre la spiritualité et la religion. Nous avons compris à travers leurs discours que le type de croyance qu'ils présentent est similaire dans le sens qu'ils croient tous en ce dieu qu'ils ont rencontré pendant leurs expériences et qui représente selon eux une seule chose qui est «l'amour». Ainsi, il est également important de mentionner que nos sujets nous disent tous se sentir connectés en permanence avec cet au-delà à travers le développement de leurs capacités intuitives ainsi que leur pouvoir de clairvoyance. Ils opèrent également en pensant que rien n'est au hasard, qu'ils ont une mission à accomplir sur terre et qu'ils sont constamment aidés par cet amour amené par le divin qui selon eux existe dans chacun d'entre nous.

#### **5.6.4 D'autres changements**

Lorsque nous avons fait le lien entre les résultats de nos entretiens et de notre pré-analyse documentaire, nous nous sommes rendues compte des changements communs que nous pouvons mentionner ainsi:

- L'importance accordée à l'expérience dans la vie quotidienne;
- Une nouvelle appréciation de la vie dans tous ces aspects;
- La perte de la peur de la mort;
- La croyance en une vie éternelle suivant la mort physique;
- L'importance de l'amour dans les différents aspects de la vie;
- l'importance de l'amour de soi dans l'accomplissement de l'amour pour l'autre;

#### **2.6.5 Les limites de notre recherche**

En choisissant notre sujet de mémoire, nous savions que nous allions faire face à plusieurs défis, et ce principalement à cause de la complexité de notre sujet de mémoire.

En premier lieu, nous considérons qu'il est impossible pour nous de vérifier les dires de nos participants, en d'autres termes, il ne faut pas oublier que nous avons choisi d'étudier des récits subjectifs portant sur une expérience que le sujet perçoit comme une réalité intersubjective. Il est donc important de mentionner que les souvenirs de nos participants peuvent être objet d'une déformation. C'est pour cette raison que nous reconnaissons que ce que nous présentons dans ce mémoire ne représente pas une vérité absolue, pourtant, nous avons essayé de rapprocher nos lecteurs de cette réalité subjective que représente le phénomène de l'EMI.

Ensuite, il est important pour nous de mentionner que notre recherche est limitée dans le cadre du nombre de participants. Pour commencer, nous tenons à mentionner la difficulté que nous avons rencontrée à trouver des individus prêts à partager leur vécu. Nous nous sommes ainsi rendus compte qu'il était difficile pour les sujets des EMI de parler de leur vécu à une personne étrangère, et ce, comme nous l'avons expliqué précédemment dans ce chapitre, à cause de la peur de faire face au jugement ainsi qu'au scepticisme des non-croyants, mais aussi pour préserver leur intimité. Suite à cette difficulté, nous avons choisi d'entreprendre trois entrevues uniquement; par ailleurs, l'avantage que nous avons eu c'est de pouvoir traiter profondément chacune de ces entrevues.

Notre troisième limite se présente autour de la difficulté de faire le lien entre nos entretiens ainsi que notre pré-analyse documentaire, et ce, principalement dans le processus d'établissement de sens et les changements relatifs à la perception de soi, de l'autre, et de la spiritualité. Il est impératif de prendre en compte le fait que le documentaire que nous avons analysé nous présente des informations limitées contrairement à nos entretiens ou nous avons pu sortir les éléments saillants au travers de différentes questions. Notre pré-analyse nous a quand même beaucoup aidées afin d'apprivoiser les éléments propres à l'expérience ainsi que la compréhension générale de cette dernière.

Pour finir, nous avons constaté que les changements relatifs à l'expérience requièrent une certaine intégration et acceptation de cette dernière qui prend selon Lommel (2007) un minimum de sept ans après l'expérience. Donc, nous pouvons considérer que les résultats de notre recherche n'auraient pas été les mêmes avec des sujets qui n'ont pas franchi l'étape d'acceptation de leur propre vécu.



## CONCLUSION

Cette recherche nous donne une ouverture sur le phénomène de l'EMI. Ce dernier représente un phénomène rapporté par plusieurs personnes depuis plusieurs années. La documentation de ce sujet reste soumise à plusieurs défis, et ce, principalement pour le manque de reconnaissance scientifique. Tout chercheur de l'EMI prend en compte des témoignages d'individus concernés afin d'y accorder un sens. À travers cette recherche, nous n'avons aucun intérêt à évaluer la véracité des propos des sujets de l'EMI. Au contraire, nous souhaitons comprendre, à partir de la perception du sujet de l'EMI, les différents éléments du phénomène, le processus d'établissement de sens chez « l'expérienceur », ainsi que les changements qui en résultent, principalement dans la perception de soi, de l'autre et la spiritualité. Nous avons ainsi construit notre cadre théorique qui prend en compte des concepts pertinents à cette recherche comme celui de la phénoménologie, la subjectivité, et l'intersubjectivité. Nous avons également pris en compte le concept du soi et de l'autre afin de mieux illustrer l'aspect intersubjectif de la relation. Nous rappelons ainsi notre question de recherche qui est la suivante : « Comment les phénomènes vécus des expériences de mort imminente affectent-ils les sujets concernés dans le cadre de la perception de soi, des autres, ainsi que la spiritualité ? ». Pour y répondre, nous avons opté pour une recherche à ordre qualitatif ou nous tentons d'exposer l'histoire de vie de trois individus « expérienceurs » de l'EMI. Nous avons tout de même usé d'une pré-analyse afin de présenter au lecteur une première perspective sur le phénomène. Cette pré-analyse nous a aussi servi pour faire le lien avec les résultats bruts de notre analyse.

Selon les résultats de notre recherche, nous constatons que l'EMI prend une grande place dans la vie du sujet concerné. Premièrement, cette expérience se produit dans une période d'inconscience physique où la personne frôle la mort à cause d'un arrêt cardiaque ou d'un état profond d'inconscience. Deuxièmement, celle-ci est reconnue à travers ses éléments positifs comme la perception d'une lumière de l'amour, le passage par un tunnel, la perception d'autres défunts, le voyage dans le monde de nature céleste, Etc. Par ailleurs, nous avons constaté que quelques nouveaux éléments ont émergé dans notre recherche. Nos entretiens nous ont permis non seulement de sortir les éléments positifs, précédemment mentionnés par les différents chercheurs de l'EMI mais aussi des éléments négatifs. Ces éléments nous ouvrent les yeux sur un aspect de souffrance, d'engluement dans un environnement de haine, et de confrontation de visions douloureuses. Ce que nous avons également remarqué c'est que cette expérience à ordre négatif se présente en même temps que l'expérience positive. Par ailleurs, celui-ci n'impacte pas négativement l'acteur qui accorde beaucoup plus d'importance aux aspects positifs de son EMI. Finalement, cette expérience implique plusieurs changements dans la vie du sujet. Ce changement est ainsi réalisable à la condition que l'acteur atteigne une compréhension et une intégration de son expérience. La compréhension et l'intégration de l'expérience peuvent prendre plusieurs années selon l'entourage de « l'expérienceur ». Un entourage compréhensif et connaisseur de l'EMI encouragera ce changement lorsque la susceptibilité face aux propos d'un « expérienceur » peut seulement compromettre ce processus de compréhension qui mène vers le changement. Atteindre le changement permet une transformation de la perception de la vie.

C'est un grand changement de la perception de soi qui implique une immense confiance en soi, en l'amour existant en soi, et en son intuition sans pour autant accorder une grande importance à toute chose matérielle. Ce changement implique également des visions différentes de valeurs et d'objectif de vie. Nous avons

également constaté des changements quant à la perception de l'autre. Celle-ci s'explique dans la volonté de valoriser l'autre et de lui apporter de l'aide et du soulagement dans toute sorte de situations, à la mesure du possible. C'est aussi un immense amour à donner, à offrir à l'autre sans attente de retour. Pour finir, les changements concernant la spiritualité révèlent un grand renforcement des valeurs spirituelles, d'une croyance incontestable envers les éléments de l'expérience ainsi que la réalité du vécu. C'est aussi le sentiment d'être en connexion et en communication avec l'au-delà à travers le développement de leurs sens intuitifs et leurs capacités à la clairvoyance.

D'autres changements s'appliquent également dans la vie des sujets de l'EMI. Nous considérons la perception de l'amour que les individus découvrent dans cette expérience au travers de leur perception de cette lumière et qu'ils essayent ainsi d'essayer d'intégrer dans leur vie. La croyance en une vie après la mort est aussi incontestable pour les sujets de l'EMI qui semblent être sûrs de retrouver ce même espace au moment de leur mort. Cela est également accompagné d'une absence de la peur de la mort. Malgré le fait que ces individus montrent une appréciation de l'idée de la mort, ils accordent aussi une grande appréciation de la vie qu'ils considèrent comme un terrain d'accomplissement de mission de vie qui est centré sur l'amour.

La volonté d'apporter de l'aide et du soulagement que l'on constate chez les sujets de l'EMI ainsi que la peur de la mort qui est assez répandue dans la société nous ont permis de songer un potentiel sujet de recherche. Nous avons pensé à une étude portant sur la validité des discours des sujets de l'EMI dans l'aide et le soulagement des personnes en fin de vie et en soins palliatifs.

**ANNEXE A****FORMULAIRE DE CONSENTEMENT****Titre du projet de recherche**

Expérience de Mort Imminente : Une Ouverture sur un Monde de Conscience Dématérialisé.

**Étudiant-chercheur**

Wafae AANAOU

Étudiante en Communication (Concentration : Recherche Générale)

Courriel: [anaou.wafae@courrier.uqam.ca](mailto:anaou.wafae@courrier.uqam.ca)

Téléphone : (438) 334-3702

**Direction de recherche**

Gaby HSAB

Doyen

Unité : Décanat de la Faculté de communication

Courriel : [hsab.gaby@uqam.ca](mailto:hsab.gaby@uqam.ca)

Téléphone : (514) 987-3000 poste 5679

**Préambule**

Nous vous demandons de participer à un projet de recherche qui implique votre récit de vie suite à votre expérience de mort imminente.

Avant d'accepter de participer à ce projet de recherche, veuillez prendre le temps de comprendre et de considérer attentivement les renseignements qui suivent.

Ce formulaire de consentement vous explique le but de cette étude, les procédures, les avantages, les risques et inconvénients, de même que les personnes avec qui communiquer au besoin.

Le présent formulaire de consentement peut contenir des mots que vous ne comprenez pas. Nous vous invitons à poser toutes les questions que vous jugerez utiles.

### **Description du projet et de ses objectifs**

Le projet de mémoire porte sur les expériences de mort imminente (EMI). Ces expériences sont définies comme étant caractérisées par différents phénomènes vécus par des personnes en situation de coma profond ou de mort clinique. Ces expériences sont principalement provoquées par un accident ou quelconque évènement traumatique qui met la vie du sujet en danger. L'objectif de cette recherche est de ressortir les différentes caractéristiques de l'expérience ainsi les changements dus aux phénomènes vécus pendant l'expérience, et finalement de catégoriser ces changements selon les aspects suivants : la perception de soi, des autres, et de la spiritualité suivant trois lapses de temps de leurs parcours de vie qui sont : le pré-expérience, le moment de l'expérience, et le post-expérience.

### **Nature et durée de votre participation**

Après le consentement, je vous demanderai de fixer un rendez-vous téléphonique sur la Platform Zoom. Vous pourrez choisir la date et l'heure qui vous conviennent. C'est comme cela que j'entamerai les entrevues individuelles qui seront enregistrées afin de faciliter la transcription des informations. Cette tâche ne suscitera pas plus qu'une séance d'entrevue qui peut prendre de 30min jusqu'à 2h 30min dépendamment de la longueur de votre récit. Nos entrevues seront enregistrées en format audio de l'appel téléphonique.

### **Avantages liés à la participation**

Avec votre participation au projet, vous accordez une certaine reconnaissance à votre vécu subjectif. Vous participez également dans l'avancement des connaissances ainsi que le partage sur le sujet des expériences de mort imminente (EMI).

### **Risques liés à la participation**

Parmi les risques de votre participation :

Possibilité de vous sentir de mal à l'aise en racontant les éléments traumatiques de l'expérience.

Possibilité de vous sentir embarrassé de partager des éléments ou détails intimes ou personnels.

Possibilité de présence de sentiment de peur quant à l'accessibilité des enregistrements vocaux.

Les mesures mises en place pour atténuer les risques sont :

D'établir une certaine confiance avec vous en vous expliquant mes intentions ainsi que la considération et le respect que j'accorde à votre vécu subjectif.

Vous rassurer quant à l'accessibilité des enregistrements vocaux qui sera limitée à moi seulement, et que ces derniers seront détruits immédiatement après fin et évaluation du projet en vous expliquant que le seul produit délivré sera la transcription de ses entrevues qui sera codifiée afin d'éviter tous critères identifiant votre reconnaissance.

### **Confidentialité**

*Vos informations personnelles ne seront connues que du chercheur (Wafae AANAOU) et ne seront pas dévoilées lors de la diffusion des résultats. Les entrevues transcrites seront numérotées et seul le chercheur aura la liste des participants et du numéro qui leur aura été attribué. Les enregistrements ainsi tous les documents relatifs à votre entrevue seront détruits immédiatement après la fin et évaluation du projet.*

Vous aurez également le droit de demander une révision de la transcription afin de vous assurer de la confidentialité des informations permettant de vous reconnaître. Les informations transcrites de votre récit vous seront envoyées en privé en fichier sécurisé joint par Email ou par la Platform onedrive-UQAM dépendamment de votre préférence.

### **Participation volontaire et retrait**

Votre participation est entièrement libre et volontaire. Vous pouvez refuser d'y participer ou vous retirer en tout temps sans devoir justifier votre décision. Si vous décidez de vous retirer de l'étude, vous n'avez qu'à m'aviser (Wafae AANAOU) verbalement; toutes les données vous concernant seront détruites.

### **Indemnité compensatoire**

*Aucune indemnité compensatoire n'est prévue.*

### **Des questions sur le projet?**

Pour toute question additionnelle sur le projet et sur votre participation vous pouvez communiquer avec les responsables du projet : [*Gaby HSAB*, ([hsab.gaby@uqam.ca](mailto:hsab.gaby@uqam.ca), (514) 987-3000 poste 5679); *Wafae AANAOU*, ([aanaou.wafae@courrier.uqam.ca](mailto:aanaou.wafae@courrier.uqam.ca), (438) 334-3702)].

Des questions sur vos droits ? Le Comité d'éthique de la recherche pour les projets étudiants impliquant des êtres humains (CERPE) a approuvé le projet de recherche auquel vous allez participer. Pour des informations concernant les responsabilités de l'équipe de recherche au plan de l'éthique de la recherche avec des êtres humains ou pour formuler une plainte, vous pouvez contacter la coordination du CERPE : [cerpe-pluri@uqam.ca](mailto:cerpe-pluri@uqam.ca) .

### **Remerciements**

Votre collaboration est essentielle à la réalisation de notre projet et l'équipe de recherche tient à vous en remercier.

### **Consentement**

Je déclare avoir lu et compris le présent projet, la nature et l'ampleur de ma participation, ainsi que les risques et les inconvénients auxquels je m'expose tels que présentés dans le présent formulaire. J'ai eu l'occasion de poser toutes les questions concernant les différents aspects de l'étude et de recevoir des réponses à ma satisfaction.

Je, soussigné(e), accepte volontairement de participer à cette étude. Je peux me retirer en tout temps sans préjudice d'aucune sorte. Je certifie qu'on m'a laissé le temps voulu pour prendre ma décision.

Une copie signée de ce formulaire d'information et de consentement doit m'être remise.

---

Prénom Nom

---

Signature

---

Date

**Engagement du chercheur**

Je, soussigné(e) certifie

- (a) avoir expliqué au signataire les termes du présent formulaire; (b) avoir répondu aux questions qu'il m'a posées à cet égard;
- (c) lui avoir clairement indiqué qu'il reste, à tout moment, libre de mettre un terme à sa participation au projet de recherche décrit ci-dessus;
- (d) que je lui remettrai une copie signée et datée du présent formulaire.

---

Prénom Nom

Signature

---

Date



## ANNEXE B

## CERTIFICAT DE FORMATION ÉTHIQUE

Groupe en éthique  
de la recherche  
Piloter l'éthique de la recherche humaine

EPTC 2: FER



*Certificat d'accomplissement*

*Ce document certifie que*

**WAFAE AANAOU**

*a complété le cours : l'Énoncé de politique des trois Conseils :  
Éthique de la recherche avec des êtres humains :  
Formation en éthique de la recherche (EPTC 2 : FER)*

**12 novembre, 2020**

## BIBLIOGRAPHIE

- Blanke, O., Ortigue, S., Landis, T., & Seeck, M. (2002). *Stimulating Illusory Own-Body Perceptions*. *Nature*, 419(6904), 269-270.
- Berger, P. Luckmann. T. (1966). *The Social Construction of Reality*. A Treatise in the Sociology of Knowledge. Doubleday & Company, New York.
- Bergson, H. (1911). *La perception du changement* (pp. 143-177). Oxford: Clarendon Press.
- Cassol, H., Pétré, B., Degrange, S., Martial, C., Charland-Verville, V., Lallier, F., & Laureys, S. (2018). *Qualitative Thematic Analysis of the Phenomenology of Near-Death Experiences*. *PloS one*, 13(2), e0193001.
- Daly, M. L. K. J. A. (2002). *Handbook of interpersonal communication*. Thousand Oaks, CA :SAGE Publications,
- Dumez, H. (2011). *Qu'est-ce que la recherche qualitative?* Le Libellio d'AEGIS, Libellio d'AEGIS, 2011, 7 (4 - Hiver), pp.47-58. ffhal-00657925
- Ehrsson, H., & Blanke, O. (2007) *Mel Slater, ICREA & Centre de Realitat Virtual*, Universitat Politècnica de Catalunya, Barcelona, Spain.
- Faulx, D. (2019). Chapitre 2. Kurt Lewin et l'accompagnement du changement. Dans : Philippe Carré éd., *Psychologies pour la formation* (pp. 35-54). Paris: Dunod.
- Gauthier, B. (2016). *La structure de la Preuve*. In *Recherche sociale: de la problématique à la collecte des données* (pp. 161-194). Presses de l'Université du Québec.
- Greyson, B., & Evans Bush, N. (1992). *Distressing Near-Death Experiences*. *Psychiatry*, 55(1), 95-110.
- Greyson, B. (1998). *Biological Aspects of Near-Death Experiences*. *Perspectives in Biology and Medicine*, 42(1), 14-32.

- Greyson, B. (1983). *The Near-Death Experience Scale. Construction, Reliability, and Validity*. *Nerv Ment Dis*, 171, 369-375.
- Husserl, Edmund (1995): *Cartesian Meditations: An Introduction to Phenomenology*. Dordrecht: Kluwer Academic Publishers.
- Imbert, G. (2010). *L'entretien Semi-Directif: à la Frontière de la Santé Publique et de l'Anthropologie*. *Recherche en soins infirmiers*, (3), 23-34.
- Le\_Figaro. (2009, November 13). *Les EMI : Un Véritable Défi pour les Scientifiques*. Retrieved from <https://www.lefigaro.fr/sciences-technologies/2009/11/14/01030-20091114ARTFIG00083--les-emi-un-veritable-defi-pour-les-scie-n-tifiques-.php>
- Long, M. D., & Perry, P. (2010). *Evidence of the Afterlife*. Harper Collins Publishers.
- Mead, G. H., Cefaï Daniel, & Quéré Louis. (2006). *L'esprit, le soi et la société (Ser. Lien social)*. Presses universitaires de France.
- Miramón, J. M. (2002). *Promouvoir le changement*. *Les cahiers de l'Actif*, (314-317), 211-219
- Morin, J. (2015). *L'expérience de Mort Imminente: Enjeu de Validation Paradigmatique entre les Matérialistes et les Dualistes des Neurosciences*.
- Moody, R. A., & Paul, P. (1988). *The light beyond: New explorations by the author of Life after life*. Bantam Books
- Moody, R. (2015). *Life After Life: The Bestselling Original Investigation that Revealed "Near-Death Experiences"*. Harper Collins
- Parnia, S., & Fenwick, P. (2002). *Near Death Experiences in Cardiac Arrest: Visions of a Dying Brain or Visions of a New Science of Consciousness*. *Resuscitation*, 52(1), 5-11.
- Pineau, G. & Le Grand, J. (2013). *Les histoires de vie*. Paris cedex 14, France: Presses Universitaires de France.
- Rhéaume, J. (2002). *Changement*. Barus-Michel, J.; Eriquez, E.; Lévy, A. *Vocabulaire de la Psychosociologie*, 65-72.
- Rhéaume, J. (2008). *Quand l'histoire Devient Agissante: Étude de cas en milieu associatif*. Dans : Vincent de Gaulejac éd., *Intervenir par le récit de vie* (pp. 63-88). Toulouse, France: ERES.

- Ring, K. (1980). *Life at Death: A Scientific Investigation of the Near-Death Experience*. Coward McCann.
- Sabom, M. B. (1982). *Recollections of Death: A medical investigation*. New York, Harper and Row.
- Sabom, M. B. (1998). *Light and death: One doctor's fascinating account of near- death experiences*. Zondervan.
- Sadala, M. L. A., & Adorno, R. D. C. F. (2002). *Phenomenology as a method to investigate the experience lived: a perspective from Husserl and Merleau Ponty's thought*. *Journal of advanced nursing*, 37(3), 282-293.
- Schutz, A. (1967). *The Phenomenology of the Social World*. Northwestern University Press.
- Shill, M. (2011). Intersubjectivity and the ego. *Psychoanalytic Social Work*, 18(1), 1-22.
- Stern, D. (2012). Intersubjectivité: À propos des liens entre expériences, mots et narrations. *Spirale*, 64(4), 100-114. <https://doi-org.proxy.bibliotheques.uqam.ca/10.3917/spi.064.0100>
- Van Lommel, L. (2010). *Consciousness Beyond Life*. HarperCollins.
- Wilson, T. D. (2002). *Alfred Schutz, phenomenology and research methodology for information behaviour research*. *The new review of information behaviour research*, 3(71), 1-15.
- Woerlee, G. M. (2011). *Could Pam Reynolds hear? A New Investigation Into the Possibility of Hearing During this Famous Near-Death Experience*. *Journal of Near-Death Studies*, 30(1), 3-25.
- Documentaire Dailymotion :
- Terre Enigmatique (2013). Témoignages de l'au-delà.[Vidéo]. Dailymotion. <https://www.dailymotion.com/video/xzf3q9>