

Le Voyage
Hors du Corps



Grand ami de Robert Monroe, le général "Bert" Stubblebine, spécialiste du renseignement militaire et officier CIA, il a commandé l'unité INSCOM alimentant aussi bien la CIA que Département de la Défense américain, photographié ici à Fort Meade. Il a été l'un des commandants en chef de l'invasion de Panama en 1983. Né le 6 février 1930, il est mort le 6 février 2017, à 87 ans, le jour même de son anniversaire, tel qu'il l'avait prédit à son entourage.

Robert Monroe avait formé une très grande partie des hommes et des femmes qui ont servi sous ses ordres et qui avaient accompli des véritables exploits de vision à distance, certains toujours classés aujourd'hui. Photo: US Army.

Robert Monroe

Le Voyage Hors du Corps

Les techniques de projection du corps astral



Le jardin des Livres
Paris

Du même auteur au Jardin des Livres:

- *Fantastiques expériences de voyage astral* (à paraître) Le Jardin des livres 2024.

- *Le voyage ultime* (jamais traduit) Le Jardin des livres 2024.



Traduction française DR
14 rue de Naples – Paris 75008
tel: 01 44 09 08 78
www.lejardindeslivres.fr

Toute reproduction, même partielle par quelque procédé que ce soit, est interdite sans autorisation préalable. Une copie par Xérogaphie, photographie, support magnétique, électronique ou autre constitue une contrefaçon passible des peines prévues par la loi du 11 mars 1957 et du 3 juillet 1995, sur la protection des droits d'auteur.

La CIA a déclassifié son rapport de 1983 (donc 40 ans d'écart par rapport à l'année 2023) qui prouve que la centrale d'espionnage avait bien mis en place un programme "secret" avec l'aide de Robert Monroe pour développer une unité très spéciale (Intelligence and Security Command), composée de militaires capables de "quitter" leur corps physique et de "voyager" pour espionner à distance en partant de leur base de Fort Meade (où se trouvait égale-

ment le siège de la NSA, la centrale d'écoutes).

Les noms de code de ces programmes étaient "Gateway Experience" et "StarGate".

Au départ il fallait repérer à distance les silos cachant les charges nucléaires soviétiques et les positions des camions lance-missiles balistiques russes. Cela a permis d'identifier précisément le nouveau centre de re-

cherche nucléaire ultra-secret de Semipalatinsk (au nord du Kazakhstan) ainsi que la zone de fabrication d'un tout nouveau et gigantesque sous-marin nucléaire.

Au vu des succès obtenus, les missions ont dès lors été diversifiées: les deux plus célèbres ont été le repérage de la cachette de William Buckley, le chef de station de la CIA de Beyrouth enlevé en mars 1984 par le Hezbollah, et la seconde a été le re-

pérage in extenso des poseurs et fabricants de la bombe qui a explosé dans la soute du Boeing 747 de la Pan-Am le 21 décembre 1988. Robert Monroe a formé plus de 7.000 officiers et sous-officiers dans le plus grand secret pour l'INSCOM.

À son décès en mars 1995, le général commandant a rédigé un grand hommage officiel de Robert Monroe qui fut publié à la "une" du Wall Street Journal, la manière "of-

ficielle" de la CIA et de l'armée américaine de rendre hommage à un civil. Sa disparition a progressivement mis un terme au programme "Star-gate".

Central Intelligence Agency



Washington, D.C. 20505

11 December 2019

Ms. Bailey Stoner
MuckRock News
DEPT MR 82871
411A Highland Avenue
Somerville, MA 02144

Reference: F-2020-00318

Dear Ms. Stoner:

This is a final response regarding your 5 November 2019 Freedom of Information Act (FOIA) request, received in the Information and Privacy Coordinator on 6 November 2019, for "**page 25 is missing within the content content [sic] for CIA-RDP96-00788R001700210016-5, which provides an assessment of the Monroe Gateway Experience.**" Your request was assigned the reference number above. Please use this number when corresponding so that we can identify it easily.

Please be advised that our version of the CREST document referenced in your request does not contain the missing page you are requesting. If you have not already done so, we suggest that you submit a request to the Department of the Army in the hope that they may have an original copy that includes the missing page. You should request it by the title of that document. You can find their address at www.foia.gov.

If you have questions regarding our response, you may seek assistance from CIA's FOIA Public Liaison. You may reach the FOIA Public Liaison at 703-613-1287 (FOIA Hotline).

Sincerely,

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Mark Lilly".

Mark Lilly
Information and Privacy Coordinator

~ Préface de l'édition française ~

Nous endormons-nous chaque nuit ou voyageons-nous vers un ailleurs dont les souvenirs diffus sont assimilés à un rêve? La réalité physique est-elle la seule que nous expérimentons ou sommes-nous réellement, comme les recherches de Robert Monroe tendent à le démontrer, des êtres multidimensionnels existant simultanément dans des plans de conscience différents? En 1981, dès le début de mes recherches sur la nature profonde de la conscience humaine, je me suis intéressé aux découvertes effectuées par le Monroe Institute en Virginie et, depuis presque 10 ans, j'ai suivi de très près l'évolution des recherches menées par l'institut. Je suis devenu membre de leur division professionnelle et j'ai été sujet d'expériences durant l'été 1989, dans les laboratoires de l'institut. Ce livre (que j'ai ici le grand plaisir de préfacier) est une tentative d'explication rationnelle du phénomène que la tradition appelle le voyage hors du corps et, cet ouvrage en est une contribution active. Nous sommes tous les récipiens d'une conscience indestructible, immortelle et multidimensionnelle qui vit hors de l'espace-temps traditionnel. Et c'est justement cette conscience qui s'évade hors du corps physique chaque nuit bien que la plupart des êtres humains ne s'en rappellent pas. À la fin des années 50, Robert Monroe, un homme d'affaire fortuné et président de plusieurs stations de radios et de télévisions commença à avoir sans cesse le même rêve. Dans son rêve, Monroe, pilote amateur dans sa vie de tous les jours, était aux commandes d'un petit avion; au moment de décoller, il s'aperçut qu'un amas de rochers bloquaient la piste de

décollage. Désespérément, il cherchait une ouverture assez grande sur la piste pour permettre au petit avion de décoller. Le rêve dura plus d'un an puis cessa brutalement lorsque Monroe réalisa qu'il pouvait piloter un «second corps» hors de son corps physique, au moment de s'endormir. À cette époque, l'homme d'affaires vivait *«une vie normale avec une famille normale»*.

Il ne voulait pas d'expériences hors du corps, il voulait des stations de télévisions. Peu de temps après, le phénomène recommença, un dimanche après-midi au moment de faire la sieste et, comme il me l'a lui-même raconté, son corps fut pris de violentes secousses qu'il lui était impossible de maîtriser. Lorsque ce phénomène se reproduisit 9 fois les semaines qui suivirent, Robert Monroe conclut qu'il avait une tumeur cérébrale. Le diagnostic du médecin de famille le rassura, la conclusion fut que ces secousses étaient dues à un surcroît de travail et il lui fut prescrit des tranquillisants et du repos. Néanmoins, les vibrations continuèrent pendant plusieurs mois, devenant parfois pénibles. Mais, un soir, dans son lit, au moment de s'endormir, dans un état de semi-rêverie, il pensa à son petit avion sur le point de décoller. Soudainement, il se sentit projeté vers le plafond de sa chambre, la sensation était terrifiante, c'est comme s'il avait quitté son corps physique, il perçut sa femme dormir à côté d'un autre homme, en se rapprochant, il vit que l'homme allongé là n'était autre que lui-même. Réalisant qu'il pouvait **toujours penser** sans le secours du corps physique, il se dit qu'il avait été victime d'une attaque cardiaque foudroyante le laissant pour mort, mais, étrangement me dit-il, je ne ressentais aucune peur. Monroe revint dans son corps, se leva, et fit face à la possibilité qu'il était en train de devenir fou. Il raconta ce qui lui était arrivé à son ami le psychologue Foster Bradshaw qui avait quelques connaissances de la tradition orientale, celui-ci le rassura en lui disant

que les yogis de l'Inde quittaient leurs corps à volonté. Monroe balaya ces arguments d'un geste, il n'était pas un mystique, mais un homme d'affaires. Toutefois, le docteur Bradshaw suggéra à son ami d'essayer de répéter consciemment l'expérience hors du corps. J'avais deux options se rappelle Monroe: «L'une était de passer le restant de mes jours sous sédatifs, l'autre était de comprendre le phénomène de manière à ce que je puisse le contrôler.»

Dans son esprit pragmatique, Monroe supposa que s'il pouvait maîtriser cette possibilité, il pouvait y avoir des applications pratiques qui pourraient en découler. Dès lors, il mena une double vie, le jour, il était plongé dans ses affaires, le soir, il s'accoutumait de plus en plus à voyager hors de son corps. À cette époque-là, il ne pouvait prévoir que l'exploration d'autres niveaux de conscience allaient devenir sa passion des 30 prochaines années, ni qu'il allait établir un institut de recherches sur 400 hectares en Virginie qui attirera un nombre très important de scientifiques, de membres du corps médical, d'universitaires et de personnes venus de tous horizons. Ce livre raconte les débuts de sa recherche et de sa quête, l'ouvrage se lit comme un roman, mais c'est aussi un livre pratique écrit par un homme pratique; au fil des années, il consigna de nombreuses notes qui précisent la manière dont il se projetait sans cesse dans les mêmes niveaux de conscience pour développer des contacts avec des formes d'intelligences non physiques. D'autres voyageurs de la conscience, certains parmi des scientifiques de haut niveau, tenteront bien plus tard de démontrer à travers la physique quantique, ce que Robert Monroe avait soupçonné il y a 30 ans: notre réalité physique n'est qu'une bande de fréquence du vaste spectre des réalités d'un système énergétique universel. Comme les ondes lumineuses, ces réalités (ou ces mondes) existent dans des

bandes de fréquence différentes, de même que l'on ne peut percevoir l'infrarouge ou l'ultra-violet, selon les termes de Monroe, Terre II (le monde astral) n'est pas perceptible aux êtres qui vivent sur Terre I (le monde physique). J'ai été profondément ému d'entendre Robert Monroe raconter ses voyages hors du corps, mais plus incroyable encore est l'histoire de cet homme qui, à l'époque à la tête d'une société réalisant plus de 60 millions de dollars de chiffre d'affaires, quittera tout pour se consacrer à la compréhension d'un absolu invisible à l'oeil humain. Les années qui vont suivre vont être très chargées. L'ancien homme d'affaires va parler de ses expériences à UCLA¹, à la faculté de médecine de Brown University, au Esalen Institute sur la côte ouest et même dans l'un des temples américains de la science conventionnelle, le Smithsonian Institute.

À la fin des années 1960, dans son laboratoire d'études sur le son, Robert Monroe développera différents types de sons permettant de déclencher des états de conscience différents. Déterminé à permettre l'accès des états d'expansion de conscience à chacun, il crée un procédé spécial, le Hemi-Sync, qui utilise des sons permettant la synchronisation électrique des deux hémisphères du cerveau. De nombreux utilisateurs de cette technique disent avoir obtenu des disparitions d'insomnies tenaces, d'abus de médicaments, diminution de la douleur, l'apprentissage accéléré, réduction du stress etc. La technique Hemi-Sync a été utilisée par l'armée américaine, l'École d'Information de la Défense Militaire, différentes facultés de médecine (Kansas, Rhode Island) ainsi que de nombreux établissements scolaires. En 1971, et ceci dépasse le cadre de ce livre, le Monroe Institute ouvre ses portes dans le but de l'exploration des états d'expansion de la conscience humaine. Mis à part des programmes de recherches réservés aux cher-

1 Université de Californie de Los Angeles

cheurs de l'institut et aux membres de la division professionnelle, il propose à des participants venus de tous horizons un voyage d'exploration de la conscience d'une semaine appelé *Gateway* ou "porte d'entrée". L'outil principal reste encore aujourd'hui Hemi-Sync bien que des sons plus perfectionnés, que j'ai eu l'occasion d'expérimenter, ont été créés depuis. Parmi les participants au *Gateway* se comptent de très nombreux médecins, ingénieurs et scientifiques, y compris le biologiste anglais Rupert Sheldrake, père de la théorie des champs morphogénétiques ainsi que la psychiatre américaine Elisabeth Kübler-Ross, mondialement connue pour ses travaux sur l'accompagnement des mourants.

À ce jour, plus de 7.000 personnes ont participé au programme Gateway, l'institut répond à 10.000 demandes par an et estime qu'environ 200.000 personnes ont expérimenté la technique Hemi-Sync à l'aide de cassettes audio. À l'heure actuelle, et par rapport aux balbutiements du début, le Monroe Institute s'est équipé d'appareils de mesures les plus sophistiqués, entre autres d'un appareil permettant une topographie haute résolution du cerveau appelé NRS 24 mesurant en temps réel l'activité cérébrale générée durant les états d'expansion de conscience et/ou lors de la sortie hors du corps. Dans l'un de ses voyages hors du corps qui l'a emmené en l'an 3.000, Robert Monroe raconte qu'il a eu des contacts avec des êtres humains (ou des êtres étant *réellement* humains) vivant proches de leurs potentiels complets. Ces êtres lui ont dit que le voyage hors du corps était démodé et que leurs possibilités étaient bien plus grandes. Joseph MacMoneagle, un ancien officier des services de renseignements de l'armée américaine et sujet extrêmement doué dit qu'à travers toutes les expériences qu'il a eues, il a pris conscience que l'homme actuel, en tant qu'espèce, était encore dans un état de semi-intelligence.

La réalité physique est-elle la seule existante ou sommes-nous réellement capables de projeter notre conscience, l'essence même de l'être dans d'autres réalités? Dans un univers de quarks, de trous noirs, de champs morphogénétiques, il existe peut-être un monde d'antimatière dans lequel nous pouvons pénétrer pour apprendre et comprendre ce que l'être humain est réellement. Et c'est exactement ce que ce livre tente d'expliquer.

Patrick Drouot²

² Auteur de *Nous sommes tous immortels* et *Des vies antérieures aux vies futures* Editions du Rocher.

~ Préface à la 2e édition américaine ~

Maints événements sont intervenus tant dans le monde que dans ma vie personnelle depuis les jours ayant précédé la publication du *Voyage hors du corps*. Ce fut une expérience intéressante pour ne pas dire plus de devenir membre d'un groupe des plus suspects, qualifié de psychique, sensitif, original, et plus généreusement de parapsychologique. La parution du livre ruina tout à fait mon image de marque, ma réputation d'homme d'affaires sérieux et orthodoxe. Cependant, bon nombre des réactions étaient totalement inattendues, et certaines étaient dépourvues de fondement. Par exemple, le fait que j'étais (et que je suis encore) bien implanté et actif dans le monde matériel des affaires aida beaucoup à prendre au sérieux le matériau de ce livre.

Autre chose: j'aurais dû être plus confiant en l'esprit des affaires tel que je le connaissais. J'avais toujours prétendu que le travail et l'industrie respectaient «quelque chose de valeur sans accorder de considération particulière à son origine. Si cela marche, utilise-le. Encore que j'étais très préoccupé par la réaction au livre du comité directorial de la corporation que je présidais (qui aurait voulu d'un être aussi instable pour brasser des opérations d'une telle envergure!). À la première réunion du conseil à Fort Lauderdale en Floride, qui suivit la publication du livre, personne n'y fit allusion. Moi non plus. Cependant, alors que nous remontions le canal à bord du yacht du président du conseil pour aller dîner au Country Club, l'épouse de notre hôte émergea du pont inférieur avec entre les mains un exemplaire de

ce livre: *Bob, voulez-vous me dédicacer ce livre?* demanda-t-elle. Je m'exécutai tout à la fois inquiet et surpris. Je n'aurais pas dû l'être. *Intéressant* me dit le président par-dessus son épaule tout en continuant sa manœuvre, *ma femme est une vraie médium, je ne me suis jamais lancé dans une affaire importante sans la consulter, ça marche.*

Inutile de dire qu'on ne me demanda pas de démissionner. En fait, la révélation de ce côté «privé» de ma vie n'eut que peu -voire pas- d'incidence sur mes relations de travail. Au contraire, de vastes perspectives nouvelles s'ouvrirent à moi, totalement inattendues. Qui aurait pu imaginer que je parlerai des expériences hors du corps devant un public aussi auguste et conservateur que celui de l'Institut Smithsonian! Pourtant il en fut ainsi.

Une autre erreur à ce qu'il semblerait: d'aucuns avaient déclaré que *Voyage* était un livre en avance sur son temps, qu'un intérêt sérieux pour le type de matériau qu'il présente n'atteint seulement que maintenant des niveaux significatifs. Ceci était peut-être vrai, mais qu'est-ce qui avait précipité de tels changements en l'espace de 4 ans? Je me plais à penser qu'une réponse du type «de l'œuf ou de la poule» convient, que ce livre était et est partie intégrante d'un processus catalytique, qui aujourd'hui est devenu une réaction en chaîne.

Ce processus implique qu'il est normal d'avoir des expériences étranges, de considérer comme naturels ces événements et activités dépassant la faculté actuelle des sciences physiques à les reproduire et les mesurer. L'existence après la mort appartient à cette catégorie. J'ai pris une autre décision au moment de la publication. Mon esprit conscient (ou moi) disposait d'une expérience et/ou d'une formation insuffisante(s) pour contrôler entièrement l'étendue d'une telle exploration non physique. Elle fut tout d'abord provoquée par l'ennui et l'agacement des tests d'ici-à-là-bas-et-retour dans notre monde

physique. Qui voudrait systématiquement consacrer 1h à la préparation (monter des instruments, développer un état différent) pour se rendre de la chambre à la cuisine (de Virginie en Californie ou au Kansas)? En second lieu, nombre d'explications se déroulaient bien au-delà de ma compréhension et de mon contrôle conscient -ce qui impliquait que le «je» physique et conscient avait vraiment des idées limitées relatives à sa destination et à son emploi du temps.

Je pris donc une décision importante. Dans l'ensemble, je déclencherai de manière consciente l'état hors du corps, puis je le généraliserai à l'ensemble de mon *moi* (âme?). Ma conscience présente suivait le mouvement en tant qu'élément à part entière. Il en résulta une expérience et une exploration extatique, illuminatrice, déconcertante, grandiose, humiliante, rassurante, située au-delà de ma faculté de conception et constituant en grande partie un programme éducatif que j'étudiais pas à pas. Le problème tel que je le perçois est simple. En fin de compte, un saut quantique dans la conscience serait requis pour ramener le matériel à un niveau pratique et «valable».

Qu'est-ce que cela signifie? Est-ce qu'un grand changement de conscience intervient alors que nous sommes vivants au sens physique du terme? Ou dans une autre réalité plus tard? Qui sont les instructeurs ou les aides? Nous commençons précisément à approcher les réponses inhérentes à notre recherche à l'Institut. Oui, un centre de recherches fut créé, qui devint actif en 1972. Notre travail suscita l'intérêt et la coopération de physiciens, de psychologues, de biochimistes, d'ingénieurs, d'éducateurs, de psychiatres, de dirigeants, de statisticiens, parmi lesquels on comptait nombre de conseillers de notre équipe.

Les 11.000 courriers qui nous sont parvenus à ce jour font état de maints soupirs de soulagement. Il était

possible de parler du secret sans qu'on s'inquiète de notre état mental. Ce livre sert donc son objectif original. Plus de 700 personnes ont participé à notre programme de recherche et de formation expérimentale. Notre première équipe pionnière comptait 6 membres. Quelque 50 autres attendent que nous soyons en mesure de les former, et leur nombre ne cesse d'augmenter. Nous espérons que notre envergure nous permettra de traiter tous les problèmes en suspens dans un proche avenir. Cette année, les programmes de formation de l'Institut pourront prétendre à des crédits de niveaux supérieurs ou universitaires. Pendant ce temps, nos 6 pionniers rapportent des informations beaucoup plus vite que nous ne pouvons les reproduire, beaucoup plus rapidement et de manières plus diverses que je n'aurais pu le faire. La signification de ce que nous en avons déduit est surprenante. L'existence d'un consensus et d'un accord entre 6 personnes différentes -chacune ignorante des expériences des autres- a eu un impact formidable pour ceux qui ont examiné le matériel. D'autres détails seront rapportés dans un autre livre, actuellement en préparation. J'ai revu avec le plus grand soin *Voyage* pour cette réédition. Je suis heureux de dire que rien n'a été modifié à la lumière de l'expérience ultérieure. Les bases sont les mêmes. D'après mon niveau expérimental à cette époque, ceci est toujours vrai. Un détail à connaître: la réalité du fait que vous lisez ces mots avec l'hémisphère gauche de votre cerveau est le premier stade de filtration.

Robert Monroe

Les personnes intéressées par les activités de l'Institut ou ayant eu des expériences spontanées hors du corps, peuvent écrire à: Monroe Institute, 365 Roberts Mountain Road, Faber 22938, Virginia, USA.

Mes premières expériences

Ce qui suit aurait trouvé sa place dans un avertissement ou une préface. Je le place ici en partant du principe que la plupart des lecteurs passent les préliminaires pour entrer dans le vif du sujet, et selon cette optique, ce chapitre constitue le point crucial de la question.

Les desseins originaux ayant conduit à la publication du matériel présenté ici sont: 1) à travers une dissémination aussi vaste que possible, certains autres êtres humains -voire un seul- pourront être sauvés de l'agonie et de la terreur de l'épreuve et de l'erreur dans un domaine où il n'existait pas de réponse concrète; qu'ils pourront être réconfortés en sachant que d'autres ont vécu des expériences semblables, qu'ils reconnaîtront le phénomène et éviteront ainsi le traumatisme de la psychothérapie, ou, dans le pire des cas, la dépression nerveuse et l'internement dans une institution; et 2) que demain ou dans les années à venir, les sciences conventionnelles et reconnues de notre culture étendront leurs horizons, leurs concepts, leurs postulats, et que la recherche ouvrira des perspectives nouvelles contenues dans ce livre pour le grand enrichissement de la connaissance de l'homme, et de sa compréhension de lui-même et de son environnement complet.

Si l'un ou les deux de ces objectifs sont atteints, peu importe où et quand, c'est vraiment une récompense suffisante.

La présentation d'un tel matériel n'est pas conçue à l'intention d'un groupe particulier de scientifiques. Elle tend au contraire à être aussi spécifique que possible en recourant à un langage compréhensible tant des scientifiques que des profanes et en évitant les généralités ambiguës. Le physicien, le chimiste, le socio-biologiste, le psychiatre et le philosophe sont tous susceptibles d'utiliser une terminologie plus technique ou plus spécialisée pour établir la même prémisse. On s'attend à une telle interprétation. Cela indiquera que le plan de communication est viable, que le discours clair doit véhiculer la signification correcte à une base large plutôt qu'à un pincelle étroit de spécialistes.

On s'attend également à ce que maintes interprétations soient contradictoires. Le processus mental le plus difficile de tous consiste à considérer avec objectivité n'importe quel concept qui, s'il est accepté en tant que fait, fera oublier une vie de formation et d'expérience. Encore que beaucoup aient été acceptés en tant que faits sur la base de preuves directes beaucoup moins évidentes que celles présentées ici, et sont maintenant «acceptés». J'espère qu'il en ira de même des informations contenues dans cet ouvrage.

C'est vraiment le processus mental le plus difficile de tous que ce travail de considération objective. Il suffit d'y être confronté une fois dans une vie. Cherchons un commencement à ce rapport candide d'une expérience des plus personnelles. Au cours du printemps 1958, je menais une vie normalement raisonnable au sein d'une famille normalement raisonnable. Notre goût pour la nature et le calme faisait que nous vivions à la campagne. La seule activité non orthodoxe concernait mes expériences avec des techniques d'apprentissage durant le sommeil -dont j'étais le principal sujet.

Le premier signe de déviation de la norme se manifesta un dimanche après-midi. Alors que le reste de la

famille était parti à l'église, je m'adonnai à une expérience en écoutant un enregistrement sur cassette particulier dans un environnement hautement isolé. Il s'agissait d'une simple tentative de forcer la concentration sur une source unique de signaux intelligents (oraux) avec une perception réduite des autres organes sensoriels. Le degré de mémorisation et de souvenir témoignerait du succès de la technique.

Plongé dans un environnement de privation sensorielle, j'écoutai la cassette. Elle ne renfermait aucune suggestion inhabituelle. La puissante suggestion ordonnant de se souvenir de tout ce qui se passait durant l'exercice de relaxation était a posteriori plus significative. La bande se déroula sans incident particulier. Je m'en souvenais totalement et complètement parce qu'elle avait été un produit de mes propres efforts et m'était donc familière. Peut-être trop d'ailleurs, puisqu'il m'était impossible de me souvenir ou de me remémorer un matériel original ou nouveau. La technique devrait être utilisée avec un autre sujet.

Quand ma famille rentra, nous primes tous un repas léger, composé d'œufs brouillés, de bacon et de café. Une discussion sans importance surgit à table, laquelle n'avait aucun rapport avec le problème.

Une heure plus tard environ, je fus saisi d'une crampe sévère, dure comme du fer qui s'étendait à travers mon diaphragme ou plexus solaire, région située juste au-dessous de la cage thoracique. C'était une douleur aiguë. Je songeai tout d'abord qu'il s'agissait d'une forme quelconque d'empoisonnement alimentaire. En désespoir de cause, je me forçai à régurgiter mon déjeuner, mais mon estomac était vide. Les autres membres de la famille, qui avaient pris la même nourriture que moi, ne présentaient aucun signe de malaise ni d'inconfort. J'essayais de bouger et de marcher, convaincu qu'il s'agissait de la contraction d'un muscle abdominal.

Ayant déjà été opéré de l'appendicite, il ne pouvait s'agir d'une telle crise. Je pouvais respirer correctement en dépit de la douleur, et mon rythme cardiaque semblait être normal. Il n'y avait pas de transpiration ni autre symptôme -essentiellement la rigidité irréductible d'une bande de muscles dans l'abdomen supérieur.

Il me vint à l'esprit qu'il était possible qu'un facteur quelconque de l'enregistrement l'ait provoquée. En repassant la cassette et en relisant la copie manuscrite ayant servi à son élaboration, je ne décelai rien d'anormal. Je cherchai en vain à découvrir quelle suggestion inconsciente aurait pu entrer en jeu.

Peut-être aurais-je dû téléphoner immédiatement à un médecin? Cela ne paraissait pas si sérieux et n'empirait pas. Cela ne s'améliorait pas non plus. En fin de compte, nous téléphonâmes pour obtenir une assistance médicale. Tous les médecins de l'endroit étaient absents ou jouaient au golf.

De 13h30 jusqu'aux environs de minuit, la crampe et la douleur persistèrent. Aucun remède ne semblait la soulager. Peu après minuit, je m'endormis, tout à fait épuisé.

Je m'éveillai à l'aube et constatai que la crampe et la douleur avaient disparu. Il subsistait un endolorissement musculaire dans toute la région affligée, qui évoquait, sans plus celui dû à une forte toux. J'ignore toujours ce qui avait provoqué la crampe dans cette région. Je n'ai mentionné cet incident que parce qu'il s'agissait du premier événement sortant de l'ordinaire, physique ou autre, à intervenir.

Trois semaines plus tard, le second événement majeur advint. J'avais mis fin aux expériences avec les cassettes parce que je soupçonnais que la crampe y était liée d'une façon ou d'une autre. Rien apparemment n'avait donc suscité cet incident.

C'était encore un dimanche après-midi et ma famille s'était rendue à l'église. Je m'étais étendu sur le canapé du salon pour une courte sieste alors que la maison était calme. Je venais juste de me coucher sur le ventre (la tête tournée au nord, si cela présente une signification) quand un rayon sembla sortir du ciel au nord, formant un angle d'environ 30° par rapport à l'horizon. C'était comme si j'avais été frappé par une lumière chaude, mais il faisait jour et aucun rayon n'était visible.

Je songeai tout d'abord qu'il *s'agissait* de la lumière solaire, bien que cela fut impossible eu égard à l'exposition de la maison. Il se produisit un tremblement violent ou une «vibration» lorsque le rayon frappa mon corps. J'étais absolument incapable de faire le moindre geste. C'était comme si une force me retenait.

Bouleversé et effrayé, je me forcai à bouger. C'était comme si j'essayais de repousser des limites invisibles. Alors que je me redressais lentement sur le canapé, le tremblement et la vibration disparurent progressivement et je parvins à bouger librement.

Je me levai et fis quelques pas. À ma connaissance, aucune perte de conscience n'était intervenue, et la pendule montrait que quelques secondes seulement s'étaient écoulées depuis que je m'étais étendu sur le canapé. Je n'avais pas fermé les yeux, et j'avais vu la pièce et entendu tous les bruits extérieurs tout au long de cet incident. Je regardai par la fenêtre, en particulier vers le nord, mais je dois avouer que j'ignore ce que j'espérais voir. Tout paraissait normal et serein. J'allai me promener afin de réfléchir à l'événement étrange qui m'était advenu. Je connus le même état à 9 reprises au cours des 6 semaines suivantes. Il se manifesta à des heures et en des endroits divers. Un seul point commun se dégagait: cela se produisait toujours peu après que je me fus allongé pour dormir ou me reposer. Je m'efforçais à chaque fois de m'asseoir et le «tremblement» ces-

sait progressivement. Mon corps le «ressentait» or il n'était pas apparent. Ma connaissance limitée de la médecine m'amenait à imaginer maintes causes éventuelles. Je songeai à l'épilepsie, mais je savais que les épileptiques ne conservaient aucun souvenir et n'éprouvaient aucune sensation durant de telles crises. En outre, l'épilepsie est un mal héréditaire qui se déclare à un âge précoce, ce qui ne correspondait nullement à mon cas. J'envisageai ensuite l'éventualité d'un désordre cérébral tel qu'une tumeur. Les symptômes n'avaient rien de typique mais la possibilité n'était pas à exclure. Je me rendis, inquiet, chez notre vieux médecin de famille, le Dr Richard Gordon, et je lui décrivis les symptômes. En tant qu'interne et que généraliste, il aurait dû être à même de répondre à mes questions. Il connaissait par ailleurs mes antécédents médicaux.

Après un sérieux examen physique, le Dr Gordon suggéra que j'étais sans doute surmené et que j'avais intérêt à m'accorder plus de sommeil et de repos. Bref, tout paraissait en ordre sur le plan physique. Il rit lorsque j'évoquai l'éventualité d'une tumeur cérébrale ou de l'épilepsie. Je le crus sur parole et rentrai chez moi soulagé. S'il n'existait pas de cause physique au phénomène, il devait être de nature hallucinatoire, il s'agissait vraisemblablement d'une sorte de rêve. Je décidai donc que si je connaissais à nouveau cet état, je m'emploierais à l'observer de manière aussi objective que possible. Il m'obligea en se produisant le soir même.

Il commença quelque deux minutes après que je me fus couché. J'étais résolu cette fois à le vivre jusqu'au bout afin de voir ce qu'il adviendrait plutôt que d'essayer d'y échapper. Je demeurai étendu, l'«impression» naquit dans ma tête et envahit l'ensemble de mon corps. Il ne s'agissait pas d'un tremblement, mais plutôt d'une "vibration", constante et de fréquence égale. On aurait dit un choc électrique, la douleur en moins. La fré-

quence paraissait en outre inférieure -de moitié environ- à la pulsation de 60 cycles. Effrayé, je m'efforçai de conserver mon calme et de poursuivre l'aventure. Je voyais toujours la chambre qui m'entourait, mais je n'entendais plus guère que le ronflement des vibrations. Je me demandai ce qu'il allait advenir de moi. Il ne se produisit rien en fait. La sensation se dissipa quelque 5 minutes plus tard et je me relevai, me sentant parfaitement normal. Mon pouls était rapide en raison de l'excitation, mais je n'observai aucune autre anomalie. Ma peur de ce curieux état s'évanouit en conséquence dans une large mesure. La vibration se manifesta encore en 4 ou 5 occasions sans que j'en apprenne plus à son sujet. Un jour cependant, elle parut se développer en un anneau d'étincelles d'environ 65 cm de diamètre, l'axe de mon corps occupant le centre de cet anneau. J'étais capable de le voir en fermant les yeux. L'anneau partait de ma tête descendait lentement vers mes pieds, puis remontait vers ma tête en une oscillation régulière. Le cycle durait, semble-t-il quelque 5 secondes. L'anneau frôlant mon corps, je sentais les vibrations «couper» ce plan. À hauteur de ma tête, il s'accompagnait d'un énorme rugissement et je ressentais les vibrations jusque dans mon cerveau. Je m'efforçai d'étudier cet anneau à l'apparence électrique, mais je ne découvris aucune raison à son existence. Je ne compris pas non plus de quoi il s'agissait. Je ne parlai de ces expériences ni à ma femme ni à mes enfants. Je ne voyais pas de raison de les inquiéter tant que je ne disposerais pas d'éléments plus précis au sujet de cet état. Je me confiai toutefois à un ami, un psychologue de renom, le Dr Foster Bradshaw. S'il n'avait été là, j'ignore ce qu'il serait advenu de moi. Sans doute aurait-il fallu m'interner.

Je lui relatai les divers incidents et il se montra très intéressé. Il suggéra qu'il s'agissait peut-être d'une forme quelconque d'hallucination. Il me connaissait

bien, à l'instar du Dr Gordon. Il éclata de rire lorsque je lui demandai si je ne traversais pas les premières phases de la schizophrénie. Je lui demandai un conseil. Je n'oublierai jamais sa réponse. «Eh bien, je ne vois qu'une chose à faire: examiner le phénomène et voir de quoi il retourne. De toute façon il semble que tu n'aies guère le choix. Si cela m'arrivait, je me mettrais au vert pendant quelque temps et je n'aurais de cesse que de connaître la réponse à ce mystère.»

Seulement c'est à moi que cela advenait et pas au Dr Bradshaw, je ne pouvais me permettre de me mettre au vert. Je devais subvenir, notamment, aux besoins de ma famille. Plusieurs mois passèrent et je continuai à connaître la vibration. Cela en devenait presque ennuyeux, jusqu'à ce que tard un soir alors que j'étais allongé essayant de dormir... Les vibrations se manifestèrent et j'attendais patiemment qu'elles se dissipent afin que je trouve enfin le sommeil. Mon bras pendait du côté droit du lit, mes doigts effleurant le tapis.

J'essayai sans raison de bouger mes doigts et je constatai qu'il m'était possible de gratter le tapis. Sans accorder attention au fait que je parvenais à bouger mes doigts pendant la vibration, je poussai leur extrémité contre le tapis. Après une brève résistance, mes doigts s'enfoncèrent dans le tapis et touchèrent le sol. Je cédaï à la curiosité et j'aventurai ma main plus avant. Mes doigts traversèrent le plancher et je sentis la surface rêche du plafond de la chambre d'au-dessous. Je déplaçai mes doigts et je sentis un petit morceau de bois triangulaire, un clou recourbé et de la sciure. Je sommeillais à moitié et mon intérêt n'était qu'à peine éveillé. Je poussai ma main encore plus profondément. Je traversai le plafond du premier étage et j'eus l'impression que mon bras tout entier avait suivi le mouvement. Ma main rencontra de l'eau. Sans éprouver la moindre excitation, j'y plongeai les doigts.

Je pris soudain conscience de la situation. J'étais tout à fait éveillé. Je voyais le paysage de clair de lune à travers la fenêtre. J'étais allongé dans le lit, les couvertures recouvrant mon corps, l'oreiller sous ma tête, ma poitrine se soulevant et s'abaissant au rythme de ma respiration. Les vibrations étaient toujours présentes, mais à un degré moindre. Or, en dépit de l'impossibilité de la situation, ma main jouait dans un baquet d'eau et mon bras paraissait coincé dans le sol. Il ne laissait aucun doute; j'étais totalement éveillé et la sensation subsistait. Comment se pouvait-il que je sois conscient à tous les égards alors que je continuais à «rêver» que mon bras traversait le plancher de ma chambre?

Les vibrations s'estompèrent et pour je ne sais quelle raison je songeai qu'il existait un lien entre celles-ci et le fait que mon bras était prisonnier du sol; si elles cessaient avant que je n'ai réussi à le «récupérer», le sol risquait de se refermer sur lui et de le sectionner. Peut-être les vibrations avaient-elles creusé un trou temporairement dans le sol. Je ne m'interrogeai pas un seul instant sur le «comment» de la situation. Je ramenai mon bras à moi, le reposai sur le lit et les vibrations s'interrompirent peu après. Je me levai, allumai la lumière et regardai la descente de lit. Il n'y avait pas le moindre trou. Je regardai ma main et mon bras et je cherchai même des traces d'eau sur mes doigts. Il n'y en avait pas, tout était normal. J'observai la chambre. Ma femme dormait paisiblement à mes côtés. Rien n'était suspect. Je songeai un long moment aux hallucinations avant d'être capable de me calmer et de m'endormir. Le lendemain je caressai l'idée d'ouvrir le plancher afin de voir si le morceau de bois triangulaire, le clou recourbé et la sciure s'y trouvaient ou non. Je jugeai toutefois l'idée absurde. Je racontai cet épisode au Dr Bradshaw, et il reconnut qu'il s'agissait d'une rêverie pour le moins convaincante. Il m'avoua qu'il serait d'avis d'ouvrir mon

plancher afin de vérifier la présence des objets que j'avais décrits. Il me présenta au Dr Lewis Wolberg, un psychiatre de renom. Je mentionnai vaguement à l'occasion d'une réception les vibrations au Dr Wolberg. Il ne se montra que légèrement intéressé et guère d'humeur à parler «affaires» -ce dont je ne saurais le blâmer. Je n'eus pas le courage de lui parler du passage de mon bras à travers le plafond.

Tout cela devenait perturbant. Mon environnement et mon expérience personnelle m'avaient enseigné à attendre l'une ou l'autre réponse ou tout au moins promesse de réponse de la part de la technologie moderne. Pour un profane je possédais des connaissances au-dessus de la normale en matière de science, d'engineering et de médecine. En y repensant je ne me vois toujours pas renonçant à élucider ce mystère. Sans doute n'avais-je d'ailleurs pas d'autre alternative. Je m'imaginai à l'époque que mes expériences relevaient de l'absurde, je n'avais pas la moindre idée de ce que j'allais vivre par la suite; quelque 4 semaines plus tard, lorsque les «vibrations» recommencèrent, je pris soin de ne bouger ni mes bras ni mes jambes. Il était tard et je reposais dans le lit sur le point de m'endormir. Ma femme avait déjà sombré dans le sommeil. L'état se développa dans ma tête puis gagna l'ensemble de mon corps. Tout se déroulait comme précédemment. Je me demandais comment analyser le phénomène sous un autre angle lorsque je songeai que j'apprécierais de m'offrir le lendemain après-midi une escapade en planeur (mon hobby à l'époque). Sans songer aux conséquences -sans même savoir qu'il y en aurait- je m'imaginai le plaisir qu'un tel vol me procurerait.

Je sentis bientôt une sorte de pression contre mon épaule. Curieux, je tendis la main pour découvrir ce qui me poussait ainsi. Elle rencontra un mur lisse. Je déplaçai ma main sur sa surface uniformément lisse et

ininterrompue. Mes sens parfaitement en alerte, je m'efforçai de scruter l'obscurité. Il s'agissait bien d'un mur et j'étais couché, mon épaule pressant contre celui-ci. Je songeai aussitôt que je m'étais endormi et que j'étais tombé de mon lit. (Cela ne m'était jamais arrivé auparavant, mais tant d'incidents étranges m'advenaient depuis quelque temps, qu'une telle chute n'avait rien d'impossible.)

Je regardai de plus près. Quelque chose clochait. Ce mur n'avait pas de fenêtre, aucun meuble n'y était appuyé aucune porte ne s'y ouvrait. Ce n'était pas un mur de ma chambre. Pourtant il m'était familier. Je l'identifiai aussitôt. Il ne s'agissait pas d'un mur mais du plafond. Je flottais près du plafond, le cognant légèrement à chaque mouvement. Je roulai dans l'air, sidéré et je regardai vers le bas. Au-dessous de moi, dans l'obscurité, j'aperçus le lit. Deux personnes y reposaient. À droite je distinguais ma femme. À ses côtés un homme. Tous deux étaient endormis.

Quel étrange rêve, songeai-je. J'étais intrigué. Quel était cet homme que j'imaginai allongé aux côtés de ma femme. Je l'observai plus attentivement et le choc fut brutal. L'homme n'était autre que *moi*! Ma réaction fut presque instantanée. J'étais ici, mon corps était là. Je mourais et je n'étais pas disposé à mourir. Les vibrations me tuaient d'une manière ou d'une autre. Désespérément, tel un plongeur, je me précipitai vers mon corps et le réintégrai. Je sentis aussitôt le lit et les couvertures et lorsque j'ouvris les yeux, j'aperçus la chambre vue du lit. Qu'était-il advenu? Avais-je vraiment été sur le point de trépasser? Mon cœur battait la chamade, mais pas de manière excessive compte tenu de la situation. Je bougeai bras et jambes. Tout paraissait normal. Les vibrations avaient cessé. Je me levai et marchai à travers la chambre, je regardai par la fenêtre et fumai une cigarette. Il se passa un long moment avant

que je ne trouve le courage de regagner mon lit, de m'y étendre et d'essayer de trouver le sommeil. La semaine suivante je retournai chez le Dr Gordon afin de subir un nouvel examen de santé. Je ne lui parlai pas des raisons de ma visite mais il comprit que j'étais inquiet. Il m'examina soigneusement et me fit subir tous les examens auxquels il lui était possible de songer: analyses de sang et d'urines, fluoroscopies, électrocardiogrammes, etc. Il vérifia avec minutie toutes les possibilités de lésions cérébrales et me posa maintes questions relatives à l'action motrice de diverses parties du corps. Il me prescrivit un EEG (analyse des ondes cérébrales) qui ne révéla aucun problème particulier.

Le Dr Gordon me prescrivit des tranquillisants et me renvoya chez moi en m'ordonnant de lâcher un peu de lest, de fumer moins et de me reposer plus -il m'assura que si j'avais un problème il n'était pas de nature physique. Je me rendis chez mon ami psychologue, le Dr Bradshaw. Il me fut d'un secours encore moindre et ne se montra guère compatissant lorsque je lui contai mon histoire. Il estimait que je devais m'efforcer de répéter l'expérience. Je lui déclarai que je n'étais pas disposé à mourir. Il me répondit calmement: «Oh je ne crois pas que tu coures un tel risque. Certains adeptes du yoga et de diverses religions orientales prétendent être capables de faire cela à volonté.» «Faire quoi?», lui demandai-je. «Eh bien, quitter leur corps physique pendant un certain temps», répliqua-t-il. «Ils prétendent être capables de se rendre où ils le désirent. Tu devrais essayer d'en faire autant.»

Je lui affirmai que c'était stupide. Personne n'était capable de voyager sans son corps physique. «Je n'en suis pas si sûr», me rétorqua-t-il. «Tu devrais lire certains ouvrages consacrés aux Hindous. As-tu étudié un peu de philosophie à l'université?» Je lui répondis par l'affirmative, mais l'assurai que je ne me souvenais pas

d'avoir entendu parler de cette histoire de voyage sans le corps. «Peut-être n'avais-tu pas un bon professeur de philosophie.» Le Dr Bradshaw alluma un cigare et me regarda attentivement. «Ne sois pas aussi obtus. Fais ton expérience. Comme le disait mon vieux professeur de philosophie: Si tu es borgne, tourne la tête et si tu es aveugle, ouvre tes oreilles et écoute.» Je lui demandai ce que je devais faire si j'étais également sourd. Il garda le silence. Il est certain que le Dr Bradshaw avait de bonnes raisons de ne pas s'en faire: c'était moi et non lui qui vivait ces expériences. Je dois avouer toutefois que j'ignore ce qui serait advenu de moi sans son approche pragmatique et son merveilleux sens de l'humour. Jamais je ne serai capable de lui rembourser ma dette.

Les vibrations se manifestèrent 6 fois avant que je ne sois capable de rassembler le courage nécessaire pour répéter mon voyage hors du corps. J'éprouvai un énorme soulagement lorsque je m'y résolus enfin. Les vibrations étaient à leur puissance maximum. Je songeais à m'élever dans les airs et j'y parvins. Je flottai paisiblement au-dessus du lit. Je décidai de m'arrêter et aussitôt je me retrouvai immobile, suspendu dans les airs. La sensation n'était nullement désagréable, mais je fus brusquement envahi par la peur de tomber. Quelques secondes plus tard, je désirai redescendre et bientôt je me retrouvai dans le lit, mes organes sensoriels opérant de manière parfaite. Je n'avais pas perdu conscience entre le moment où je m'étais allongé dans le lit et celui où je m'étais élevé dans les airs. Si ce que je venais de vivre n'était pas réel -s'il ne s'agissait que d'une hallucination- mon cas était grave. J'étais incapable de dire à quel moment cessait la veille et commençait la rêverie. Des milliers de personnes internées dans des asiles psychiatriques souffrent de ce problème précis. La seconde fois où je m'efforçai de me dissocier délibérément, je connus le succès. Je m'élevai à nouveau jusqu'au pla-

fond. En cette occasion j'éprouvai toutefois une pulsion sexuelle des plus puissantes. J'étais incapable de penser à autre chose. Embarrassé et irrité de mon incapacité à maîtriser ce flux affectif, je regagnai mon corps physique. Cinq nouvelles expériences furent nécessaires avant que je ne découvre le secret d'un tel contrôle. L'importance évidente de la sexualité pour le sujet qui nous occupe est telle que je l'aborderai en détail plus avant. À l'époque, un blocage mental exaspérant m'empêchait de dépasser les limites de la chambre où reposait mon corps physique. Ne disposant d'aucune autre terminologie, je nommai cette condition, l'État Second et le Corps Second, ce corps non physique qu'il semble que nous possédions. Selon moi, cette terminologie en vaut une autre. Je dus attendre la première expérience vérifiable avant d'être persuadé qu'il ne s'agissait ni de rêveries, ni d'hallucinations, ni d'aberrations névrotiques, ni des prémisses de la schizophrénie, ni de fantasmes provoqués par une autohypnose, voire pire.

Cette première expérience vérifiable me valut un choc indescriptible. Accepter cette réalité me contraignait à réviser presque toutes mes expériences antérieures, ma formation, mes concepts et mon sens des valeurs. Elle ébranlait par-dessus tout la foi en la totalité et en l'exactitude de nos connaissances scientifiques. J'étais convaincu que nos savants possédaient les réponses à toutes les questions, ou tout au moins à la majorité d'entre elles. Par ailleurs, si je rejetais l'évidence - à mes yeux sinon à ceux d'autrui - il me fallait également rejeter ce que je respectais tant: le fait que l'émancipation de l'humanité et son progrès dépendent essentiellement de sa traduction de l'inconnu et du connu, par l'intermédiaire de son intellect et du principe scientifique. Tel était le dilemme. Il s'agissait peut-être du résultat d'un coup de baguette magique et d'un don inné. Je ne détiens toujours pas la réponse à cette question.

Quête et recherche

Que faire lorsqu'on se trouve confronté à l'inconnu? L'ignorer et penser à autre chose? En ce cas, deux facteurs allaient à l'encontre de cette solution. L'un était tout simplement la curiosité. Le second: comment ignorer un éléphant trônant dans son living-room? Ou pour employer une image plus appropriée, un fantôme dans sa chambre à coucher? Sur un autre plan, il me fallait prendre en considération les conflits et les angoisses bien réelles et perturbantes. Je ne redoutais pas ce qu'il risquait de m'advenir si l'«état» se poursuivait. J'étais beaucoup plus inquiet par l'éventualité d'une maladie mentale latente que d'une détérioration physique. J'avais suffisamment étudié la psychologie et je possédais assez d'amis psychologues et psychiatres pour m'accommoder de telles peurs. Je craignais toutefois d'aborder la question avec eux, ne désirant pas devenir l'un de leurs «patients» et perdre ainsi l'intimité que permettait l'égalité (la normalité). Il était encore plus dangereux de m'ouvrir de mes expériences à des amis appartenant à mon univers professionnel. Je serais qualifié de psychotique ou d'original ce qui nuirait considérablement à ma vie et à celle de mes proches.

Enfin, il me semblait indispensable de taire cela à ma famille. Il était inutile qu'ils s'inquiètent à mon sujet. Seule la nécessité impérieuse d'expliquer certains comportements étranges m'amena à me confier à mon épouse. Elle accepta la situation avec réticence, surtout parce qu'il n'existait pas d'autre choix. Elle devint ainsi

un témoin inquiet d'incidents et d'événements qui entraient en conflit avec sa formation religieuse. Les enfants étaient trop jeunes à l'époque pour comprendre ce qu'il advenait. (Plus tard, le sujet leur devint courant. Ma fille aînée me rapporta un jour qu'elle s'était trouvée un soir dans le dortoir de son lycée avec une amie et que regardant autour d'elle, elle s'était exclamée: «Papa, si tu es ici, je crois que tu devrais partir parce que nous désirons nous déshabiller pour nous coucher.» Je me trouvais en réalité à 350 km de là, tant physiquement qu'autrement.) Je m'habituais petit à petit à ce nouvel état. J'exerçais un contrôle plus satisfaisant de ses mouvements. Il était même devenu utile à divers égards. La seule idée de m'en défaire suscitait ma réticence. Cette manifestation mystérieuse avait éveillé ma curiosité.

Même après que j'eus déterminé qu'il n'existait nulle cause physiologique au phénomène et que je n'étais pas plus fou que la majorité de mes pairs, mes craintes persistent. Il s'agissait d'un défaut, d'une maladie ou d'une difformité qu'il convenait de dissimuler aux individus «normaux». Il n'y avait personne dans mon entourage avec qui je pouvais parler du problème, hormis le Dr Bradshaw avec lequel j'évoquais de temps à autre mes expériences. La seule solution qui s'offrait à moi consistait à suivre l'une ou l'autre psychothérapie. Mais le coût annuel, plusieurs milliers de dollars, d'une année (ou de 5 ou de 10) de consultations quotidiennes sans garantie de résultats ne constituait pas une perspective des plus réjouissantes.

Je me sentais très seul dans ces premiers temps. Je commençai en définitive à faire des expériences portant sur cette curieuse aberration, prenant des notes relatives à chaque incident. Je me lançai en outre dans la lecture d'ouvrages s'intégrant dans un domaine d'étude que j'avais négligé jusqu'à présent. La religion n'avait jamais beaucoup influencé ma pensée, or il semblait que

c'était la seule direction dans laquelle il m'était désormais possible de rechercher des réponses à mes questions. Dieu, l'église et la religion ne représentaient pas grand-chose pour moi. En fait, je n'avais jamais réfléchi à la question ni dans un sens ni dans un autre, le sujet n'éveillant tout simplement pas mon intérêt. Ma lecture superficielle des philosophies et religions occidentales, passées et présentes, me permit de découvrir certaines références et généralités vagues. D'aucunes paraissaient représenter la tentative de l'une ou l'autre personne pour décrire ou expliquer des incidents similaires. Les écrits bibliques et chrétiens en renfermaient de nombreux, mais aucun n'abordait la question de la cause ou de la cure spécifique. Le remède conseillé consistait apparemment à prier, à méditer, à jeûner, à fréquenter l'église, à renoncer à ses péchés, à accepter la Trinité, à croire au Père, au Fils et au Saint-Esprit, à résister à la tentation du Mal, et à se consacrer à Dieu.

Tout cela ne contribua qu'à ajouter au conflit intérieur qui me déchirait. Si ce qui m'arrivait était «bon», c'est-à-dire un «don», cela appartenait incontestablement au domaine des saints selon l'histoire religieuse. J'avais toutefois le sentiment que la sainteté n'était pas un état s'appliquant particulièrement à mon cas. Si ce qui m'arrivait était «mal», cela ne pouvait être que l'œuvre du Malin ou tout au moins d'un démon désireux de me posséder ou de me déposséder et je devais être exorcisé. Les ministres orthodoxes de la religion organisée que je rencontrai acceptèrent cette dernière éventualité avec divers degrés de réticence. J'avais l'impression que j'étais un être dangereux et hérétique à leurs yeux. Ils étaient inquiets. Le Dr Bradshaw avait raison, l'idée était acceptée de manière beaucoup plus ouverte par les religions orientales. Il y était souvent question de l'existence d'un corps non physique. Ici aussi cependant un tel état d'être résultait d'un développement spirituel su-

périeur. Seuls les Maîtres, les Gourous et les Hommes Saints étaient à même de quitter leur corps physique temporairement pour bénéficier d'une perception mystique indescriptible. Je ne trouvai aucun détail, aucune explication pragmatique relative à ce qu'il convenait d'entendre par développement spirituel. Il était implicite que de telles informations étaient courantes dans les pratiques de cultes, sectes, lamasseries, etc. secrets.

Si tel était le cas, qui ou qu'étais-je? Il ne laisse aucun doute que j'étais trop âgé pour commencer une vie nouvelle dans un monastère tibétain. La solitude devint bientôt pesante. Il n'existait pas de réponse à mes questions, tout au moins dans notre culture. C'est à cette époque que je découvris l'existence d'un *underground* aux États-Unis. Cet *underground* ne se mêle que rarement aux mondes des affaires, de la science, de la politique et des arts. Par ailleurs, ce mouvement n'est pas propre aux États-Unis mais infiltre toute la civilisation occidentale.

Maintes personnes en ayant entendu parler vaguement ou «à l'occasion», sont entrées en contact avec lui mais n'ont considéré ses membres que comme des êtres originaux entretenant de curieuses idées. Un point est sûr: les membres de cet *underground* qui sont respectés dans leurs communautés n'évoquent leur intérêt ou leur conviction que s'ils savent que vous faites partie du même monde souterrain qu'eux. Ils ont appris par expérience que s'ouvrir de leurs expériences leur valait d'être rejetés par les ministres de leur culte, par leurs clients, par leurs employeurs voire par leurs amis.

Je soupçonne que les membres de cet *underground* se comptent par millions. Ils appartiennent à tous les domaines d'activité: scientifiques, psychiatres, médecins, ménagères, universitaires, hommes d'affaires, adolescents et au moins quelques représentants de religions formelles.

Ce groupe présente toutes les propriétés d'un mouvement underground. Ses membres se rassemblent en petits groupes, souvent à l'occasion de réunions semi-sécètes. (Les événements sont souvent annoncés de manière publique, mais vous devez être «initié» pour comprendre le message.) Les participants n'évoquent qu'entre eux les affaires de leur underground. La communauté ignore -à l'exception de la famille et de proches amis (qui sont probablement eux aussi membres du «club»)- tout de ce centre d'intérêt et de cette vie occulte. Si vous posez à un membre de l'underground la question ouvertement il niera d'ailleurs en faire partie parce que bien souvent il n'est pas conscient de cette association. Tous sont émotionnellement et intellectuellement dévoués à une cause. Enfin, l'underground possède sa littérature, son langage, sa technologie et dans une certaine mesure ses demi-dieux.

À l'heure actuelle, ce mouvement est des plus désorganisés. En fait, il n'existe pas d'organisation au sens propre du terme. Il est par ailleurs rare que les groupes locaux soient allés jusqu'à adopter un titre ou un nom. Il n'existe à l'heure actuelle que de petites - mais régulières- réunions dans le salon de l'un ou l'autre membre, dans la salle de conférence d'une banque, voire dans le presbytère d'une église. Ce groupe évolue dans l'obscurité et semble suivre maintes voies différentes - pourtant l'objectif est le même pour tout un chacun. Toutefois, comme dans tous les mouvements de type underground, dès que vous faites partie de la famille», vous rencontrerez d'autres membres où que vous soyez. La rencontre n'est pas prévue, elle se produit naturellement. Qui appartient à cet underground? Tout d'abord, les professionnels. À une extrémité se trouvent les parapsychologues, dont le nombre est limité. Ce sont des individus diplômés d'universités reconnues qui ont ouvertement réalisé des recherches dans le domaine de l'ESP.

Le plus célèbre d'entre eux est sans conteste le Dr J. B. Rhine, ancien membre de la Duke University, qui dirigea et recensa des tests de probabilité statistique simples à l'aide de cartes pendant 30 ans. Il estime avoir prouvé statistiquement que l'ESP existait. Ses résultats sont considérés avec suspicion et dans l'ensemble rejetés par la majorité des psychologues et psychiatres des États-Unis. Il n'est toutefois pas le seul en son genre. Il convient également de citer Andrija Puharich, J. G. Pratt, Robert Crookall, Hornell Hart, Gardner Murphy, etc. Si vous êtes membre de l'underground tous ces noms vous sont familiers.

Le spectre professionnel va des parapsychologues aux diseurs de bonne aventure qui prétendent être des bohémiennes ou des Indiens de New Delhi, et vous prennent 5 dollars pour une «lecture» rapide. Les secteurs d'intérêt sont des plus divers, mais présentent tous des relations par rapport à des convictions communes. Les membres de l'underground se tournent vers les professionnels pour obtenir information et conseil et les considèrent en quelque sorte comme des héros. Est un professionnel quiconque écrit un livre sur le sujet, organise une fondation, dirige une recherche, vit une expérience majeure, étudie avec un grand professionnel, réalise des lectures psychiques, dirige des classes de développement de l'Esprit et/ou de l'Âme, guérit au moyen de la foi, est un astrologue accrédité, un ministre en Science Divine ou en Spiritualisme, un médium, un fan des soucoupes volantes extraterrestres ou encore un hypnotiseur. La plupart tirent une partie ou l'ensemble de leurs revenus de cette activité. Nombreux sont ceux qui entretiennent les uns vis-à-vis des autres une profonde jalousie professionnelle et qui se montrent souvent suspicieux à l'égard de techniques et de théories ne s'intégrant pas dans leur secteur d'activités particulier. Il arrive même qu'ils considèrent avec un amusement su-

périeur, tolèrent les résultats de recherches n'ayant pas trait à leur spécialité. Rien n'interdit d'avancer que cette attitude explique l'absence d'organisation de ce mouvement. Il n'en demeure pas moins que les professionnels sont, malgré eux, attirés les uns vers les autres. Leur intérêt commun rend cela inévitable. Qui d'autre qu'un confrère pourrait partager avec eux leurs pensées et leurs expériences en comprenant de quoi il retourne?

Mon intention n'est nullement de jeter le discrédit sur ces professionnels. Ils constituent un groupe d'individus totalement fascinant et merveilleux. Chacun à sa façon recherche la Vérité. Que le monde paraîtrait terne sans eux à un membre de l'underground. Il existe pour le consommateur underground des magazines, des journaux, des conférences, des clubs de livres (au moins 50 livres nouveaux sont publiés chaque année sur le sujet, la plupart par les éditeurs ayant pignon sur rue), et même des programmes TV et radio. Ces derniers, réalisés par des membres passionnés, ne connaissent pas le succès du fait que l'underground constitue encore un groupe minoritaire. La réaction du public est: «Tu ne crois quand même pas à toutes ces histoires?» Qui donc appartient à cet underground? Contrairement à ce que l'on pourrait croire, il ne s'agit pas uniquement d'un ensemble d'originaux stupides, sans éducation, superstitieux, déraisonnables. De telles personnes en font bien entendu partie mais leur pourcentage n'est pas plus élevé dans ce groupe que dans la population générale. En réalité, une étude sérieuse révélerait probablement que leur QI est de beaucoup supérieur à celui de la majorité des Occidentaux. La cause ou le lien commun qui les rassemble est simple: tous sont convaincus que:

1° que le Moi Intérieur de l'homme n'est ni compris ni pleinement épanoui dans notre société contemporaine, et:

2° que le Moi Intérieur possède des capacités pour agir et se manifester mentalement et matériellement dans une mesure inconnue et ignorée de la science moderne.

Le souci premier de ces individus est de lire des articles traitant de, de parler de, de penser à, de discuter de et de participer à toute activité «psychique» ou «spirituelle». Telle est la seule condition pour «adhérer au club». Peut-être d'ailleurs en faites-vous partie sans même le savoir. Comment ces personnes développent-elles cet intérêt? La réponse la plus courante veut qu'elles aient vécu ou assisté à quelque phénomène que n'expliquent pas les enseignements scientifiques, philosophiques ou religieux modernes. Certains individus réagirent en chassant l'incident de leur esprit. D'autres s'efforcèrent de trouver les réponses à leurs questions.

Je devins membre parce qu'il me fut impossible de trouver une autre source d'information. Hélas, les renseignements que je cherchais étaient rares même dans ce nouvel-ancien monde. Mais au moins je rencontrai des personnes qui considéraient avec sérieux l'éventualité de l'existence de l'État Second.

Il devint bientôt évident que l'underground avait vu le jour voici un siècle, voire même avant, lorsque la science actuelle commença à organiser les concepts de l'homme et à les débarrasser de tout savoir non raisonnable et non confirmé. Ces efforts de purification amenèrent les leaders intellectuels à rejeter sans appel tout ce qui ne satisfaisait pas au test de l'empirisme. Ceux qui demeuraient fidèles aux croyances condamnées perdaient leur réputation. S'ils s'entêtaient mais désiraient demeurer actifs et acceptés dans la société, ils n'avaient d'autre choix que de passer dans l'underground tout en préservant une image sérieuse. Nombre de ceux qui refusèrent cette compromission devinrent des Martyrs.

La même attitude prévaut toujours dans notre société évoluée. Parmi les professionnels qui ne cachent pas leur intérêt pour la parapsychologie ou toute activité similaire, il en est *peut-être* 5 qui forcent toujours l'admiration et le respect dans leur champ d'activités qu'il s'agisse de médecine, de psychologie, de psychiatrie ou de sciences physiques. Je crois les avoir tous rencontrés. Hélas, je ne suis guère plus savant à ce stade, quoique ce ne soit pas de leur faute. Ils ne savent tout simplement pas grand-chose au sujet de l'État Second ou du Corps Second.

Dans l'ensemble, j'apprécie les personnes que j'ai rencontrées dans l'underground. Je les ai trouvées dans de petites villes, dans les grandes cités, dans le monde des affaires, dans les groupes religieux, à l'université et même au sein de l'Association Psychiatrique Américaine! Ce sont en règle générale des individus aimables, enjoués, possédant un sens de l'humour chaleureux. Ce sont des gens heureux, capables de rire quand cela s'impose de leur préoccupation impérieuse. Que ce soit intentionnellement ou non, ces individus comptent parmi les plus altruistes et les plus empathiques que je connaisse. Il n'est sans doute pas fortuit qu'ils soient en outre les êtres les plus religieux au sens vrai du terme.

Que le lecteur ne se méprenne pas sur mon intention, ces propos ne constituent pas une critique des autres sources et du matériau révélé dans les écrits psychiques disponibles. Chacun possède sa propre version de la Vérité et peut-être en existe-t-il plusieurs. J'ai participé à des séances médiumniques à l'occasion desquelles j'ai posé des questions précises. J'ai reçu des réponses vagues qui m'apparaissaient comme autant de formes d'évasion alors qu'une réponse directe aurait été si précieuse. Or, à mon grand étonnement, j'ai participé par la suite à une expérience sur le Corps Second qui confirma (pour moi et d'autres) l'authenticité de la capa-

cité du même médium. La vérité est en l'occurrence un mystère! L'œuvre d'Edgar Cayce, une sorte de saint moderne pour le monde psychique, fut sans doute très révélatrice et a fait l'objet de vérifications sérieuses, mais elle demeure incroyable en termes scientifiques et médicaux actuels. Aujourd'hui, plus de 20 ans après son décès, nous n'en savons guère plus sur la manière dont fonctionnait son don qu'à l'époque de son vivant. Les lectures de Cayce furent utiles, mais il est difficile de préciser dans quelle mesure elles se rapportent à l'État Second. Il le confirma mais ne l'expliqua pas. La majorité de ses déclarations à cet égard sont obscurcies par le voile d'un puissant conditionnement religieux. La question reste donc ouverte à l'interprétation.

Il est d'autres individus, même de nos jours, qui sont à même de pratiquer comme le faisait Cayce. L'un d'entre eux fit des rapports très précis sur mon état physique et fournit des données générales relatives à mes activités dans l'État Second qui ne sont ni instructives ni vérifiables. Ces éléments suffirent toutefois à me convaincre de la validité de ses compétences. Une nouvelle Vérité se présentait (à moi et aux autres participants) mais aucune preuve susceptible d'être utilisée dans un tribunal par exemple.

Plusieurs «médiums» réalisèrent pour moi des «lectures de vie». Elles comprenaient maintes généralités mais aucune réponse directe, précise à des questions simples. S'ils sont authentiques (et qui suis-je pour prétendre qu'ils ne le sont pas?) ces médiums doivent disposer d'une perception spécifique limitée. Une autre explication plausible voudrait qu'ils éprouvent des difficultés à traduire les symboles qu'ils perçoivent. Je serai le dernier à leur jeter la pierre si tel est le cas, connaissant par expérience la difficulté de la tâche.

Ce fut toutefois à l'occasion de ces lectures et de ces contacts avec cette branche de la pensée humaine

que je nomme affectueusement l'underground que je trouvais en définitive des indices relatifs à ce qu'il m'advenait. Je n'aurais jamais accordé foi à mes découvertes si je n'avais pas été impliqué personnellement. Il était cependant rassurant de découvrir que j'étais pas unique en mon genre.

De quoi retournait-il? La réponse était simple: je réalisais des «projections astrales». Le Dr Bradshaw m'avait en fait fourni le premier indice quoique lui-même n'eût entendu parler qu'incidemment de la question. La projection astrale, pour le non initié, est un terme qualifiant la technique consistant à quitter de manière momentanée son corps physique pour se déplacer dans un corps non-matériel ou "astral". Maintes connotations sont désormais attachées au mot "astral" et maintes interprétations en ont été données, scientifiques ou autres. J'emploie le terme "scientifique" avec une certaine prudence parce que le monde scientifique moderne ne considère pas avec sérieux ces sujets, en Occident tout au moins.

Dans l'histoire occulte de l'humanité, il en va tout autrement. Le mot "astral" a des origines vagues dans des événements mystiques et lointains impliquant la sorcellerie, la magie, les incantations et autres activités que l'homme moderne juge stupides et relevant de la superstition. J'ignore donc toujours ce que signifie en réalité le terme «astral», aucune enquête sérieuse n'ayant été réalisée à ce propos. Je préfère donc m'en tenir à ma terminologie: «Corps Second» et «État Second». Ce type de littérature, qui fleurit toujours à l'heure actuelle, dépeint un monde astral composé de maints niveaux ou plans, qui est l'endroit où se rendent les individus après leur décès. La personne qui voyage dans son corps astral est capable de visiter brièvement de tels lieux, de parler avec des «défunts», de participer à des activités s'y déroulant et de réintégrer son corps

physique sans se porter plus mal pour autant. Je me souviens d'un temps où j'ai espéré (prié) ardemment pour que ce soit vrai.

Les occultistes estimaient que pour pratiquer cette incursion miraculeuse, il convenait d'avoir suivi une formation rigoureuse, ou mieux encore d'être «évolué sur le plan spirituel». Ces enseignements ont apparemment été transmis en secret tout au long de l'histoire pour éclairer ceux qui étaient assez évolués pour les recevoir. Il y eut bien entendu de temps à autre des individus qui divulguèrent le secret ou apprirent la technique de manière fortuite. Par le passé, ils étaient canonisés, châtiés, brûlés, tournés en dérision et enfermés pour un tel fait. Voilà qui, dans mon cas, n'augurait pas d'un avenir heureux. Il est paradoxal de noter que la plupart des données contenues dans mes notes tendent à confirmer cette approche occulte du sujet: une constatation qui me stupéfia. Recourant à une interprétation libérale et à une traduction en langage moderne, les pièces du puzzle s'agençaient.

Par ailleurs, et j'ignore toujours pourquoi, divers points n'étaient pas abordés. Selon la littérature de l'underground psychique, l'histoire mystico-religieuse de l'homme fait constamment référence à ce Corps Second. Bien avant le Christianisme et l'apparition de la Bible, diverses cultures en Egypte, en Inde, en Chine, pour ne citer que quelques pays, considéraient l'idée du Corps Second comme une procédure opératoire classique. Les historiens ont trouvé maintes références de ce genre, mais les ont attribuées à la mythologie de l'époque. Si on lit la Bible dans cet état d'esprit, cette croyance est confirmée à de multiples reprises tant dans l'Ancien que dans le Nouveau Testament. L'Église Catholique rapporte de nombreuses expériences de saints et autres personnages religieux connaissant de telles expériences, d'aucunes à volonté. Même dans le Protestantisme, des

Table de matières

| | |
|---------------------------------------|-----|
| Préface de l'édition française | 11 |
| Préface de la 2e édition américaine | 17 |
| 1. Mes premières expériences | 21 |
| 2. Quête et recherche | 35 |
| 3. Questions de preuve | 50 |
| 4. Le présent | 63 |
| 5. Infini, éternité | 77 |
| 6. Image inversée | 93 |
| 7. Après la mort | 108 |
| 8. «C'est ce que m'a appris la Bible» | 125 |
| 9. Anges et archétypes | 137 |
| 10. Des animaux intelligents | 145 |
| 11. Don ou fardeau? | 153 |
| 12. Mauvaises associations | 162 |
| 13. Le corps second | 171 |
| 14. Esprit et supra-esprit | 183 |
| 15. La sexualité dans l'État Second | 195 |
| 16. Expériences préliminaires | 208 |
| 17. Le processus de séparation | 223 |
| 18. Analyse des événements | 237 |
| 19. Classification statistique | 252 |
| 20. Conclusion? | 265 |
| 21. Prémisses: une analyse raisonnée? | 276 |
| Annexe: L'examen du professeur Tart | 290 |