

Conférence Marseille du 3/10/2003

**APPROFONDISSEMENT DES ETATS MYSTIQUES DE SAINTE
THERESE D'AVILA ET DES NDE OU EMI**

CHEMIN SPIRITUEL

CES ETATS SONT-ILS DES HALLUCINATIONS DELIRANTES ?

NICOLE LE BLOND, Psychologue Clinicienne, Psychothérapeute.

Nous connaissons les différentes étapes de la NDE ou EMI. Nous avons démontré dans le cadre du livre collectif « La Mort transfigurée » les similitudes les plus frappantes avec les états mystiques décrits par Sainte Thérèse d'Avila.

Depuis, nous avons poussé un peu plus loin notre recherche et tenté de repérer, non seulement, beaucoup de similitudes mais aussi quelques différences. Certaines NDE ou EMI se produisent au moment où le témoin est considéré comme cliniquement mort. Nous allons les comparer avec les états mystiques de Sainte Thérèse d'Avila, qui sont des états de conscience modifiée pour employer un terme de psychologie.

Nous savons que les NDE ou EMI ont une structure suffisamment cohérente et commune aussi bien dans leur déroulement que dans leur contenu et nous allons examiner les principaux points de cette structure en cherchant à les relier avec les états mystiques de Sainte Thérèse d'Avila. En sachant qu'ils ne sont pas toujours exactement superposables, qu'ils sont quelquefois différents ou non présents, mais suffisamment proches pour qu'ils puissent nous parler.

Quelques points communs du phénomène relaté :

1- Il s'agit dans les deux cas **d'une expérience vécue** et non d'une spéculation intellectuelle. Ce sont des expériences intimes.

La science se pose des questions quant à la nature des NDE ou EMI : à ce jour, elle n'a pas vraiment de réponse. Quant aux états mystiques de Thérèse ils sont des états spirituels rattachés à la religion chrétienne. Ils sont reconnus par l'Eglise Universelle.

2- Ces états d'être apparaissent sans qu'il n'y ait aucune participation de la part des témoins et de Thérèse. Ils surviennent indépendamment de leur volonté.

3 - Les personnes qui entrent dans le coma, ou qui ont une crise cardiaque, un anévrisme, un accident etc... ne semblent pas toutes entrer dans ces états. Bien que Thérèse pratique l'oraison, elle n'obtient pas automatiquement le ravissement ou autre état mystique. Même être nonne au Carmel, ordre de Sainte Thérèse d'Avila et pratiquer l'oraison ne suffit pas.

4- le détachement, aussi bien des êtres que de la vie ordinaire.

5- le caractère quasi ineffaçable des hallucinations visuelles, auditives, cœnesthésiques que Thérèse appelle visions ou paroles divines.

Quelques différences :

1 – Le déclencheur de cet état n'est pas le même ; l'accident, coma ; intervention médicale, crise cardiaque pour les témoins. Thérèse, quand à elle, pratique l'oraison qui est une méditation sur la vie du Christ entre autres.

2 – Le retour n'est pas le même. Les témoins reviennent dans leur corps et ensuite à l'état de veille ordinaire. Thérèse revient directement à l'état de veille ordinaire

3 – L'espace temps est également différent. Cela tient surtout au fait que Thérèse fait allusion au temps réel passé dans cet état. Il y a cependant quelques allusions au temps subjectif.

Après avoir abordé ces quelques points généraux, nous allons comparer les différents éléments des NDE ou EMI définis dans « La Mort Transfigurée »

I - Impression subjective de mort imminente

Certains témoins pensent qu'ils vont mourir.

Sainte Thérèse se trouve très près de la mort au moment de ses ravissements dit-elle.

Cependant Sainte Thérèse d'Avila a été confrontée à la mort de façon indépendante de ses états mystiques qui se produiront ultérieurement.

À partir de ce moment, elle considère que son âme est en péril et elle s'enquiert comment pratiquer l'oraison. Elle n'en savait rien. Elle se met à lire un traité d'oraison que son oncle lui avait offert. C'est en pratiquant l'oraison qu'elle obtiendra ses ravissements après de nombreuses années de pratique

2 - Sensation de paix et de bien-être

En faisant oraison Sainte Thérèse obtient dans un premier temps cette sensation de paix et de bien-être que les témoins connaissent bien.

3 - Expérience de décorporation

Définition :

Lors des NDE ou EMI le sujet se perçoit comme une entité séparée de son corps physique, invisible et immatérielle, mais capable de percevoir ce qui se passe et se dit autour de son corps qui présente alors tous les signes de l'inconscience (coma, mort clinique, etc).

4 - Tunnel

Définition :

Le sujet traverse un espace sombre à travers lequel il se déplace très rapidement

Pour ces deux étapes, expériences de décorporation et tunnel, il nous semble que c'est très proche de l'état de ravissement de Thérèse qui est appelé aussi extase, vol de l'esprit, enlèvement de l'esprit.

Nous faisons ce rapprochement dans la mesure où il existe un transport, un arrachement corporel suffisamment ample visible par l'entourage. Ses pieds ne touchent plus terre. Elle est en lévitation. Ceci s'accompagne souvent d'une très grande souffrance qui se transforme très rapidement en un bonheur sans nom.

On s'aperçoit fort bien que la chaleur naturelle se retire et que le corps se refroidit progressivement, mais avec de très grands délices. Ici nul moyen de résister.

Très souvent en effet sans réflexion préalable, sans nulle coopération personnelle, vous vous trouvez saisi par un mouvement d'une force et d'une impétuosité inouïes.

Je le répète, on sent, on voit qu'on est emporté, mais on ne sait où l'on va. Malgré le plaisir qu'on éprouve, la faiblesse naturelle, dans les commencements cause un sentiment de frayeur. De fait on est emporté malgré soi, et avec une violence incroyable.

Certaines fois, elle pouvait résister mais au prix d'une lassitude extraordinaire. Elle en était brisée.

D'autres fois, toute résistance devenait impossible.

Mon âme était emportée et presque toujours ma tête suivant ce mouvement, sans que je pusse la retenir ; quelquefois même rarement pourtant, mon corps aussi était emporté, au point de se trouver élevé de terre.

Il n'y a pas de perte de connaissance. Mais pour son entourage, elle présente l'apparence d'être inconsciente et il lui tâte le pouls. Il lui arrive de le perdre.

Lorsque l'esprit entraîne ainsi le corps après lui – et c'est avec un vif plaisir si l'on ne résiste pas – on ne perd pourtant point la connaissance ; en ce qui me concerne, du moins, je restais assez à moi pour me rendre compte que j'étais emportée.

Mais pour Thérèse un détachement étrange intervient. Il est à la fois corporel, psychologique et spirituel

A la vérité ces grâces sont accompagnées d'un entier détachement des créatures quant à l'esprit ; mais ici le Seigneur veut, ce me semble, que le corps lui-même en vienne de fait à ce détachement.

Il y a aussi une grande solitude. Le bonheur ineffable n'est pas si facilement à sa portée.

Ici, je le redis encore, aucune coopération de notre part. souvent à l'improviste, voici un désir qui surgit, je ne sais comment. De ce désir qui, en un instant, pénètre l'âme toute entière, naît une douleur qui la transporte bien au-dessus d'elle-même et de tout le créé. Dieu la met alors dans une séparation si universelle de toutes les créatures, qu'au milieu de sa plus cruelle souffrance, il n'y a plus, lui semble-t-il personne pour elle sur terre. Pour y croire et s'en faire l'idée, il faut, j'en suis convaincue, l'avoir éprouvé.

L'âme semble réellement dans un état où elle ne reçoit aucune consolation, ni du ciel qu'elle n'habite pas encore, ni de la terre qu'elle n'habite plus et d'où elle ne veut pas en recevoir.

Tous les sens sont suspendus, elle entend quelquefois ce qui se passe, mais de façon très lointaine mais elle ne voit pas son corps ni ce qui se passe autour d'elle comme dans les NDE.

La décorporation pour les témoins semble facile et non douloureuse contrairement à Thérèse quoiqu'elle décrive certains ravissements où tout est ineffable. Il y a d'autres similitude telle que la sensation de froid qu'ils éprouvent Thérèse et les témoins. Ceux-ci constatent leur état de mort, mais en même temps, ils s'aperçoivent qu'ils sont envahis par une sensation de vie bienheureuse, une sensation de paix et d'amour que Thérèse appelle la vraie vie.

Les témoins subissent cet état, ils sont emportés au moment de la décorporation, ils n'y peuvent rien comme Thérèse quant elle est rapté par un ravissement. Ils sont ensuite emportés dans un tunnel noir avec une sensation d'aspiration. Thérèse se sent aspirée pendant le ravissement mais ne ressent pas le noir par contre elle est très douloureuse.

Thérèse ne se voit pas en dehors de son corps ni tout ce qu'il y a autour d'elle. Les yeux de l'âme dont elle parle lui permettent d'avoir des visions ou contemplations intérieures, mais ces yeux de l'âme semblent ne pas lui permettre de voir son corps et l'espace où elle se trouve.

Quant à l'entier détachement des créatures dont elle parle, les témoins sont totalement heureux d'être envahis par cet état ineffable au point qu'ils ne veulent pas revenir. Leurs liens à leurs proches ne leur importent plus. Ils semblent s'en séparer sans regret.....

5 - Expérience transcendante

Définition :

Accès à un environnement extraordinaire et vision ou pénétration dans une lumière irradiante d'amour ; conscience de la présence d'une entité spirituelle ; audition de voix ou de musique ; absence de notion de temps ou d'espace ; sentiment d'unité ; très grande lucidité ; accès à des informations sur la structure de l'univers ; caractère extatique ou ineffable de cette expérience.

Thérèse, parle de la lumière dans ses visions et révélations au cours des ravissements

Pour parler de ce point seulement, la différence est si grande entre la lumière qui frappe nos yeux et celle qui brille dans ce séjour où tout est lumière, qu'il n'y a pas de comparaison à établir. La clarté du soleil ne semble plus, ensuite que laideur. Non, l'imagination la plus subtile est incapable de se

peindre, de se représenter cette lumière telle qu'elle est... Tous les sens se trouvent alors dans une telle jouissance et une telle suavité, qu'il est impossible d'en donner l'idée. Ainsi, mieux vaut n'en rien dire de plus.

Entité spirituelle :

Un jour, au cours d'une oraison, elle voit le Christ :

Je le vis des yeux de l'âme, j'aurai pu le voir des yeux du corps. Son image s'imprima tellement dans mon esprit qu'après plus de vingt-six ans écoulés il me semble l'avoir devant les yeux... La frayeur et le trouble me saisirent : je ne voulais plus recevoir ce visiteur

Elle considère que c'est un corps glorifié :

La vue d'un objet si surnaturellement beau cause une si grande béatitude, qu'on est hors de soi Et il s'y joignait des effets d'une telle nature que la frayeur ne tardait pas à disparaître

En certaines occasions, des **paroles** divines lui parviennent : c'est le Christ qui lui parle.

Je ne veux plus que tu converses avec les hommes, mais avec les anges(p 222). Mon saisissement fut extrême, parce que le mouvement qui m'emporta avait été puissant, et que ces paroles me furent dites au plus intime de l'âme. J'éprouvais tout à la fois de la crainte et une consolation très vive. Mais quand la crainte, causée, je pense, par la nouveauté de cette faveur, se fut dissipée, la consolation demeura ;

Où une autre fois :

N'aie point peur, ma fille ; c'est moi, je ne t'abandonnerai pas. Ne crains rien.

Comment sait-elle, que ces paroles sont divines ?

Il lui est impossible d'en perdre le souvenir. Comme pour les visions, elles sont quasiment marquées de façon indélébile dans son esprit, tandis que si se sont des marques de son imagination, elles s'effacent.

Quand les paroles procèdent de l'imagination... Il n'y a ni certitude, ni paix, ni goût intérieur. (121-IV)...

Le Seigneur fait en sorte que ces paroles s'impriment dans la mémoire de façon à ne pouvoir être oubliées..... si faible que soit ma mémoire (227.227/I)

Sentiment d'unité :

Il y a un sentiment d'unité alors qu'il n'y a plus de ressenti corporel. C'est une véritable Union à Dieu pour Thérèse.

Quant au bonheur dont nous parlons, il est au-dessus de toutes les joies de la terre, au-dessus de tous ses plaisirs, au-dessus de toutes ses jouissances. C'est même trop peu dire. Son origine n'ayant rien de commun avec celle des jouissances terrestres, l'impression qu'il cause diffère extrêmement, ainsi que l'expérience doit vous l'avoir appris(83/IV).....

Cette union est une mort au monde

Enfin, absolument mort au monde, pour vivre davantage à Dieu. C'est là une mort délicieuse. Une mort, parce que l'âme y est soustraite à toutes les opérations qu'elle peut produire tandis qu'elle est unie au corps ; délicieuse, parce que si l'âme paraît réellement se séparer du corps, c'est pour mieux vivre à Dieu. A vrai dire, je ne sais même s'il reste assez de vie pour respirer. Je viens d'y réfléchir, et il me semble que non ; du moins si l'on respire, on ne s'en aperçoit pas. L'entendement voudrait s'appliquer tout entier à comprendre quelque peu ce que l'âme éprouve ; mais s'en trouvant incapable, il demeure tout interdit, de sorte que s'il n'est pas entièrement perdu, du moins ne peut-il remuer ni pied ni main, comme l'on dit en parlant d'une personne si complètement évanouie qu'on la dirait morte (82 IV).

Cette Union ne dure qu'un temps, les témoins doivent revenir. L'état de ravissement disparaît et les effets sont plus ou moins durables.

La grâce de l'union aussi n'est point permanente. L'union est la fusion de deux objets en un, mais pourtant ces objets peuvent encore se séparer et subsister séparément.

Accès à des informations sur la structure de l'univers :

La vérité c'est qu'elle comprend ces mystères d'une manière plus parfaite(147-III)

6 - Mémoire panoramique :

Définition :

C'est une revue d'événement de la vie, même oubliés, avec ou sans participation empathique, compréhension soudaine de leur sens, évaluation .

Un soir, tandis que j'étais en oraison, le divin Maître m'adressa quelques paroles qui me remettaient en mémoire les grandes fautes de ma vie. Elles me remplirent de confusion et de peine. De fait, ces paroles, lors même qu'elles ne sont pas dites avec sévérité, provoquent un repentir et une douleur qui anéantissent.. Une seule d'entre elles fait plus avancer une âme dans la connaissance d'elle-même qu'un temps considérable passé à réfléchir sur sa misère, parce qu'elle portent avec elles un caractère de vérité auquel il lui est impossible de se soustraire.

Rencontre de personnes décédées

Lors d'un ravissement d'une force irrésistible, il me sembla que j'étais transportée dans le ciel, et les premières personnes que j'y aperçus furent mon père et ma mère. Et je vis de si grandes choses dans un si bref espace de temps – celui de dire un Ave Maria - que j'en demeurai toute hors de moi tant cette faveur me paraissait excessive ;

7 - Décision de revenir à la vie prise par le sujet ou imposée, mais sans désir de retour.

Nous savons que l'état est tellement agréable, bienfaisant pour les témoins qu'ils ne veulent pas revenir

Pour Thérèse, elle revient à la vie ordinaire en retrouvant son état de veille habituel que nous connaissons tous, mais elle est mécontente de revenir à cette vie. Et elle le dit en des termes véhéments qui marquent son désappoint mais aussi la différence d'état interne..

*Après ces faveurs, mon âme voudrait rester toujours en cette région supérieure et ne plus revenir à la vie, tant elle conçoit de mépris pour les choses d'ici-bas(De fait, elles ne semblent plus que fumier, et je vois clairement
combien c'est s'avilir que de s'y arrêter (357/I)*

8 - Répercussions ou effets :

Définition :

A la suite de cette expérience, le sujet voit généralement sa vie transformée dans le sens d'une priorité accordée aux valeurs d'amour et à la connaissance ; il a le sentiment d'avoir un nouveau destin ; il n'a plus peur de la mort, il a accès à la religiosité ou celle-ci se trouve très augmentée et il croit en la survie ; certains développent des capacités dites paranormales.

Thérèse, elle aussi, n'a plus de crainte de la mort, se sent plus de compassion (sentiment qu'elle ne possédait pas naturellement), elle est en paix(les conflits disparaissent). C'est un **véritable détachement** des autres mais aussi d'elle-même.

Cet abandon des autres et d'elle-même la fortifie physiquement, psychologiquement et spirituellement.

Tous ceux qui me connaissaient voyaient bien qu'une transformation s'était faite en mon âme ; mon confesseur le disait, et du reste, le changement qui sur tous les points s'était opéré en moi était immense, manifeste, visible à tous les yeux. (238/I)

Pour Thérèse aussi une nouvelle vie

Un nouveau livre va s'ouvrir, je veux dire une nouvelle vie.(210/I)

Elle a quitté sa tunique de peau pour un habit de lumière

Je considérai ensuite avec étonnement les effets de ce feu du véritable amour divin Tout le vieil homme avec ses défauts, ses langueurs et misère est consumé. Comme le phénix, l'âme ici subit un renouvellement total. Ses désirs se trouvent entièrement changés, sa vigueur devient extraordinaire. Ainsi elle ne paraît plus la même.

Nous pouvons aborder un commencement de conclusion :

Les comparaisons entre les NDE ou EMI et les états mystiques de Sainte Thérèse d'Avila, font apparaître des similitudes telles qu'il nous est difficile de penser qu'ils n'ont pas une certaine proximité et qu'ils font partie vraisemblablement de la même famille.

Nous savons que notre initiative est audacieuse. Les recherches se poursuivent dans différentes disciplines (neurologie, biologie, physique, psychiatrie, psychologie, psychanalyse etc.. ..) . Beaucoup de chercheurs se disent qu'il y a du divin derrière ces phénomènes, mais ils évitent la mystique parce qu'elle est entachée de folie mais aussi parce que cela touche le religieux : ce n'est pas scientifique. Mais la mystique est aussi une expérience et Sainte Thérèse nous le démontre et n'oublions pas qu'elle fut la première femme proclamée Docteur de l'Eglise Universelle en 1970.

Vous avez pu remarquer combien Thérèse nous parle de son expérience et nous ne vous avons pas ménagé ses paroles au cours de cet exposé celles-ci étant modernes malgré les 400 ans écoulés.. Elle précise bien qu'elle ne s'y connaît pas en théologie et qu'elle s'entretient avec des confesseurs qui ont ce savoir. Elle ne nous parle que de son expérience spirituelle, en réalité elle a écrit son œuvre pour les nonnes (ses filles dont elle avait la charge) pour qu'elles puissent suivre plus aisément leur chemin spirituel.

Elle a rencontré beaucoup d'obstacles, d'incertitudes et de difficultés, et elle attire l'attention sur le fait que pour ne pas trop errer comme elle l'a fait, il faut savoir reconnaître ces états :

- 1- c'est un bienfait que d'entrer dans ces états.
- 2- de savoir en quoi ils consistent
- 3- de pouvoir en rendre compte
- 4- d'en donner l'explication

Quelques conseils généraux pour emprunter ce chemin spirituel à travers l'expérience de Thérèse

Thérèse a écrit le « Le Château Intérieur » composé de 7 demeures, correspondant à 7 états spirituels qui sont relativement complexes. Nous nous bornerons aux recommandations essentielles de Thérèse pour aborder ce chemin.

Munissez-vous de petits cailloux comme le Petit Poucet quand vous emprunterez ce chemin. Vous serez souvent obligé de revenir sur vos pas, de vous affronter à l'ogre avant de faire de grandes enjambées avec les bottes de 7 lieues.

Nous avons vu que cet état de transcendance vécu par les sujets ayant une NDE ou EMI est un moment d'union, d'amour sans faille, sauf bien entendu en ce qui concerne les négatives. Les témoins cherchent à le retrouver. Cet état n'a pas été voulu. Il semble concomitant de l'angoisse folle qui n'est pas forcément perçue par la conscience des témoins tellement les choses vont vite.

Peu de personnes semblent pouvoir vivre ses états, mais il s'en trouve. Pour Thérèse cela a été un travail de toute une vie.

Nous pouvons supposer que les témoins en entendant les textes de Thérèse ont reçu un écho au fond d'eux-mêmes. Ecouter une expérience comme celle de Sainte Thérèse d'Avila plus ou moins proche de la sienne est toujours émouvant et peut être perturbant. Mais Thérèse vient à notre secours :

Je vous avertis seulement d'une chose : quand bien même ces paroles viendraient de Dieu, il ne faut pas vous figurer que vous en êtes meilleures.(119/4).

Discernement

Thérèse tout au long de son parcours spirituel était obsédée par la peur de se tromper, elle a pu rencontrer des personnes expérimentées et avisées mais d'autres ne connaissant pas ses états n'ont pu que lui mettre des obstacles par leur incompréhension. Cela lui a fait perdre beaucoup de temps et causés de grandes souffrances. C'est quelque chose que les témoins partagent avec elle. Difficulté d'en parler et de trouver la personne idoine. Thérèse trouve quelquefois ses états tellement surprenants qu'elle pense qu'on ne va pas la croire et c'est pour elle une torture car elle est parfaitement honnête et elle sait qu'elle doit tout dire à son confesseur qui la guide.

Quand certains confesseurs lui déconseillaient de continuer à faire oraison, elle leur a obéi et s'en est privée pendant une année et demie. :après avoir repris l'oraison Elle s'est rendu compte qu'il n'y avait qu'un seul critère à retenir : les **résultats bénéfiques** de ces états.

Visions, paroles divines ou NDE ou EMI.

Ne pas se tromper sur la nature du phénomène

Thérèse différenciait ses visions de l'imagination, elles n'ont pas les mêmes effets . Il faut discerner ce qui est de l'ordre spirituel du non spirituel.

Dans les deux cas, pour les reconnaître un seul critère : les effets bénéfiques. Ce sont les bienfaits qui permettent d'apprécier. si c'est un état spiri-tuel. Il s'agit d'un retournement de l'état d'esprit . On ne voit plus le monde de la même façon c'est un virage à 180°. L'état d'esprit est totalement opposé à ce qu'il était précédemment, par exemple la haine se transforme en amour .

Pas de toute puissance narcissique mais le remède est l'humilité nous dit Thérèse : abandonner sa volonté

Toute personne spirituelle qui se flattera d'avoir, par de longues années d'oraison, mérité les faveurs célestes, n'arrivera jamais, j'en suis convaincue, au sommet de la perfection.

Soyons toujours portées à croire que nous n'avons fait que peu de chemin.....

Il est préférable d'être guidée afin de ne rien faire de notre propre volonté

Vouloir retrouver cette NDE ou EMI n'est pas possible. Notre volonté n'y peut rien. Pour les états de ravissement et d'union en oraison c'est la même chose. Il y a un désir d'aller vers cette

plénitude, il est conducteur comme à son accoutumé mais il est à la fois un obstacle. Nous voilà en plein paradoxe, il nous faut désirer de ne pas désirer.

Ce que j'ai compris, c'est que tout l'édifice de l'oraison repose sur l'humilité et que plus une âme s'abaisse dans l'oraison, plus Dieu l'élève..... Reconnaissons plutôt notre impuissance » Que n'ai-je des paroles pour faire connaître ce que vous donnez à ceux qui se confient en vous, et ce que perdent ceux qui, une fois arrivés là, ne savent pas se dépouiller d'eux-mêmes !

Un exemple contemporain :

Au cours de sa vie Jacques Brel a répondu à de nombreuses interviews qui ont été rediffusées dernièrement en raison de la sortie de ses inédits et du 25^e anniversaire de sa mort. Quelque chose a été très frappant au cours de la rediffusion de ses propos. C'est la raison qu'il a donné pour l'arrêt de sa carrière de chanteur. Rien ne le contraignait, il était en pleine gloire. Il a reconnu cette nécessité parce qu'il sentait pointer son orgueil (son narcissisme commençait à se gonfler, il a eu peur de ne pas pouvoir le maîtriser). Il y a là une honnêteté sidérante et très rare à notre époque.

Autre point très intéressant, 5 ou 6 ans avant sa mort, il dit ne plus avoir de crainte de la mort : on lui demande pourquoi ? Il semble ne pas savoir et une réponse toute empreinte d'humilité tombe. « Je suis un outil pour donner du bonheur au gens, un outil qui s'appelle Jacques Brel ».

Il ne chantait pas pour lui mais pour les autres. Et cela n'a rien à voir avec la religion parce qu'il claironnait qu'il était athée, et dénonçait les travers de la religion en la tournant en dérision à travers sa chanson « les bigotes ». Il y avait sans aucun doute une démarche profonde et pure qu'il ne voulait pas voir pervertie (pas au sens sexuel du terme) par son narcissisme qui aurait pris le pouvoir et aurait dénaturé, corrompu ce qu'il était et ce qu'il offrait.

La connaissance de soi ou travail sur soi

Pour Thérèse cet état d'union, de ravissement reste surnaturel et reste difficilement explicable, mais elle ne peut le nier. Aussi extraordinaire qu'il soit, il est absolument nécessaire de ne pas négliger la connaissance de soi ainsi que la lecture de bons livres. Pour Thérèse c'est le Bible, l' Ancien Testament, Le Nouveau Testament). Pour ceux d'entre vous qui ne sont pas forcément chrétiens il existe d'autres références tels que le Coran, le Tao, le bouddhisme, la Kabbale hébraïque. Il nous faut lire les livres sacrés et de la connaissance . Certains d'entre eux traitent de la vertu du non lutter notamment en Extrême-Orient équivalent à mon sens d'un terme du « Notre Père » de la prière chrétienne «*que ta volonté soit faite* ».

Thérèse insiste tout au long de ses ouvrages qu'il ne faut jamais nous départir de cette connaissance de soi

Cette connaissance de soi est tellement nécessaire, même aux âmes admises Par Dieu dans sa propre demeure, que jamais, si élevées qu'elles soient, elles ne doivent s'en départir..... Je ne sais si je me suis suffisamment expliquée. En effet, cette connaissance de soi est si importante, que sur ce point je redouterais la moindre négligence, fussiez-vous déjà élevées jusqu'au ciel ; car tant nous sommes sur cette terre, rien ne nous est plus utile que l'humilité.(19-IV).

Il y a plusieurs chemins pour atteindre le spirituel, il nous faut nous préoccuper de notre propre chemin et ce n'est peut être pas celui de l'oraison. Chacun sa voie.

Il y a un grand nombre d'âmes saintes qui ne savent ce que c'est que de recevoir ces grâces, et d'autres, qui ne sont pas saintes, les reçoivent. Enfin, ne vous imaginez pas que cela soit continuel...(160/4).

A l'heure actuelle, cette connaissance de soi se fait à l'aide des psychothérapies et la psychanalyse, à condition que le thérapeute connaisse ces phénomènes spirituels et aussi nécessité de pratiquer dans le même temps des techniques telles que les états de conscience modifiée notamment une branche de la Sophrologie : la Relaxation Dynamique.

APPROCHE PSYCHANALYTIQUE DES HALLUCINATIONS DES NDE OU EMI ET DES ETATS EXTATIQUES.

Nous savons que les témoins gardent pour eux leur expérience subjective de crainte d'être catalogués comme malade mental.

De nos jours, l'extase mystique est encore largement assimilée par les psychiatres à une hallucination délirante. Les NDE ou EMI sont souvent, de la même façon, considérées sous l'angle pathologique

HALLUCINATION DELIRANTE ?

En réalité, en dehors du mode pathologique, l'être humain a la possibilité alors qu'il est éveillé de produire des hallucinations ou imageries mentales ou hallucinoses dans l'état entre la veille et le sommeil. C'est ce qui se produit dans l'hypnose, la sophrologie, la méditation, la contemplation et l'oraison. Cela peut se produire spontanément pour certains sujets sans apport de techniques méditatives ou contemplatives. On retrouve cette spontanéité du phénomène au moment de l'endormissement. Des images peuvent défiler devant les yeux, un paysage, des personnes inconnues du sujet qui s'endort. C'est une hallucination mais pas un délire.

Les psychanalystes nous ont fait découvrir que le bébé hallucine le sein de sa mère, c'est à dire qu'il a acquis une capacité de représentation de ses sensations olfactives, visuelles, tactiles, voire du bruit de sa succion ainsi que du goût du lait et cette hallucination lui permet d'attendre le sein en son absence. Le sein, c'est aussi la parole de la mère avec ses émois et son ambiance chaude, aimante. Pendant le temps de l'hallucination le bébé ne se sent plus seul. Il retrouve les mêmes sensations de bien-être et de bonheur qu'en présence de la mère. Cette hallucination est l'équivalent de la présence de la mère et prouve qu'il l'a intériorisée. Si l'absence se prolonge trop longtemps, il peut se sentir menacé par sa propre faim ou son propre désarroi et à ce moment-là, il aura des sensations désagréables qu'il intégrera et qu'il pourra halluciner à leur tour. Ce ne seront pas des hallucinations de bien-être et de bonheur mais des hallucinations menaçantes et dangereuses.

Pour autant, ce n'est pas parce que le bébé hallucine,

le sein, qu'à l'aide de l'hypnose on peut provoquer une anesthésie de la main, que Sainte Thérèse d'Avila voit le Christ par les yeux de l'âme, que l'ensemble de ces personnes présentent des troubles de la personnalité d'ordre psychotique.

Or, le délire lui est un trouble de la personnalité.

Une fois cette hallucination réalisée, le sujet a la possibilité de s'en séparer et d'en retirer tous les bienfaits inhérents à cette situation, sans que cela altère sa personnalité. Bien au contraire, celle-ci en retire des bénéfices. Il n'y a pas d'altération de l'humeur, ni même de distorsion du système de communication. Pas d'obnubilation de la conscience.

Par contre, le délire serait que le bébé qui n'a pas d'autonomie se vive comme capable de vivre sans le sein (anorexie), que l'anesthésie de la main soit installée et que le sujet soit convaincu qu'il ne peut s'en défaire, que Sainte Thérèse d'Avila affirme que le Christ est là près d'elle en chair et en os : Le sujet serait, dans ce cas, incapable de différencier cet état d'absorption interne de la réalité.

Les hallucinations délirantes dans la psychose sont souvent vécues par les sujets comme une atteinte à leur liberté et à leur intimité, ils se sentent persécutés. Il existe des vécus de catastrophe et de fin du monde. A l'inverse pour les témoins et les mystiques, il y a une sensation de liberté, un désir de vivre qui s'amplifie, mais aussi pendant le vécu un état de bonheur incommensurable.

Le délire est plus qu'un trouble de la personnalité, c'est une aliénation de la personne, dans la mesure où il devient conception de son monde et de son existence fondée notamment sur l'hypertrophie du moi, l'entretien et la fausseté du jugement (croyances inébranlables, irréductibles d'idées délirantes). Dans les NDE et les extases, il s'agit plutôt d'une désaliénation du sujet.

Si le délire se chronicise, à terme, cela entraîne une distorsion du système de communication et une grande pauvreté psychique

Les mystiques et les témoins, au contraire, se tourneront de plus en plus vers le monde, seront de plus en plus tolérants et augmenteront leur capacité psychique.

PIERRE JANET ET MADELEINE

Pierre JANET psychiatre contemporain de Freud s'est intéressé à une femme hospitalisée dans son service, Madeleine, qui présentait des états extatiques. Sa recherche est très impressionnante, elle a duré 22 années.

Madeleine présente des troubles hystériques.

Elle vit aussi des états de consolation et de béatitude proches des grands mystiques qui peuvent durer plusieurs jours. On voit Janet hésiter sur la nature de ces phénomènes extatiques où Madeleine a des hallucinations visuelles et auditives.

Janet relate aussi que la luminosité doit avoir quelque importance et il a noté que la plupart des extatiques constatent cette exagération de la lumière qui les charme et les éblouit.

Pendant la crise d'extase - - Madeleine est immobile ; cependant il n'y a pas de paralysie, seulement un désintéressement complet des choses extérieures. Malgré le fait qu'il objective des différences notables avec le délire, Janet écrit alors que l'extase est en résumé une "**crise de délire religieux optimiste et immobile**". "Elles ont en apparence un effet bienfaisant et elles apparaissent suite à une longue période de dépression et cela est suivi par un retour à l'équilibre et à la santé."

On retrouve quelque chose de similaire dans l'état maniaco-dépressif une période d'agitation euphorique qui suit une période de dépression avec des périodes intermédiaires d'équilibre. Mais la période maniaque est une euphorie dévorante, orgiaque et vécue comme une sorte de fureur sans rapport avec la réalité, elle est insensée. C'est un délire mégalomane lié en phase dépressive à un délire d'insuffisance. Le moment de joie extatique n'a pas ces débordements et amène au contraire à un état sans conflit et un intérêt pour les autres, ce qui était le cas de Madeleine.

Une de mes patientes, Lucie, qui a la possibilité d'approcher l'état extatique en méditation se voit en mariée. C'est tellement ineffable qu'elle se pose la question :

"Mariage avec Dieu ou mariage comme tout le monde ? Je me sens attachée à Dieu comme si c'était avec lui et pas avec un humain que je devais trouver le bonheur. Je n'ai jamais été comme tout le monde, je ne suis pas comme tout le monde, enfant je me sentais isolée, je ne parlais pas, j'étais très en retrait. Depuis un an que je pratique la méditation j'ai l'impression maintenant d'avoir une vie, à nouveau. C'est difficilement narrable, j'ai du mal à raconter comme si tout cela n'était pas normal, comme si on n'allait pas me croire. C'est intime, tellement merveilleux pour moi, que j'ai l'impression d'avoir vraiment rencontré Dieu ; qu'il est là de plus en plus.(.....). Avant quand j'étais petite il y avait un vide, une solitude tandis que maintenant c'est plein, même si ce n'est pas tous les jours, ce n'est plus pareil. Avant petite, de me sentir différente, j'en souffrais. Tandis que maintenant de me savoir différente, je n'en souffre plus parce que c'est source de joie. En réalité, ce n'est pas si simple quand je vois des gens, j'ai encore du mal à sortir de moi. -(pour ces patients cet état particulier qui est ne peut venir que de Dieu : c'est le mot qui leur vient à la bouche. Les témoins se réfèrent pareillement à Dieu, même quand ils sont athées).

Lucie ne vit pas une euphorie. C'est un plein intérieur qui remplace le vide intérieur précédent.

Janet va découvrir que dans l'extase, il ne s'agit pas d'un vide ou d'un état d'inaction, mais un énorme sentiment de joie et de sincérité. Nous-mêmes nous ressentons la sincérité de Lucie et aussi sa joie immense, qui est réellement plénitude.

Janet ne peut plus s'empêcher de penser, emporté par les états de béatitudes vécus par Madeleine, qu'il y a dans celles-ci une certaine "rencontre délicate" . (Veut-il parler de Dieu ?). Il semble avoir complètement oublié son point de vue de psychiatre. C'est comme s'il devenait convaincu que l'état d'extase n'a plus rien à voir avec la pathologie psychiatrique. Comme si cela ne ressortait que du religieux.

Une autre patiente, Myriam, vit, elle aussi, cet Amour total :

"Quand j'ai, comme ça, des moments d'amour de Dieu, (qu'elle appelle son instance) qui me viennent, j'ai de la douceur qui se propage pendant longtemps. Quand je retrouve mon Instance tellement présente, cela veut dire que j'ai refait confiance, que je me suis donnée comme d'habitude, que j'ai entendu comme d'habitude. Alors je reçois. J'ai des goûts dans la bouche tout à fait extraordinaires, j'ai aussi une façon de respirer différente c'est-à-dire qu'il y a des odeurs, mais en plus des odeurs j'ai l'impression qu'on a mis un nouvel air autour de moi. Non seulement je respire, mais il y a aussi toute une angoisse et tout un carcan qui sont partis. De temps en temps, je me dis qu'est-ce qu'on vient de m'enlever ? Qu'est-ce qu'on m'a mis ? Qu'est-ce qu'on m'a fait de si épatant ? (...) Grâce à mon Instance, je vis la vraie vie et si je ne suis pas en osmose avec cette Instance, cela me donne des troubles digestifs, et des tas de maux physiques. Je suis troublée. Pour moi c'est vital sinon je me perds, je ne peux plus aimer, et quand je me perds, je perds Dieu." (.....)

L'extase permet une unification du sujet, et on sent combien elle est bénéfique à Myriam.

Nous avons vu avec le bébé qui hallucine le sein de la mère que l'hallucination vient nier l'état de manque, c'est une rencontre.

Pour pallier à la souffrance le corps et la psyché réagissent par la seule action sous leur dépendance : l'hallucination.

Cette souffrance archaïque est l'équivalent d'un manque de présence mais aussi un état de mort, d'annihilation.

Dans l'extase, on retrouve une certitude, ainsi que dans les NDE ou EMI. Sont-elles pour autant délirantes si elles permettent de retrouver le chemin de la vérité où on trouve la paix, le non conflit. Le soin du manque.

Myriam nous relate : "le mal être tend à disparaître parce que je vis cette Instance que je ne peux pas refuser. (L'Instance est l'image du Christ avec un long manteau bleu étoilé). Moi je suis persuadée que c'est Dieu mais cela pourrait être un être créé et ce n'est pas très grave. Plus je vis cette réalité moins je peux la nier. L'amour je sais qu'à ce moment là il est vrai, que la couleur est vraie, que les mots sont vrais, que la chaleur est vraie. Dans ce cas là, je suis dans le vrai, je n'ai plus besoin de savoir si c'est vrai ou faux, je sais que c'est vrai et ce qui me fait du bien c'est que je ressens ce qu'on peut appeler la communion : c'est-à-dire il n'y a plus de doute, il n'y a plus de bluff, c'est la pureté, c'est l'amour à tout moment absolu, c'est le plaisir dans l'absolu. Il y a une certitude de la vie, on est dans un monde vrai, donc il n'y a plus de crainte, il n'y a plus de peur, il ne peut pas y avoir de stress dans ce monde là, c'est ailleurs.

C'est une certitude qui n'est pas du tout persécutrice et qui renforce le moi de Myriam, qui la remplit de bonheur.

Enfin, pour terminer une petite anecdote somatique. Myriam a vu son taux de cholestérol anormalement élevé, depuis des années et ce, malgré une médication adaptée passer de 4,5 g/l à 1,7 g/l (norme de 2,20 à 1,40 g/l), soit presque au niveau du taux minimal !

Nous pouvons conclure que les hallucinations ont pour but d'échapper à la souffrance qu'elle soit corporelle ou psychique. La psyché hallucine le manque et il peut l'être de façon délirante. Nous avons vu que comme dans le délire une certitude se dégage dans les états mystiques et les NDE. Il semble qu'il y ait dans ces deux derniers états un vécu émotionnellement intense mais tout à fait positif.

La psychose fait songer à la mort psychique. La NDE ou EMI et l'extase, par contre, apportent au sujet qui les vit une renaissance psychique, un renforcement narcissique. Ces états oblitérent la souffrance physique et psychique. Le moi en péril psychique et physique est renforcé voir reconstruits

Nous avons tenté de clarifier, ces vécus d'extase que nous a avons toujours essayé de préserver dans notre pratique. Nous avons laissé faire, nous avons accueilli le phénomène. Nous en avons vu l'impact positif et nous avons tenté d'être sans a priori et ce depuis de nombreuses années . Ces états ne doivent pas être niés, ils doivent être accompagnés. Ceci vaut, aussi, pleinement pour les NDE ou EMI.

Lucie et Myriam nous parlent de leur retournement, elles deviennent autres dans un sens extrêmement bénéfiques comme les témoins des NDE ou EMI et Sainte Thérèse d'Avila même si cela n'est pas continu. Quelque chose est comblé et elles n'en tirent aucune vanité.

Pour employer un terme chrétien, nous dirions qu'il s'agit une possibilité de "résurrection" grâce à ces phénomènes (extase, NDE) que nous avons tenté d'éclairer, qui pour nous reste en partie mystérieux mais dont nous pensons qu'ils sont à distinguer nettement des hallucinations délirantes. Ce n'est pas le non sens ni la corrosion du moi des psychotiques.

Bien que ces états soient exceptionnels, ils ne ressortent pas de la pathologie mentale mais du « normal »

Pour terminer, il nous semble qu'il existe dans l'inconscient de chacun cette plénitude, cette luminosité, cette ouverture. La plupart du temps, nous faisons comme si elle n'existait pas. Non seulement nous ne la recherchons pas et quelquefois nous la nions. Les NED OU EMI semblent là pour attirer notre attention sur ce qui gît au fond de nous-mêmes : la vraie vie comme nous dit Sainte Thérèse d'Avila.

**NICOLE LE BLOND, Psychologue Clinicienne,
Psychothérapeute.**

