

AVANT-PROPOS

J'ai sauté avec mon véhicule dans l'explosion d'une bombe artisanale en Irak. Cet événement a eu des répercussions durables sur ma vie physique : mon œil droit a perdu de son acuité, j'ai encore aujourd'hui un poignet et une épaule qui n'ont pas récupéré toute leur mobilité, et de petites plaques de titane remplacent l'os là où mon crâne a été percé.

Cet accident en lui-même est un souvenir intéressant (quoique assez mélodramatique), qui acquiert toute sa valeur une fois replacé dans le contexte complexe de l'Irak en guerre et du travail que j'y accomplissais à ce moment-là. Je pourrais écrire tout un livre sur la trajectoire et l'environnement décrits par ces souvenirs – mais ce n'est pas l'objet de cet ouvrage.

Plutôt que de relater les seize mois que j'ai passés en Irak à superviser l'exécution de contrats de construction pour l'armée américaine, je préfère réduire la perspective et me concentrer sur ce qui s'est produit durant les quelques brèves secondes qui ont entouré l'explosion. Voire « entre » ces quelques brèves secondes. Quand notre 4×4 a été touché par cette bombe artisanale, j'ai vécu ce que la communauté du paranormal appellerait une expérience de « sortie du corps ».

J'emploie cette expression sans être certaine que ce soit la meilleure description. « Expérience de mort imminente » (EMI) pourrait également convenir. Au moment de l'explosion, j'ai immédiatement quitté mon corps. Je n'ai pas vu le fameux tunnel de lumière dont d'autres ont pu parler.

Simplement, en un clin d'œil, je me suis retrouvée ailleurs, dans un endroit qui, par essence, m'était familier. J'étais consciente, et je sais – il ne s'agit pas de croyance, ici – que ce que j'ai vécu était réel.

Le témoignage qui va suivre ainsi que l'exploration de certains détails et de leurs implications seront peut-être utiles à d'autres. C'est du moins ce que j'aimerais me dire. Pourtant, ce n'est pas sans réticence que j'aborde ce récit. Mes hésitations sont liées à deux sentiments que bien d'autres que moi reconnaîtront : la peur et le manque d'assurance. D'abord et avant tout, je redoute de porter à la connaissance générale une réceptivité au paranormal que j'ai gardée pour moi jusqu'ici, de crainte de m'exposer au ridicule et de m'attirer le mépris de plusieurs amis qui me sont chers. Répondre au scepticisme par une écoute polie peut être extrêmement pénible. Il est rare qu'un dialogue avec des sceptiques sur les phénomènes paranormaux se révèle fructueux.

Ensuite, je doute de ma propre légitimité à écrire sur des sujets que d'autres sauraient aborder avec bien plus de clarté, de profondeur ou d'assurance que moi. Je ne veux pas dire par là que je ne me fie pas à ma perception ou à mon autorité personnelle ; simplement, en règle générale, on préfère lire un auteur qui a déjà fait ses preuves. Si je pouvais me targuer d'avoir participé à quelques études scientifiques aux résultats saisissants sur des phénomènes paranormaux, ou apporter la preuve que je réalise d'impressionnantes prédictions d'ordre parapsychologique depuis plusieurs années, peut-être serais-je plus à l'aise pour me présenter. Or, je ne dispose d'aucune référence de ce genre.

Enfin, il existe déjà de nombreux ouvrages consacrés au récit d'expériences de cet ordre. Pourquoi en ajouter un autre ?

Des événements récents m'ont conduit à admettre que certaines choses qui me viennent facilement et naturelle-

ment ne sont pas forcément faciles et naturelles pour tout le monde. Je dois bien reconnaître que les aptitudes ou les connaissances que d'autres recherchent à travers l'offre toujours plus fournie d'instituts, de cours, de groupes ou de systèmes de croyances m'ont toujours été accessibles, et que je les mets fréquemment en application. Il m'est arrivé de cacher ces facultés, ou d'essayer de nier leur existence, mais, puisqu'elles font partie de mon essence, il m'est impossible de les abandonner complètement. En outre, quand je ne les utilise pas, la vie me paraît insupportablement monotone, voire totalement désordonnée, ce qui a un côté effrayant. Voilà deux bonnes raisons qui me poussent sans cesse à y revenir.

Depuis l'enfance, je fais des rêves prémonitoires et j'ai des « visions » éveillés. D'aussi loin que je me souviens, j'ai toujours eu une conscience aiguë de l'énergie présente dans les édifices ou sur les anciens champs de bataille, et j'ai souvent vu des esprits et interagi avec eux. J'ai déjà vécu des expériences de sortie du corps, livré des prédictions qui se sont révélées justes aussi bien à des amis qu'à des inconnus, et voyagé dans d'autres mondes et d'autres dimensions à la manière des chamanes. Pour autant, je peux difficilement présenter toutes ces expériences comme étant la preuve ou la validation d'une quelconque autorité personnelle en matière de paranormal. Rares sont ceux avec qui j'ai partagé ces événements et qui pourraient attester de leur véracité.

Ainsi, pour traiter de ces sujets qui entrent dans la vaste catégorie du paranormal, je n'ai pas d'autre légitimité aujourd'hui que mon intime conviction : je sais que ce que je dis est vrai. Si j'ai fini par mettre de côté mes craintes et mon manque d'assurance pour écrire ce témoignage, c'est dans l'idée que d'autres personnes ont peut-être vécu des expériences comparables à la mienne, et qu'elles ont besoin de savoir qu'elles ne sont pas les seules à tâtonner dans

le noir. D'autres peuvent désirer en savoir plus, sans avoir encore trouvé la voix qui leur parle vraiment, celle qui les conduira à penser: «Oui! Oui, moi aussi!» En ce qui me concerne, pour être franche, la majorité des voix qui s'expriment à travers les livres ou dans les médias ne me parlent pas, pour diverses raisons qui me paraissent plus faciles à exprimer par la négative. Je ne crois pas que j'ai besoin de rejoindre un ashram, d'étudier avec le dalaï-lama, de suer aux côtés d'un Amérindien, de boire de l'ayahuasca avec un chamane péruvien, de payer des milliers de dollars pour participer à un stage ou d'adopter le système de croyances d'un autre individu pour obtenir la sagesse, atteindre le nirvana, accomplir des miracles, entrer en contact avec mon moi supérieur ou un créateur, ou encore parvenir à l'unité avec le tout. Je ne crois ni en une symbolique du rêve universelle ni en une interprétation universelle de l'apparition des animaux dans la vie des individus. Je ne crois pas que j'ai besoin de cristaux, de senteurs ou d'un régime alimentaire particulier pour élever ma conscience ou ma capacité vibratoire. Je ne crois pas que quelqu'un d'autre détient la clé de mon chemin vers l'illumination. Je ne crois ni que les rituels pratiqués par d'autres personnes fonctionneraient nécessairement bien pour moi ni que ce que je vois est plus valable que ce qu'elles voient. Je ne crois pas que je peux créer absolument tout ce que je désire dans la vie en suivant dix étapes recommandées. Je ne crois pas que mes expériences ou mes facultés font de moi quelqu'un de particulier ou de plus grande valeur que mes semblables. Mon vécu et mes explorations me conduisent à penser que les accessoires, les supports et les disciplines adoptés par les groupes spirituels et les intérêts individuels sont, en définitive, inutiles. Ils peuvent constituer d'incalculables points de départ ou d'excellents outils d'entraînement, mais ce ne sont absolument pas des conditions requises. Dans le pire des cas,

ils peuvent même devenir des obstacles à l'exploration et à l'expansion personnelle, et empêcher de trouver réponse aux questions les plus essentielles.

Pour m'exprimer de façon positive, je crois que le paranormal est normal. Je crois que nous sommes tous naturellement dotés de diverses sensibilités parapsychologiques, même si certaines personnes ont des facultés ou des talents plus développés que d'autres, tout comme certaines personnes sont naturellement plus douées que d'autres pour la musique ou le baseball. Je connais le pouvoir inhibant de la peur et du conditionnement culturel, que nous portons en nous sans vraiment nous rendre compte de leur influence sur notre existence. Je crois que la science est capable de décrire certaines énergies connues des praticiens du paranormal, et qu'elle l'aurait déjà fait si le monde scientifique, dans sa grande majorité, cessait d'affirmer qu'un phénomène n'existe pas tant qu'on ne l'a pas encore décrit ou qu'il ne correspond pas aux théories du moment (qui ne sont elles-mêmes, après tout, que des théories). Je crois que les outils proposés dans les livres, dans les ateliers, par les enseignants particuliers ou les gourous (y compris les scientifiques et le clergé), ne sont valables que jusqu'à un certain point, à partir duquel celui qui étudie les abandonne pour devenir son propre enseignant. Je crois que chacun de nous choisit de vivre sa vie telle qu'elle est, tout en continuant d'apprendre, de créer et de changer à partir de ce moment présent, et qu'ainsi, d'une façon ou d'une autre, nous améliorons en permanence notre moi entier, de même que nous améliorons mutuellement nos expériences ici, dans l'univers physique – la plupart du temps inconsciemment, mais toujours dans un consentement réciproque. Et je crois à la valeur profonde d'une prise de responsabilité personnelle dans tout ce que je crée et tout ce que je vis au cours de mon existence.

Je crois également à mon propre manque de compétence et de précision dans ce processus de création et dans ce vécu, tout en étant convaincue d'être entière et en paix, parfaitement et profondément.

À la différence d'autres personnes, dont l'expérience de sortie du corps ou de mort imminente a radicalement transformé la compréhension de la réalité, j'ai vécu cette expérience comme un élément de confirmation et d'expansion. Les phénomènes paranormaux font partie de ma vie depuis toujours et, si j'ai effectivement appris à garder pour moi la plupart de ces perceptions, je me fie généralement à ce que je vis sans me laisser influencer par le matraquage culturel selon lequel toutes ces histoires ne seraient que pure fiction. Ainsi, mon expérience de sortie du corps, sans avoir été une révolution, s'inscrit indéniablement dans un processus d'évolution personnelle continu et a marqué ma vie, tout comme l'explosion a marqué mon corps physique.

Voilà pourquoi, mettant de côté mes peurs et mes incertitudes, j'ai décidé de coucher sur le papier mes expériences et les pensées qu'elles m'ont inspirées, à la fois pour mon propre plaisir et dans l'espoir de poursuivre mon expansion à travers le dialogue. Si ce que j'ai vécu s'avère utile à au moins une des personnes qui liront ce livre, je considérerai que j'ai bien fait de ne pas me replier sur mes petites craintes sans importance.