



Expérience de mort imminente, y a-t-il un avant et un après ?

Une « EMI » questionne profondément sur le sens à donner à sa vie. Cécile Cloulas, psychologue, hypnothérapeute, auteure du livre *Comment leur mort a changé leur vie*, aux éditions Eyrolles, donne des clés de lecture sur cette expérience surnaturelle.

PROPOS RECUEILLIS PAR MAÏTÉ CLINKEMAILLÉ

Une EMI change-t-elle immédiatement la vie ?

Il faut compter une moyenne de dix à quinze ans pour cheminer et intégrer dans sa vie quotidienne ce que l'on a vécu. Il est difficile de passer d'un cadre rationnel et matériel à un modèle guidé par des ressentis. Il y a un besoin de compréhension, d'explication, de maturation. Les enseignements reçus ne se distillent donc qu'au fil du temps.

En quoi l'après est-il différent ?

Cette expérience bouleverse la relation aux autres, à la spiritualité, à la mort et à l'existence. L'argent et les biens matériels deviennent secondaires, ce n'est pas « l'avoir » qui devient primordial, mais « l'être ». Tous ceux qui l'ont connue développent une humilité, un abandon total de l'ego. La relation à l'autre est plus authentique, plus profonde. Le culte de l'apparence est totalement abandonné. Les « expérienceurs » adoptent

un mode de vie altruiste, serein dans la pleine conscience de la richesse de l'instant présent.

Professionnellement, vers quoi se tourne-t-on ?

Après une EMI, il y a une quête de sens et des remises en question qui amènent toujours à changer de métier. Certains reviennent avec de nouvelles capacités : pressentiments, véritable don de médiumnité, facultés énergétiques avec la possibilité de soulager ou de guérir. La plupart s'orientent vers des métiers de soins, s'inscrivent dans des démarches de bénévolat, se consacrent à l'aide à autrui. Tous développent des capacités d'empathie et un désir de partager l'amour qu'ils ont ressenti.

Le rapport à la spiritualité change-t-il ?

Beaucoup découvrent la spiritualité alors qu'ils étaient agnostiques ou non-pratiquants. C'est une spiritualité au-delà de tout dogme. La croyance n'est

pas autour d'un dieu ou d'une religion, mais autour d'une source, d'une puissance supérieure qui serait en nous avec l'idée fondamentale que nous sommes tous interconnectés. C'est une ouverture de conscience universelle. Pour certains, cette spiritualité s'exprime par la pratique d'une religion ; pour d'autres, c'est une manière de vivre et de ressentir une paix intérieure. L'amour est le lien de toutes ces formes et expressions de spiritualité.

Quel message retenir ?

Vivre une expérience de mort imminente offre une perspective nouvelle concernant notre rôle sur Terre. C'est un message positif qui nous invite à vivre pleinement dans l'ici et maintenant, à savoir reconnaître ce que l'on a su construire et accomplir, à être une meilleure version de nous. Tous pensent que notre présence sur cette planète a un objectif : incarner l'énergie de l'amour inconditionnel. ✨