



Deux panneaux de l'œuvre de J. Bosch – 1506 – Visions de l'Au-delà,
Le Chemin vers le Paradis ; à gauche : Le Paradis ; à droite : La montée
des Bienheureux vers l'Empyrée

Dolores CANNON

Conversation avec des esprits
Entre deux Vies

Traduit de l'anglais par Malou Panchèvre

Titre original en anglais

« Between Death and Live »

© 1993

ISBN de la version originale : 9781940265001

9ème édition révisée et augmentée (2015)

Paru chez Ozark Mountain Publishing Inc.

PO Box 754

Huntsville, AR72740

info@ozarkmt.com

© Be Light Éditions – E-books

Tous droits de reproduction, d'adaptation et de traduction, intégrale ou partielle réservés pour tous pays.

L'auteur est seul propriétaire des droits et responsable du contenu de cet ebook.

ISBN 979-10-94653-34-0

✉ belighteditions@ntymail.com

🔗 <https://www.bledition.org>

Du même auteur chez Be Light Éditions :

Les trois Vagues de Volontaires et la nouvelle Terre
Les Jardiniers de la Terre

À l'origine ce livre a été écrit au début des années 1990 et a passé le test à l'époque. À ce moment-là, le sujet de la vie après la mort n'était pas ouvertement discuté à cause de la peur que cela engendrait. Aujourd'hui, les gens sont plus ouverts pour en parler et pour explorer le royaume de l'invisible. En 2013, j'ai décidé de faire une mise à jour de ce livre à cause des questions qu'on m'a posées au fil des ans et de l'information complémentaire que j'avais reçue depuis. Rien de ce que j'ai écrit depuis que j'ai découvert ce sujet pour la première fois en 1968 ne s'est jamais contredit. Au cours de mes 45 ans de pratique professionnelle de l'hypnose régressive, je n'ai reçu que des compléments d'information et je poursuis mon enquête telle un journaliste à la recherche d'un savoir perdu.

Dolores Cannon

Mort ne te vante pas,
Même si d'autres,
Puissants et redoutables,
Ont fait appel à toi,
Car, telle tu n'es pas,
Miserable mort.
Et ce n'est pas maintenant
Que tu pourras me tuer

John Donne (1573-1631)

CHAPITRE 1

L'EXPÉRIENCE DE LA MORT

On m'a accusée de parler et de communiquer avec les esprits des morts, ce que l'on refuse catégoriquement dans les cercles religieux. Je n'ai jamais considéré les choses sous cet angle, mais je suppose que c'est le cas. Sauf que les morts avec lesquels je m'entretiens ne sont plus morts, ils revivent aujourd'hui et ont une vie au quotidien. Car, comme vous pourrez le constater, je suis hypno-praticienne spécialisée dans la régression dans les vies antérieures et les recherches historiques.

Nombreux sont ceux qui ont encore des difficultés à admettre que je puisse remonter dans le temps et parler avec des esprits, alors qu'ils revivent d'autres vies à travers l'histoire. Je m'y suis rapidement habituée et je trouve cela fascinant. J'ai écrit de nombreux livres dans lesquels je décris certaines de mes aventures dans ce domaine incroyable.

La plupart des hypno-praticiens s'interdisent catégoriquement de travailler sur les vies antérieures. Je ne comprends pas vraiment pourquoi, à moins d'avoir peur de ce qu'ils pourraient découvrir. Ils préfèrent rester dans des situations connues et familières qu'ils savent savoir gérer. Un de ces thérapeutes m'a confié, bien qu'il ait réalisée une réelle percée dans ce domaine : « J'ai tenté quelques régressions. Un jour j'ai ramené quelqu'un au moment où il était bébé. »

Il était tout à fait sérieux en disant cela et j'ai eu beaucoup de mal à réprimer un sourire tout en lui répondant : « Ah ? C'est là où moi je commence. »

Même parmi les hypno-praticiens qui travaillent régulièrement en thérapie sur les vies passées, j'en ai rencontré beaucoup qui ont eux-mêmes peur de faire vivre à un sujet sous hypnose l'expérience de la mort ou à s'aventurer dans les périodes de l'entre-vie quand une personne est soi-disant « morte ». Ils ont peur que leur corps physique du sujet puisse subir des dommages pendant la transe. Comme si le fait de revivre ces souvenirs pourrait les blesser, en particulier quand ils sont traumatisants. Après avoir partagé cette expérience avec des milliers de sujets, je sais que cela n'entraîne aucun problème physique même si la personnalité de la vie antérieure a connu une mort horrible. Bien, je prends toujours des précautions particulières pour m'assurer qu'il n'y aura pas d'effets physiques. Le bien-être de mes sujets est toujours ma principale préoccupation. Je pense que ma technique préserve totalement le sujet. Si ce n'était pas le cas, je ne tenterais pas ce genre d'expérience.

L'entre deux vies, l'état que l'on appelle la « mort », est selon moi le plan d'existence le plus passionnant qu'il m'ait été donné de connaître, parce que je pense qu'il permet d'obtenir de nombreuses informations qui peuvent s'avérer très utiles pour l'humanité. On peut ainsi prendre conscience qu'il n'y a aucune raison de craindre la mort. Lorsqu'on est confronté à cet instant, on peut constater que ce n'est pas une nouvelle expérience, mais qu'elle nous est familière. On l'a déjà vécue à plusieurs reprises. On n'entre pas dans l'inconnu terrifiant, mais dans un endroit familier où l'on s'est déjà rendu plusieurs fois. Un endroit où, pour beaucoup, on rentre « à la maison ». J'espère que les gens peuvent apprendre à voir la naissance et la mort comme des cycles d'évolution que chacun est amené à traverser plu-

sieurs fois. C'est une phase naturelle de la croissance de l'âme. Après la mort il y a la vie et une existence sur d'autres plans qui sont tout aussi réels que le monde physique qui les entoure. Peut-être même plus réels.

Un jour, alors que je discutais avec une femme qui se croyait «illuminée», j'essayais d'expliquer certaines choses que j'avais découvertes. Je lui dis que j'avais effectué des recherches sur l'expérience de la mort et sur ce qui se passe après. Elle me demanda très excitée : « Où allons-nous ? Au paradis ? En enfer ou au purgatoire ? »

J'étais déçue. Si c'était là les seuls choix acceptés par son esprit, de toute évidence, cette femme n'était pas si illuminée qu'elle le pensait.

Exaspérée, je lui répondis : « Rien de tout cela !

Elle fut choquée.

– Vous voulez dire que l'on reste dans la poussière ? »

C'est alors que je me suis rendu compte que pour pouvoir écrire ce livre, je devais retracer les différentes étapes qui m'avaient amenée au moment où la porte s'ouvrit pour la première fois. Je devais essayer de me remémorer mes croyances et mes pensées avant que la lumière entre dans ma vie. Ce n'était pas une mince affaire, mais c'était nécessaire pour comprendre et pour pouvoir transmettre à d'autres qui recherchent depuis toujours cette porte et cette lumière. Car je dois leur parler en termes compréhensibles et en essayant de les guider en douceur sur la voie de la conscience. Ils pourront alors vivre pleinement leur vie sans craindre ce que leur réserve l'avenir.

Pour beaucoup, le mot « mort » semble menaçant, définitif et sans espoir. Un trou noir de mystère et de confusion, parce qu'il représente une séparation du monde physique,

qui est le seul endroit dont on sait avec certitude qu'il existe. Comme beaucoup de choses dans la vie, la mort est une inconnue, drapée de mystère, de folklore et de superstition, et par conséquent, il faut la craindre. Et pourtant, nous savons que c'est quelque chose que nous finirons tous par connaître. Peu importe que nous souhaitions la reléguer au plus profond de notre esprit et ne pas y penser, nous savons que le corps est mortel et qu'il finira par rendre l'âme. Qu'advient-il ensuite ? La personnalité que nous considérons comme notre reflet disparaîtra-t-elle avec notre enveloppe physique ? N'y a-t-il que cette vie ? Ou y a-t-il autre chose ? Quelque chose de rare et de beau au-delà de ce que nous connaissons comme la vie ? Peut-être que les églises ont raison quand elles prêchent le paradis pour les bons et les pieux et l'enfer pour les méchants et les damnés. Avec mon insatiable curiosité, je cherche inlassablement des réponses et je crois que je suis loin d'être la seule à ressentir ce besoin de savoir. La vie serait beaucoup plus facile si nous pouvions vivre le temps qui nous est imparti dans le bonheur et l'amour, sans craindre ce qu'il y a au final

Quand j'ai commencé mes recherches dans le domaine de la régression, je ne soupçonnais pas que je trouverais des réponses à ces questions. Étant passionnée d'histoire, j'aimais, par-dessus tout, remonter dans le temps et parler aux gens à différentes époques. J'aimais revivre l'histoire telle qu'elle avait été, et telle qu'elle avait été vue à travers leur regard, quand ils se souvenaient d'autres vies. Je voulais écrire un livre sur leur version de ces périodes historiques, car chacune corroborait le récit des autres sans qu'ils le sachent, quand ils étaient dans un état d'hypnose profond. Il y a des similitudes que je ne m'attendais pas à trouver.

Puis, quelque chose d'inattendu survint et m'ouvrit tout un nouveau pan du monde à explorer. Je découvris la période entre deux vies, dans l'état que l'on appelle la « mort », l'endroit où l'on se rend après avoir quitté un corps physique, ici, sur Terre.

Je me souviens encore de la première fois où j'ai entrouvert la porte et parlé aux « morts ». C'était au cours d'une régression et le sujet est « mort » sous mes yeux, cela survint si rapidement que je fus prise de cours. Je n'étais pas pleinement consciente de ce qui arrivait. Mais, comme je l'ai dit, c'est arrivé si rapidement que je n'eus même pas le temps d'interrompre le processus. La personne regardait son corps en disant qu'il ressemblait tout simplement à n'importe quel corps. J'ai été très surprise que la personnalité soit restée absolument intacte, elle n'avait pas changé. C'est important. Certaines personnes craignent en effet d'être transformées par l'expérience de la mort en quelque chose de différent, d'étrange et de méconnaissable. Il s'agit une fois de plus de la peur de l'inconnu. Sinon, pourquoi aurions-nous une telle peur des fantômes et des esprits ? Nous pensons que ce processus de transition pourrait transformer les personnes que nous aimons en une entité maligne ou effrayante. Mais j'ai découvert que la personnalité ne change pas. Bien qu'il arrive parfois que celle-ci soit momentanément confuse, elle reste fondamentalement la même.

Après avoir surmonté le choc de la surprise de pouvoir parler avec quelqu'un après sa mort, ma curiosité reprit le dessus et une multitude de questions que je m'étais toujours posées, se bousculèrent dans ma tête. A partir de là, à chaque fois que je rencontrais un sujet capable d'entrer plus profondément en transe, stade nécessaire pour ce type de re-

cherche, je m'exerçais à lui poser certaines questions type. Les croyances religieuses ne semblent avoir aucune influence sur ce qu'ils rapportaient. Leurs réponses étaient à chaque fois identiques. Bien que formulée différemment, ils disaient toujours la même chose ; un phénomène en soi.

Depuis le début de mon travail en 1979, j'ai assisté à l'expérience de mort de centaines de sujets. Ils ont trouvé la mort de différentes manières : accidents, décapitation, par noyade et même lors d'une explosion atomique, que j'ai racontée dans le livre *A Soul remembers Hiroshima*¹. Ils sont également morts de manière naturelle, de crise cardiaque, de maladie, de vieillesse et paisiblement pendant leur sommeil. En dépit de cette diversité, des schémas définis sont apparus. La manière de mourir peut différer, mais ce qui arrive après est toujours pareil. Je suis ainsi parvenue à la conclusion qu'il n'y a vraiment aucune raison de craindre la mort. Nous savons inconsciemment ce qui se passe et ce qu'il y a au-delà. Nous en avons déjà fait l'expérience à maintes reprises. C'est ainsi qu'en étudiant la mort, j'ai découvert la célébration de la vie. C'est loin d'être un sujet morbide, mais un autre monde tout à fait fascinant.

Avec la mort vient la sagesse. Il se passe quelque chose lors de la séparation d'avec le corps physique et une toute nouvelle dimension de savoir s'ouvre à nous. Il semble que l'humain soit limité et gêné du fait d'être dans un corps physique. La personnalité ou l'esprit qui perdure n'est pas gêné de la sorte et peut percevoir beaucoup plus que nous ne pouvons l'imaginer. Ainsi, quand je parlais à ces personnes après leur « mort », je pouvais obtenir des réponses à de

¹ Une âme se souvient d'Hiroshima

nombreuses questions mystérieuses et confuses, des questions qui hantent l'humanité depuis la nuit des temps. Ce que l'esprit rapporte dépend de l'évolution spirituelle personnelle de cet esprit. Certains savent plus de choses que d'autres et ont pu me donner des explications plus claires de manière plus compréhensible pour les simples mortels que nous sommes. Je vais essayer de décrire dans ce livre ce qu'ils ont vécu en les laissant parler. Ce livre est une compilation de ce que nombre d'entre eux ont rapporté.

Les descriptions les plus courantes que l'on m'a rapportées au moment de la mort sont : l'impression d'avoir froid, puis soudain, l'esprit est à côté du lit (ou quelque part d'autre) et regarde son corps. En général, on ne comprend pas pourquoi les autres personnes dans la pièce sont si affectées, alors que l'on se sent merveilleusement bien. La sensation dominante relève davantage de l'excitation que de la crainte.

L'entretien qui suit décrit le moment de la libération d'une femme d'environ quatre-vingts ans qui est morte de vieillesse. C'est un exemple typique récurrent.

D (Dolores) : Vous avez eu une longue vie, n'est-ce pas ?

S (Sujet) : Hum, oui. Je me déplace doucement, cela prend du temps. (En gémissant) Il n'y a plus beaucoup de joie. Je suis si fatiguée.

Comme elle semblait de toute évidence éprouver un certain inconfort, je la fis avancer dans le temps, après sa mort. Son corps se contracta sur le lit et, soudain, elle sourit. Sa voix était pleine de vie, rien de comparable aux mornes accents quelques instants auparavant. « Je me sens libre ! Je suis légère ! » Elle semblait si ravie.

D : Pouvez-vous voir le corps ?

S : (D'un air dégoûté) Oh ! Cette vieille chose ? Elle est en bas ! Oh ! Je ne réalisais pas que j'avais l'air si mal en point ! J'étais si ridée et flétrie. Je me sens trop bien pour être aussi flétrie. Tout était usé. (Elle émettait des sons qui traduisaient sa joie.) Je suis si heureuse d'être ici !

J'avais de la peine à me retenir de rire, son expression et le ton de sa voix étaient un vrai contraste.

D : Pas étonnant que le corps était flétri ; il a vécu de longues années. C'est vraisemblablement pour cela qu'il est mort. Vous dites être « là », mais où êtes-vous ?

S : Je suis dans la lumière, et ô que c'est bon ! Je me sens intelligente... Je me sens en paix... Je me sens calme. Je n'ai besoin de rien.

D : Qu'allez-vous faire maintenant ?

S : On me dit que je dois aller me reposer. Oh, je déteste me reposer, alors que j'ai tellement de choses à faire.

D : Êtes-vous obligée de vous reposer, même si vous ne le voulez pas ?

S : Non, mais je ne veux pas être dans une position inconfortable. Je veux grandir et apprendre.

Après cela je n'obtins pas d'autres réponses, si ce n'est qu'elle flottait. D'après son expression et sa respiration, je savais qu'elle était dans un lieu paisible. Quand un sujet s'y rend, c'est comme s'il dérivait dans un profond sommeil et qu'il ne voulait pas être dérangé. Cela ne sert alors à rien d'essayer de le questionner, car ses réponses seraient incohérentes.

Nous reviendrons plus loin dans ce livre sur cet endroit particulier.

Dans un autre cas, une femme revivait la naissance de son bébé chez elle. Sa respiration et les mouvements de son

corps montraient qu'elle ressentait les symptômes physiques de la naissance d'un enfant. Cela se produit souvent quand le corps se souvient autant que l'esprit. Pour ne pas mettre le sujet dans l'embarras, je la fis avancer dans le temps, un moment après la naissance.

D : Avez-vous eu le bébé ?

S : Non. Cela a été difficile Il ne voulait pas venir. J'étais épuisée, j'ai donc abandonné mon corps.

D : Connaissez-vous le sexe du bébé ?

S : Non, cela n'a pas d'importance.

D : Voyez-vous votre corps ?

S : Oui, tout le monde est triste.

D : Qu'allez-vous faire à présent ?

S : Je pense que je vais me reposer. Je dois revenir finalement, mais je vais rester ici un moment. Je suis dans la lumière. C'est reposant.

D : Pouvez-vous me dire où se trouve cette lumière ?

S : Quelque part où l'on sait tout. Tout est pur et simple. C'est la vérité pure ici. Nous ne sommes pas embarrassés par les choses du monde. Vous avez la vérité sur Terre, mais vous ne la voyez pas.

D : mais vous avez dit que vous devrez revenir. Comment le savez-vous ?

S : J'étais faible. J'aurais dû pouvoir supporter la douleur. Je dois apprendre à mieux résister. J'aurais pu rester si je n'avais pas été aussi faible. Je suis heureuse de ne pas pouvoir me souvenir de la douleur. Je sais que je dois revenir et je dois devenir complète, entière. La douleur est une chose que je dois surmonter. Je dois surmonter toutes les douleurs du monde.

D : Mais l'expérience de la douleur est très humaine et

c'est toujours difficile à vivre quand on est dans un corps. D'où vous êtes maintenant, c'est plus facile de la considérer différemment. Pensez-vous devoir en tirer un enseignement ?

S : Oui, je finirai par l'apprendre. J'ai parfois besoin de temps, mais je peux tout faire. Je pense que j'aurais dû être plus forte. J'aurais mieux réussi, mais je pense que je craignais beaucoup la maladie que j'avais quand j'étais enfant. J'avais peur que cela soit aussi désagréable. Et... j'ai abandonné. La douleur... quand on se situe à un niveau de conscience de l'esprit plus élevé et quand on se retire dans la lumière et dans la pensée pure, la douleur disparaît. La douleur n'est qu'une leçon. Quand on apprend la douleur à un niveau humain, on panique et on manifeste une inquiétude extérieure envers ce moment. En prenant du recul, en nous concentrant et avec une infinie patience, on peut passer outre.

D : La douleur a-t-elle un but ?

S. La douleur est un outil d'apprentissage. On l'utilise parfois pour rendre plus humbles certaines personnes. Parfois, un esprit arrogant peut être rabaissé et on peut lui apprendre à être plus bienveillant par la souffrance. Cela peut enseigner que l'on doit finir par s'élever au-dessus de la douleur, qu'il est donc possible de la surmonter. Parfois, le simple fait de comprendre la douleur, ainsi que sa cause, amoindrit la douleur.

D : Mais comme vous le dites, les gens paniquent et ils pensent qu'ils ne pourront pas la gérer.

S : Ils sont trop centrés sur eux-mêmes. Ils doivent s'élever au-dessus de leurs propres intérêts et de ce qu'ils ressentent en ce moment, à un niveau plus spirituel, et c'est

alors qu'ils pourront la gérer. Maintenant, pour certaines personnes, la douleur est un refuge. Elles utilisent la douleur comme une excuse ou une « issue », et c'est le but. Cela varie d'un individu à un autre. Qu'est-ce que la douleur ? Elle ne peut vous atteindre si vous ne la laissez pas s'emparer de vous. Si vous admettez que vous allez souffrir, vous accordez un pouvoir à la douleur. Ne lui conférez pas de pouvoir. Il n'est pas nécessaire de la ressentir. Tout ceci est lié à l'homme. Élevez-vous dans votre esprit, votre esprit supérieur, et elle n'aura pas de prise sur vous.

D : Peut-on se débarrasser de la douleur ?

S : Bien sûr, si l'on en exprime le souhait. Mais on ne le souhaite pas toujours. Certaines personnes veulent que l'on fasse preuve de compassion à leur égard et elles veulent se punir elles-mêmes de toutes sortes de choses. Les gens sont amusants. Chacun sait comment s'y prendre en prenant le temps. Certaines personnes doivent trouver leur voie seules, car si on leur dit qu'il y a un moyen plus facile, elles ne le croiront pas. Elles doivent se le représenter seules. Cela fait partie des leçons que l'on doit apprendre.

D : On a tellement peur de mourir. Pouvez-vous me dire ce que l'on ressent quand cela se produit ?

S : Eh bien, quand je suis dans mon corps, il est lourd. Il me tire. Je suis mal à l'aise. Mais quand on meurt, on est libéré d'un poids. C'est reposant. Les gens portent tous ces problèmes. Et c'est comme s'ils portaient un poids avec eux, parce qu'ils sont chargés de toutes ces choses. Quand on meurt, c'est comme si on les jetait par la fenêtre et on se sent mieux. C'est une transition.

D : Je suppose que les gens ont peur surtout parce qu'ils ne savent pas à quoi s'attendre.

S : Ils craignent l'inconnu. Ils doivent simplement avoir la foi et être confiants.

D : Que se passe-t-il quand on meurt ?

S : On s'élève simplement et on part. On s'élève d'ici, dans la lumière.

D : Que fait-on quand on y est ?

S : On peaufine tout.

D : Où va-t-on si l'on doit s'éloigner de la lumière ?

S : On revient sur Terre.

D : Est-ce inhabituel pour nous de vous parler ainsi à travers le temps ?

S : Mais le temps n'a pas d'importance. Sur ce plan, il n'y a pas de temps, le temps est un.

D : Cela ne vous dérange pas alors que nous vous parlions d'un autre temps en d'un autre plan ?

S : Pourquoi cela devrait-il nous déranger ?

D : Eh bien, nous pensons que cela pourrait vous déranger et je ne veux pas vous importuner.

S : Je pense que cela vous dérange plus que moi.

Un autre exemple concerne une petite fille décédée à l'âge de neuf ans. Quand j'ai commencé à lui parler, elle se rendait à un pique-nique de l'école sur un charriot à foin, vers la fin du dix-neuvième siècle. Il y avait une crique près de l'endroit où devait avoir lieu le pique-nique et les autres pourraient ainsi y nager. Elle ne savait pas très bien nager et avait peur de l'eau, mais elle ne voulait pas que les autres enfants le sachent parce qu'elle craignait qu'ils se moquent d'elle. Comme certains avaient des cannes à pêche, elle avait décidé d'aller à la pêche pour que personne ne sache qu'elle ne savait pas nager. La petite fille était vraiment très inquiète à ce sujet, et elle n'appréciait pas trop cette sortie.

Je lui dis d'avancer dans le temps jusqu'à un jour important, quand elle était plus âgée. Quand je finis de compter, elle annonça, heureuse : « Je n'y suis plus. Je suis dans la lumière. » Ce fut une surprise, et je lui demandai ce qui était arrivé.

S : (Tristement) Je ne savais pas nager. Tout était noir autour de moi. Je sentais ma poitrine me brûler. Et puis, je suis arrivée dans la lumière, et cela n'avait plus d'importance.

D : pensez-vous que la crique était plus profonde que vous le pensiez ?

S : Je ne pense pas que c'était très profond. J'ai vraiment eu peur. Je pense que mes genoux se sont tout simplement pliés et je ne pouvais plus me relever. J'étais tout simplement terrorisée.

D : Savez-vous où vous êtes ?

S : (Sa voix était encore celle d'un enfant) Je suis ici pour toujours.

D : Y'a-t-il quelqu'un avec vous ?

S : Ils travaillent. Ils sont tous très occupés... Ils prévoient tout ce qu'ils ont à faire. J'essaie de comprendre tout cela.

D : Pensez-vous être déjà venue ici auparavant ?

S : Oui, c'est paisible ici. Mais je reviendrai. Je dois surmonter ma peur. La peur est quelque chose que l'on porte en soi, elle nous paralyse. Je ne pense pas vraiment que l'eau était profonde. Je pense que j'avais l'impression qu'elle était deux fois plus profonde parce que j'avais peur. La pire chose qui peut se produire est généralement moindre par rapport à ce que nous craignons. (La voix était maintenant plus mature.) C'est un monstre dans l'esprit d'un homme et

la peur n'affecte que ceux qui sont sur Terre. C'est le mental matériel. L'esprit n'est pas touché.

D : Pensez-vous que lorsqu'on a peur de quelque chose, on l'attire à soi ?

S : Oh oui ! On attire ces choses à soi. La pensée est énergie, elle crée et elle engendre les choses. Il est facile de voir à quel point les peurs d'une autre personne sont stupides et futiles et l'on pense : « Pourquoi ont-elles peur de cela ? » Et pourtant quand il s'agit de nos peurs, c'est si profond, si personnel et si émouvant que cela nous submerge. Par conséquent, si je peux voir les peurs d'autres personnes et essayer de les aider à les comprendre, je pense que cela pourrait m'aider à comprendre les miennes.

D : Vous avez tout à fait raison. Vous savez, la peur de la mort est l'une des peurs les plus grandes entretenues par les hommes.

S : Ce n'est pas si mal. C'est la chose la plus facile qui me soit arrivée. C'est comme si l'on mettait fin à toute confusion, avant de tout recommencer et puis c'est plus confus.

D : Alors pourquoi est-ce qu'on continue à revenir ?

S : Il faut terminer le cycle. Il faut tout apprendre et surmonter toutes les choses du monde afin de pouvoir entrer dans la perfection et dans la vie éternelle.

D : Ce n'est cependant pas une mince affaire d'essayer de tout apprendre.

S : Oui. Cela peut parfois être épuisant.

D : On dirait que cela prend beaucoup de temps.

S : Eh bien, d'où je me trouve, tout semble si simple. Je maîtrise la situation. Par exemple, je comprends la peur, et, à présent, j'ai l'impression qu'elle ne peut m'atteindre. Il y a cependant quelque chose à propos des humains. Quand on

est là-bas, elle nous envahit. Je veux dire qu'elle fait partie de nous-mêmes, elle nous touche et ce n'est pas si facile de la tenir à l'écart et de rester objectif.

D : Non, c'est parce que nous sommes impliqués émotionnellement. C'est toujours facile pour quelqu'un d'autre d'avoir un regard extérieur et de dire : « Comme c'est simple ! »

S : C'est comme si l'on observait les peurs d'une autre personne. Je dois apprendre à endurer et à conserver une vie et non pas partir, jusqu'à ce que j'apprenne le plus possible de cette vie. Je pense que si j'avais une seule vie pour vivre de nombreuses expériences, cela serait beaucoup plus facile que de vivre plusieurs vies courtes. Je perds beaucoup de temps. Je vais donc être attentive à en choisir une qui me permettra de vivre de nombreuses choses et ainsi, de pouvoir limiter mes voyages de retour. Mais je pense aussi que ce sera plus difficile. Il y a certaines choses que l'on doit résoudre entre différentes personnes quand on est impliqué dans une relation. Tout acte a des répercussions.

Dans notre culture, on dit souvent qu'au moment de la mort, « on voit sa vie défiler sous ses yeux ». C'est ce qui s'est produit dans certains de cas que j'ai étudiés. Cela se produit la plupart du temps après la mort, quand la personne décédée revoit sa vie et l'analyse pour voir ce qu'elle lui a appris. On bénéficie alors souvent de l'aide des maîtres de l'autre côté, qui sont capables de considérer la vie de manière plus objective, en faisant abstraction des émotions.

L'un de mes sujets put revoir sa vie passée de manière peu ordinaire. Bien qu'il soit difficile de dire ce qui est ordinaire et ce qui répond à une série de modèles, quand on tra-

vaille dans le domaine de la régression dans les vies antérieures sous hypnose.

Cette femme avait revécu une vie antérieure grâce à une régression et était arrivée au moment de sa mort, au cours de cette vie. Elle était morte paisiblement de vieillesse, et observait, tandis que l'on emmenait son corps au commet d'une colline, près de chez elle pour l'enterrer dans un caveau familial. Puis, au lieu de se rendre de l'autre côté, elle déci-da de retourner chez elle pour essayer de terminer des af-faires en cours. Elle fut très étonnée de se voir apparaitre sous les traits d'un fantôme capable de traverser les murs. Elle se voyait comme un brouillard ou une brume sous forme d'une personne, mais elle fut surprise de se découvrir dans cette situation étrange, et elle déambulait dans la mai-son en découvrant ce qu'elle pouvait faire. À un moment, elle surprit la femme de chambre qui disait que la vieille femme hantait la maison, et qu'on pouvait l'entendre mar-cher.

Après avoir été un fantôme pendant quelques instants, cela devint ennuyeux parce qu'elle savait que personne ne pouvait la voir ou l'entendre, et elle ne pouvait pas communiquer. Elle ne tarda pas à se rendre compte qu'elle ne pourrait pas accomplir ce pour quoi elle était revenue chez elle, en raison de son état immatériel. Au moment où elle prit conscience de cela, elle était à l'extérieur de la maison et se tenait sur une colline surplombant une vallée. Son défunt mari était venu à sa rencontre et se tenait près d'elle. Dans cette dimension, ils avaient retrouvé leur jeunesse et l'apparence qu'ils avaient au moment de leur mariage. Tandis qu'ils contemplaient la vallée main dans la main, elle devint « la vallée de la vie ». Plus tard, elle décrivit cette