

## LE PROCESSUS DE LA MORT SELON MICHEL COQUET



Le présent texte fait suite au texte en deux parties - (1) et (2) - intitulé : **Le processus de la transition et les premières étapes de l'après-vie.** (Voir dans la même rubrique : **Après-vie et médiumnité.**) J'évoque, dans cette suite, la conception de l'ésotériste Michel Coquet, celui-ci étant l'auteur de nombreux livres, dont "*Comprendre la mort pour connaître la vie*" (éditions Alphée), duquel sont extraits les éléments d'information ci-dessous.

### **I. A propos de l'euthanasie :**

Voici une réponse sensée au problème de l'euthanasie, extraite d'un livre de Michel Coquet : *"Comprendre la mort pour connaître la vie"* (éditions Alphée, 2010), position que je partage complètement :

**« Aujourd'hui, le médecin s'en tient à son serment d'Hippocrate et maintient la vie dans la forme, coûte que coûte, ce qui est quelquefois un parfait non-sens. » (M. Coquet)**

L'Eglise catholique porte une lourde responsabilité, *« ayant perpétué pendant des siècles des informations erronées et dogmatiques sur le paradis, l'enfer et la résurrection physique »*.

**« De plus, ayant combattu la gnose (chrétienne et païenne) depuis le troisième siècle, elle s'est coupée des connaissances de l'après-vie et de tout ce qui touche au monde invisible. Elle se trouve de ce fait dans la même position que la science, devant le même mur, devant la même ignorance. Il est bien dommage qu'il en soit ainsi, car elle pourrait être, grâce à certains de ses rites, d'une réelle efficacité pour les mourants chrétiens, en dehors de l'action de la prière.**

**Les hôpitaux sont pleins de malades en phase terminale qui ne demandent qu'à partir en paix. » (M. Coquet)**

Il existe une limite au-delà de laquelle il est impératif d'abrèger l'agonie douloureuse d'un mourant.

**« Avoir recours à des appareils de maintien en survie artificielle si le malade n'a aucune chance de guérison ne rime à rien. Il est bien préférable de lui permettre une mort naturelle dans une atmosphère paisible, et d'accomplir des actions positives à son intention. Quand ces appareils sont en place, mais qu'il n'y a plus aucun espoir, ce n'est pas un crime de les débrancher, puisque, de toute façon, la personne ne survivra pas et que sa vie est maintenue artificiellement. » (Dilgo Khyentsé Rinpoché)**

Au-delà d'une certaine limite, qu'il convient de définir, il n'est pas souhaitable de maintenir coûte que coûte le corps en vie.

**« L'acharnement thérapeutique, outre qu'il entretient une souffrance inutile, devient un obstacle à la libération de l'âme, consciente, elle, du bienfait de son départ. La responsabilité de tout cela relève des médecins qui, sous prétexte d'avoir signé le serment d'Hippocrate stipulant que le premier devoir du médecin est de guérir, s'interdisent de participer à une libération. Or c'est l'évidence même que celui qui entretient la vie doit aussi la libérer ! A cause de l'esprit matérialiste de la médecine qui n'entrevoit aucune continuité dans la vie de l'âme, on cherche désespérément à la maintenir dans un corps qui**

n'en veut plus. Notre peur viscérale de la mort et les pensées morbides qu'elle génère sont, pour les malades en phase terminale, des facteurs aggravants de souffrances insupportables. L'acte de mettre fin à l'enveloppe terrestre est une technique aussi scientifique et précise que peut l'être celle de mettre au monde un nouveau-né. Mais que l'on se rassure, dans un avenir proche cette branche de la médecine sera devenue aussi importante et populaire que nos actuelles maternités. » (M. Coquet) (1)

## II. Le « *BARDO THÖDOL* » :

C'est Padmasambhâva, fondateur de l'école lamaïste des *Bonnets Rouges*, qui aurait, selon la tradition tibétaine, introduit le "*Bardo Thödol*" au Tibet, vers le VIII<sup>e</sup> siècle.

**Le "*Bardo Thödol*", ou "*Livre des Morts tibétain*", témoigne d'une connaissance des étapes de l'après-vie, son objectif majeur étant de conduire le défunt ignorant hors du Plan astral, et l'initié directement sur le « *sous-plan* » le plus élevé du « *devachan* ».**

La période allant de la mort à la renaissance peut être divisée en 3 parties :

- Le *Chikhai Bardo*.

- Le *Chönyid Bardo*.

- Le *Sidpa Bardo*.

Le *Chikhai Bardo* est celui de l'agonie.

Le mourant éprouve la sensation d'être enfoncé sous terre ou d'être extrêmement pesant, le visage pâlit, la faculté visuelle s'altère, et il devient pénible de fermer ou d'ouvrir les yeux.

Le deuxième stade se caractérise par la venue d'excrétions (nasales, salivaires, sphincters), et le mourant éprouve une sensation de chute, d'engloutissement. Il peut entendre des bruits comparables à une puissante cascade. La faculté auditive s'altère au point de ne plus pouvoir entendre les sons extérieurs et d'être remplacée par une sorte d'acouphène. L'audition passe du Plan physique au Plan astral, sans que le mourant ne s'aperçoive de ce changement.

Il y a ensuite une déshydratation du corps.

**« Le mourant éprouve l'assèchement de la gorge et du nez, et ses yeux ont tendance à se révulser. Il perd la possibilité de digérer la nourriture et la boisson, et perd le sens de l'odorat. Sur le plan mental, il ne reconnaît plus ses proches. Comme le "*prana*" commence à quitter les extrémités pour aller vers le centre, il y a perte de sensibilité et refroidissement du corps. A l'intérieur, c'est l'inverse qui a lieu, le mourant ressent une sensation d'embrassement et la perception de points lumineux. » (M. Coquet)**

Il se produit ensuite l'extinction des *chakras* des poumons et l'arrêt progressif de la respiration. Il y a la perte du sens du goût, qui se traduit par l'épaississement et la rétraction de la langue.

« Le “*prana*” est entendu comme une sorte de ronflement ou de vent violent. Si nous avons affaire à un yogi, c’est à ce moment qu’il s’efforcera de pratiquer “*phowa*” ou transfert de conscience. Si cela n’a pas été fait, le lama récitera une prière pour que le défunt entreprenne ce transfert rapidement. » (M. Coquet)

Avant que ne cesse définitivement la respiration, au moment où les périodes d’inspiration et d’expiration s’espacent, il est conseillé de tourner le mourant sur son côté droit, car c’est cette position que prit le Bouddha au moment de sa mort. Après cela, « *le battement des artères (à droite et à gauche du cou) doit être comprimé* ». Si le mourant a tendance à dormir ou si le sommeil vient, il faut éviter celui-ci en pressant doucement (mais avec fermeté) les artères. Ainsi, « *la force vitale ne pourra retourner dans le nerf médian et s’en ira sûrement par l’ouverture “brahmanique”* ».

Lorsque l’expiration finale a complètement cessé, le "*Bardo Thödol*" conseille de presser fermement le nerf du sommeil, en prononçant avec force les mots destinés à faire prendre conscience au mourant de l’état dans lequel il est entré.

« Sauf erreur de l’auteur, ce centre du sommeil se trouve derrière la nuque. » (M. Coquet)

Enfin arrive la dernière dissolution, celle du « *prana* » individuel dans le « *prana* » universel, et la destruction du corps éthérique. La mort a fait son œuvre.

Le moment de la perte de conscience étant venu, le lama s’efforce d’ancrer une dernière pensée dans la conscience du mourant, pensée censée favoriser sa prochaine incarnation.

Si le défunt est un disciple avancé et qu’il possède une certaine maîtrise de la méditation sans forme (« *Mahamudra* » ou « *advaita* »), ce qui est appelé « évanouissement » dans le texte peut céder la place à l’expérience de la « *Claire lumière fondamentale* ». Si celle-ci est pleinement reconnue et réalisée, on obtient alors la fin du « *samsara* » (le cycle des réincarnations).

« Cette période d’inconscience, si la **Claire lumière** n’est pas réalisée, peut, selon les lamas tibétains, durer trois jours et demi, période pendant laquelle le défunt peut tenter d’atteindre un certain degré de vacuité. Si cela s’avère impossible, comme c’est souvent le cas, le mourant expérimente la vie astrale et subit le reflet de ses propres illusions et mirages. C’est à ce moment qu’il doit utiliser les connaissances acquises, même de nature intellectuelle, et avec le discernement qui s’impose, passer outre et obtenir une nouvelle expansion de conscience.

Il existe aussi des êtres peu avancés qui ont étudié intellectuellement le sujet de la mort mais n’ont fait que très peu de progrès en méditation. C’est pourquoi ils sont ici dans l’état de sommeil (“*Milam Bardo*”). Le rôle du lama est donc d’éveiller le défunt afin qu’il puisse de lui-même prendre conscience de sa réalité pendant le déroulement du rêve astral.

Le lama intervient à des moments précis, mais il serait prétentieux de pouvoir les identifier avec certitude. Si le défunt n’a pas atteint la **Claire Lumière**, le lama doit faire en sorte que

celui-ci sache au moins qu'il est bien mort, car cette prise de conscience n'est pas immédiate et systématique. Il est maintenant dans une phase un peu mystérieuse appelée "gestation", après laquelle il est supposé recouvrir pleinement la mémoire de sa condition, ce qui va le mener au second "Bardo". » (M. Coquet)

Le *Chönyid Bardo* est l'état dans lequel se trouve celui qui n'a pas, dans la phase précédente, obtenu la *libération*. Cet état se réfère à la vie dans le Monde astral.

« Rappelons ici que les divinités effrayantes que voit le défunt en astral sont celles qu'il a étudiées et qu'il connaît. Il peut les reconnaître et les identifier comme n'étant que ses propres créations, ce qui fait que, de l'émotion, le défunt passe à la réflexion, ce qui lui permet de se rapprocher du "devachan" de nature purement mentale. Il connaît le *mantra* de chaque déité courroucée, et d'un mot peut la faire disparaître. C'est une méthode bien plus sûre que de subir, sans les connaître, les "formes-pensées" de ses peurs, désirs et émotions.

Les différents stades du "Bardo" ne sont pas toujours clairement définis car, selon la nature d'éveil du défunt, l'état de conscience est différemment interprété. Par exemple, ce "Chönyid Bardo" est une période où plusieurs opportunités s'offrent au mourant selon qu'il a atteint la Claire Lumière ou non. Dans le meilleur des cas, le cycle du "samsara" est rompu, sinon il devra revenir sur Terre, mais en tant que "tulku" dans son corps "Nirmanakaya", c'est-à-dire en tant que "Bodhisattva" libéré de tout *karma*. Il est clair que la démultiplication des "lamas-tulku", aujourd'hui, a pour but de sauvegarder la tradition tibétaine, car trouver un authentique "tulku" sur mille prétendants serait déjà très exceptionnel. » (M. Coquet)

Si le défunt n'a pas atteint l'état de "Dorje-Chang" (ce que seuls peuvent faire les grands maîtres du yoga), il passe par la phase de jugement.

« Cette étape se retrouve dans tous les systèmes religieux. C'est ici que se trouve le roi ou juge des morts, connu sous différents noms : Yamantâka, Yama-Râja ou Dharma-Râja (Shinje, en tibétain), Roi de vérité et seigneur de la mort. En Egypte, c'est Osiris qui remplissait cet office. Ce grand roi consulte le miroir du karma en additionnant dans les plateaux de la balance les pierres noires des mauvaises actions et les pierres blanches des bonnes. Il n'est donc pas Dieu, mais le symbole de la grande *Loi du karma* se manifestant à travers les quatre Mahârâjas ou Régents des quatre points cardinaux, et une multitude de "devas" intermédiaires.

Si la Claire Lumière n'est pas atteinte, certains défunts risquent maintenant d'être effrayés par des sons divers, et de tomber dans trois sortes de précipices selon le jugement *karmique* :

1. Tomber dans un précipice blanc et renaître comme "deva".
2. Tomber dans un précipice rouge et renaître comme "preta".
3. Tomber dans un précipice noir et renaître dans un état infernal.

“Exotériquement”, ces trois précipices sont la colère, le désir et l’ignorance, mais aussi : 1) le “devachan”, 2) le “kamaloka” ou monde astral, 3) l’“avitchi”. “Esotériquement”, ce sont trois germes qui détermineront trois conditions dans le prochain corps, (...). » (M. Coquet)

#### - Les 49 jours du "Bardo" :

La période de 49 jours est précédée de 7 jours (qui commencent environ 3 jours et demi après la mort) pendant lesquels le lama s’efforce d’instruire le défunt de la doctrine du Bouddha. Une autre période suivra, du 8<sup>e</sup> au 14<sup>e</sup> jours, avec d’autres opportunités d’être aidé et éclairé.

« De manière très allégorique, puisque le temps n’existe que pour les vivants, les Tibétains pensent que la première moitié des 49 jours du Bardo sont faits de souvenirs se rapportant à la vie que vient de quitter le défunt, alors qu’au cours de la seconde moitié il s’agirait d’expériences en relation avec sa vie à venir. C’est là une interprétation déformée se rapportant au passage de l’âme dans les deux mondes de l’au-delà, le plan astral et le plan mental. » (M. Coquet)

L’interprétation du nombre 49 en association avec la mort se retrouve aussi au Japon : selon une croyance nippone d’influence bouddhiste, une âme attachée à la Terre se réfugie après sa mort, pendant 49 jours, dans l’arête du toit des maisons !

Selon Sogyal Rinpoché, qui reprend ce qui se dit habituellement dans le bouddhisme tibétain populaire, la septième semaine serait une période critique, car à la fin des 49 jours la période du "Bardo" est terminée.

« On aura compris que la première justification de ce cycle est à l’intention des vivants. Ne sachant pas ce qui se passe au-delà du monde visible, il a bien fallu instituer un certain nombre de jours pendant lesquels une aide pouvait être donnée au mourant avant qu’il abandonne définitivement tout contact avec notre monde. » (M. Coquet)

Outre le fait que Bouddha médita 49 jours sous l’arbre Bô pour démêler les causes de souffrance et d’illusion, on notera que le nombre 49 fait quand même partie du processus de la mort. Selon le Maître D. K., en effet, lors du processus de restitution (amenant à la mort corporelle) les 49 « feux » contenus dans l’organisme s’éteignent, ceux-ci se fondant dans les 21 « points lumineux mineurs », lesquels sont à leur tour absorbés par les 7 centres majeurs d’énergie. Ces 49, 21 et 7 centres sont des *chakras*.

En outre, le Plan astral (« *tuli-kai* ») est composé de 7 « sous-plans », chacun étant différencié en 7 « sous-états », ce qui fait 49 états de conscience que le défunt peut réaliser dans ce "Bardo".

Après avoir vécu une certaine période dans l'un des 49 degrés du **Monde astral**, l'entité se prépare à entrer dans le « *Sidpa Bardo* », « *qui est le Bardo du devenir ou état transitoire de la recherche d'une renaissance* ».

Une aide au défunt ne peut survenir que pendant la période où celui-ci se trouve encore sur le **Plan astral**. Les sages du passé ont imposé un temps symbolique sur le plan physique, ceci afin de permettre aux amis du défunt d'apporter à celui-ci une aide éventuelle. Les maîtres tibétains ont opté pour la symbolique période de 49 jours.

« L'étude superficielle du "*Bardo Thödol*" laisserait à penser que l'accès au "*devachan*" est un privilège qui n'est pas partagé par le commun des mortels ! La raison est que le Bardo de l'après-vie inclut le plan astral et la partie avec forme ("*rupa*") du plan mental ou "*devachan*". Tout ce que recherche le yogi dans le "*Bardo Thödol*", c'est de passer directement sur le plan le plus élevé du "*devachan*" sans forme ("*arupa*"), et là, effectivement, tout le monde n'y entre pas sans la pureté et la réalisation nécessaires.

Étant un tantra ésotérique, le "*Bardo Thödol*" ne peut être compris et pratiqué que si l'on y a été dûment initié. Cela étant dit, de nombreux lamas récitent ce texte sacré sans en comprendre le sens profond, déclarant que l'important est surtout d'avoir la foi en lui, et la certitude qu'il sera une aide efficace pour le défunt, alors qu'eux-mêmes en ignorent la signification et les subtilités. La compassion étant la qualité primordiale de tout bouddhiste, la prière faite avec amour, qu'il y ait ou non compréhension intellectuelle, sera forcément aussi efficace que le "*Prêtashrâdda*" pour l'Hindou, le **Requiem** pour le chrétien, ou le "*Fatiha*" pour le musulman. » (M. Coquet) (2)

### III. Le processus de la mort :

C'est notre attitude sereine et « équanime » face à la mort qui détermine la réussite du passage dans « *l'autre dimension* ».

Les causes de la mort sont diverses :

- La personnalité a fait son temps et l'âme la rappelle.
- Certaines conditions lui imposent de mourir à une période non prévue par l'âme : suicide, certaines maladies, l'esprit de sacrifice, certaines grandes épidémies ou guerres qui impliquent « *la destinée de vies individuelles dans un karma plus vaste* ».

Dans les cas des morts prévues par l'âme (cas le plus fréquent), le *karma* étant le maître d'œuvre, l'interruption de vie a diverses causes : maladie, vieillesse, accident.

« Lorsque l'âme sent qu'elle ne peut plus utiliser son instrument, sa volonté d'exister dans la forme cesse et l'énergie de vie "pranique" se retire lentement du corps éthérique. La conséquence est la vieillesse ou la maladie. Le corps éthérique étant le premier touché, certaines maladies de retrait trouvent leur origine dans les *chakras* (...). » (M. Coquet)

Le cancer en est une conséquence immédiate. Même si de nombreux cancers sont provoqués « *par la violation des lois de la nature* », le cancer est, plus qu'aucune autre maladie, lié aux *chakras* et à leur activité.

« Il y a aussi des cas où ce n'est pas l'âme qui manque de volonté de vivre, mais la personnalité. Les causes, là encore, sont multiples : un individu est saturé de vivre, un autre ne supporte pas une série d'épreuves, un autre est profondément déçu du monde, etc. Il y a aussi des cas intermédiaires étranges et rares. L'âme ayant rappelé la personnalité, celle-ci, par la force de sa propre volonté, se maintient en manifestation. Cela se traduit chez certains individus par une vie traînante et sans saveur. On parle alors d'une personnalité sans âme car cette dernière se manifeste sur deux plans à la fois. Chez d'autres personnes, la vie est celle d'une interminable série d'accidents et de maladies qui ne semblent pas pouvoir mettre fin à l'existence.

Ce qu'il faut garder à l'esprit, c'est que dans tous les cas où la perte de volonté de vivre est inhérente à la personnalité, il y a possibilité de guérison. Par contre, cela est presque impossible lorsqu'il s'agit de la volonté de l'âme. » (M. Coquet)

Il y a quelques exceptions. Par exemple, lorsque l'heure de la mort est annoncée, le *karma* pourra être changé « *par la volonté d'un grand instructeur qui aura jugé que le disciple peut lui être encore de quelque utilité sur le plan physique, ou que ce disciple, en vue d'atteindre une expansion de conscience plus inclusive, a grand intérêt à prolonger son existence terrestre* ».

### 1. Pressentiment d'une mort imminente :

« Lorsque la mort est naturelle, c'est-à-dire décrétée par l'âme, le cerveau peut être averti à l'avance. Il n'est pas rare qu'un disciple le sente intuitivement et que cette intuition se manifeste à travers un rêve ou une vision.

Lorsque l'âme décrète la fin de la vie sur Terre, elle prend certaines dispositions, elle crée une "forme-pensée" de l'événement tel qu'il va se dérouler dans un temps qui peut varier de quelques heures à plusieurs années. Cette "forme-pensée" peut être perçue par l'intéressé ou par un sensitif de son entourage. » (M. Coquet)

Le Maître Philippe de Lyon (1849-1905) parlait de « cliché ».

Dans le cas du « *Titanic* », les individus qui ne devaient pas mourir eurent l'intuition de la catastrophe et annulèrent leur voyage au dernier moment.

« Si une personne est à bord et que ce n'est pas sa destinée de mourir, elle sera sauvée d'une manière ou d'une autre. Winston Churchill, qui se trouva souvent proche de la mort, fut à chaque fois sauvé par une voix intérieure. Si, par contre, la mort est programmée, personne (sauf la volonté d'un Maître de Sagesse) ne pourra rien y changer ; tel fut le cas du célèbre musicien de rock John Lennon, assassiné en 1980, assassinat dont la "forme-pensée" fut clairement perçue par le médium Alex Tanous quelques mois plus tôt.

Dans certains cas, le futur mourant a la vision intuitive de sa propre mort et peut en déduire que son temps approche. C'est ce qui arriva à l'astrologue Sir Richard Napier. Alors qu'il allait passer une nuit dans une auberge, il fut conduit à sa chambre par l'aubergiste, mais à sa grande stupéfaction un cadavre était déjà sur son lit. En regardant bien, Napier s'aperçut qu'il s'agissait de son propre corps ! Napier mourra quelque temps plus tard. Dans d'autres cas, la vision est celle d'une image traditionnelle connue de l'intéressé, qui vient l'avertir par différents signes ; par exemple, la "forme-pensée" de l'*Ankou* dans les croyances bretonnes, ou d'une **dame blanche** dans d'autres. » (M. Coquet)

Rien ne peut nous faire échapper à la mort programmée.

« En 456 avant notre ère, Eschyle, le grand poète et père de la tragédie grecque, avait fait l'objet d'une prophétie : un oracle avait prédit que le poète serait tué d'un coup venant du ciel. Un jour qu'il se promenait à Gela, en Sicile, il vit un aigle planer au-dessus de sa tête, à la recherche d'un rocher pour briser la carapace de la tortue qu'il tenait dans ses serres. Prenant la tête du poète pour une pierre, il la lâcha dessus et le tua instantanément. Cette mort était programmée, et la "forme-pensée" de la manière dont cela devait arriver fut clairement perçue par l'oracle. » (M. Coquet)

## 2. Conseils pour une mort paisible :

Le premier conseil que l'on peut donner est de se contrôler et de respecter le silence autour du corps de la personne qui se prépare à partir. Il s'agit de faire taire nos émotions violentes et d'apaiser notre nature affective.

Mis à part des cas particuliers, l'état d'inconscience n'est qu'apparent, car la personne est parfaitement consciente de ce qui lui arrive, et il est donc impératif de contrôler la nature des conversations. Il en est de même pour une syncope ou un coma.

Il convient d'utiliser la couleur jaune orangé (safran).

« Tout le monde reconnaît un moine bouddhiste birman ou thaïlandais, ou même un renonçant hindou, à la couleur safran de son habit. La raison est que cette couleur focalise les *énergies praniques* dans la tête, ce qui tend à défavoriser la vitalité des sens inférieurs au profit du sens intuitif le plus élevé. C'est aussi pour cette raison que les moines portent une robe de cette couleur, symbolisant leur profond détachement des objets du monde. Hindous et bouddhistes savent qu'au moment de la mort, il est indispensable, comme nous le disons souvent, que la conscience sorte par le sommet du crâne, et la focalisation des énergies par la couleur safran est une aide précieuse pour y parvenir. » (M. Coquet)

Dans l'avenir, il faudra donc s'efforcer de remplacer les tentures noires par du jaune orangé.

« Mettre de la musique sacrée dans la chambre du mourant n'est valable que sur sa demande. Pour une personne qui ne peut être aidée occultement, certaines musiques peuvent être un soutien bienfaisant et rassurant. Le chrétien appréciera certainement un champ grégorien, et un Hindou un **chant dévotionnel** ("bhajan"). Cependant, lorsque le mourant tombe dans l'inconscience du plan physique, la musique n'est plus nécessaire et on privilégiera le silence ou des **récitations "mantriques"** appropriées.

Voilà peu de temps, j'ai assisté à la cérémonie mortuaire de ma mère et de l'un de mes frères. A cette occasion, des membres de la famille avaient choisi une très belle musique, mais qui, au lieu d'apaiser les cœurs souffrants, engendra une vague d'émotion douloureuse. Nous l'avons dit, tout ce qui génère des émotions doit être évité pour maintenir un sentiment paisible parmi l'assistance et soutenir le défunt dans cette phase de changement.

Il n'existe plus de science de la mort en Occident, mais en Inde, les brahmanes, sachant que l'âme est attachée au corps par le "**sutratma**", utilisent certains **sons "mantriques"** (en sanskrit) de manière à en causer la rupture au niveau du coeur. » (M. Coquet)

**L'un des plus importants mantras est bien entendu la prononciation du Verbe, le « pranava » AUM.**

« Un usage régulier du **Mot Sacré**, chanté à voix basse et dans une tonalité particulière (à laquelle le mourant sera sensible), pourra plus tard constituer aussi une partie du rituel de **transition**, en s'accompagnant d'une onction d'huile, comme cela s'est perpétué dans l'Eglise catholique. L'extrême-onction a une base occulte et scientifique. Le sommet de la tête du mourant doit aussi symboliquement être dirigé vers l'Est, et ses pieds et ses mains devront être croisés. » (Maître D. K.)

Qu'en est-il de la posture du corps ? Au moment de sa mort, Bouddha se coucha sur le côté droit, ce qui, écrit Michel Coquet, facilite la rupture du « **sutratma** », grâce à la pression particulière exercée sur le cœur.

Dans le cadre du processus de la mort, la pression sur certains centres, ou artères, « *a toujours comme objectif de permettre au mourant de partir en pleine conscience* ».

Le Maître D. K. a précisé que la « *pression sur la veine jugulaire et certains nerfs importants dans la région cervicale, et sur un certain point de la "medulla oblongata" (cervelet)* », s'avérera utile et efficace.

**« On établira plus tard certainement une science de la mort, mais seulement une fois que le fait de l'âme sera reconnu et que son rapport avec le corps aura été scientifiquement démontré. » (Maître D. K.)**

Dans le rite religieux, un seul parfum devrait être utilisé, celui du santal, un parfum « de premier rayon ». Le santal favorise la libération de l'âme hors de sa prison de chair. Mais il ne doit être utilisé que lorsqu'on sait, sans l'ombre d'un doute, que la mort est bien l'objectif de l'âme.

Il faut savoir cultiver une attitude de détachement par rapport à notre monde terrestre. « *Mon royaume n'est pas de ce monde* », disait Jésus. Il enseigna que celui qui tient à sa vie la perdra. Michel Coquet note à ce sujet que l'individu qui cherche à exister dans ce monde en tant que corps « *perdra de vue la vie de l'âme qui seule est capable de transcender la vie terrestre limitée* ». Il est indispensable d'avoir, pendant nos années de vie, développé l'esprit d'abandon et accepté la mort comme partie intégrante de notre destinée.

La dernière pensée est importante en tant que germe conditionnant de la prochaine incarnation. Cette idée, cependant, ne doit pas être interprétée trop littéralement, mais c'est pourtant ce qui arrive souvent.

**« Les écritures sont pleines de ces allégories qui soulignent l'importance d'une vie consacrée à penser à Dieu et non pas aux désirs multiples du monde, car alors nous exprimons notre nature animale, d'où la croyance en la métempsycose. Au contraire, une vie entière à penser à Dieu nous donnera plus de chance de penser à Lui au moment de notre mort et d'atteindre ainsi une sphère élevée de la conscience. » (M. Coquet)**

Dans chaque religion, les fidèles se choisissent une divinité tutélaire ou un saint instructeur qui servira d'intermédiaire entre lui et Dieu.

**« Au moment de la mort, le mental, saturé de la forme de cette divinité, la restitue dans l'au-delà, amenant le mourant sur le plan de conscience que cette dévotion lui a permis d'atteindre. Ainsi, l'Hindou qui se sera concentré sur Shiva se retrouvera dans son royaume, au mont Kailash, tout comme le chrétien se retrouvera au paradis en compagnie de Jésus et de Marie, et d'une pléiade d'anges et de saints. Ce que demande donc Krishna, c'est de se concentrer sur lui en tant qu'Avatar de Vishnou (Christ), c'est-à-dire avec les attributs de sa divine personne. C'est ce qui est conseillé à ceux qui n'ont pas encore eu accès à la communion abstraite avec Dieu, sans attribut ni forme.**

**Donc, oui ! La dernière pensée est importante, comme elle peut l'être au moment de s'endormir. Elle sera toujours positive si le défunt a passé sa vie à cultiver le beau, le bon et le bien. Si, au contraire, le mourant fait partie de ceux dont la principale préoccupation est**

**l'habillement, la nourriture et la distraction, ce sont des pensées de même nature qui émergeront dans sa conscience au moment de sa mort. » (M. Coquet)**

On ne triche pas à cet instant du dernier souffle car, un peu avant la séparation du corps et de l'âme, l'individu perd le contrôle de sa forme, et quelque chose d'autre que lui-même semble le conduire là où il doit aller.

**« Il pense mais ne peut plus agir, et c'est là qu'émerge dans sa pensée une impression synthétique de ce qu'il fut réellement sur Terre. C'est cette pensée qui conditionnera son avenir. Pour un disciple constamment concentré sur le Soi et tout ce qui s'y rapporte, les dernières sensations de la personnalité ne sont pas de première importance, seules les aspirations les plus profondes sont enregistrées. » (M. Coquet)**

Pour l'individu moyen dépourvu de telles aspirations religieuses ou connaissances, les dernières impressions seront associées à son environnement immédiat, à ses désirs frustrés, à ses regrets.

**« Certains s'endorment sans foi ni passion, ne laissant qu'une pâle pensée. D'autres au contraire, tels les fanatiques religieux, emportent une pensée puissante qui sera la note dominante de leur future incarnation. » (M. Coquet)**

Le Mahâtmâ Gandhi a donné l'exemple de l'attitude juste. Lors de son assassinat, il eut le temps de psalmodier : « *Ram, Ram !* », le nom de Dieu pour certains Hindous.

Au moment de sa mort, sainte Thérèse de Lisieux eut ces dernières paroles : « *Oh ! je t'aime... Mon Dieu... je... vous... aime.* »

Le 23 septembre 1968 à 2 heures 30 du matin, le Padre Pio, alors assis dans son fauteuil, revêtu de son habit de capucin et serrant dans ses doigts son chapelet, murmura, lors de son dernier souffle, les noms de Jésus et Marie, et ajouta à l'intention du Monde qu'il avait tant aimé : « *La Messa è finita, andate in pace...* » (« *La Messe est finie, allez dans la paix !* ».)

Pour avoir une telle pensée au moment de la mort, les sages enseignent que chaque personne, selon sa religion, « *devrait avoir constamment dans son cœur et sur ses lèvres le nom de son Seigneur* ».

**« Cette pratique est connue en Inde sous le nom de “*namasmarana*” ou “*nama-japa*”, le souvenir constant de Dieu par la récitation incessante d'un *mantra* ou d'une prière d'adoration. Ainsi, au moment du dernier souffle, même lorsque l'on perd conscience, le mental peut continuer seul sa récitation. Il reste vrai que pour les initiés hindous, le Verbe OM est celui qui doit être sur nos lèvres au moment de la mort, afin d'être assuré d'une libération ou d'une réincarnation favorable. » (M. Coquet)**

### 3. La restitution :

Le « *sutratma* » correspond à ce qu'on appelle en Occident la corde d'argent. Au moment de la naissance, les deux points d'ancrage de l'âme sont les suivants :

- Le courant de vie dynamique, ancré dans le cœur.
- Le courant de conscience individuelle, ancré dans la tête, l'attache se situant tout près de la glande pinéale.

Il peut arriver qu'à cause d'un choc brutal ou d'un malaise cardiaque grave, le lien de conscience se détache, ne laissant que le lien de vie. Si la rupture est légère, on aura un évanouissement ou une syncope, sinon on aura un coma et l'entrée dans une période de vie végétative. Si le fil de conscience reprend sa place, une guérison est possible, mais il arrive souvent que le cerveau ait subi des séquelles irréversibles... La rupture du fil de conscience entraîne un coma. La profondeur de ce dernier permet de distinguer plusieurs stades.

Dans le stade I (ou *coma vigile*), les fortes excitations faites au patient entraînent un geste de défense ou une plainte.

Dans le stade II, les fortes excitations ne déclenchent aucune réaction.

Dans le stade III (le *coma carus*), on note, outre des troubles végétatifs, une abolition du réflexe cornéen et du réflexe pupillaire.

Dans le stade IV (ou *coma dépassé*), les fonctions respiratoires et circulatoires ne sont maintenues que par une réanimation. Dans ce cas précis, il est souhaitable, pour le défunt, d'être libéré de son corps.

C'est l'électroencéphalogramme qui aide à apprécier la profondeur du coma. Dans la phase finale, le silence électrique (qui se caractérise par un tracé nul) survient avant l'arrêt cardiaque. Il s'agit du stade IV de Fishchgold (ou *coma dépassé*).

« Dans l'enseignement des sages, le coma est divisé en deux stades : le coma de guérison et le coma de restitution. Le premier permet à l'âme de prendre le temps nécessaire pour réparer ses véhicules et obtenir une guérison. Le second prépare l'âme à abandonner définitivement ses corps. Le clairvoyant peut seul (pour le moment !) savoir dans lequel des deux sortes de coma se trouve le malade. Dans le premier cas, l'aura du malade est pour ainsi dire normale ou rayonnante, alors que, pour le coma de restitution, l'aura est comme rentrée au-dedans du corps. Comme je l'ai suggéré dans un précédent ouvrage sur le troisième œil, les médecins de l'avenir pourraient envisager d'utiliser le système de photographie Kirlian pour identifier la qualité des deux genres d'auras. Cela permettrait d'être plus efficace et d'abréger un grand nombre d'inutiles souffrances. » (M. Coquet)

L'ensemble du processus de la mort se subdivise en plusieurs phases ou étapes qui peuvent se suivre ou avoir lieu en même temps.

Lorsque le mourant se rétablit, cela signifie que le corps éthérique est encore présent, le retour à la vie étant rendu possible grâce à lui (d'où les cas notamment de NDE, ou expériences au seuil de la mort).

« Ce rétablissement signifie que l'âme maintient encore son contrôle sur le corps physique par l'intermédiaire de certains *chakras moyens*, mais bloque temporairement tous les autres processus énergétiques. Font exception à cette paralysie, le *chakra cardiaque*, le *centre de la rate récepteur du "prana"*, ainsi que deux *chakras mineurs* en connexion avec les poumons. Ils reçoivent normalement leur apport d'énergie, et c'est par eux que le contrôle est maintenu.

A ce stade, la personne peut même avoir toutes les apparences extérieures de la mort. » (M. Coquet)

On connaît les cas d'« enterrés vifs »...

« Jusque-là, un sage peut encore, par l'utilisation de son énergie d'amour et de sa volonté *"atmique"*, obtenir une guérison complète. Nous avons dans la Bible quelques exemples de ce retour à la vie, qu'il ne faut pas confondre avec une résurrection qui est, en quelque sorte, la mort du principe mortel. Dans le cas qui nous intéresse présentement, nous avons à faire à Jésus qui était forcément conscient qu'il s'agissait d'un coma de guérison ou du moins d'un état qui permettait le rétablissement de la santé ; c'est pourquoi il précise souvent à ses disciples, ou à la famille du mourant, que l'individu n'est pas mort mais qu'il dort. » (M. Coquet)

Un cas de ce genre se trouve dans Matthieu (IX, 23) : « *Parvenu à la maison du chef, et voyant les joueurs de flûte et la foule en tumulte, Jésus dit : "Retirez-vous ; la fillette n'est pas morte : elle dort." Et ils se moquaient de lui. Mais quand on eut mis la foule dehors, il entra, prit la main de la fillette, et celle-ci se dressa.* »

Dans la ville de Naïm, il remit sur pied le fils unique d'une veuve, mort en apparence, et qui était porté en terre devant une foule considérable. (Luc, VII, 11-15)

Il y a, dans l'*Évangile de Jean*, la description d'une **mort initiatique** souvent précédée d'un état corporel ayant tous les symptômes d'une mort physique. Lorsque l'on presse Jésus de se rendre au chevet de Lazare qui est malade, il répond : « *Cette maladie n'est point mortelle, elle est pour la gloire de Dieu.* » (Jean, XI, 4)

On aura compris qu'il ne s'agit pas de la mort du corps physique, car Jésus attend deux jours pleins avant de partir, ce qui correspond aux trois ou quatre jours de l'initiation. Quand il se décide à partir, il dit à ses disciples : « *Notre ami Lazare repose ; je vais aller le réveiller.* »

Les disciples, qui ne semblaient pas très instruits en matière d'initiation, répondirent : « *Seigneur, s'il repose il guérira.* »

Les disciples ne comprirent pas que Lazare n'était pas malade et que son problème n'a rien à voir avec son corps. Jésus précisa : « *Lazare est mort, et je me réjouis pour vous de n'avoir pas été là, pour que vous croyiez.* »

Ce texte montre qu'il était difficile de communiquer ce qui se passe au niveau de l'âme de celui qui va être le sujet d'une grande expansion de conscience spirituelle.

### « La mort dont il s'agit est celle de l'Ego. » (M. Coquet)

Avant d'atteindre le lieu de l'initiation, Jésus rencontra Marthe, la sœur de Lazare. Celle-ci, qui n'était pas une novice, savait qu'à la fin de l'évolution de l'humanité tout le monde est supposé atteindre la résurrection. Mais elle ignorait que son frère passait par « *le processus accéléré de résurrection avant l'heure* », car lorsque Jésus lui déclara : « *Ton frère ressuscitera* », elle pensa en termes de fin de cycle. Jésus, s'identifiant à l'âme de Lazare, lui déclara :

« *Je suis la résurrection et la vie. Celui qui croit en moi vivra, quand même il serait mort.* »

Et voyant la naissance d'un nouvel initié, « *Jésus pleura* » de joie...

« Cet exemple est exceptionnel, mais ramener quelqu'un à la vie lorsque son corps éthérique est encore présent est dans le pouvoir d'un sage. A Rome, Apollonius de Tyane, par compassion, ressuscita une jeune fille qui était transportée vers un bûcher. Shankarâchârya ressuscita un jeune garçon de la même façon, et nous avons plusieurs exemples d'un même pouvoir spirituel avec Tomo Geshé Rinpoché, Sathya Saï Baba ou le Maître Philippe de Lyon. » (M. Coquet)

**Ce pouvoir de rendre la vie à un individu au moment où la mort a presque accompli son œuvre, est un pouvoir connu des initiés hindous sous le nom d'"Ishatvam", en sanskrit.**

Si la loi du *karma* n'a pas placé devant le mourant un tel sage, l'âme continue son travail « *et prend successivement le contrôle de la rate, des deux centres mineurs des poumons, et du cœur* ». Après leur extinction, le corps éthérique se dissout.

### - Le premier stade de restitution :

Lors d'une mort programmée par l'âme, certaines glandes entrent en action en vue de provoquer des phénomènes physiologiques dont la plupart sont en rapport avec le cœur et affectent le courant sanguin, les systèmes nerveux et le système endocrinien.

« L'âme sur son propre plan a énoncé la **parole de retrait**, le **mot sacré de la mort**, et cela provoque une vibration qui s'étend jusqu'aux "**nadis**" du **corps éthérique**. Les "**nadis**", qui sont les agents de l'âme, réagissent à l'activité vibratoire émanant de la contrepartie éthérique du cerveau, et ils vont à présent s'organiser en vue du processus d'abstraction. Nous connaissons tous le truisme : le sang, c'est la vie. Eh bien, maintenant, s'engage le processus inverse : désormais le sang devient l'agent principal de la mort. L'âme, nous le savons, est principalement dirigée par la glande pinéale. C'est elle qui est la responsable de la **libération dans le sang d'une hormone qui agit directement sur le cœur, où le fil de vie est ancré. Cette hormone est la cause du coma**. Sur le plan "conscience", cette fois, et du fait que l'aura de la glande pinéale est en étroite relation avec l'aura du cœur, l'intention de l'âme est transmise au centre du cœur, imposant le retrait et la mort.

Le **corps éthérique** étant le substrat énergétique des systèmes nerveux, les deux systèmes sont forcément intimement liés l'un à l'autre. C'est pourquoi il se produit un étrange phénomène, une sorte de frémissement psychique dont l'effet est de distendre et puis de rompre définitivement la connexion entre les "**nadis**" et les systèmes nerveux. Le **corps éthérique** se détache ainsi de sa gaine dense, tout en continuant à en interpénétrer toutes les parties.

A ce moment, il se produit un apaisement qui peut être mis à profit par un accompagnateur initié afin d'instruire le mourant ou, par l'initié au "**phowa**", afin de s'identifier avec son Soi. Pour la plupart des mourants, cependant, c'est un moment qui peut être aisément observé car il se traduit par un état de profonde sérénité et de détachement vis-à-vis de l'entourage. Le mourant peut faire alors l'expérience d'un contact entre les deux mondes, mais se sent surtout désireux d'entrer dans le second qu'il perçoit sous des formes différentes : lumière, divine musique, ou parents venus l'accueillir. Tout en conservant l'intégrité de sa conscience, il lui est désormais difficile de faire un effort mental. Le relâchement des "**nadis**" commence par les yeux, et les globes oculaires ont tendance à se focaliser vers le centre frontal.

Au moment de la séparation du **corps éthérique** de sa forme matérielle, il se produit un instant d'intense lumière qui annonce au clairvoyant la période de restitution. Le vêtement de chair va être dissous par le retrait de la lumière des **chakras** et "**nadis**" du **corps vital**. S'éteignent en premier les 49 centres mineurs dont la chaleur et la lumière se fondent dans les 21 centres moyens, lesquels à leur tour sont absorbés par les 7 **chakras** majeurs. Selon l'enseignement ésotérique, les deux derniers centres mineurs, qui "**s'évanouissent dans le néant**" pour être dissous dans la totalité de la substance éthérique, se trouvent dans la région des poumons et leur sont étroitement liés. Si, pour une raison quelconque, l'âme est rappelée dans le corps physique dense, c'est sur ces deux centres qu'elle s'appuie (réanimation cardiaque !). » (M. Coquet)

Ce processus est normalement lent. Mais, dans les cas de mort subite, le choc est si violent que l'évacuation du corps physique et la dissolution du corps éthérique sont pratiquement simultanées.

« Nous assistons maintenant au ressaisissement du corps éthérique réorganisé et définitivement séparé de l'enveloppe matérielle. Il reste cependant, et par habitude, dans ce

qui fut sa demeure, et commence un travail de retrait des extrémités vers la porte de sortie qui est la sienne, le centre coronal, le cœur ou le plexus solaire. » (M. Coquet)

A ce stade du processus de restitution, l'*élémental physique* (ensemble de toutes les vies mineures de l'organisme biologique) peut encore regagner son emprise sur le *corps éthérique*, si l'âme le juge nécessaire ou si la mort ne fait pas partie du destin de l'individu.

« Là se situe la frontière entre la vie et la mort, une frontière que ne franchira la médecine qu'après avoir admis la *préexistence de l'âme et la faculté de clairvoyance*. Précisons ici que ceux qui se sont attachés à la vie sensible du monde matériel et qui ont donné plus d'importance au corps qu'à l'Esprit ont tout simplement vivifié la vie de l'*élémental physique*, ce qui fait que ce moment de la séparation, au lieu d'être paisible et rapide, est long et douloureux. L'acharnement thérapeutique est, souvent et par ignorance, l'instrument de vitalisation de cet *élémental* qui retient l'âme au lieu de la libérer.

Lorsque l'*élémental* du corps physique a perdu son emprise, et que le *corps éthérique*, soumis à la loi d'attraction, attend le moment de la "saccade" finale de l'âme, le dernier ancrage se brise et le "sutrâtma" se détache du cœur. A ce moment, la conscience, qui se trouve dans l'atome permanent physique, se dégage du ventricule gauche du cœur et monte par le nerf vague (parasympathique) jusqu'au troisième ventricule, avant de sortir par le centre coronal (*chakra "Sahasrara"*). Du point de vue de l'énergie, la montée se fait à travers "sushumna nadi".

Chez l'initié, lorsque le centre coronal devient le point focal de l'âme, et que celle-ci agit sur les centres cardiaque et coccygien, ces deux centres deviennent radioactifs. Lorsque cette radiation unifiée fusionne avec le centre coronal, il se crée un triangle de feu hautement magnétique qui, électrisant le nerf vague, en fait l'instrument de l'élévation de "kundalinî-shakti". » (M. Coquet)

Pour le commun des mortels, le *corps éthérique* émerge maintenant du corps physique dense, graduellement et sans brusquerie. L'âme est alors libérée du monde de la forme.

La montée de l'énergie et de la conscience correspond à la vision d'un tunnel obscur débouchant sur une grande lumière. Dans ces cas de NDE (expériences aux frontières de la mort), « la conscience est projetée vers la sortie éthérique qui lui correspond, mais ne peut aller au-delà ». L'atome permanent physique étant bien ancré dans le cœur, le retour à la vie est assuré.

« Dans le cas de personnes non évoluées, le corps éthérique peut s'attarder un certain temps dans le voisinage de son cadavre. Il apparaît de manière assez tangible pour être observé dans les cimetières quelques jours après l'enterrement. La cause en est souvent un attachement aux biens terrestres ou la recherche d'un contact avec une personne vivante pour moult raisons. » (M. Coquet)

- Les zones de sortie pour l'âme :

**« Dire qu'il y a plusieurs orifices pour la sortie de l'âme est simplement une manière de parler, puisque l'âme est omniprésente : c'est le corps éthérique qui est impliqué dans ce phénomène. » (M. Coquet)**

Sur ce sujet de la sortie de l'âme, Michel Coquet note que les superstitions ont touché la plupart des religions, et le Tibet n'y a pas échappé.

Sogyal Rinpoché, qui reprend les thèses les plus courantes, explique que *« même en ce qui concerne une personne ordinaire, le corps n'est habituellement pas déplacé avant un laps de temps de trois jours, car on ne peut jamais savoir si elle a atteint ou non la réalisation, ni à quel moment la conscience a quitté le corps »*. On dit que si le corps est touché en un endroit quelconque (comme, par exemple, dans le cas d'une piqûre), la conscience peut être attirée en cet endroit précis, et il se peut alors qu'elle quitte la personne décédée par l'orifice le plus proche au lieu de sortir par la fontanelle, *« ce qui lui vaudra une renaissance défavorable »*. Sogyal Rinpoché écrit que pour cette raison *« il est particulièrement conseillé de ne pas toucher la partie inférieure du corps, ce qui pourrait entraîner une renaissance dans un royaume inférieur »*. Voici ce que note à ce propos Michel Coquet :

**« Rappelons de nouveau que les “orifices” dont nous parlons sont éthériques et n'ont rien à voir avec des emplacements physiques du corps dense, sauf de manière symbolique. C'est l'évidence même que ce qui permet à l'âme de s'extérioriser vers le haut ou vers le bas ne peut avoir pour cause une condition du corps physique, qui est considéré par les bouddhistes comme une parfaite illusion. Cela dépend de causes bien plus subtiles de nature affective et mentale, et il importe peu que le cadavre soit ou non touché. » (M. Coquet)**

Selon les instructions du *« Bardo Thödol »*, le « namshes » ou principe de conscience doit sortir du corps par le sommet du crâne, mais, *« par ignorance ou impureté »*, il sort par d'autres ouvertures.

Yangchen Gaway Lodren écrit, dans son *« Traité tantrique des états post mortem »*, qu'un être devant renaître *« en tant qu'habitant des enfers »* quitte le corps par l'anus. Un individu devant renaître en tant *« qu'esprit affamé »* quitte le corps par la bouche, etc. Ces renaissances ne doivent cependant pas être prises au premier degré. Quant à Asanga, le fondateur du « Vajrayâna », il a raison de dire que l'individu sort par le cœur, car c'est la sortie la plus courante.

Les disciples avancés s'extériorisent par le crâne au moment de mourir.

**« La poussée est telle qu'elle fait pression sur la membrane éthérique qui, comme nous le savons, est faite d'un tissu serré composé de filaments d'énergie vitale entrelacés, et finit par la perforer, permettant à la force de vie de se répandre au dehors à mesure que s'accroît l'influence abstrayante de l'âme. L'Eglise catholique a gardé quelques lueurs de**

cette connaissance dans certains de ses sacrements et en particulier dans “*le cérémonial de l’adieu au Pape défunt, lorsque le Cardinal camerlingue d’Etat lui frappe par trois fois la suture du crâne avec un marteau d’argent et en l’appelant par son nom*”. » (M. Coquet)

Chez les animaux et les enfants, et chez les personnes entièrement polarisées dans leur corps physique et affectif (qui ne vivent que par le biais de l’instinct), la porte de sortie est la zone du plexus solaire.

Une autre sortie se trouve juste au-dessous de l’apex du cœur. (3)

**Alain Moreau**

### Références :

1. **Michel Coquet**, « *Comprendre la mort pour connaître la vie* », éditions Alphée, 2010, p. 97-100, 221.
2. *Ibid.*, p. 227-237, 247.
3. *Ibid.*, p. 217-219, 258-260, 265-272, 196-201, 207-210, 93-97, 277-280.