



LA PESANTEUR PRÉNATALE AU BEVERLY HILTON

EN 1955, il m'est arrivé quelque chose sous l'eau d'une nature si subjective que je n'aurais jamais eu l'idée d'en faire un article si je n'avais lu récemment un article qui a beaucoup de rapport avec cet événement.

Cet article de revue américaine parle d'une dame de Los Angeles, Mrs Lily Wiener, qui est, dit-on, une hydropsychothérapeute. Elle fait flotter ses patients dans une eau tiède, avec la position du fœtus, pour encourager chez eux un genre de méditation qui peut rappeler des souvenirs et des sensations de leur début dans la vie.

Ma propre expérience, qui a précédé d'une dizaine d'années celle de Mme Wiener, était due au hasard. La piscine de l'hôtel Beverly Hilton, à Los Angeles, avait été chauffée à 37° C, à peu près la température du corps humain, pour un spectacle de télévision montrant des bébés qui nagent. Il s'agissait de bébés de six semaines à quelques mois, participant à une démonstration. Ils se laissaient jeter à l'eau sans manifester la moindre

frayeur. On ne leur avait pas appris à être particulièrement courageux. Suivant la théorie, ils se trouvaient à l'aise dans une eau chaude qui leur rappelle le milieu dans lequel ils ont été plongés pendant les neuf premiers mois de leur existence.

La thèse était : « Il faut éduquer. » Les petits enfants finissent par avoir peur de l'eau en remarquant la crainte manifestée par leur mère chaque fois qu'elle s'approche de l'eau. Pour démontrer que les bébés n'ont pas peur, il faut avoir de l'eau bien chaude.

Le lendemain de cette démonstration, l'eau était encore chaude. Je devais mettre à l'essai un nouveau matériel de plongée. Quelques personnes entrèrent dans la piscine mais n'y restèrent pas longtemps, trouvant l'eau trop chaude. L'une d'elles perdit une lentille de contact dans l'eau.

J'offris d'aller la chercher. Je crois qu'il aurait été plus facile de chercher une aiguille dans une meule de foin, car l'indice de réfraction d'une lentille de contact est si proche de celle de l'eau qu'elle devient pour

ainsi dire invisible dans l'eau. Mais je fis quand même l'essai. Je tâtais le fond de la piscine sur une grande surface, à l'endroit où la personne croyait avoir perdu la lentille, mais elle avait dû tomber dans la vidange. J'y renonçais finalement.

J'avais encore une bonne demi-heure de réserve d'air et une bonne quantité de lest à la ceinture, de sorte que j'avais une assiette légèrement négative. Je m'aperçus que si je me détendais complètement dans une attitude quelconque, je me trouvais progressivement sur le ventre, plié en deux avec les genoux légèrement remontés et le bout des pieds touchant le fond. La respiration, en faisant varier ma flottabilité, causait une légère oscillation verticale.

Il est impossible de décrire l'effet hypnotique de cette combinaison de silence, de mouvement oscillant d'apesanteur et de chaleur. On retrouve exactement les conditions prénatales. En dehors de la respiration et de l'activité mentale plus développée, c'est à peu près la même chose.

Le rêve vague

Je m'endormis. Pendant 10 ou 15 minutes, j'étais plongé dans un sommeil bizarre où se produit le genre de rêve que j'appelle « rêve vague » : pas de suite dans les événements, et beaucoup plus de sensations que d'événements bizarres. Des sensations fortes, pures de triomphe, d'oppression, de frustration et de joie, d'une saveur incomparable, constituent des rêves qui, selon les spécialistes, accompagnent le sommeil le plus profond.

Qu'ai-je donc rêvé ? Qu'aurais-je raconté à un psychiatre s'il s'en était trouvé un sur les lieux ? Ou à un hypnopsychothérapeute ? Le souvenir que j'en ai gardé s'est un peu effacé et, même quand il était neuf, je n'aurais pu l'exprimer d'une façon vraiment exacte.

C'était comme si j'étais au bord d'un précipice, pas à côté, sur le bord, mais en train de flotter tout près du gouffre noir. Partout brillaient des étoiles lointaines au-dessus et au fond du précipice. C'était un peu comme si je flottais près d'un astéroïde dans l'espace.

Les deux concepts opposés de la roche massive et du gouffre béant existaient chez moi avec une intensité telle qu'ils s'intégraient littéralement à ma perception du bord du précipice et l'espace vide. Cela m'inspirait une terreur si vive que le souvenir que j'en garde est surtout marqué par le caractère exceptionnel des sensations que je ne peux retrouver ni dans les rêves ordinaires, ni dans les circonstances difficiles de la réalité.

L'humidité dans le renoncement

Cet état unique (pour moi) allait évoluer d'un sens écrasant de l'immensité et de la masse vers une intensification de ces perceptions. A ces moments-là j'avais la sensation de la pesanteur et aussi du vertige puisque le ciel noir était dessous aussi bien que des-

sus. Je me sentais complètement perdu, je perdais non seulement le sens de la direction, mais aussi du lieu. La masse impénétrable de la roche donnait une impression morbide comme celle qu'on a devant une pierre tombale. Le vide semblait d'une immensité superflue. Une humidité effrayante me saisissait : une humidité écrasante, sans espoir, sans refuge. A partir de ce moment, le renoncement, le désespoir m'envahissaient, noyant toute réaction, tout désir de changer l'état des choses. Il fallait renoncer à tout et, en retour, je devais recevoir quelque chose de bien plus précieux que la victoire ; mais le renoncement devait être total, pour pouvoir passer à l'état suivant.

L'idée de mort est sans doute contenue dans ce concept inexprimable, mais il m'est impossible d'affirmer que j'ai eu à ce moment une notion de conscience de la mort. C'était plutôt une tentation d'abandon, avec la promesse que si je renonçais à mon être, je serais délivré de l'oppression représentée par la roche massive, et le gouffre étoilé, qu'en me rendant volontairement vulnérable à la menace qu'ils semblent présenter, je trouverais une réalité qui montrerait la vanité de cette oppression, fruit de ma propre imagination. La sensation devint encore plus forte puis s'effaça.

Le dernier stade : l'affection

Dans cet état final, je sentais mon respect et ma crainte pour ces choses effrayantes se transformer en une espèce d'affection pour elles. Il semblait plus raisonnable d'aller plus loin dans cette direction que de revenir en arrière.

Au dernier moment, je sentis une intrusion indésirable et sans aucun rapport avec mon être et ce que j'étais en train de faire. C'était un bruit de respiration, ma propre respiration qui n'a sans doute jamais cessé mais que j'entendais maintenant résonner sur les parois de mon réservoir d'air et dans les tubes souples de mon appareil respiratoire. Pour commencer, cela n'avait rien à voir avec moi et appartenait à un autre monde que je n'avais pas envie de voir dans le nouveau monde que j'avais l'impression d'avoir trouvé. Enfin, avant même d'ouvrir les yeux, je me rendis compte que c'était ma propre respiration que j'entendais. Je l'ai entendue bien avant de pouvoir l'identifier avec la sensation de respirer.

S'il faut appliquer ici le symbolisme de la naissance, on pourrait dire que le phénomène est inversé. Je respirais encore mais j'étais plongé dans un fluide chaud, comme un fœtus. Tout cela, il faut le croire, fait appel à des souvenirs qui ne sont peut-être pas aussi nets que je l'ai exposé pour mettre en valeur la tendance générale de l'expérience.

Je me rendis compte de l'endroit où j'étais, mais il s'écoula un temps assez long avant que je commence à bouger volontairement. Après quelques secondes, j'ouvris les yeux et je commençai à remuer doucement les

jambes. Cela rompit le charme. Je me rendis compte alors que j'avais la gorge terriblement sèche. Il n'y a jamais assez d'humidité dans un réservoir d'air pour une raison ou une autre. Mais quand on est éveillé, on peut prendre un peu d'eau pour humecter la gorge, ce qui n'est pas désagréable si on plonge dans l'eau douce et pas intolérablement amer dans l'eau de mer. Je bus un peu d'eau de la piscine, fit encore quelques mouvements, puis je sortis de la piscine et je m'assis un long moment sur le bord, n'en revenant pas encore de m'être endormi et d'avoir connu un sommeil si étrange, si inconcevable.

Comparaison avec l'effet de certaines drogues

J'ai lu, depuis, des descriptions de sensations qui ressemblent à celles que j'ai décrites, chez les gens qui prennent certaines drogues.

Ces choses où le mysticisme joue un certain rôle n'échappent plus à l'intérêt de la science classique. Elles soulèvent de nombreuses questions dont la suivante : quel effet a la pesanteur sur le fœtus ?

Quand on flotte dans un liquide, le poids cède la place à la pression uniforme. Quand un être humain est né, il acquiert le sens de la direction, du haut et du bas, et ce sens, il le conservera pendant le reste de sa vie, sauf quand il est plongé dans un liquide, quand il tombe et quand il est en orbite.

Mais toute l'existence prénatale semble

privée de l'orientation spatiale qu'un être humain conserve même dans le sommeil, même si le lit est très moelleux, car la pression sur un côté du corps indique constamment où est le « bas ».

Quels que soient les rêves qui hantent un fœtus, il n'y a pas de place pour la sensation de chute, ou de haut et de bas, ou l'absence de ces sensations. La continuité de l'espace doit être un concept acquis après la naissance à moins que l'atavisme l'ait inscrit dans les cellules reproductives.

Il n'est pas étonnant que le bébé ait peur de tomber. Il vient de faire la connaissance de la pesanteur comme il a fait la connaissance de la respiration. Imaginez-vous dans la situation où je me trouvais quand je me suis endormi dans la piscine, en parfaite harmonie avec le néant, avec un monde où il n'y a ni direction, ni situation, ni personnalité — autrement dit sans relation sujet-objet pour vous séparer de l'univers — en paix avec les pensées les plus profondes. Puis imaginez vos poumons remplis de mucus brusquement envahis par l'air et votre corps brusquement attiré par la pesanteur.

Vous avez tous connu cela autrefois, quand vous êtes nés. Alors, vous ne vous rappelez peut-être pas, vous avez pleuré. Mais s'il vous arrive de vous endormir dans l'eau, vous pourriez, en supposant que cela offre un intérêt quelconque, retrouver un peu des souvenirs les plus anciens de votre vie. Si c'est vraiment intéressant, il y a du pain sur la planche pour l'hydropsychothérapie.