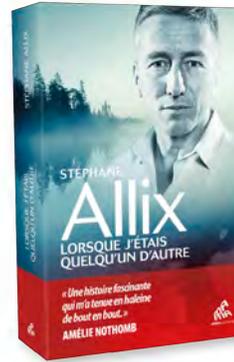




Stéphane Allix
Lorsque j'étais quelqu'un d'autre
Mama Éditions, octobre 2017.



Une autre vie

Vivre, mourir... exister... Que se passe-t-il avant de naître et après la mort de notre corps physique ? Que sommes-nous venus faire dans cette existence ? Qui sommes-nous ? Sans répondre à ces questions, Stéphane Allix – ancien reporter de guerre – a pourtant pris l'habitude, par son travail d'enquête et ses livres, de nous faire sillonner les confins de notre compréhension du monde. Et c'est mû par le désir de comprendre le « mal », la violence et la guerre, que ce journaliste, écrivain, réalisateur et fondateur de l'Inrees (l'Institut de recherche sur les expériences extraordinaires) explore les mystères des mondes invisibles et de la conscience.

Avec son livre *Lorsque j'étais quelqu'un d'autre*, Stéphane Allix se met à nu, nous offrant une expérience bouleversante, dont on sort transformé.

Propos recueillis par Natacha Le Courtois

Votre livre est incroyable : à la fois une enquête poussée, où se mêlent le témoignage de votre expérience intime, et des réflexions passionnantes. Vous expliquez que, lors d'une retraite en Amazonie, vous faites une sorte de rêve éveillé dans lequel vous voyez mourir un soldat allemand, un SS de la seconde guerre mondiale. Non seulement vous le voyez mourir, mais vous avez aussi connaissance de certaines informations : son nom, son âge et son grade. De là, vous vous lancez dans une enquête aussi époustouflante que minutieuse et vous trouvez des éléments corroborant ce que vous avez vu. Votre livre ne peut qu'amener le lecteur à se poser des questions. Que pensez-vous qu'il puisse lui apporter ?

➔ La motivation d'écrire ce livre est venue quand il est devenu évident pour moi que ce que je racontais dépassait le simple cadre de mon expérience personnelle et, qu'au-delà de mon histoire avec Alexander, quelle qu'en soit la nature, je faisais le récit d'une rencontre avec ma part d'ombre. Que celle-ci soit inconsciente, qu'il s'agisse d'une part d'ombre selon une définition jungienne, ou d'une vie antérieure, ou encore d'une mémoire... ça n'a pas grande importance. C'est pour ça que, dans mon livre, je n'ai

pas voulu, de façon trop marquée, orienter vers la question de la réincarnation qui me semble être une question un peu superficielle. L'essence de ce livre, c'est que tout d'un coup, je découvre le visage de quelque chose de moi que je peux extérioriser, parce que j'en maîtrise et j'en connais un peu plus les contours.

Et ça, je pense que c'est ce qui a touché les gens qui ont pu me faire des retours. J'ai eu quelques témoignages de personnes me disant avoir eu la sensation d'avoir vécu exactement la même chose que moi. C'est-à-dire d'avoir, à l'intérieur d'eux, la mémoire d'un soldat et même d'un soldat allemand. On a tous une part d'ombre et beaucoup de gens se sont retrouvés dans le « jusque-boutisme » qui marque ma démarche. C'est un livre un peu radical, qui va jusqu'au bout de là où m'emmène l'envie d'aller déterrer ce qu'il y a au fond de mon inconscient.

On peut dire que vous êtes allé jusqu'au bout de vous-même ; vous n'avez jamais douté de votre démarche ?

➔ C'est devenu une évidence pour moi quand j'ai eu confirmation que tous ces éléments, que je croyais sortis de mon imaginaire, étaient des éléments qui correspondaient à une personne réelle. Ce n'est que plus d'un an après cette expérience, quand j'ai eu le dossier militaire entre les mains et que j'ai découvert que ce type dont j'avais le nom, le prénom et le grade était mort comme je l'avais vu, de la même blessure à la gorge, que, pour moi, il n'était plus permis de croire simple-

ment à une coïncidence. Je ne pouvais plus reculer ou alors il aurait fallu être dans une grande forme de déni pour dire que tout cela n'était pas possible et que ça ne me concernait pas.

Vous n'avez jamais parlé de vie antérieure, vous avez parlé d'énergies, du fait qu'on pouvait être situé ici et maintenant et avoir un lien avec d'autres dimensions, dans d'autres lieux, d'autres temps.

➔ Depuis le début de mon intérêt pour ces sujets, depuis plus de quinze ans maintenant, je découvre la réalité de ces dimensions spirituelles, de l'existence d'autres êtres dans l'univers, d'autres dimensions et que la vie se poursuit peut-être après la mort. La rencontre avec des témoins, des gens dont je peux être certain de la bonne foi, m'ouvre les yeux sur ces différentes réalités. Ensuite, je commence à essayer de les interpréter et c'est là que le problème commence à se corser. Beaucoup de gens qui s'intéressent à ces sujets basculent du recueil de témoignages dans la formulation d'hypothèses et, c'est là où ça devient un peu tout et n'importe quoi. De mon côté, dans mon métier de journaliste, j'ai toujours essayé de rester collé aux témoignages, débarrassés de leurs interprétations culturelles et éventuellement religieuses. C'est le travail que j'aurais fait si j'étais allé interroger les enfants qui ont vu l'apparition de la Vierge à Fatima. Ils ont dit qu'ils ont vu la Vierge mais qu'ont-ils vu en fait ?



Le portrait d'Alexander Herrmann fourni par les Archives nationales allemandes.

Les autres témoins, et ils sont des milliers, ont parlé d'une lumière, d'un soleil qui dansait dans le ciel. Donc, le fait que ces enfants de Fatima ont eu cette expérience en 1917 dans un Portugal en pleine crise religieuse et laïque, est devenu l'apparition de la Vierge à Fatima mais, si ces enfants vivaient dans le Kentucky en 2018, ils auraient décrit un ovni. Je me suis toujours attaché à essayer de revenir au cœur de l'expérience, que ce soit au sujet des médiums, de la vie après la mort ou dans *Lorsque j'étais quelqu'un d'autre*. Au début de l'écriture, je me suis demandé si je faisais un petit rappel de ce qu'est la réincarnation, en présentant un lama tibétain et un hindouiste, mais j'y ai renoncé car, en définitif, je ne sais pas s'il s'agit de ça. J'aurais tout aussi bien pu, de par la retraite que je faisais au Pérou, avoir ouvert des sortes de canaux de perception et avoir capté un fantôme,



DERLEK/FOTOLIA

Alexander Herrmann. Rien ne permet de dire avec certitude que ce n'est pas ce qui s'est passé.

Cependant, je sens une sorte de résonance avec cet homme-là. L'idée d'avoir capté un fantôme aurait pu être recevable si ce fantôme ne évoquait strictement rien, ne déclenchait aucune émotion en moi et était complètement étranger à ma vie. Or, là, j'ai capté un homme qui a plongé son existence dans quelque chose qui m'obsède depuis l'adolescence : je veux comprendre le mal. Je suis devenu reporter de guerre et c'était un désir absolu. Je suis parti à 19 ans en Afghanistan. Toutes ces correspondances m'ont fait penser qu'il y avait peut-être quelque chose qui me concernait directement. Pour autant, ça ne fait pas non plus, de façon définitive, la liaison directe entre

cet homme et moi. Si l'on voulait faire une sorte de courte synthèse, ça pourrait être ma vie d'avant, mais je pourrais tout aussi bien avoir été un de ses amis ou sa femme et je me serais connecté à lui parce que l'on aurait eu une relation forte durant la vie, etc. En fait, je n'ai pas la réponse et cette question m'importe peu car je ne peux la trancher de façon certaine. En revanche ce que je peux faire, et que j'ai décrit dans le livre, c'est de ressentir. Ressentir comment ça me parle quand je suis à Dachau, quand je suis dans les villes où il est allé, quand je suis en Russie, là où il est mort. Avec le recul ce qui m'importe, c'est le travail psychocorporel qui s'est fait presque tout seul, parce que j'ai eu cette détermination d'aller jusqu'au bout, sans m'arrêter. L'essence de cette expérience, c'est un travail de guérison.

Qu'avez-vous vécu de ce point de vue et en quoi ça vous a transformé ?



Ce travail a été initié par une retraite chamanique au Pérou.

C'est la mise en œuvre d'un travail

énergétique que je n'ai pas forcément détaillé dans mon livre mais qui consiste à ouvrir, d'une certaine manière, des canaux de perception. J'y étais allé dans l'optique de faire un travail d'ouverture sensorielle, mais sans avoir d'objectif particulier. Je sentais que, durant les premiers jours au Pérou, beaucoup de choses se passaient. Je faisais des exercices physiques le matin, une sorte de chi gong, puis j'essayais d'alterner une mise au repos de mon esprit et une mise en action des énergies physiques de mon corps, chose que je ne fais quasiment pas dans la vie quotidienne. Je pense que ça a créé les conditions d'une plus grande perception, d'une plus grande sensibilité aux énergies, à mon inconscient. Je pense que cela a permis l'émergence de cette expérience.

Ensuite, il y a eu un événement très marquant : ma visite du camp de Dachau, dans lequel Alexander Herrmann a été stationné, encaserné pendant quelques semaines, peut-être un peu plus. *A priori*, il n'avait pas d'activité de garde du camp. Il y avait une caserne de SS qui était à proximité du camp de prisonniers, mais il est probable qu'il ait quand même fait des rondes de garde à Dachau, car la direction de la SS tenait à ce que tous les SS pratiquent ce genre de choses. Je ressentais une petite appréhension en arrivant à Dachau. En plus, comme je l'explique dans le livre, je me suis trompé de route et me suis



POGONIC/FOTOLIA



SPECTRAL-DESIGN/FOTOLIA

retrouvé devant la façade avec les barbelés, les murs, les miradors et ça m'a fait un premier choc. Ensuite, j'ai trouvé l'entrée du camp proprement dite. Il y avait des touristes, des familles, des gens qui riaient et moi j'avancerais en me sentant de plus en plus mal. Je me sentais dépossédé de mon énergie, mes jambes étaient faibles, j'avais presque envie de m'écrouler par terre et quand je suis entré sur l'esplanade, tout a explosé.

La chose la plus importante est que, pour moi, Alexander est, à ce moment-là, devenu extérieur. Il est sorti de moi. En psychiatrie, on parle de dissociation. Il y a vraiment eu un moment de dissociation fort qui s'est opéré à cette seconde-là et tout d'un coup, j'ai compris que cette espèce de glu, de manteau de mélancolie que j'ai porté toute ma vie, ne m'appartenait pas. Il appartenait à un autre homme, que j'ai traité de tous les noms, et

c'est là qu'est intervenu le début d'une forme de séparation entre lui et moi. Je me suis guéri, je l'ai guéri, mais ses actes, sa bêtise, sa flemme et sa lâcheté sont les siennes, son absence de conscience lui appartient. C'est comme si, tout d'un coup, cette dimension que j'avais subie s'extrayait de moi et me faisait face. Ce face-à-face à Dachau a marqué le début de la guérison.

De quelle manière avez-vous vécu ce processus de transformation ? Ressentiez-vous quelque chose de différent après ce moment de face à face ?



Le temps de l'écriture a été aussi une sorte de troisième temps de guérison. Le premier temps ayant été la rencontre, le voyage au

Pérou, jusqu'à la récupération du dossier militaire, où j'ai compris avoir fait face à quelque chose : une rencontre avec une sorte de dimension de moi. C'était l'amorce du processus de guérison que j'avais déjà commencé par ce temps de retrait, cet effort de mise à l'écart de ma vie.

La confrontation avec la mort m'a montré que la vie peut être riche mais qu'elle va très vite aussi et, que remettre à plus tard les choses importantes, c'est remettre à trop tard. On passe souvent notre vie à se laisser porter par les circonstances, on s'invente des rôles et des personnages de façon inconsciente, qu'on joue pour faire plaisir à nos parents, à nos conjoints, à notre société. C'est dans ces moments, où l'on sort de sa zone de confort et qu'on s'engage vraiment, que l'univers nous dit « *tu es prêt ? Alors on va passer à l'étape suivante* ». Donc, pour moi, la première phase de la guérison a demandé un geste concret, une implication, une sincérité et une prise de risque évidente. La spiritualité, c'est une prise de risque, sinon c'est juste de la consommation.

La deuxième phase a débuté quand j'ai récupéré le dossier militaire et que j'ai commencé à comprendre que cette expérience se situait au-delà d'une coïncidence ou d'une construction de mon imaginaire, que c'était plus profond. L'accumulation de ces éléments précis à propos d'Alexander m'a imposé d'être rationnel et de commencer une enquête. Si ça n'avait été qu'une vision de guerre avec le même décor mais sans moyen de vérification, sans le nom, le prénom et le grade d'Alexander, je l'aurais vu comme une sorte de projection de mon esprit pour me faire

comprendre une dimension violente qui m'habitait et je ne me serais engagé dans aucune enquête. C'est la phase d'enquête de terrain qui a eu pour effet secondaire de valider mes sensations et mes intuitions. Elle m'a confronté à certains moments où j'ai vécu des choses subtiles que, pour certaines, je ne peux vérifier, mais j'y ai accordé plus de crédit, d'authenticité et de foi.

La phase finale d'écriture, qui a duré plus de quatre mois intensifs, a été importante pour moi car j'ai revécu des scènes. D'une certaine manière, l'écriture est une forme de médiumnité, et un nouveau niveau de relation avec Alexander s'est tissé. J'ai eu l'impression de ressentir des choses qu'il avait ressenties, liées à sa relation amoureuse, à ses participations aux combats. Cette phase m'a permis d'accéder à un autre niveau de



STYLELINEED/FOTOLIA

Vers la lumière du bout du tunnel...

relation et d'intimité avec le personnage et elle a aussi eu un effet thérapeutique. À l'issue de cette troisième partie, il y a eu un moment où j'ai réalisé qu'il y avait quelque chose que j'avais porté toute ma vie, que je ne portais plus. C'était très puissant ! J'avais l'impression d'être un nouveau « nouveau-né ».

Cela a-t-il modifié des choses dans votre vie ?



Ça a rendu positifs les défauts de cet héritage. Si, d'une certaine manière, j'ai hérité de toutes les dimensions d'un personnage assez détestable, il y avait malgré tout un volet humain. Cette ombre est devenue une force. Dans les dimensions qui l'ont fait entrer dans la SS, il y avait le sens de l'honneur, la force physique, le sentiment d'appartenir à une communauté. Par exemple, je partage avec Alexander le sens de l'honneur mais, lui, en a fait un outil de destruction et moi j'en fais un outil de croissance, d'empathie et d'éthique.

Quand on a la flemme de penser par soi-même, qu'on laisse les autres décider à notre place et nous expliquer que, si ça va mal, c'est de la faute de quelqu'un d'autre : c'est de la bêtise ! Je pense que l'un des sens de la vie d'un être humain est aussi d'exercer sa conscience et de comprendre que, lorsque quelque chose ne va pas bien dans notre vie, on en est le premier artisan. Ce n'est pas en allant tuer quelqu'un à l'extérieur que ça va solutionner le problème.

Ce qui a jeté des millions d'allemands dans la SS, il y a quatre-vingts ans, c'est ce qui, aujourd'hui, fait que nous refusons de nous

poser les bonnes questions, par fainéantise. On préfère ne pas remettre en cause notre vie. Par exemple, la colère qui était la mienne quand ma fille n'avait pas fait ce que je lui demandais, est exactement la même que celle qui animait Alexander et l'a fait participer à l'innommable ; c'est juste une question de degré et d'échelle, mais la cause initiale est identique : l'aveuglement sur les parts d'ombre qui nous animent. Une absence de lucidité sur qui nous sommes. Alexander est mort à 25 ans et n'a jamais eu l'occasion de se libérer de son aveuglement de son vivant. Il s'en est libéré après et je pense aussi que j'y ai joué un rôle important.

N'aurait-on pas là des forces ou des énergies que nous dirigerions dans un sens ou dans un autre ? Dans ce cas est-on suffisamment conscient de ce qui vit en nous, pour diriger ces forces et ces énergies de façon positive ?



Ce que vous décrivez est l'essence même de l'être humain. Je pense qu'on est animé par des énergies et des forces qui sont plus développées chez certains que chez d'autres, pour différentes raisons liées à la culture, à l'éducation et à l'héritage. Ensuite, de quelle manière on les met en œuvre dépend de notre lucidité, de notre honnêteté intellectuelle mais aussi du contexte culturel dans lequel on vit. La violence est en nous. Il est facile de glisser et ce qui nous empêche de le faire reste notre détermination à ne pas le faire.

Et plus encore

Stéphane Allix, *Après... Quand l'au-delà nous fait signe* - Éditions Albin Michel, septembre 2018.

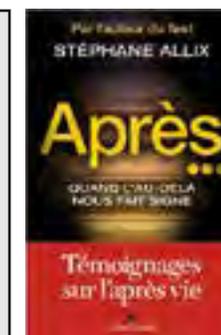
Fidèle à sa quête d'ouverture sur le monde invisible, Stéphane Allix a recueilli des témoignages, comme autant de preuves que l'existence se poursuit après la mort physique. Son nouveau livre est touchant, tant par les histoires qui nous plongent au cœur des nôtres, que par la part d'intimité que l'auteur dévoile. Tout cela résonne en nous et sonne vrai. Et c'est avec humanité et douceur que ce journaliste d'investigation nous plonge là où nous n'osons pas toujours aller. Ces expériences, loin d'être anecdotiques, sont à prendre au sérieux car il est difficile de réduire autant de vécus à de simples hallucinations. Que se passe-t-il lors de notre passage de l'autre côté du voile de cette illusion, que l'on appelle la mort ? Que deviennent nos chers disparus ? Peut-on se préparer à notre propre départ ? À ces interrogations, qui portent en leur sein tellement d'autres questions, le nouvel ouvrage de Stéphane Allix propose des réponses sans tabou, ponctuées par les outils d'exploration des mondes subtils que représentent les ressentis et les perceptions extrasensorielles de Sylvie Ouellet et d'Agnès Stevenin.

Ce que j'ai compris de votre livre, c'est que vous essayez de comprendre le processus qui amène un être humain à agir d'une certaine façon et que vous essayez par là-même de vous connaître. Au final, qu'avez-vous retiré de cette expérience ?



Mon livre cherche à comprendre ce cheminement. Ça tourne autour de cette notion du guerrier, que j'aborde dans mon livre. À mon sens, un guerrier c'est quelqu'un qui a une posture droite et cette droiture impose parfois de montrer un visage sévère aux gens. Non pas le visage de quelqu'un qui juge mais le visage de quelqu'un qui ne veut pas se laisser envahir. Quelqu'un qui ne va pas transiger sur ses valeurs, sa conscience et sa pensée. Ma posture de guerrier, aujourd'hui, m'impose

d'avoir un regard clair sur l'homme détestable qu'était Alexander, pendant un temps de sa vie, parce qu'il avait abandonné une partie de sa conscience et de sa lucidité. C'est une manière de clarifier les frontières à l'intérieur de moi. Ce manteau de mélancolie que je portais était ambigu. Je n'ai jamais eu d'attrance pour les idées du III^e Reich





Pour aller plus loin

Michael Harner, *La voie du Chamane, un manuel de pouvoir et de guérison* Éditions Mama, avril 2011.

Muni d'une connaissance étendue et d'un bagage universitaire d'anthropologue, Michael Harner livre le fruit de ses recherches sur différentes pratiques chamaniques dans une méthode simple. Les exercices qu'il propose guident le lecteur vers la découverte d'un état de conscience modifiée sans utilisation de plantes rituelles. Les récits vivants et souvent humoristiques accompagnent et facilitent la compréhension du voyage chamanique.

mais j'ai eu cette fascination pour la guerre. J'ai eu envie d'aller sur des lignes de front et voir des gens mourir. À présent, je n'ai plus envie de ça. Les frontières sont posées entre l'être en moi qui est profondément un être de paix et cette dimension de moi qui s'est nourri de quelque chose d'autre : cette fascination de ces espaces et de ces lignes de front.

Quel regard avez-vous sur le sens de la vie ?

Je pense que nous construisons le sens de notre vie au quotidien en acceptant de nous voir tel que l'on est. Le chemin spirituel est une prise de risque. À mon sens, la vie ne sert pas à quelque chose, elle est l'expression d'une envie de lumière. On passe une grande

partie de notre existence à renforcer notre aveuglement mais je suis aussi quelqu'un de fondamentalement confiant dans l'espèce humaine. Pour moi, il faut d'abord accepter de s'écouter, créer des espaces d'observation et avoir confiance dans le fait qu'on n'est pas seul quand on se jette dans le vide.

Quelles seraient, parmi les pistes que vous explorez, celles qui pourraient aider les personnes dans une démarche spirituelle ?

Mon métier de journaliste m'a amené à rencontrer différentes personnes, cela me permet d'opérer une certaine sélection et mes livres font d'ailleurs référence aux personnes en qui je fais confiance. L'approche chamanique permet d'accéder à un vaste champ d'exploration dans lequel les esprits viennent nous aider mais, comme partout, il y a des bons et des moins bons. La Foundation For Shamanic Studies, fondée par Michael Harner dans le but d'étudier, d'enseigner et de préserver l'essence du chamanisme, présente une approche riche et structurée. L'espace d'auto-exploration est plus une affaire de rencontres et de personnes, et jamais une quête de pouvoir. Dans mon livre, je parle de Marie-Pierre Dillenseger qui est une femme exceptionnelle et aussi maître feng shui, d'Agnès Stevenin, guérisseuse qui a écrit deux livres magnifiques, de Serge Augier, de Pierre Yonas, de Laurie Fatovic, de Florence Hubert et de Patrick Manreza qui m'ont aidé à appréhender certains aspects qui se sont présentés. ●

Des cas de vie antérieures rapportées par des enfants

L'histoire étonnante qu'a vécu Stéphane Allix n'est pas sans rappeler les 2500 cas de vies « antérieures » rapportées par des enfants, que l'équipe de scientifiques et les psychiatres, le Dr Ian Stevenson et le Dr Jim Tucker, ont étudié pendant plus de quarante ans. Troublant ! C'est l'effet que l'on ressent à découvrir certains d'entre eux dans les deux ouvrages du professeur en psychiatrie, le Dr Jim Tucker : *Une vie avant la vie, 40 ans d'études scientifiques sur des cas de réincarnation d'enfants* et *Histoires extraordinaires, des enfants se souviennent de leurs vies antérieures*. Que penser, en effet, de l'histoire de cet enfant de deux ans qui se souvient avoir été un pilote dont l'avion a été abattu au-dessus de l'océan pacifique, pendant la seconde guerre mondiale ? Comment comprendre les fabuleux talents d'un jeune prodige du golf qui affirme avoir été un célèbre golfeur ? Et puis, il y a les marques sur le corps de certains enfants, qui correspondent aux blessures subies par le défunt. Selon le Dr Jim Tucker, chacun d'entre nous a une partie qui transcende la vie de l'individu et qui continue de participer à la création d'autres incarnations. Ainsi, dans chaque vie, « nous avons différents traits de caractère, qui sont influencés dans ce monde par notre patrimoine génétique et notre éducation. Mais il y aurait aussi en nous un aspect supérieur, présent d'une vie à l'autre », explique le professeur en psychiatrie. Il ajoute que l'individu apporte dans chaque vie quelque chose qui lui est propre mais aussi que chaque vie façonne l'individu. Les vies nous feraient donc travailler sur des problématiques qui n'auraient pas encore été résolues, engageant leur traitement. Ce dernier peut nécessiter de nous confronter à des épreuves, tout

comme les cauchemars nous permettent de revivre des situations qui nous ont bloqués, afin de les résoudre et de conduire à la guérison. Carl Jung a d'ailleurs réalisé des études intéressantes sur le lien entre le mental et le physique, en se servant du concept de synchronicité (ou coïncidences parlantes). Il avait remarqué que ces « coïncidences » pouvaient dépendre de l'état émotionnel de la personne. Ainsi par exemple, un état d'esprit positif donnait de meilleurs résultats dans les tests de perceptions extrasensorielles. Envisager les vies que nous aurions sous la forme d'un processus de guérison et de compréhension permet de donner un sens à certains événements difficiles et à des ressentis compliqués, mais cela n'explique pas le but de l'incarnation en tant que telle. Cependant, pour reprendre la pensée du Dr Jim Tucker, « peut-être sommes-nous en surface des individus mais, au fond, nous participons d'un même phénomène bien plus vaste, qui même dépasse notre entendement ».



Dr Jim Tucker
Une vie avant la vie,
Éditions Dervy,
janvier 2016



Dr Jim Tucker
Histoires extraordinaires
Éditions Dervy,
février 2015