



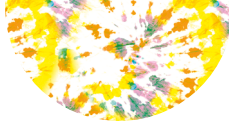
Dr Olivier Chambon
Psychiatre

L'éveil psychédélique

**Comprendre les états
élargis de la conscience**

**« Un ouvrage révolutionnaire
sur le pouvoir de la conscience »**
PRÉFACE DE JOCELIN MORISSON

LEDUC ↗
ÉSO



Dr Olivier Chambon

L'éveil psychédélique

Et si les substances psychédéliques, dans le cadre strict d'une prise réglementée et contrôlée, nous permettaient d'accéder à une ouverture collective de conscience ? Et s'il était temps de les considérer comme des « médecines de la conscience » ? Dans cet ouvrage, Olivier Chambon fait le point sur les travaux de recherche liés aux psychédéliques et nous explique leurs mécanismes d'action.

Il nous invite ainsi à dépasser nos croyances limitantes et à reconsidérer la prise de ces substances. Selon lui, elles pourraient nous aider à évoluer, à nourrir notre interdépendance et à construire le monde de demain tourné vers l'écologie, la solidarité et le partage. Un ouvrage engagé, visionnaire et documenté, par un spécialiste du sujet.



Olivier Chambon est médecin psychiatre, chercheur et auteur de plusieurs ouvrages de référence dans lesquels il développe une nouvelle science de la conscience.

Préface de Jocelin Morisson, journaliste scientifique.

18€ Prix France TTC

ISBN : 978-10-285-2063-2



9 791028 520632

COLLECTION
LA SOURCE

editionsleduc.com

RAYON : Ésotérisme

COLLECTION
LA SOURCE



La Source
est une **collection** qui nous
accompagne dans l'ouverture
de conscience collective actuelle.
Alors que notre planète monte en
vibrations, nous sommes à l'aube
d'un **Nouveau Monde** que nous avons
la capacité de cocréer. Cette collection
d'essais propose l'éclairage d'experts
pour nous aider à mieux **comprendre**
ce qui se joue et à participer en
profondeur aux changements
que nous vivons. Une collection
essentielle pour toute personne
en **quête de sens**.



DANS LA MÊME COLLECTION

Virginie Tanguay, *Nouvelle Terre, Nouvelle Humanité*, 2021.

François-Marie Dru, *Tout est vibration*, 2021.

Matthieu Monade, *Explorez vos vies antérieures*, 2021.

L'éveil
psychédélique

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours... et des cadeaux !
Rendez-vous ici : bit.ly/newsletterleduc

Retrouvez-nous sur notre site www.editionsleduc.com
et sur les réseaux sociaux.



Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable !



« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison. Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure ! C'est pourquoi nous choisissons nos imprimeurs avec la plus grande attention pour que nos ouvrages soient imprimés sur du papier issu de forêts gérées durablement, et qu'ils parcourent le moins de kilomètres possible avant d'arriver dans vos mains ! Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.

Avec la collaboration de Laurence Baranski.

Conseil éditorial : Karine Sylvestre

Édition : Isabelle Chave

Maquette : Patrick Leleux PAO

Correction : Étienne Buirette (IGS-CP)

Design de couverture : Constance Clavel

Illustration de couverture : Shutterstock

© 2021 Leduc Éditions

10, place des Cinq-Martyrs-du-Lycée-Bufferon

75015 Paris – France

ISBN : 979-10-285-2063-2

Dr Olivier Chambon

L'éveil psychédélique

Comprendre les états élargis de conscience

AVERTISSEMENT

Toutes les substances dont il est question dans cet ouvrage sont d'usage interdit ou contrôlé en France. Le but de ce livre est d'informer et contribuer à faire évoluer la législation en vue d'encourager la recherche et permettre l'usage thérapeutique quand l'intérêt est avéré. Il ne s'agit en aucun cas d'inciter à un usage personnel quelconque, à des fins récréatives, exploratoires ou autres.

SOMMAIRE

Préface, par Jocelin Morisson	9
Avant-propos.....	15
Introduction.....	21
PARTIE 1 - Un nouveau modèle de la conscience	27
1. Qu'est-ce que la Conscience ?.....	29
2. Les liens entre la conscience et les PDL : les états élargis de conscience (EEC)	51
3. De l'océan de la grande Conscience au tourbillon de la petite conscience	95
PARTIE 2 - Les PDL, un chemin vers la grande Conscience	107
4. Le cerveau, les PDL et la conscience individuelle	109
5. Les PDL et l'expérience mystique	121
6. Processus de mort et renaissance : les PDL et les expériences de mort imminente (EMI)	145

PARTIE 3 - L'ouverture spirituelle de l'humanité	165
7. Une médecine psychédélique efficace en sécurité : les quatre <i>fake news</i> dévoilées	167
8. Les freins à l'utilisation des PDL.....	181
9. L'évolution future	203
Conclusion	227
Annexe 1	235
Annexe 2	243
Remerciements	249
Bibliographie	251

Préface

Depuis la nuit des temps, les chamanes des peuples premiers, dans de nombreuses traditions d'Amérique, d'Afrique et d'ailleurs, explorent la réalité en recourant à des substances psychédéliques qui leur donnent accès à un autre « versant » du monde. Cette exploration ne fait pas de distinction entre un monde qui serait « intérieur » et un monde « extérieur », tant il est acquis pour eux que les deux ne font qu'un. Confrontée à ces expériences « à la troisième personne » – à travers les descriptions qu'en faisaient les autochtones –, la rationalité occidentale y a vu des croyances, des superstitions et, surtout, des hallucinations. Puis quelques anthropologues ou ethnologues plus aventureux ont tenté l'expérience « à la première personne », et alors le vocabulaire a changé pour parler plus justement de « visions », d'expérience visionnaire. Là où l'hallucination est une « perception sans objet », selon la définition fameuse du neurologue Henri Ey (1900-1977), la vision a un statut ontologique différent. Certes, son objet n'est « pas de ce monde » (sous-entendu : matériel), mais l'expérience visionnaire est une expérience réelle pour celui qui la vit, non seulement parce qu'elle apparaît dans sa conscience au même titre que n'importe quelle perception, mais parce qu'elle

lui permet en outre d'interagir avec des forces, des intelligences – des « esprits » –, qui sont porteuses de sens et d'information. Un seul exemple est éclairant à cet égard. La préparation ayahuasca utilisée dans plusieurs communautés autochtones d'Amazonie se compose de deux ingrédients principaux, d'une part des morceaux de la liane *Banisteriopsis caapi* et d'autre part des feuilles de l'arbuste *Psychotria viridis* (*chacrana*). La substance psychoactive est la DMT (diméthyltryptamine) qui se trouve dans les feuilles de *chacrana*, mais, lorsqu'elle est ingérée, elle est dégradée rapidement par l'action des enzymes monamines oxydases (MAO) naturellement présentes dans l'appareil digestif. Or l'absorption simultanée de β -Carbolines qui se trouvent dans la liane conduit à une inhibition de l'action des MAO qui permet à la DMT d'être absorbée et d'agir sur le système nerveux central. Comment les chamanes d'Amazonie sont-ils parvenus à établir cette recette qui relève d'une chimie subtile alors qu'il existe des dizaines de milliers de plantes dans ces contrées et que la « formule » de l'ayahuasca est connue depuis plus de quatre mille ans ? C'est très simple : la formule a été donnée en rêve, ou en vision, ce qui revient au même pour eux, puisque le rêve lui-même permet l'accès à un autre versant de la réalité. C'est l'esprit des plantes qui indique aux chamanes comment les utiliser à des fins initiatiques, visionnaires, thérapeutiques ou autres, y compris dans les mélanges ou les modes d'absorption qui permettent de contourner les éventuelles inactivations des molécules. Très peu de chercheurs ou d'intellectuels occidentaux sont prêts à appliquer ici de façon stricte le fameux « rasoir d'Occam » censé privilégier l'explication la plus simple. Notre rationalité nous pousse à supposer que la formule de l'ayahuasca a été trouvée par un processus d'essais et erreurs, car il est bien connu que les plantes n'ont pas d'esprit – ni les ancêtres, d'ailleurs. Mais si l'on décontextualise – ou, mieux,

déterritorialise – le processus du rasoir d’Occam pour l’extraire de sa gangue rationaliste, l’explication « la plus simple » quand un chamane affirme communiquer avec l’esprit d’une plante, ou qu’un médium prétend échanger avec celui d’un défunt, est que ce soit effectivement le cas. Ça n’est irrationnel que dans notre conception étroite de ce qu’est la réalité. Et « Dieu » sait que nous n’en savons pas grand-chose.

La question de la conscience elle-même est l’un des grands mystères scientifiques, si ce n’est le plus grand encore à ce jour. C’est, selon le philosophe Michel Bitbol, le « point aveugle » de la science parce qu’il est perdu de vue que la conscience est ce par quoi tout apparaît, ce sans quoi nous n’avons aucune expérience du monde. Si nous voulons étudier la conscience comme un objet, nous n’avons qu’un outil à notre disposition pour le faire : la conscience elle-même. Mais il en va de même quand nous étudions la matière, l’espace ou le temps : tout cela apparaît dans la conscience, se « réduit » à une expérience de conscience. La conscience est à la fois ce qui apparaît et l’écran sur lequel tout apparaît, mais, comme au cinéma, nous oublions l’écran parce que ce qui apparaît capte toute notre attention. Ayant oublié l’écran, la science a prétendu atteindre à une description « objective » du monde, ce qui est aujourd’hui largement battu en brèche par moult expériences de physique quantique mais qu’il nous est si difficile d’admettre. Comment, en effet, accepter que le monde qui nous entoure puisse être une sorte de projection qui n’est propre qu’à celui qui observe ? Et de quoi serait-il la projection : d’un arrière-monde, d’un océan d’informations ? Est-ce que je perçois le monde tel qu’il est ou seulement tel qu’il m’apparaît ? Du mythe de la caverne platonicien aux fulgurances cyberpunks de *Matrix*, nos questions restent les mêmes. On peut même remonter jusqu’aux Upanishads de l’hindouisme pour trouver des questionnements

de même nature, et, bien sûr, la philosophie occidentale se les est coltinés à travers les œuvres de Kant, Hegel, Schopenhauer, Husserl et tant d'autres.

Une révolution psychédélique est engagée qui montre que beaucoup de ces substances ont un intérêt thérapeutique validé par un grand nombre d'études scientifiques. Mais il apparaît à ceux qui ont davantage creusé la question, à l'instar des chamanes des peuples premiers, que les psychédéliques sont également et avant tout un formidable outil d'exploration de la conscience. Et explorer la conscience, comme on vient de le voir, c'est explorer la réalité dans toutes ses facettes, à la fois le monde sensible et les mondes intérieurs, à la fois la dimension personnelle et les dimensions transpersonnelles, tout autant le visible que l'invisible. Un jour, peut-être, la technologie nous permettra-t-elle d'explorer cette pluralité des mondes qui nous entourent et nous habitent, ce qui serait un beau contrechamp aux sombres perspectives d'une société « transhumanisée » et sous contrôle. Mais cette « technologie » est d'ores et déjà présente et à notre portée à travers des substances dont l'usage est plurimillénaire et dont la connaissance est de plus en plus fine. Au passage, on peut se demander comment ces techniques exploratoires par la transe ont pu subsister jusqu'à nos jours si elles étaient réellement... sans objet. Il faudrait que tous ces psychonautes à travers les âges aient été bien naïfs. Le même raisonnement vaut pour la méditation.

Explorer les faces cachées de la réalité, ce n'est pas fuir le monde matériel, c'est au contraire mieux l'habiter, s'y incarner pleinement. Là aussi, attention au contresens et à la tentation de séparer le haut du bas, l'horizontal du vertical. Comme le dit un humoriste dans un *cartoon* qui me tombe sous les yeux à l'instant : « La réalité est une illusion créée entièrement dans l'esprit humain, mais c'est le seul endroit où vous pouvez boire

une bonne tasse de café. » Le risque d'égarement et la tentation de la fuite ne s'esquivent que si l'on est bien ancré, établi dans une vision qui ne peut être que spirituelle, et qui rétablit l'unité du monde. Car c'est bien là l'ultime objet de la quête de sens dans notre monde si désenchanté et « désensensé » : retourner là d'où l'on vient, boucler la boucle et, conformément à l'injonction initiatique de toutes les traditions : mourir avant de mourir. Ce qui meurt est l'illusion, pour que naisse la vérité de qui nous sommes, qui n'a jamais cessé d'être là.

Le psychiatre mexicain Guillermo Borja (1951-1995) a laissé une trace indélébile chez les « psys » gestaltistes et au-delà. Emprisonné pendant quatre ans pour avoir organisé des cérémonies dans le désert avec des chamanes Huichol autour du peyotl, il s'est vu confier par la direction de la prison l'unité des prisonniers psychotiques, un cloaque infâme avec soixante-douze patients nus et livrés à eux-mêmes dans un espace maculé d'excréments et infesté de parasites. Après un mois passé à l'entrée du pavillon à interroger sa peur, Guillermo Borja est entré et a appliqué une méthode mêlant *Gestalt*, bioénergétique, chamanisme, bouddhisme et autres méthodes psychiatriques hétérodoxes. Quand il en est sorti, l'unité où régnaient le chaos et la mort était transformée en une communauté pacifiée, où l'on pratiquait la méditation dans un endroit propre et clair, alors que dans la cour un jardin potager était entretenu par les prisonniers avec... amour. Car c'est cela qu'il avait fait entrer là.

Borja était un « chamane urbain », « chercheur de vérité », « guerrier de l'ombre et du dévoilement ». En Amérique latine, le chamane est un « serviteur ». Le psychothérapeute moderne peut lui aussi endosser cet habit, pour servir et accompagner le chercheur jusqu'au terme de sa quête : découvrir que ce qu'il cherche est déjà là de toute éternité. Olivier Chambon est de

ceux-là, et avec lui nous pouvons explorer en toute confiance et toute conscience ce chemin vers l'éveil.

Son livre présente un modèle inédit de la conscience qui s'appuie sur plus de trente ans de recherche et de pratique, et met en lumière le lien entre la conscience individuelle et la Grande Conscience que certains voudront appeler Dieu. Les psychédéliques ne sont pas seulement le prétexte à cette exploration, Olivier Chambon livre ici un véritable plaidoyer pour ces clés, non addictives et sans danger lorsqu'elles sont bien utilisées, qui ouvrent « les portes de la perception », selon la fameuse formule d'Aldous Huxley. Après *La Médecine psychédélique* qu'il a signé en 2009, puis *La Révolution psychédélique* que nous avons codirigé en 2020, *L'Éveil psychédélique* vient clore une trilogie avec un titre qui fera école dans le champ de l'accompagnement thérapeutique et sera une source d'inspiration pour les lecteurs en quête de libération intérieure et d'émancipation sociétale.

Jocelin Morisson

Avant-propos

Avant d'entrer dans l'univers de ce livre qui est celui des psychédéliques, de la spiritualité à laquelle ils nous donnent accès, et de la Conscience, permettez-moi de préciser « d'où je parle », selon l'expression consacrée.

Lorsque je me retourne sur mon parcours, je constate que ma vie a été celle d'un pionnier. Je suis allé explorer loin les terres à peine défrichées de la science occidentale, du maniement des états modifiés de conscience thérapeutiques, des expériences psychédéliques, de l'univers chamanique, et de l'expérimentation spirituelle. J'ai testé, expérimenté, accompagné, beaucoup lu, voulu comprendre et ressentir. J'ai appris à connaître l'histoire des grandes civilisations, leurs religions et leurs mythes. Je me suis également intéressé à la philosophie et à sa branche « métaphysique ». J'ai étudié les répercussions de la physique quantique et des sciences postmatérialistes pour une meilleure compréhension du monde et de la Conscience. Enfin, j'ai découvert à quel point les « expériences pérिमortelles¹ » indiquent l'existence d'une conscience indépendante du cerveau qui lui survit après la mort.

1. Dont les fameuses « expériences de mort imminentes » et les contacts des médiums avec les défunts testés en laboratoire. Se reporter au livre d'O. Chambon et M.-O. Riffard, *La Vie après la mort*, Larousse, 2020.

Tels ont été mes terrains d'exploration, ils le sont toujours. Ma préoccupation actuelle est celle-ci : grâce à ces incursions dans ces domaines si variés, que puis-je maintenant apporter d'utile à mes contemporains ? En quoi ce parcours d'explorateur légitime-t-il ma parole et mes conceptions au point de proposer ma vision d'une société postmatérialiste, reconnaissant le primat de la conscience sur la matière, et l'importance de l'exploration des états élargis de conscience ? La vie est une prise de risque, l'expression aussi. Je n'attends pas d'avoir toutes les réponses à ces questions pour porter avec conviction ma vision sur la scène publique. Voilà plusieurs années déjà que j'expose le résultat de mes recherches au grand jour, au travers de mes ouvrages, des vidéos diffusées sur Internet que je produis et des conférences que je donne.

Je suis aussi un « bâtisseur » qui aura consacré une grande partie de sa vie à construire, à mon échelle et avec humilité je l'espère, une œuvre autour de la Conscience (en abordant les thèmes de la vie après la mort, du chamanisme, de l'homme quantique, de la nature de la conscience et de son rôle en psychothérapie, etc.) pour aboutir à la vision d'un monde et d'une société où celle-ci prenne sa juste place. De la religion j'ai retenu la spiritualité ; de la physique classique, la physique quantique ; de la philosophie, la métaphysique ; de la conscience, ses états élargis. De par mes connaissances dans des domaines variés, j'ai pu « rassembler les brindilles en un fagot ». Tous ces domaines se touchent, s'interpénètrent, se complètent. Les psychédéliques, sujets de ce livre, ne sont qu'un des fils de la tapisserie, un des éléments de ce grand puzzle, une des voies d'accès à l'expérience et au savoir de la Conscience. Ils ne tireront tous leurs bénéfices que par la prise en compte de leur inscription dans un ensemble global.

Les psychédéliques sont un sujet sensible, et il est important de les aborder avec sagesse et connaissances. Mes multiples formations scientifiques (médecine, psychiatrie, divers certificats d'études spécialisées – pharmacologie clinique, neuro-anatomie, neurophysiologie –, des certificats en statistiques, des travaux publiés de psychométrie² et nosographie³, un diplôme d'études approfondies de neurosciences, la direction d'un contrat normalisé d'études pilotes avec l'INSERM) font de moi, je l'espère, un interlocuteur que l'on peut prendre au sérieux dans le domaine que j'aborde ici.

Je suis enfin un « rassembleur », un « intégrateur » qui a toujours voulu relier et mettre en synergie, plutôt que de les opposer, différents champs de savoirs et d'interventions. Ma formation à de multiples psychothérapies classiques puis l'élaboration de leur intégration, m'ont amené à cocréer avec le professeur Michel Marie-Cardine, au début des années 1990, le premier diplôme universitaire de psychothérapie intégrative et éclectique à l'université Claude-Bernard (Lyon I), et à publier un livre toujours bien apprécié, *Les Bases de la psychothérapie*⁴, qui en est à sa troisième édition. Je connais la psyché et ses processus de changement. Mes formations aux états modifiés de conscience, quant à elles (notamment par l'hypnose, le chamanisme, l'EMDR), font de moi une personne consciente de l'importance de l'instauration d'un cadre approprié dans la prise des substances psychédéliques, cadre plus inspiré par un modèle chamanique que par un modèle médical classique.

J'ai travaillé seize ans en hôpital psychiatrique je me suis spécialisé dans la psychothérapie des patients psychotiques

2. Étude et validation des échelles de mesure en psychopathologie.

3. Étude de la classification des maladies.

4. O. Chambon, *Les Bases de la psychothérapie. Approche intégrative et éclectique*, Dunod, 2014.

chroniques, travail à l'origine de plusieurs publications, ce qui me rend particulièrement apte à faire le distinguo entre, d'une part, hallucinations, délires, imagination, fantasmes, rêverie, voire affabulations et, d'autre part, les perceptions de réalités différentes (autres mondes, esprits, etc.) et les phénomènes authentiquement spirituels.

Les psychédéliques (PDL) ont fait irruption dans ma vie lorsque j'avais 20 ans, avec la *datura stramonium* (appelée l'« herbe du diable » !), au cours d'une première rencontre où j'avais fait tout ce qu'il ne fallait pas faire : prise alors que j'étais seul ; sans connaître les effets du produit ni la dose à prendre ; avec une substance appartenant à la seule classe de PDL potentiellement mortels. J'ai fini aux urgences ! Ce qui ne m'a pas du tout donné envie de recommencer. Mais ma véritable relation avec les psychédéliques a commencé lorsque, à 45 ans, je me suis intéressé à la psychologie transpersonnelle et au chamanisme. J'ai découvert le livre de Stanislav Grof, intitulé *Quand l'impossible arrive*⁵, dans lequel il présente les effets de la kétamine, un psychotrope de synthèse utilisé en anesthésie humaine et vétérinaire, avec un fort pouvoir psychédélique lié en grande partie à ses effets dissociatifs. J'ai pu essayer ce psychédélique majeur en m'étant méticuleusement informé, bien préparé, et accompagné par un collègue psychiatre. Pour nourrir de connaissances concrètes mon livre *La Médecine psychédélique*⁶, j'ai alors expérimenté, souvent à plusieurs reprises, toutes les substances psychédéliques majeures, dans des pays où cela restait légal et, la plupart du temps, dans un contexte chamanique (champignons, ayahuasca et iboga notamment).

5. S. Grof, *Quand l'impossible arrive. Aventure dans les réalités non ordinaires*, Trédaniel, 2018.

6. O. Chambon, *La Médecine psychédélique*, Les Arènes, 2009.

Ce chemin professionnel, expérientiel et personnel a renforcé en moi la conviction que nous sommes, nous les êtres humains, des êtres spirituels. Cette dimension est aujourd'hui ignorée par la médecine officielle, tout comme d'ailleurs par la plupart des Terriens qui n'en tiennent pas compte dans leur vie, alors même que cette dimension d'eux-mêmes pourrait être leur GPS les aidant à s'orienter face aux grands choix de leur vie, au service de leur épanouissement global.

Je sais que, lorsqu'on développe une idée, on provoque aussitôt la survenance de l'idée opposée. C'est un principe que j'ai observé à moult reprises. En insistant comme je le fais dans mes communications en général, et dans ce livre en particulier, sur l'intérêt spirituel des psychédéliques, je vais faire réagir des personnes qui opposeront la démarche biologique et l'approche clinique classique à la démarche d'accompagnement holistique que je propose. Mais je suis convaincu que, si nous apprenons à réellement nous écouter, ces antagonismes pourront devenir complémentaires et nous faire tous progresser. Quant à moi, je maintiens la position qui est la mienne : la démarche spirituelle est ce qui respecte et honore le plus notre potentiel humain si puissant. C'est dans cet état d'esprit que je poursuis mes recherches et que j'exerce ma pratique en cabinet. Notre futur passe par l'appropriation de notre être spirituel.

Enfin, faut-il le préciser, je n'appartiens à aucune Église, à aucun mouvement religieux ni sectaire, et je n'ai aucun conflit d'intérêts avec une quelconque institution marchande ou non marchande. En résumé, je suis un chercheur et un praticien passionné, conscient et raisonné, convaincu du grand intérêt des psychédéliques et, plus généralement, des états élargis de la conscience, pour la bonne santé mentale et l'ouverture spirituelle de l'humanité.

Introduction

Les travaux sur les psychédéliques (PDL) sont en pleine expansion. De plus en plus de publications scientifiques, relayées par des médias grand public, font état des excellents résultats thérapeutiques obtenus lors de recherches médicales et psychiatriques. Indéniablement, les psychédéliques reviennent en grâce⁷. Leur avenir semble s'éclaircir, tant dans les milieux scientifiques que médiatiques ou même politiques. Ils sont en voie de décriminalisation, voire de légalisation dans certains États américains et au Canada. Ils vont probablement être prescrits sur ordonnance dans les quelques années qui viennent, au moins aux États-Unis et en Angleterre.

Pourquoi ce regain d'intérêt et même cet engouement actuel pour les PDL ? Qu'apportent-ils de plus que les autres médicaments classiques ? Que vont-ils vous faire découvrir et comment peuvent-ils changer (en bien) votre vie ? Comment, malgré la stigmatisation, voire la diabolisation, dont ils ont fait l'objet dès la fin des années 1960, pouvez-vous reprendre confiance en eux, et en leur pouvoir de vous soigner, et/ou de développer votre spiritualité, sans encourir de dangers ?

7. O. Chambon et J. Morisson, *La révolution psychédélique*, Trédaniel, 2020.

Vous avez inévitablement entendu parler de certains d'entre eux, probablement en mal auparavant. Ils s'appellent (pour les plus connus et ayant déjà fait l'objet d'études scientifiques révélant leur efficacité) kétamine, MDMA (ecstasy), LSD, champignons à psilocybine, ayahuasca, iboga, mescaline des cactus peyote et San Pedro, mais aussi, moins étudiés scientifiquement, sauge divinatoire, 5Meo-DMT. Précisons que le cannabis ne fait pas à proprement parler partie des PDL. Les PDL sont des substances qui, comme l'étymologie l'indique, « révèlent l'âme ». Plus précisément, ils élargissent la petite conscience individuelle et la connectent à la grande Conscience universelle et à ses différents champs. Je vais, bien sûr, préciser ces termes qui sinon pourraient sembler obscurs mais qui appartiennent pourtant dorénavant au vocabulaire de la science de la conscience la plus avancée, dite science postmatérialiste.

Les PDL constituent ni plus ni moins qu'une « médecine de la Conscience », c'est-à-dire qu'ils permettent aux consommateurs (dans certaines conditions bien précises que je développerai plus tard) de bénéficier des ressources de la (grande) Conscience, pour une guérison à la fois physique, psychique et spirituelle. Leur action, *via* leurs effets sur certains récepteurs neuro-naux, et leur inhibition de certains réseaux cérébraux, consiste principalement à libérer la petite conscience individuelle des contraintes organiques du cerveau qui la limitent, la voilent et la filtrent habituellement. Libérée, notre « petite conscience » se met à manifester certaines de ses qualités inexploitées, capacités dites « non locales » ou parapsychologiques, mais surtout bénéficie de l'apport de champs de conscience externes plus riches en informations et en ressources thérapeutiques, ayant ce que l'on appelle des qualités « néguentropiques », c'est-à-dire amenant plus d'ordre, d'harmonie et d'information dans les systèmes auxquels ils se raccordent. La Conscience amène de la

VIE, acronyme signifiant Vibrations, Information et Énergie. Les PDL vous donnent accès aux dimensions cachées de la Conscience qui sont en arrière-plan de tout ce qui vous vivez et qui vous influencent sans que vous le sachiez.

Les PDL sont à l'étude de la Conscience⁸ ce que le microscope est à la biologie, et le télescope à l'astronomie : ils permettent de reconnaître ce qui est habituellement invisible et inaccessible à la conscience « rétrécie » ordinaire. Ils ne créent pas les contenus des différents champs de la Conscience, mais ils les rendent manifestes et opérationnels. Je décrirai, à cet égard, la différence de compréhension et de conceptualisation qui existe entre le modèle matérialiste (la matière est première et explique tout) et le modèle postmatérialiste (la Conscience est première et à l'origine de tout). On ne peut véritablement comprendre les mécanismes d'action des PDL et la nature de leurs applications thérapeutiques qu'en se situant dans le second, c'est-à-dire en dépassant le paradigme matérialiste sur lequel notre médecine et notre science se sont fondées.

La première partie de ce livre est consacrée à une modélisation originale des états élargis de la conscience, qui constitue le résultat de mes recherches. J'insiste sur ce développement en début d'ouvrage, non seulement parce qu'il me semble que je présente sous une forme nouvelle et argumentée ce qu'est l'expérience de la conscience et des états modifiés de conscience, mais aussi parce qu'il est nécessaire de bien connaître et de bien percevoir ces processus subtils et puissants pour comprendre les effets, les intérêts et les enjeux des PDL. Au début de la lecture, vous vous demanderez peut-être où je veux en venir avec ce

8. Le C majuscule du mot Conscience indique une différence avec notre petite conscience individuelle, champ spécifique détaché à partir de la grande Conscience, j'y reviendrai plus loin.

passage qui en passionnera certains, mais que d'autres jugeront trop didactique à leur goût. Mais, c'est là mon pari, vous vous apercevrez en cheminant plus avant que celui-ci était finalement nécessaire pour que le propos prenne toute son ampleur et soit complet.

Mes développements tout au long de cette première partie vont s'appuyer sur trois figures qui nous guideront.

La première figure (figure 1, p. 47) nous rappelle que les PDL constituent l'une des voies d'accès, parmi d'autres, permettant de cerner de mieux en mieux le mystère de la conscience, son origine, sa nature, son rôle dans l'univers. Ainsi, les connaissances obtenues avec les PDL viennent compléter et croiser (*cross-validation*) celles issues de la métaphysique, de la spiritualité, des sciences postmatérialistes et des états élargis de conscience. Les PDL sont donc l'une des pièces de ce puzzle constituant l'énigme de la Conscience.

La deuxième figure (figure 2, p. 52) illustre le fait qu'il y a une progressivité dans l'élargissement de la conscience (que ce soit sous PDL ou par n'importe quelle autre méthode ou pratique). J'en montrerai et détaillerai les étapes qui vont de la conscience rétrécie par l'identification au petit moi à l'expérience spirituelle totale de fusion dans la grande Conscience (que certains appelleraient « Dieu »). Compte tenu de l'importance de bien comprendre cette progression, du caractère essentiel de cette approche des PDL, et de la subtilité du processus d'élargissement de la conscience, le chapitre 2, qui détaille les états élargis de conscience (EEC), est le plus long de cet ouvrage. Plus la conscience s'élargit, plus l'expérience psychédélique libère un potentiel thérapeutique et transformateur. Plus la conscience s'élargit, plus elle retourne à sa Source dans une sorte d'« apothéose ». Je décrirai ce processus avec l'appui de la figure 3 (figure 3, p. 96).

Dans la deuxième partie, après avoir éclairé les liens entre le cerveau, les PDL et la conscience individuelle, j'illustrerai les similitudes qui existent entre, tout d'abord, l'expérience psychédélique et l'expérience mystique, ensuite entre l'expérience psychédélique et les expériences de mort imminente (EMI), autre expérience spirituelle transformatrice en état « très » élargi de conscience. Alors, il me restera à vous montrer qu'il est possible d'accéder à ce « réservoir » de la grande Conscience, pour des raisons thérapeutiques et/ou spirituelles, de manière sûre et fiable.

Je ne détaillerai pas les résultats des études scientifiques concernant l'efficacité thérapeutique maintenant reconnue des PDL dans des domaines aussi variés que la dépression résistante aux antidépresseurs, les troubles post-traumatiques, les addictions à l'alcool, tabac, héroïne, cocaïne, les thérapies de couple, des algies diverses, des détresses anxio-dépressives lors de maladies graves mettant en jeu le pronostic vital à court terme, etc. Celles-ci, et d'autres encore, sont bien décrites dans des livres américains (les trois livres de Winkelman *et al.*, 2007 et 2019)⁹ ou français (notamment mes deux livres *La Médecine psychédélique*, 2009, et *La Révolution psychédélique*, 2020). Je vous montrerai surtout, dans la troisième partie consacrée aux enjeux sociétaux des PDL, qu'il existe quatre *fake news* concernant les PDL, qui ont été plus ou moins délibérément façonnées au début des années 1970 pour des raisons politiques et non pas médicales, et qu'il est aujourd'hui démontré par les résultats de la recherche moderne qu'elles sont fausses et non avenues. J'insisterai sur l'innocuité des PDL dans de bonnes conditions d'utilisation et, évidemment, sur la nécessité de respecter des règles précises.

9. M. Winkelman, T. Roberts, *Psychedelic Medicine. New Evidence for Hallucinogenic Substances as Treatments*, Praeger, 2007, vol. 1 et 2, et M. Winkelman, B. Sessa, *Advances in Psychedelic Medicine*, Praeger, 2019.