

# LA VERTIGINEUSE GLISSADE DE JOHN LILLY SUR L'ÉCHELLE DU SOI

---

Par Patrice van Eersel

John Lilly - DR.



Commençons par vous exposer abruptement un morceau de la règle du jeu que nous jouons tous, sans forcément le savoir. Prenez un citoyen lambda, qui vit tranquillement sa vie, quelque-part autour de son centre de neutralité (métro-boulot-dodo, mais sans angoisse). Tout d'un coup, bim ! Sans qu'il ne l'ait vu venir, il se casse la figure (son amour le quitte, sa boîte le fiche dehors, la maladie lui tombe dessus, etc). Comme si une trappe s'ouvrait sous ses pas et qu'il se ratatinait trois mètres plus bas sur une dalle de béton (ce que John Lilly appelle "tomber en "-24" "). Il lui faut ensuite, vous le savez bien, une énergie folle pour se rassembler, se réparer, puis remonter, barreau après barreau, jusqu'au niveau neutre, consensuel, où nous vivons habituellement en société. L'embêtant, c'est que la chose va se renouveler, le piège se rouvrir sous ses pas, deux, trois, dix, cent fois. Nous retombons à longueur de vie dans les mêmes erreurs. Jusqu'au jour où, "par miracle", au lieu de tomber inconsciemment, ce bonhomme-là a la chance (allez savoir pourquoi...) de parvenir à rester lucide pendant le très bref instant de sa chute. Alors il s'aperçoit, stupéfait, que la dalle de béton "-24", qu'il connaît bien, puisqu'il s'y est si souvent cassé le nez, est en fait une planche, souple, un tremplin ! S'il parvient à rebondir dessus, à pieds joints, Whaaaouh ! Il remonte d'un coup, et directement en "+24" ! John Lilly appelle cela "l'effet trampoline".

Si vous avez la chance de vivre ça, vous vous apercevez que la chute en "-24", du moins cette façon-là de vous retrouver en état négatif de base, ne vous pose plus de problème. Vous avez définitivement désamorcé un "métaprogramme négatif" de votre biocomputer, dirait John. Et pour la vie !

Mais qui est ce John ? Mort en 2000, ce personnage digne de la plus ambitieuse science-fiction était né en 1915...

Extrait du "Cinquième Rêve", de Patrice van Eersel. (éd. Grasset et livre de poche) :

Dans les années 50, le Dr John Lilly avait dirigé la Section d'intégration corticale du Laboratoire de neurophysiologie de l'Institut national de la santé mentale des Etats-Unis, avant de partir dans une maison amphibie, créée par la Navy dans les îles Vierges, pour tenter d'enseigner l'anglais à de jeunes dauphins ! Cela servit de canevas à " Un Animal doué de raison ", le roman de Robert Merle. Mais les vrais dauphins ne parlèrent jamais une langue humaine. Du coup, John Lilly abandonna cette recherche pendant quinze ans et se tourna vers l'étude de la conscience humaine... Il se trouve que John était aussi l'inventeur du caisson à isolation sensorielle au début des années 50. Il décida alors d'utiliser cet étrange véhicule sous LSD - pour effectuer des "voyages intérieurs" faramineux...

Au début de l'exploration, il s'agit encore d'un neurologue hyper rationnel et froid, habité par l'ambition démesurée de comprendre l'interface cerveau/esprit. En bon cartésien, il ne fait confiance à aucun a priori théorique et veut tout ré-expérimenter lui-même. Mais alors que René Descartes y parvient par la seule puissance d'abstraction de sa machine mentale, John Lilly, Américain authentique, a besoin de matérialiser la proposition.

Est-ce possible ?

"Essayons, propose-t-il en 1953, de nous libérer un instant de tout contexte, de toute pression sociale. Imaginons une période de vacances où tout souci d'intendance serait pris en charge et tout besoin physique immédiatement satisfait. Imaginons-nous immergés dans le silence et l'obscurité, libérés même de la pesanteur. Qu'advierait-il de nous et de notre conscience ?" La thèse qui prévaut à l'époque est que la vigilance d'un individu se nourrit en permanence d'inputs sensoriels arrivant du dehors. Privé de toutes sensations, vous tomberiez illico dans le sommeil. Expérimentalement, le "Je pense donc je suis" de Descartes serait donc impossible à vérifier à l'état pur. "Expérimentons cette impossibilité", se dit John.

Ayant entendu parler de caissons remplis d'eau, dans lesquels on testait pendant la seconde Guerre Mondiale la résistance des plongeurs de combat, il s'en procure un et y passe immédiatement plusieurs heures, flottant tout nu dans le noir total.

Il s'agit d'une sorte de citerne de deux mètres de haut et d'un mètre cinquante de diamètre, fermée comme une cocotte-minute, où le cobaye respire grâce à un masque relié à une pompe à air. Ce masque est assez inconfortable. Après en avoir testé des dizaines de modèles, notre Descartes américain finit par mettre au point un système moins contraignant, le fameux caisson Samadhi, où le corps flotte horizontalement, sans masque, dans une solution d'eau à 34°C, saturée de chlorure de magnésium, ou sel d'Epsom.

Quelle que soit la forme du caisson, l'essentiel émerge dès les premières minutes de la première séance : mise en état d'isolation sensorielle, la conscience humaine, loin de s'éteindre dans le sommeil comme le prévoit la théorie comportementaliste, redouble d'intensité et d'acuité. On dirait qu'elle profite de l'économie réalisée par l'organisme - qui n'a plus à se soucier de conserver chaleur et équilibre, ni de trier les milliards de données enregistrées à chaque seconde par tous ses sens - pour déballer de ses tiroirs inconscients un énorme matériel. Jamais John n'a connu pareille concentration, pareille attention, pareille présence au monde. Face à lui il n'y a d'abord que l'écran noir de son esprit curieux. Evidemment, très vite, l'écran se couvre d'images. Mieux, l'écran disparaît, laissant place à des paysages imaginaires que John s'en va explorer à tire d'aile. Exactement le même genre de cinéma surréaliste que l'on se joue parfois, involontairement, le soir avant de s'endormir.

Mais là, pas de sommeil. Et le "cinéma surréaliste" est une netteté impressionnante.

Parfois, John a littéralement l'impression de sortir de son corps et de survoler, tantôt le quartier où il habite, tantôt le monde de son enfance, tantôt la mise en scène de ses fantasmes névrotiques, tantôt des planètes fantastiques dont il ne parvient pas à s'expliquer l'origine.

Bref, ce jeune neurologue américain découvre à sa manière l'univers intérieur et la psyché.

La voie des ermites en méthode accélérée. L'intéressant vient de ce que, doué d'un esprit particulièrement audacieux et formé à la rigoureuse méthode scientifique, John Lilly utilise l'isolation de ses sens pour explorer son propre esprit comme un pays à cartographier. Vertigineux royaume imaginal, bien-connu des Tibétains, des soufis et de tous les grands introspectants, que Lilly ignore totalement.

En une dizaine d'années, grosso modo de 1953 à 1964, notre savant va patiemment baliser ses univers intérieurs, repérant toutes les constantes : les modes d'approche, les corrélations avec le contexte extérieur, les ordres de succession, les secteurs "neutres", les zones effrayantes, cauchemardesques, les paysages sublimes, jubilatoires, les veines riches en surprises, où l'exploration peut sans cesse être repoussée plus loin, les zones frontières, véritables murs de béton, où l'esprit semble ne plus pouvoir avancer d'un millimètre.

Question : quel rapport avec les dauphins ?

Une certaine rumeur voudrait que Lilly ait inventé le caisson à isolation sensorielle parce que, s'interrogeant sur le sentiment intérieur des dauphins, il se serait demandé ce qui se passerait si l'on

flottait comme eux, entre deux eaux, vingt-quatre heures sur vingt-quatre. J'ai contribué à colporter cette rumeur, que John a sèchement démentie, lors d'une conférence à Paris en 1984. Il est néanmoins clair qu'un certain nombre de parallèles n'ont pas tardé à apparaître entre les deux recherches. Par exemple entre le type de fonctionnement électro-cérébral de l'humain plongé dans un caisson - en onde alpha, voire en téta, tracé typique de la méditation profonde, juste entre la veille et le sommeil - et l'état intérieur supposé des dauphins. Mais il y a une passerelle plus fondamentale entre les deux recherches. John va en effet finir par s'apercevoir que son rêve de "communication inter-espèces" suscite un immense scepticisme chez la plupart des scientifiques. Pour eux, il s'agit de fantasmes.

Leur apporterait-on une preuve tangible, par exemple l'enregistrement de phrases entières prononcées par des dauphins, qu'y verraient-ils ? De pures projections anthropomorphiques, un mimétisme de perroquets aquatiques. Pour la science actuelle, il est impensable qu'un animal ait un esprit. Or une communication ne peut se nouer qu'entre deux esprits.

"Mais, se demande John, mes collègues connaissent-ils le leur, d'esprit ?"

Il est convaincu que la communication avec les dauphins dépend de l'idée que l'homme se fait d'eux. "Si un homme, écrit-il dans *Mind in Waters*, parvenait à faire comprendre à un dauphin qu'il admet n'avoir qu'une compréhension limitée du monde delphinien, mais qu'il désire compléter son modèle, il se peut alors que le dauphin coopère, à long terme, dans une recherche mutuelle plus stratégique." Or l'idée que nous nous faisons d'eux dépend de celle que nous nous faisons de nous...

Une coïncidence fascine John : au-dessus de l'entrée du temple de Delphes, où la légende veut qu'Appolon soit venu jadis déguisé en dauphin, les Grecs avaient écrit : *Gnothee seauton, connais-toi toi-même*. Se connaître soi-même d'abord.

Les espaces géants, et encore incompréhensibles, dont John soupçonne l'existence dans l'esprit des dauphins, communiquent forcément, pense-t-il, quelque-part, avec les espaces de nos propres esprits. Mais... c'est quoi, un esprit ?

A peine posée, la question lui rebondit à la figure : à mesure qu'il passe des dizaines, puis des centaines, puis des milliers d'heures dans son caisson à isolation, John s'aperçoit qu'il se connaît fort mal lui-même. Il en conclut que toute recherche sérieuse sur la communication avec une autre espèce doit forcément s'appuyer sur une double série d'informations : sur le monde intérieur de l'"esprit" (nous), autant que sur le monde extérieur de la "matière" (eux).

Et que découvre-t-il à l'intérieur de lui-même ? On est à l'aube de l'informatique. John fait partie des universitaires américains qui ont la chance de pouvoir travailler sur les premiers ordinateurs dinosauriens des années 50. Scientifique typique de ces années, Lilly est frappé par une analogie, qui ne le lâchera plus : notre esprit semble fonctionner comme un fabuleux ordinateur. Il le baptise *human biocomputer*.

A les observer de près, tout se passe en effet comme si nos mondes "intérieurs" étaient programmés. Partiellement programmés depuis l'extérieur, par des logiciels génétiques, sociaux, familiaux, etc ; mais aussi partiellement auto programmables par d'autres logiciels, que notre moi conscient peut créer et modifier à volonté. Or Lilly finit par découvrir que les logiciels programmés "de l'intérieur" par le sujet volontaire n'ont pas de limites. Il appelle la partie "programmante" de notre être, notre moi autonome (pouvant devenir conscient et volontaire à la suite d'un gros travail d'introspection) *selfmétaprogrammer*.

Le tout, dit-il, est de savoir discerner, puis contrôler les "métaprogrammes négatifs", c'est à dire les logiciels de logiciels qui, de l'extérieur ou de l'intérieur de nous-mêmes, nous hypnotisent et nous empêchent d'évoluer, souvent depuis la petite enfance. "Quand vous entrez dans le caisson à isolation, écrira-t-il plus tard dans *Programing and metaprograming the human biocomputer*, votre logiciel personnel de routine continue de fonctionner. Si vous ne mettez pas un autre logiciel convenable en route, vous perdez votre temps : on peut passer des heures là-dedans sans qu'il ne s'y

passé rien. Ou bien vous vous laissez submerger par vos métaprogrammes négatifs (nous en avons tous reçu une quantité durant notre enfance). Il faut apprendre à les repérer et à les désamorcer. Ce n'est pas facile du tout. Personnellement, j'ai eu besoin pour y parvenir de suivre une psychanalyse. Ça m'a beaucoup aidé. "Je me suis aperçu que, s'il existait effectivement de "mauvaises pensées", hostiles, inhibantes, culpabilisantes, se croire inférieur, inutile, mauvais... il n'existait pas en revanche de mauvais "mode de pensée". Le mode ne peut pas être négatif. C'est la première grande leçon de l'auto-exploration : **l'univers intérieur est sans interdit, infini**. Ainsi, l'horizon du métaprogramme "Quoi penser ?" peut et doit être aussi vaste que possible. Il n'a de limites que celles que nous croyons devoir lui imposer - et cette croyance est elle-même un métaprogramme, dont la malléabilité ne peut être vérifiée que par l'expérience."

Cette dernière idée deviendra peu à peu la clé de voute de toute sa recherche, formulée ainsi : "Dans la province de l'esprit, ce que l'on croit vrai est vrai ou le devient, à l'intérieur de limites qu'il faut trouver par l'expérience et l'expérimentation. Ces limites sont elles-mêmes des croyances à dépasser. Dans la province de l'esprit, il n'y a pas de limites."

Pendant des années, John Lilly va jouer, tel un artiste-mathématicien de l'existentiel, à "inventer puis à se faire croire à l'existence d'autres mondes" - mondes géants, mondes nains, mondes fantastiques, radicalement différents du notre -, s'apercevant, stupéfait, qu'il peut y voyager, y connaître la peur, la tristesse ou la joie, mais surtout y tenir des raisonnements logiques. "J'ai dû faire beaucoup d'expériences sur moi-même pour vérifier ma théorie, la modifier, en faire une part de mon propre biocomputer. A mesure que la théorie pénétrait et reprogrammait ma machinerie à sentir et à penser, ma vie changea rapidement et radicalement. De nouveaux espaces s'ouvrirent ; de nouvelles compréhensions, un nouvel humour apparurent. Et un nouveau scepticisme émergea de tout cela. "Mes propres croyances sont incroyables" dit une nouvelle métacroyance."

Que deux "biocomputers humains", chargés de métalogiciels différents, puissent spontanément communiquer entre eux, le fascine. A croire qu'ils ne sont pas aussi différents que cela. Et pourtant si : il n'y a pas deux individus identiques. Et le fait de ne pas savoir communiquer, voilà l'origine de la plupart des maladies mentales. L'influence de l'école psychologique de Palo Alto, animée par Gregory Bateson et Milton Erickson, grands défricheurs notamment de la schizophrénie, semble évidente. L'idée que l'on puisse programmer soi-même son malheur (ou son bonheur), sous-tend une bonne part de l'oeuvre de Paul Watzlawick, qui deviendra le porte-parole de cette école, "Le langage, écrit Watzlawick, ne reflète pas tant la réalité qu'il ne la crée."

Plus il s'enfonce dans ses univers intérieurs, plus Lilly apprécie, au retour, notre monde consensuel "normal". Mais c'est chaque fois pour repartir plus profondément en lui-même peu après. Pour plonger encore plus profond, tous les moyens sont bons. C'est une tête brûlée. Jusqu'en 1964, bien que présentant le profil type des chercheurs qui, dès la fin des années quarante, autour d'Aldous Huxley ou d'Ernst Jünger, goûtent aux hallucinogènes (dont le LSD synthétique mis au point accidentellement par le Suisse Albert Hoffman des laboratoires Sandoz), John Lilly se tient à l'écart des drogues. Il n'en a guère besoin. Son caisson à isolation sensorielle lui suffit. Il faut dire que John s'avère un voyageur intérieur hors pair - aidé, donc, les premières années, par une psychanalyse qui, dit-il, "m'aide à mettre suffisamment à nu mes projections négatives pour que je ne m'identifie pas à elles."

Cette auto exploration va connaître un énorme coup d'accélérateur lorsque les psychotropes entrent dans la danse. Officiellement approvisionné en LSD pur par Sandoz (opération courante, et légale, en recherche psychiatrique, aux Etats-Unis, jusqu'en 1966), John "visite" (le plus souvent à l'intérieur de son caisson à isolation sensorielle) ses fantasmes à une vitesse tellement folle qu'il va faire exploser toute une première ceinture de "métaprogrammes négatifs". Il verra apparaître, sous des formes plus ou moins monstrueuses, les femmes qu'il a désirées ou avec lesquelles il fait l'amour, sentira remonter toute son éducation catholique, culpabilisante et puritaine, entretiendra mille rapports avec tous les personnages que sa vie lui a fait rencontrer depuis sa prime enfance, mais aussi avec

d'autres, jamais vus jusque-là, il revivra ses cauchemars d'adolescents, refera ses calculs de chercheur, retombera sans arrêt dans les mêmes échecs, enlisé dans les mêmes obsessions.... Il tétera ses résistances, régressera au stade du nourrisson, urinant sur lui-même, béat.

Puis il approchera de zones rouges et noires où son esprit renâclera à l'emmenner. Bientôt il verra ses peurs prendre des visages inhumains terrifiants, il errera des éternités dans d'interminables labyrinthes, luttera contre des monstres qui tenteront de l'envahir par de vastes brèches ouvertes dans son crâne... chaque fois qu'il voudra approcher les frontières de ses "provinces intérieures". Frontières autoprogrammables à volonté par un selfmetaprogrammer devenu conscient ?

Pas évident.

Avant d'apprendre à déjouer ses pièges intérieurs, à "désamorcer ses métaprogrammes négatifs" - pour déboucher ensuite sur des espaces prodigieux de clarté, où il connaîtra d'ineffables extases - John Lilly va d'abord manquer mourir, de très peu.

Une sorte de tentative de suicide inconsciente, en 1964 - mise en route par qui sait quel programme ?

Une NDE (near death experience, ou expérience de mort imminente). Aux portes de la mort, un contact fulgurant avec une certaine "réalité ultime". Contact pouvant conduire à ce que les sages de l'Inde appellent le samadhi, ceux du Japon le satori, ceux de l'Occident l'union mystique avec Dieu... Phénomène aussi vieux que l'humanité, mais qui, longtemps considéré comme réservé à une élite spirituelle, semble se manifester de plus en plus souvent depuis que, grâce au formidable perfectionnement des techniques de réanimation, les "rescapés de la mort" des Unités de Soins Intensifs des grands hôpitaux modernes se comptent par millions.

Notre homme a donc connu, en 1964, "l'ineffable sensation de plonger dans un pur soleil d'amour et de connaissance"... D'abord, il avait longuement flotté dans un vide infini, d'une obscurité totale. Une zone qu'il connaissait par cœur, depuis des années, et qu'il avait baptisé "Point Zéro Absolu" - c'est là qu'il avait peu à peu appris à venir se repositionner, quand il se sentait menacé par quelques "fauves intérieurs". Comme toujours, l'obscurité avait ensuite peu à peu cédé la place à un "paysage".

Mais tout de suite, il avait senti quelque-chose de vertigineusement neuf. En fait, il n'y avait aucun paysage. Juste de la lumière. Une lumière d'or extraordinaire, "toute irradiante d'amour".

John n'avait plus de corps. Il se sentait réduit à un simple point. Toute sa conscience semblait pourtant présente, toute sa mémoire, ainsi que la sensation de voir, d'entendre, de sentir... Justement, voilà qu'il sentait qu'on s'approchait de lui. Cela venait de l'horizon. Il finit par distinguer deux autres "points de conscience", deux... entités. Plus elles s'approchaient, plus John sentait qu'elles dégageaient quelque-chose d'incroyable, une chaleur comme il n'en avait jamais ressenti de sa vie. A la fin la sensation était devenue si forte qu'il eut l'impression qu'elle l'anéantirait si les deux entités s'approchaient davantage. Son "moi" se fondait littéralement en elles. Elles s'arrêtèrent à l'extrême limite de sa résistance à "l'anéantissement dans l'un, le Rien absolu".

Leur long échange fut pour lui une extase. Il sut qu'il ne pourrait en conserver qu'une partie en mémoire.

"A la fin, elles me dirent que c'était moi qui les séparais en deux, que c'était ma façon de les percevoir, mais qu'en réalité elles n'étaient qu'un dans l'espace où je me trouvais alors moi-même. (...) Elles dirent aussi qu'elles étaient mes gardiens, qu'elles veillaient sur moi bien avant cette expérience, en fait depuis toujours, mais que je ne me trouvais généralement pas en état de les percevoir."

Plus tard, John se rendit compte qu'il avait déjà rencontré ses "guides" à trois reprises dans sa vie. Chaque fois, cela s'était produit alors qu'il se trouvait au plus mal : à sept ans, lors d'une ablation des amygdales ; à dix ans, une tuberculose l'ayant à moitié tué ; à vingt-trois ans, l'arrachage de toutes

ses dents de sagesse ayant nécessité une anesthésie générale. Les trois premières fois, il avait oublié jusqu'à la rencontre elle-même. La quatrième lui laissa un souvenir indélébile.

Rejoindre la dimension où il pourrait retrouver ses guides devint un objectif essentiel. Il y parvint encore deux ou trois fois, par hasard. Puis sa technique de "pilotage intérieur" s'améliora à un point tel qu'il sut s'y rendre à volonté.

Lors de leur avant-dernière rencontre "par hasard", les deux guides laissèrent entendre à John qu'il lui faudrait radicalement changer de vie. Tout était à revoir, disaient-ils, à la lumière de l'ancienne règle d'or, ainsi reformulée par le psychiatre Erik Erikson : "Fais/ne fais pas aux autres ce que tu voudrais que les autres te fassent/ne te fassent pas ; les autres comprenant les autres espèces/entités/êtres de cet univers."

Pour commencer, suggèrent donc ses "guides", John devrait laisser les dauphins tranquilles.

En un mot, abandonner toute sa recherche delphinienne.

L'idée le laisse d'abord perplexe.

Mais voilà que, peu de temps après, cinq des huit dauphins prisonniers dans ses bassins des Iles Vierges (voir Le 5° Rêve), se suicident, à quelques jours d'intervalle - en refusant de se nourrir ou en se précipitant contre les murs.

Une monstrueuse hécatombe. En captivité, tous les dauphins meurent jeunes (plus tard, Lilly reconnaîtra que les chiffres présentés par les delphinariums, pour prouver la "longue espérance de vie des dauphins en captivité", sont généralement truqués). Mais là... c'est trop fou. Toute l'équipe est en deuil.

Pour John, il ne peut s'agir d'une coïncidence. "Si j'avais écouté le conseil de mes guides, se dit-il, le drame aurait pu être évité." Alors il n'hésite plus. Les trois dauphins survivants sont rapidement sortis de leur bassin et emmenés au large, dans un gros hors-bord, puis remis à l'océan d'où on les a arrachés l'année précédente. Les deux plus jeunes (entre trois et cinq ans) ne comprennent pas. Ils sortent sans cesse la tête de l'eau, désirant rejoindre les hommes. Heureusement, le troisième a plus d'expérience (une vingtaine d'années) : il leur donne des coups de rostre, pour les obliger à rester sous la surface (autrement, les pêcheurs finiraient par les tuer). Finalement, les trois cétacés disparaissent. Et John Lilly se retrouve tout d'un coup très seul. Il réalise à peine ce qu'il vient de faire.

D'un point de vue professionnel, l'évènement tombe mal. John vient juste de recevoir des crédits inespérés, de la Navy et de plusieurs autres organismes, pour son centre humain-dauphin.

Que va-t-il dire à ses commanditaires ? Que des voix intérieures lui ordonnent de tout stopper ? C'est ce qu'il fait. En y mettant à peine les formes. Du jour au lendemain, sa réputation est faite : ce type est cinglé. Grand crac dans la vie du chercheur.

Après avoir rendu à l'administration tout le matériel, en particulier le gros ordinateur avec lequel il a vainement tenté de créer une passerelle linguistique entre humains et dauphins, John négocie la réintégration, dans divers services de la Santé Publique, de la trentaine de personnes dépendant de lui, sur l'île et ailleurs. Puis il publie, dans le Journal de la Société Acoustique, un dernier article, intitulé "Reprogrammer les productions sonores du dauphin Tursiops", où il explique qu'au lieu d'utiliser la grille psychologique limitée des réflexes conditionnés et du système punition/récompense, on ferait mieux de comprendre que le dauphin peut, grâce à son très grand biocomputer, se reprogrammer lui-même, une fois entré en interaction continue avec l'homme. Et cette fois, c'est bien fini. Sa femme le quitte. Plus question de prendre du LSD : devant l'ampleur du phénomène "psychédélique", l'administration américaine interdit tout usage du redoutable acide. Une nouvelle vie commence pour John. Que faire ?

Il s'interroge longuement sur l'avenir de la recherche fondamentale. Comment définir le mot fondamental ?

"La recherche, écrit-il, est de plus en plus liée aux applications immédiates. Pourtant, quand vous les interrogez des scientifiques sur leurs motivations profondes, vous découvrez, derrière leurs railleries ou leurs bâillements gênés, que la plupart sont mû d'abord par le respect, la stupeur, l'adoration émerveillée du réel. Nous devrions beaucoup nous préoccuper des motivations profondes et des valeurs morales des jeunes gens intéressés par les sciences.

Sans le respect et même, pourrait-on dire, l'adoration de l'inconnu, ils peuvent devenir des monstres. Il faut avoir vécu, expérimenté, les forces colossales qui gisent hors de nous et en nous, pour devenir sages.

"Mais notre mental évolue de façon terriblement arbitraire. Les postulats de la science actuelle se sont ordonnés accidentellement au cours de l'histoire. John von Neumann disait que notre arithmétique addition-soustraction-multiplication-division reposait sur des découvertes purement aléatoires. Si nous avons trouvé autre chose de plus fort, comme par exemple la mathématique de notre propre cerveau, nous serions aujourd'hui beaucoup plus avancés".

Comment explorer mathématiquement notre cerveau ? Voilà à quoi pense le nouveau chômeur-célibataire John Lilly. Mais, tandis qu'il erre, d'amis en amis, à travers les Etats-Unis, une autre question l'obsède : comment voyager dans ses univers intérieurs sans drogue ?

Notre savant cinglé a une petite idée.

**La dernière fois que John et ses assistants ont écouté quelques-uns de leurs interminables enregistrements humano-delphiniens (Margaret Howe répétant inlassablement certains mots, salués en rythme par les cris du dauphin), tout le monde s'est aperçu qu'à force d'écouter le même mot des milliers de fois, l'oreille et le cerveau se mettent brusquement à entendre d'autres mots, des mots "alternatifs", semblant jaillir de nulle part. En quelques heures d'écoutes, John et ses assistants ont entendu plusieurs dizaines d'alternatives à l'expression "you're a good boy" - certaines ne voulant rien dire. Or, fait étrange, chaque fois que quelqu'un signalait, à voix haute, un nouveau mot alternatif qu'il venait d'entendre dans la boucle répétitive, John avait l'impression de changer d'espace intérieur, de modifier son état de conscience.**

Les ECM (états de conscience modifiée), induits par des moyens autres que la drogue, vont devenir son nouveau terrain de prédilection.

Avec le département de linguistique de l'université du Wisconsin et le gros ordinateur de Heinz von Foerster, à l'université de l'Illinois, Lilly creuse cette histoire de mots "alternatifs". Soumis à des boucles répétitives, certains étudiants entrent littéralement en transe, "sortent de leur corps", et rapportent de fantastiques voyages intérieurs. Bientôt, notre chercheur se retrouve à l'Université de Stanford, dans le labo d'Ernest Hilgard, spécialiste de l'hypnose. Quelles que soient les méthodes utilisées pour induire des ECM, les meilleurs sujets sont généralement les plus jeunes, les plus influençables ou ceux qui craignent le moins d'être "contrôlés de l'extérieur". A cinquante ans, John est un sujet exceptionnellement peu craintif. Ces voyages l'amènent au Kansas, chez un couple de vieux chercheurs amis avec qui il va tester un nouvel ECM, un véritable sport intérieur : la téléportation. Une fois hypnotisé, John semble entrer en résonance émotionnelle, depuis le fond du Middle West, avec une autre personne, une femme, qui se trouve à Los Angeles, des milliers de kilomètres plus à l'ouest.

A chaque fois il ressent exactement la même chose qu'elle (à des moments choisis aléatoirement). Lors de certaines séances, tout se passe même comme s'il voyait, de ses "yeux intérieurs", ce que cette personne voit avec ses yeux physiques !

On lui propose alors un nouveau job, comme neuropsychiatre, au centre de recherche du Spring Grove Hospital de Baltimore (c'est là que le Tchèque Stanislas Grof vient de faire son entrée

américaine). Il se trouve qu'on y applique, à titre légal tout à fait exceptionnel, un programme inattendu : LSD pour alcooliques durs... et pour John Lilly ! "Car, dit-il, je partage l'éthique expérimentale de mon vieux maître de médecine, H.C. Bazett : pas question d'expérimenter quoi que ce soit sur un cobaye humain, avant de s'être infligé le traitement à soi-même."

Sacré John ! Il subit donc le protocole complet, en principe prévu pour désintoxiquer des alcooliques inguérissables. Il suit plusieurs entretiens psychologiques poussés, d'où il ressort que notre homme manque cruellement d'amour. Au fond, toutes ces années d'introspection ne l'ont pas fondamentalement changé : il est toujours aussi sec et froid. Ses nouveaux collègues psychiatres le font donc travailler sur sa vie affective, intensément, pendant plusieurs semaines, avant de lui donner une forte dose de LSD.

Descente directe en enfer.

De sa vie entière, John Lilly ne vivra rien de plus atroce. De l'abominable indescriptible. Son expérience au Spring Grove Hospital le laisse convaincu de l'existence d'une intelligence cosmique. Quant à toutes ses années passées à étudier les dauphins, il les voit maintenant comme une "fuite des hommes".

Pourtant, sa nouvelle voie n'est pas la neuropsychiatrie. En 1969, lors d'un week-end à Big Sur, au sud de San Francisco, il découvre le mythique Institut Esalen, créé par les parapsychologues Mike Murphy et Dick Price, où enseignent les maîtres les plus réputés de l'antipsychiatrie et de la contre-culture américaine d'alors, Alan Watts, Gregory Bateson, Fritz Perls, Ida Rolf... Là, John va connaître des gens beaucoup plus expérimentés que lui, capables de rester en état de conscience modifiée (méditation, transe, hypnose...) pendant des mois ! C'est donc là, finalement, qu'il s'installe.

Les liens entre corps et esprit ne sont pas évidents. A Esalen, on les malaxe hardiment.

Dans certains ateliers, il faut se mettre à poil, au sens propre - imaginez un groupe de messieurs et de dames très chics, très intellos, qui doivent soudain se déshabiller, sans qu'on les ait prévenus ! Ça jette un froid... Mais tout le monde y passe. Et la chaleur revient, hilarante. Dans d'autres ateliers, John doit soudain se battre, physiquement. A plus de cinquante ans, une jolie peur lui noue les tripes... A chaque fois, il sent qu'un nouveau "métaprogramme négatif" (remontant généralement à son enfance) se désamorce au fond de lui.

Finalement il lance son propre atelier : "Je suis un dauphin". Au sec, puis dans l'eau, on y apprend à soutenir les autres, puis à se laisser soutenir (porté comme un enfant, ou recueilli dans une gerbe de bras, comme un fruit tombant d'un arbre). On s'y livre aussi à toutes sortes d'exercices respiratoires. Les cétacés expirent et inspirent en un seul mouvement de deux ou trois secondes à peine en tout. En respirant ainsi, un individu peut faire la planche pendant des heures. Ces exercices mettent certains sujets en état de méditation profonde - il y en a même qui "sortent de leur corps" !

Et ainsi de suite jusqu'à sa rencontre avec le soufisme. Du moins avec un certain courant soufi, remontant d'Amérique australe vers les Etats-Unis...

Le maître s'appelle Oscar Ichazo, il vit au Chili, où il enseigne des techniques de méditation très particulières - par exemple en plaçant ses différentes "consciences" dans les différentes parties de son corps.

"Dans vos oreilles, mettez l'idée de substance (par exemple l'idée que vous vous faites de votre propre substance, si c'est sur vous-même que vous désirez méditer) ; dans vos yeux, mettez alors l'idée de votre forme ; dans votre nez, placez vos possibilités (de toutes vos alternatives possibles) ; dans votre bouche, placez vos besoins ; dans votre poitrine, vos impulsions (vos énergies automatiques) ; dans votre estomac, vos processus d'assimilation ; dans votre ventre, vos processus d'élimination ; dans vos glandes génitales, mettez vos orientations fondamentales ; dans vos bras et vos cuisses, vos capacités ; dans vos genoux et vos coudes, votre charisme ; dans vos avant-bras et



vos jambes, votre idée de "ce qui a du sens" ; dans vos pieds et vos mains, enfin, placez vos objectifs".

Cela paraît compliqué. John découvre qu'il ne s'agit que d'un début ; le "bio-ordinateur humain" n'a pas fini de le fasciner. Tout de suite, John utilise la méthode pour arrêter de fumer (la substance, la forme, les possibilités, etc, sont alors strictement appliquées au désir de tabac).

Et ça marche ! Du coup, il apprend une seconde technique soufie, bien connue des derviches. Cette fois, il s'agit de méditer en écoutant une musique (le Boléro de Ravel est, paraît-il, étudié pour) : on place les notes médianes (la mélodie) dans la poitrine, les notes aigues dans la tête, les notes graves dans le ventre, et on fait le vide, ouvert au non-connu. Au bout de quelques temps, cet exercice fait naître une perception nouvelle du corps. Et le selfmetaprogrammer se pose, plus que jamais, LA question : Qui est "je" ? (avec en corollaire : En quel lieu de mon corps suis-je caché ?).

Un autre gourou de passage à Esalen, le fameux Dick Alpert, ex-psychologue d'Harvard devenu Baba Ram Dass en Inde, rappelle à Lilly l'une des réponses du maître yogi Patanjali (400 av JC) : "Qui suis-je ? Je ne suis pas celui qui voit. Je suis pas celui qui est vu." Ce que John transforme aussitôt en une autre formule, qu'il juge plus riche : "Je ne suis pas mon bio-ordinateur. Je ne suis pas son programmeur. Je ne suis pas son programme. Je ne suis pas ce qui est programmant. Je ne suis pas ce qui est programmé. Qui suis-je ?"

"O Toi qu'on n'aperçoit pas, quoique Tu Te fasses connaître, Tout le monde c'est Toi, rien d'autre que Toi n'est manifeste L'âme est cachée dans le corps, et Tu es caché dans l'âme. O Toi qui est caché dans ce qui est caché !"

Ainsi chantait, au XIIème siècle le mystique persan Aattar. John, nouvellement influencé par les Sud-Américains, se met à lire des mystiques orientaux. Sohrawardi, Ibn Arabi et Hallaj, le martyr soufi du Xème siècle, qui chantait encore alors qu'on lui avait coupé bras et jambes : "O Toi, qui m'as enivré de Ton amour, ne me rends pas à moi-même, après m'avoir ravi à moi-même..." Mais qui est "moi-même" ?

John croit discerner une issue au paradoxe apparemment insoluble du "sujet qui s'interroge sur le sujet", en proposant la démarche suivante : "Transcendons nos propres limites en programmant un ensemble ouvert de croyances fondamentalement respectueuses du non-connu". Ce qui, concrètement, signifie que notre volonté consciente doit admettre, une fois pour toutes, qu'il y a en nous-mêmes, dans le non-connu de notre nature profonde, infiniment plus fort qu'elle-même, à quoi même notre selfmetaprogrammer, notre moi conscient et inconscient, doit se soumettre. Ce qui serait en même temps une façon paradoxale d'échapper à toute croyance - puisqu'il y aurait toujours, par principe, croyance plus vaste ! Finalement, en 1970, John décide de se rendre auprès du maître soufi Oscar Ichazo, au Chili.

Le maître et le disciple sympathisent immédiatement. Le disciple a l'impression de rencontrer enfin, pour la première fois, quelqu'un qui sait exactement de quels voyages intérieurs il veut parler. Mais pour John, le démarrage est difficile. Question physique - pendant des mois, le Chilien va les soumettre à un rythme effrayant de courses dans la montagne, de chants, de prière, de méditation, d'exercices de toutes sortes. Question conjugale aussi - quand John va bien, sa compagne va mal, et vice-versa ; le malheureux passe des heures à pleurer dans sa chambre d'hôtel...

Mais venons-en tout de suite à la fameuse "Echelle du Soi", dont Oscar Ichazo va enseigner l'utilisation à ses élèves yankees. Sans doute la plus efficace des grilles d'interprétation psychospirituelle que John a connues, la meilleure cartographie globale des ECM et, du coup, le meilleur guide pour voyager dans ses univers intérieurs. Pour commencer, il faut imaginer l'état de totale neutralité émotionnelle, celui où vous êtes simplement présent au monde, attentif, la tête claire. L'état où l'on devrait se trouver en société, lorsqu'on communique avec d'autres. Lorsqu'on enseigne, lorsqu'on apprend. Selon John Lilly, c'est dans cet état et celui-là seulement, que nous pouvons rationnellement reprogrammer notre biocomputer. A cet état de conscience neutre, Oscar

Ichazo fait correspondre un point au centre d'un grand graphique, point auquel il attribue la valeur "48" (pourquoi quarante huit et pas zéro ? ne perdons pas de temps de ce côté-là, il s'agit de chiffres attribués à la conscience par le soufi Gurdjeff, en fonction d'une mathématique ontologique qui échappe à la présente enquête).

A partir de ce centre "48", partent les deux branches d'un grand S aplati et couché, la branche supérieure montant jusqu'à "plus l'infini", la branche inférieure descendant jusqu'à "moins l'infini". Qui que vous soyez, quels que soient votre degré d'évolution et votre humeur du jour, votre état intérieur se trouve forcément, à tout moment, quelque-part sur ce grand S. Nous nous promènon généralement dans les parages du "48", autour du centre de neutralité, mais presque toujours un peu décalé, soit vers le haut, soit vers le bas. Vers le haut ? Prenez quelqu'un au volant de sa voiture, quelqu'un qui conduit bien et peut se permettre de penser à autre chose, tout en conduisant d'une main sûre. L'état intérieur de cette personne se trouve alors un peu décalé vers le haut du grand S, en "+24", état dit professionnel. En "+24", on peut se mettre "en pilote automatique" pour accomplir sa tâche. Vous savez danser, ça se voit, et vous y prenez du plaisir. A l'inverse, imaginez-vous maintenant malade, nauséeux. Ou bien durement remis en cause par vos chefs. Ou abandonné par votre amour. Mais contraint de conduire, ou d'aller au travail quand même. Vous vous trouvez en "-24", état dit négatif de base, où l'on peut encore agir, mais mal, où l'on devient un danger pour les autres. Vous savez toujours danser mais, diable, quel labeur !

Passez en "+12". C'est l'extase, l'état de grâce. Vous ne dansez plus, vous êtes dansé ! La musique, littéralement, s'empare de votre corps. Vous n'êtes plus tout à fait présent sur terre... et pourtant, que le monde vous paraît beau ! Tout brille, tout resplendit. La Baraka est avec vous, vous êtes follement amoureux, en état d'amour cosmique, l'une des définitions du "+12".

Du coup, vous n'avez guère de mal à imaginer "-12". L'horreur. Plus question d'aller au travail, ni de conduire. Vous n'êtes que souffrance. Le monde vous apparaît à travers un brouillard lancinant, épouvantable. Vous doutez d'avoir jamais su danser. D'ailleurs qu'est-ce que ce mot veut dire ? Cet état porte simplement le nom d'extrême négativité.

Au-delà, les descriptions deviennent plus difficiles, dans la mesure où peu d'entre nous, me semble-t-il, y sont allés. En "+6", vous connaissez l'état du Bouddha. Votre être est réduit à un point d'intense conscience, vous voyagez à travers les univers, porté par une ineffable énergie d'amour. C'est le niveau de réalité que connaissent les fameux expériences des NDE...

Alors qu'en "-6", ce point de conscience amorce son entrée en enfer, au royaume de la solitude et de l'absurde. Quant à "+3" et "-3", les deux derniers barreaux connus de l'Echelle du Soi, ils échappent quasiment aux mots. Le Soi y est intégralement dissout : d'un côté dans l'Essence pure (c'est le Grand Satori, ce que les derviches appellent le Fanaa, l'anéantissement dans l'un) ; de l'autre côté dans l'Ego absolu, quintessence du négatif. Revenons au point de neutralité, en "48". Ici, le Soi est totalement présent ; plus on monte vers "plus l'infini", plus il cède la place à l'Essence pure ; plus on descend vers "moins l'infini", plus il est remplacé par l'Ego. Le jeu consiste à savoir se promener à sa guise tout le long de cette échelle - pour finalement s'apercevoir que le "+" et le "-" se rejoignent, ne sont que les deux faces d'une même vaste farce cosmique.

On ne peut expliquer que le début de la règle du jeu. Prenez un citoyen lambda, qui vit tranquillement sa vie, quelque-part autour de son centre de neutralité. Tout d'un coup, bim ! Sans qu'il ne comprenne pourquoi, il se casse la figure en "-24" (son amour le quitte, la maladie... etc). Comme si une trappe s'ouvrait sous ses pas et qu'il se ratatinait trois mètres plus bas. Il lui faut ensuite une énergie folle pour se rassembler, se réparer, puis remonter au niveau neutre, où l'on vit en société.

L'embêtant, c'est que la chose va se renouveler, le piège se rouvrir sous ses pas, deux, trois, dix, cent fois. On retombe à longueur de vie dans les mêmes erreurs. Jusqu'au jour où, "par miracle", au lieu de tomber inconsciemment, il parvient à rester lucide pendant le très bref instant de la chute. Alors il s'aperçoit, stupéfait, que la dalle de béton "-24", qu'il connaît bien, puisqu'il s'y est si souvent cassé

le nez, est en fait une planche, souple, un tremplin ! S'il parvient à rebondir dessus, à pieds joints, Whaaaaouh ! il remonte d'un coup, et directement en "+24" ! Lilly appelle cela "l'effet trampoline".

Ensuite, vous vous apercevez que la chute en "-24", du moins cette façon-là de vous retrouver en état négatif de base, ne vous pose plus de problème. Vous avez définitivement désamorcé un "métaprogramme négatif" de votre biocomputer, dirait John. Pour la vie !

Quand j'ai entendu John Lilly parler de cette échelle, j'ai tout de suite pensé à une petite histoire personnelle.

Je suis né et j'ai grandi au Maroc, dans un état de conscience "légèrement raciste". Pendant des années, la langue arabe, la musique arabe, l'esthétique arabe me donnaient la nausée. Cette négativité avait installé en moi une foule de "programmes" fort pénibles à vivre (par exemple, d'entendre de la musique arabe me coupait toute envie d'agir ; une sorte de léthargie infernale s'emparait de moi). Il m'a fallu attendre dix-sept ans, avant que ne s'inverse le processus. Par une belle après-midi de printemps, j'ai pris le car de Casa à Marrakech, seul Européen parmi une foule de paysans marocains, pressé entre de gros burnous, dans l'odeur de musc et de henné, les oreilles emplies de violons larmoyants, des poules et de moutons ligotés remuant sous mes pieds... Et tout d'un coup, le "miracle" s'est produit : ce qui jusque-là m'avait toujours rendu malade s'est métamorphosé en extase.

Ah, cette musique ! Oh, ces odeurs ! Ah, petite mère, ces visages ! Juste ciel, cette langue !

Je voulais que cela dure toujours.

De cet instant, le "-24 anti-arabe" a disparu de ma vie, et avec lui, chose surprenante, tout un tas d'aspects négatifs secondaires de ce que je croyais être mon caractère (le fameux "je m'ennuie" de l'enfance, par exemple), qui n'en étaient que de secrets prolongements souterrains. A la place, s'est épanoui un "+24", jamais démenti. L'Arabe en moi avait commencé à vivre - comme plus tard l'Africain, ou, lentement, le Chinois, l'Aborigène australien...

"Combien de vies nous faut-il, se demande le Yankee John Lilly en initiation au Chili, pour que tous nos manques se métamorphosent en plénitudes et que l'humanité entière naisse en nous ?"

A vrai dire, John, lui, n'en est plus à se traîner en "24". Il a déjà connu des "12", des "6" et même peut-être (il se pose la question) des "3". Vers l'infini négatif d'abord. Toujours.

Puis vers le positif. Telle serait la loi. Vertigineux rebondissements sur des trampolines cosmiques que l'on n'ose imaginer. Kalil Gibran dit simplement : "Pour connaître la joie, il faut connaître la tristesse". Avec Oscar Ichazo, John va apprendre les nuances. Votre tête peut se trouver en état neutre et votre estomac en "-24". Il y a aussi les tricheries, quand nous parvenons à nous faire croire à nous-mêmes que nous baignons dans un état où nous ne sommes jamais allés. Il faut donc savoir se rassembler à un seul niveau, approprié à ce que l'on recherche. Ainsi, pour reconnaître une piste nouvelle, un skieur doit être en état neutre où il peut le mieux se reprogrammer. Par contre, plus tard, en pleine compétition, il doit absolument se trouver en "+24", l'état professionnel. S'il passe en "+12" (amour cosmique) en plein schuss, il risque fort, sauf cas exceptionnel, de se payer un arbre. Et gare à lui s'il remonte vers le point de neutralité : il aurait l'air d'un amateur. Quant aux barrières qui nous empêchent de librement voyager dans nos univers intérieurs, c'est tout simplement ce que l'Inde appelle le karma. Brûler son karma pourrait donc vouloir dire : descendre, en toute lucidité, vers "moins l'infini", pour mieux rebondir, par "effet trampoline", vers "plus l'infini"...

Oscar Ichazo précise à ses élèves : "Sachez en tout cas que l'égo, lui, ne peut vous transporter que vers les états négatifs. Les états positifs lui sont consubstantiellement incompréhensibles, étrangers, inexistants. Voilà pourquoi ceux qui ont énormément souffert peuvent voyager extrêmement vite et loin : ils ont été radicalement nettoyés de tout ego."

Le voyageur Lilly, lui, aimerait surtout savoir comment se déplacer, à volonté, entre tous ces états. Le maître soufi prétend que ce pouvoir est accessible, Et John trouve... Voilà trois mois qu'il suit

l'enseignement d'Oscar. Physiquement, il exulte. Mais avec sa compagne, ça ne va plus du tout. Ils décident de se séparer. Elle part. Et John sombre. Beaucoup plus bas qu'il ne l'aurait cru. C'est une chute effrayante. Incompréhensible. Une irrésistible envie de se suicider monte en lui... Et soudain il comprend : il est en train de glisser vers moins l'infini sur l'échelle du soi. Il faut rester lucide, rester lucide...

"Rester rien du tout !" rit une voix en lui. Cet état terrible, il l'a déjà connu, lucidement, lors de sa descente en enfer au Spring Grove hospital de Baltimore. Son selfmetaprogrammer connaît la chanson. Il ne se laisse plus piéger. Vite, à pieds joints sur le trampoline vertigineux du niveau "-3" ! Et brusquement, sans transition, John se retrouve en "+3". Où il comprend soudain que c'est bien la première fois. Il n'est plus du tout le pauvre robot prisonnier d'un gigantesque ordinateur. Il est programmeur cosmique ! Enfin, façon de parler. Il n'est plus rien de qualifiable. A la hauteur où il plane, même le mot bonheur ne veut plus rien dire. Il pleure de joie.

Il pleurera pendant des jours.

Ensuite, il se retrouvera dans cet état pour un rien. Un oiseau sur une branche. Une femme en train de chantonner. Le bruit d'une branche dans le vent. Et hop ! Il partira. J'ignore au juste comment. Mais John, lui, comprendra pourquoi les grands sages de l'Orient avaient besoin que l'on protège leurs méditations (qui pouvaient durer des mois). Car en "+3", John n'a vraiment plus aucun rapport avec le niveau consensuel "normal" du monde social. La terre pourrait exploser, il ne s'en rendrait pas compte, souriant béatement, jusqu'au bout, dans l'indifférence infiniment paradoxale de la compassion divine. Cela dure six mois. A la fin, le diable d'homme connaît même ce que les grands initiés appellent le Nectar, l'Amrit. La Lumière d'amour se fait miel et lui coule lentement sur le crâne.

Bibliographie

<http://www.johnclilly.com/>

[http://fr.wikipedia.org/wiki/John\\_Cunningham\\_Lilly](http://fr.wikipedia.org/wiki/John_Cunningham_Lilly)