

Entre mort et méditation : la science se penche sur l'état sacré de tukdam bouddhiste

Elisa Doré

Au moment de mourir, quelques rares moines réussiraient à maintenir une forme de conscience résiduelle protégeant le corps de la décomposition. Quel fondement donner à cette croyance ?

Dans la tradition bouddhiste tibétaine, au moment de mourir, certains grands maîtres bouddhistes entraient en « tukdam », un état d'équilibre méditatif où le corps est physiquement mort, mais où la conscience persiste sous une forme rudimentaire, le préservant de la dégradation pendant des jours entiers, voire des semaines. Une douzaine de cas ont à ce jour été documentés, sans explication scientifique. Une forme de conscience peut-elle persister après le décès ? Serait-elle à l'origine de l'étonnante préservation des corps ? Si oui, peut-on la mesurer ? Pour la première fois des études sérieuses se sont penchées sur le sujet sous l'impulsion du neuroscientifique américain Richard Davidson, directeur du Centre d'Investigation Healthy Minds, à l'université du Wisconsin, à Madison. Avec son équipe, il a été autorisé à examiner certains de ces corps, dans le cadre du seul programme de recherche sur le tukdam.

Dylan Lott, anthropologue à l'université de l'Illinois, à Chicago, est l'un des scientifiques à avoir participé au projet. Il raconte la contradiction troublante ressentie lorsqu'il a découvert, pour la première fois, l'un des corps inanimés. « Absence de pouls, de mouvements respiratoires, encéphalogramme plat, quand j'ai découvert le corps, quelques jours après le décès, il n'y avait aucun doute sur l'état de mort clinique, affirme-t-il. Pourtant il n'y avait pas d'odeurs, le teint était frais, la peau encore souple, sans décoloration, et, quand nous avons défilé les liens autour de ses pieds, qui avaient été placés pour faciliter le transport du corps, les fluides corporels qui s'étaient accumulés ont circulé à nouveau. À ce moment j'étais stupéfait : il semblait que la personne dormait alors qu'elle était morte. »

« Quand j'ai découvert le corps, quelques jours après le décès, il n'y avait aucun doute sur l'état de mort clinique. Pourtant il n'y avait pas d'odeurs, le teint était frais, la peau encore souple, sans décoloration »

Dylan Lott Anthropologue à l'université de l'Illinois à Chicago

Parce qu'ils considèrent la conscience comme indissociable du cerveau, les scientifiques occidentaux ont tendance à rester hermétiques à l'idée qu'elle puisse subsister sous une forme résiduelle après la mort. Ainsi, lorsque l'activité cérébrale s'arrête, la conscience disparaît aussi. Pour certains bouddhistes tibétains et indiens, en revanche, la conscience est une entité propre. « Bien qu'ils reconnaissent les critères de mort clinique - arrêt cardiaque et respiratoire prolongé et irréversible -, ils considèrent que la personne en tukdam n'est pas encore morte, mais en train de mourir », explique Philippe Charlier, médecin légiste, archéologue-anthropologue et paléopathologiste français, coauteur d'*Autopsie des cœurs célèbres* (Tallandier, 2023).

En entrant en tukdam, la personne expérimenterait une série de visions lumineuses de couleur blanche, puis rouge et noire. Pendant ces étapes, sa conscience deviendrait de plus en plus « subtile », jusqu'à s'établir dans un autre espace sans forme et complètement vide, que certai-

nes écoles du bouddhisme appellent vacuité, d'autres « claire lumière ». Cet état est traditionnellement déterminé dans les premiers jours suivant la mort clinique et, dans les cas les plus longs, aurait perduré 16 à 17 jours sans signe de décomposition. Ce n'est que lorsque la conscience quitte le corps que l'équilibre méditatif se rompt et que le tukdam prendrait fin, laissant alors place aux processus de dégradation post mortem.

L'un des principaux objectifs du projet tukdam consiste à mieux comprendre comment les corps peuvent rester intacts. « On ne s'attendait pas à pouvoir évaluer si une forme de conscience était présente, comme l'affirme la croyance. Notre hypothèse était qu'une activité résiduelle du tronc cérébral pourrait être un facteur déterminant dans le retard de décomposition », explique Dylan Lott. Accompagné d'autres scientifiques, avec l'autorisation des autorités religieuses, l'anthropologue a pu mesurer l'activité cérébrale de treize cas de tukdam, signalés entre 2013 et 2018 dans diverses régions de l'Inde et du Tibet. Malheureusement, les analyses publiées en 2021 n'ont pas été concluantes. « Dans aucun cas de tukdam, nous n'avons réussi à enregistrer des ondes électriques cérébrales », explique le Dr Lott. Plusieurs conclusions sont alors possibles : soit les signaux sont inexistants, soit ils sont trop faibles pour être détectés.

Pourtant, plusieurs neuroscientifiques ont déjà été capables d'enregistrer des ondes électriques dans le cerveau de défunts jusqu'à trente minutes après le décès ou encore chez des personnes avant frôlé la mort lors d'une expérience de mort imminente (EMI). Les travaux d'une équipe de chercheurs belges, à Liège, s'intéressent spécifiquement aux mécanismes cérébraux sous-jacents aux expériences « mystiques » d'EMI, recueillis notamment par des patients en réanimation. Leurs découvertes ont permis de montrer qu'au moment de l'EMI, une grande onde cérébrale parcourait toute la surface du cerveau qui se trouve en situation de stress extrême, souvent dû au manque d'oxygène.

En entraînant une diminution progressive de l'activité cérébrale entre les régions frontale et occipitale, cette onde électrique pourrait court-circuiter les réseaux neuronaux et expliquer les sensations d'élevation du corps, de paix, les visions de lumière, d'un tunnel, voire les rencontres avec des entités spirituelles. Des descriptions récurrentes dans les témoignages d'EMI, qui, de manière troublante, pourraient se rapprocher de celles que font les bouddhistes du tukdam. Néanmoins, il est impossible à ce jour de savoir si des ondes de ce type se manifestent au moment où les personnes entrent dans la fameuse « claire lumière », principalement en raison d'obstacles techniques. Souvent, les scientifiques arrivent trop tard sur site, une fois que l'état de tukdam a déjà été constaté depuis quelques jours, voire lorsqu'il est déjà terminé. « L'éloignement géographique des monastères ou sont conservés les défunts et le constat tardif du tukdam ne nous ont jamais permis d'avoir accès au corps avant vingt-six heures post mortem », explique Dylan Lott.

L'autre problème est d'ordre religieux. Il n'est pas possible de perturber cet état sacré et de procéder à des prélèvements plus invasifs, tels que des échantillons de tissus ou de sang. À défaut d'avoir ce précieux matériel biologique, qui pourrait renseigner sur l'état physiologique des



L'abbé Khyungkar Tisé Gyalwa Rinpoché, du monastère de Pongen Yungdrung Dargye Ling, à Kham, au Tibet, le 6 février 2019, alors qu'il était entré dans l'état de tukdam. CHEOKORTSHANG RINPOCHE

corps, les spécialistes de la physiologie de la mort doivent se contenter d'hypothèses pour expliquer le retard constaté dans la décomposition du corps. « La décomposition et a fortiori la putréfaction peuvent s'enclencher plus tardivement si la personne a perdu beaucoup de sang, si elle était très maigre et/ou si elle ne s'était pas alimentée dans les heures précédant le décès, ou alors avec des denrées particulières (écorses, graines, champignons, etc.), car dans ce cas le système digestif "au repos" voit sa dégradation se retarder », explique Philippe Charlier. Cela peut aussi s'expliquer par la prise récente d'antibiotiques, car ces médicaments éliminent certaines bactéries impliquées dans le processus de la décomposition », ajoute-t-il. Plusieurs défunts en

« La décomposition et a fortiori la putréfaction peuvent s'enclencher plus tardivement si la personne a perdu beaucoup de sang, si elle était très maigre et/ou si elle ne s'était pas alimentée dans les heures précédant le décès, car dans ce cas le système digestif "au repos" voit sa dégradation se retarder »

Philippe Charlier Médecin légiste

état de tukdam sont d'ailleurs décédés à l'hôpital avant d'être transportés dans un monastère et pourraient donc avoir été polymédicamentés.

Après dix ans de recherche, le phénomène de tukdam demeure à ce jour une énigme pour la science occidentale. L'un des grands mystères concerne la rémanence d'une chaleur thermique au niveau du cœur du défunt, interprétée comme le foyer de la « conscience subtile ». « Ce qui est troublant, c'est que plusieurs médecins tibétains, mais aussi occidentaux ont rapporté avoir senti cette chaleur alors que les analyses thermiques du cœur et de la peau ne concordent pas : cette zone est aussi froide que celle de tout cadavre ordinaire », raconte Dylan Lott. ■

N°3 NOUVEAU

LES MOTS FLÉCHÉS

de Julien Maurel

100 pages + solutions

6 € 90

LES MOTS FLÉCHÉS DE JULIEN MAUREL

EN VENTE ACTUELLEMENT chez tous les marchands de journaux et sur www.figarostore.fr