

Université de Montréal

Éléments psychologiques de l'expérience mystique  
(réflexion et états des études empiriques et phénoménologiques)



par  
Louis Bourbonnais  
(Tout droits réservés)

Travail effectué dans le cadre du cours PSY-3046 (psychologie de la conscience)  
Remis à M. Alain Morin, Ph.D.

Département de psychologie  
hiver 2000

<p><b>EXPÉRIENCE MYSTIQUE, PANORAMA D'UN MODE DE CONSCIENCE.</b></p>
--

C'est ainsi qu'il en a été de mon esprit : le premier feu n'étoit qu'une semence ; mais non pas une lumière permanente.

... C'est de cette lumière que j'ai reçu mes connoissances, ma volonté, et mon impulsion.

Böhme

1. INTRODUCTION.....	3
2. PRÉCAUTIONS.....	5
(A) <i>Expérience mystique et paranormal</i> .....	5
(B) <i>Expérience mystique et pensée nouvel-âge</i> .....	6
3. CERNER LE PHÉNOMÈNE.....	7
(A) <i>Développement de l'échelle-M</i> .....	7
(B) <i>Spécificité de l'expérience</i> .....	9
(C) <i>Effets sur l'individu</i> .....	13
4. NATURE DU PHÉNOMÈNE ?.....	16
(A) <i>Processus mécaniques et capacités cérébrales</i> .....	16
(B) <i>Réflexions phénoménologiques : mystique, conscience et ses possibilités</i> .....	18
5. CONCLUSION.....	23
6. BIBLIOGRAPHIE.....	25
7. ANNEXES.....	27
<i>Annexe 1 : Échelle-M</i> .....	i
<i>Annexe 2 : Tableau comparatif des facteurs</i> .....	ii

Dans cette lumière mon esprit aussitôt a vu au travers de toutes choses, et a reconnu dans toutes les créatures, dans les plantes et dans l'herbe, ce qu'est Dieu, et comment il est, et ce que c'est que sa volonté. Et aussi à l'instant, dans cette lumière, ma volonté s'est porté, par une grande impulsion, à décrire l'être de Dieu.

Mais comme je ne pus pas aussitôt pénétrer le profond *engendrement* de Dieu dans son essence, ni le saisir dans ma raison, il s'est bien passé douze années avant que la vraie intelligence m'en fût donnée.

Böhme

## 1. INTRODUCTION.

Mysticisme... le terme fait frissonner bien des psychologues. L'obsession d'écarter tout ce qui *semble* se rapprocher de l'étude de la conscience est doublée ici de la peur – propre aux psychologues dans le domaine des sciences humaines – de s'approcher du domaine religieux. Heureusement, depuis quelques années, la psychologie s'ouvre progressivement à ces domaines d'études. La religion est un secteur d'activité et de développement de l'être humain qui ne peut être négligé par la psychologie. Toute expérience humaine est forcément interprétée et analysée par l'ensemble de la structure psychologique de la personne ; ceci reste vrai pour l'expérience mystique et, en cela, l'étude psychologique du mysticisme est justifiée.

Les premiers philosophes de la psychologie du mysticisme (James 1902<sup>1</sup>, Otto 1917, Bergson 1932 et Jung 1943) ont tous accordé de l'importance au pouvoir de *transformation* individuel et collectif que semble permettre l'expérience mystique authentique. La transformation doit donc être observable d'une quelconque façon puisqu'elle a des répercussions «collectives» ; et qui dit «observable» dit aussi «objet d'étude scientifique». L'étude du mysticisme s'est vu fortement encouragée lors du mouvement «anti-psychiatrique» des années 70 qui proposait une réévaluation d'états jusqu'alors considérés *a priori* comme « pathologiques » (Laing et Szasz *in* Hood, 1976). Mieux comprendre cette expérience particulière ne porte pas atteinte au sens profond que les gens lui attribuent et permettra une action plus éclairée lorsqu'elle se présente en contexte clinique.

---

<sup>1</sup> William James, *The Varieties of Religious Experience*. Parution originale en 1902.

L'expérience mystique est une façon de percevoir et de prendre conscience du monde et de soi d'un point de vue fondamentalement différent. L'information recueillie est particulièrement sensible et douée d'une valeur ontologique, ses éléments sont essentiellement numineux et porteurs de transcendance<sup>2</sup>. L'expérience n'est pas d'une extrême rareté, les résultats aux sondages varient beaucoup, mais sont toujours supérieurs à 25% (Hood *et al.* 1996). Le «grand mystique» est beaucoup plus rare, probablement comme l'est le génie musical, littéraire, scientifique, etc.

Si un physicien comme Basarab Nicolescu n'hésite pas à se servir de Jacob Böhme pour illustrer un sens à la dynamique du monde (il en va de même pour plusieurs scientifiques), c'est que les données du mysticisme ne sont pas des fabulations déformant la réalité, mais plutôt une façon de la regarder, de l'interpréter et d'en dégager un sens. Sans porter de jugements sur la valeur de ces connaissances, on peut en étudier l'émergence au même titre qu'une production artistique. Seulement, l'expérience mystique se dégage en cela de la simple production artistique par le fait qu'elle peut nous donner accès à des données immédiates sur la conscience humaine. Forman (1998) en parle comme d'un « microscope » sur la conscience.

Trois grandes attitudes scientifiques transparaissent à travers la littérature (Hood, Spilka, Hunsberger & Gorsuch, 1996): (1) le mysticisme comme une attribution erronée<sup>3</sup>; (2) le mysticisme comme un état de conscience<sup>4</sup> (*heightened awareness*) et (3) le mysticisme comme une conscience évoluée<sup>5</sup>.

Après cette brève introduction à l'étude scientifique du mysticisme, nous énoncerons quelques mises en garde nécessaires à un premier discernement. Ensuite – premier volet important – nous ferons un survol des données empiriques sur le sujet, ce qui nous permettra de situer l'expérience mystique. Le deuxième volet d'importance traitera des recherches et réflexions sur le support neuro-cognitif et phénoménologique du mysticisme. Nous en profiterons pour critiquer les interprétations régressives de l'expérience mystique à l'aide de ces deux approches.

---

<sup>2</sup> L'ouvrage d'Otto (1917) est une excellente introduction au « ressenti » du mystique. Nous ne l'aborderons pas faute de temps et parce que l'accent sera mis au cours de ce travail sur les résultats empiriques et scientifiques. La phénoménologie d'Otto est marquante pour toutes les études subséquentes ainsi que pour la compréhension de la richesse du pur sentiment sacré, le numineux, situer par-delà le rationnel.

<sup>3</sup> Freud en est un exemple. Une approche côtoyant les interprétations régressives et d'une nature « pathologique ».

<sup>4</sup> Typique de William James.

Celui dont les penses, comme des alouettes,  
Vers les cieux le matin prennent un libre essor,  
- Qui plane sur la vie, et comprend sans effort  
Le langage des fleurs et des choses muettes !

Baudelaire – élévation

## 2. PRÉCAUTIONS.

2-A : *EXPERIENCE MYSTIQUE ET PARANORMALE*. Il convient de bien distinguer l'expérience mystique du domaine paranormal. L'étude scientifique des phénomènes paranormaux est le secteur d'activité de la parapsychologie. L'expérience mystique ne requiert pas de phénomènes paranormaux : il peut y avoir expérience mystique sans que la clairvoyance, télépathie, télékinésie, lévitation, poltergeist, ou autres n'entrent en jeu. La majorité des expériences mystiques se déroulent hors d'un contexte paranormal ; il s'agit davantage d'une expérience interne qui façonne la personnalité ou l'individualité et c'est à ce titre que l'expérience mystique sort de l'ordinaire.

Dean I. Radin (1997), dans un excellent ouvrage sur la parapsychologie, définit le mysticisme comme suit :

*“Mystical refers to the direct perception of reality ; knowledge derived directly rather than indirectly. [...] it is a systematic method of exploring the nature of the world. [...] mysticism concentrates on the inner, subjective phenomena. It is interesting that numerous scientists, scholars and sages over the years have revealed deep underlying similarities between the goals, practices, and findings of sciences and mysticism. Some of the famous scientists wrote in terms that are practically indistinguishable from the writings of mystics.”* (Radin, 1997)

Cependant, auprès du grand public, une expérience paranormale pourrait bien être décrite comme étant « mystique » (et vice versa) simplement parce qu'elle sort de l'ordinaire.

---

<sup>5</sup> Évolution dans un sens global de l'espèce (Bergson), ou au sens du développement de l'individu (Jung, Bergson)

Les grands mystiques disent tous que les manifestations paranormales, hallucinations, ou autres ne font pas partie de l'expérience mystique authentique<sup>6</sup>. Le sentiment numineux et le sens du transcendant n'ont pas besoin d'autre chose que d'être « ressentis ». Des événements paranormaux peuvent accompagner l'expérience mystique mais ne doivent pas être considérés comme le cœur, ce sont « des accidents de parcours ».

Thalbourne et Delin (1994) ont mis en évidence un facteur reliant la créativité, les expériences mystiques, les rapports de phénomènes paranormaux et la psychopathologie : il s'agit du concept de *transliminality*, qui rend compte d'une certaine fluidité des limites et frontières de toutes sortes au niveau psychologique. Son explication théorique parle d'une facilité pour les contenus préconscients ou conscients de passer le seuil de la conscience (*awareness*). Nous reverrons à quelques reprises ce concept au cours de notre exploration.

*2-B : EXPERIENCE MYSTIQUE ET PENSEE NOUVEL-AGE.* Cette section est présente simplement pour attirer l'attention sur le fait qu'on rencontre aujourd'hui un vocabulaire courant rappelant largement les expériences mystiques. Seulement, il est primordial de faire la différence entre un individu utilisant le vocabulaire d'unité et de transcendance et un individu ayant vécu une expérience mystique. Je ne dis pas que l'un est un imposteur ; mais qu'il s'agit d'une philosophie de vie et non pas d'une expérience.

---

<sup>6</sup> Cliniquement, ce ne sont pas nécessairement des indicateurs pathologiques ; voir Lukoff (1985) ainsi que le DSM-IV. Pour les hallucinations : voir Hood (1976).

Dans cette vie, l'intellect humain, par sa connaturalité et affinité avec la substance intellectuelle séparée, quand il s'élève, s'élève tant, qu'à son retour la mémoire lui manque, du fait d'avoir transcendé l'état humain.

Dante, lettre à Can Grande

### **3. CERNER LE PHENOMENE.**

Commençons notre analyse par une quête de données empiriques sur le sujet. Le phénomène n'étant pas très connu, il nous sera utile de se familiariser avec ses manifestations avant de tenter d'en tirer substance ou explications. Le premier volet de l'exploration cherche donc à identifier en quoi l'expérience mystique se distingue ou se rapproche d'autres états de conscience, modes de compréhension du monde, de perceptions, etc.

Nous commencerons par étudier l'échelle de rapports d'expériences mystiques de Hood (1975) : l'échelle-M, qui a été étudiée et testée à maintes reprises (Caird, 1988 ; Reinert et Stifler, 1993) . Cette étude nous sera de deux utilités majeures : (1) l'étude de la construction d'un outil psychométrique nous permettra de voir le phénomène sous des aspects fortement opérationnalisés ; et (2) comprendre l'échelle-M ne peut que clarifier les résultats des multiples études qui l'ont utilisée subséquentement.

Nous poursuivrons en abordant les études empiriques qui visent directement à mettre en évidence la spécificité de l'expérience mystique, notamment en la distinguant d'une crise psychotique. Nous clôturerons cette section en relevant les aspects plus individuels de l'expérience mystique (créativité, actualisation de soi, bien-être, etc.).

*3-A : DEVELOPPEMENT DE L'ECHELLE-M.* Hood (1975) se base sur l'œuvre de Stace qui conceptualise la phénoménologie du mysticisme en termes concrets selon 8 catégories distinctes<sup>7</sup> :

---

<sup>7</sup> Hood en laisse tomber une seule : la brièveté de l'expérience. Non seulement elle ne semblait pas permettre de distinction au cours des études préliminaires, mais on verra que la brièveté de l'expérience est bien relative (voir 4-B et Forman 1998). L'échelle-M de Hood (1975) est donnée en annexe 1.

- (1) *ego* : perte du sens de soi tout en maintenant la conscience<sup>8</sup>. On le rencontre souvent sous la forme d'une « absorption » du soi dans quelque chose de plus grand.
- (2) *Qualité unifiante*: expérience d'un sentiment profond d'unité à travers la multiplicité des objets perçus.
- (3) *Subjectivité interne des choses* : perception d'une subjectivité intérieure aux choses, même celles habituellement perçues comme de pures formes matérielles.
- (4) *Altération qualitative de perception spatio-temporelle* : l'expérience se situe hors du temps et de l'espace.
- (5) *Qualité noétique* : l'expérience est une source de connaissance. Une expérience non-rationnelle, intuitive, « insightful », qui n'est pourtant pas perçue comme uniquement subjective.
- (6) *Caractère ineffable* : impossibilité d'exprimer l'expérience en langage conventionnel. L'impossibilité provient de la nature de l'expérience et non pas des capacités linguistiques de la personne.
- (7) *Affects positifs* : l'expérience est accompagnée d'une qualité subjective positive.
- (8) *Qualité religieuse* : l'expérience est dotée d'un caractère intrinsèque sacré. Sens du Mystère, de la crainte (au sens de frayeur sacrée – voir Otto, 1917), de la révérence, etc.

Hood (1975, suivant la phénoménologie de Stace) considère que l'expérience mystique est universelle et essentiellement identique d'un point de vue phénoménologique mis à part des divergences d'interprétation. Aussi, les « catégories » sont des éléments souples qui donnent davantage un portrait-type de famille d'expériences plutôt qu'une « symptomatique » devant être présente. L'échelle finale comporte 32 questions, 4 par catégories dont 2 positives et 2 négatives.

Déjà on remarque que les 8 catégories indiquent une expérience particulière au niveau de la perception du monde environnant et de sa construction. Sans nécessairement ajouter ou retrancher aux perceptions « normales », l'expérience mystique semble leur donner une portée ontologique signifiante, intense et dynamique.

Si plusieurs s'entendent pour accorder une valeur intéressante à l'échelle-M (Hood 1975, Caird 1988, Reinfert et Stifler 1993), l'identification des facteurs internes ne

---

<sup>8</sup> On reviendra plus tard sur cet aspect fondamental et particulier de la conscience en expérience mystique, surtout sur le « problème » de la conscience sans objet (voir 4-B).



fait pas consensus<sup>9</sup>. Les analyses factorielles effectuées par Hood (1975) font ressortir deux facteurs: un premier concernant l'expérience générale et un second touchant l'interprétation religieuse. Dans une étude subséquente, Caird (1988) reproduit sensiblement les résultats de Hood (1975) pour une analyse à 2 facteurs mais il met en évidence l'existence d'une structure à 3 facteurs. Il s'agit essentiellement d'une division du 2<sup>e</sup> facteur (interprétatif) de Hood (1975) mettant d'un côté le contexte noétique et de l'autre la religiosité. Reinert et Stifler (1993) reprennent l'analyse en utilisant non plus une population étudiante, mais une population adulte<sup>10</sup> (moyenne de 43 ans) prise en milieux différents, ce qui devrait faire varier les résultats à l'échelle-M, donnant ainsi de meilleures chances d'évaluer les facteurs influents. Ils arrivent au même résultat que Caird (1988) pour l'analyse à 2 facteurs, et à un résultat comparable (si ce n'est de la catégorie « ineffabilité ») pour les 3 facteurs (1<sup>er</sup>: catégorie unitaire d'expérience mystique; 2<sup>ème</sup>: interprétation noétique/ineffable, 3<sup>ème</sup>: interprétation religieuse).

L'expérience mystique est donc colorée par un état de perception particulier de soi et du monde (facteur 1) ainsi que par la capacité de compréhension et d'intégration de cette expérience (orienté par les facteurs 2 et 3). Le premier facteur traduit une perception transcendante unifiante du monde, le deuxième (et/ou troisième) facteur indique un aspect de l'expérience qui s'apparente à une « compréhension numineuse » de l'expérience vécue, que celle-ci soit comprise comme une présence et une proximité du sacré, et/ou comme une source ontologique de connaissance.

*3-B: SPECIFICITE DE L'EXPERIENCE.* Nous venons de voir divers éléments qui peuvent être constitutifs d'une expérience mystique. Seulement, on peut toujours se demander si cet état de conscience existe bel et bien. En effet, plusieurs des « catégories » illustrées à la section précédente peuvent aussi se retrouver chez des psychotiques, ou sous l'effet de drogues... L'étude de Reinert et Stifler (1993) n'a d'ailleurs montré aucune différence significative à l'échelle-M entre le groupe « contemplatifs » et le groupe « psychotiques ». Avant de pouvoir tirer des conclusions, il nous faut encore explorer les

---

<sup>9</sup> Voir l'annexe 2 pour un tableau illustrant les facteurs résultants des diverses analyses factorielles.

<sup>10</sup> Un groupe de religieux contemplatif venant de monastères chrétiens, bouddhistes et hindoues, un groupe de psychotiques hospitalisés dont les hallucinations, obsessions, etc. sont reliés au domaine religieux et un groupe de gens « normaux » sélectionné sans symptômes psychotiques ni pratiques religieuses sortant de l'ordinaire.

données empiriques à la recherche d'indices qui marqueraient la spécificité de l'expérience mystique par rapport à d'autres états non-ordinaires de conscience.

Buckley (1981) réalise une étude herméneutique regroupant plusieurs rapports de mystiques et de schizophrènes sur leurs expériences. Il remarque évidemment que l'impression noétique, le sentiment de perception profonde des choses, la communication avec le divin et l'exaltation sont des éléments communs au mystique et à certaines crises psychotiques. Les perturbations de pensées (*disruption of thought*) rencontrées chez les patients psychotiques *ne sont pas* une composante du récit des mystiques. Une analyse informatique des contenus lexicaux de rapports d'expériences d'extases mystiques, de drogues hallucinogènes, de schizophrènes et de rapports d'expériences importantes au niveau personnel (Oxman, Rosenberg, Schnurr, Tucker & Gala, 1988) indique que le contenu subjectif de ces expériences semble être plus différencié qu'il ne le semble a priori. En effet, 84% des échantillons ont été correctement classés dans leurs catégories par cette méthode linguistique.

Conséquemment, si une part de l'expérience mystique rejoint certains autres états non-ordinaires de conscience (hallucinogène, schizophrénie, crise psychotique) au point de vue des effets « extérieurs », ces études (Buckley, 1981 ; Oxman et al. 1988) tendent à montrer que les expériences mystiques ne sont pas reçues, comprises et intégrées de la même façon. Mais alors, s'agit-il là simplement d'un psychotique qui « vit bien » son problème ? L'excellente recherche de Stifler, Greer, Sneck et Dovenmuehle (1993) nous permet de mieux cerner les différences empiriques entre l'individu vivant une expérience mystique de celui en expérience psychotique.

Stifler et ses collaborateurs (1993) ont formé un groupe de 30 patients psychotiques hospitalisés<sup>11</sup> avec troubles ou illusions religieuses auxquels ils ont fait passer non seulement l'échelle-M, mais aussi une évaluation du « besoin d'emprise du soi<sup>12</sup> » (EGO) ainsi que le « Narcissistic Personality Inventory<sup>13</sup> » (NPI). La même batterie de tests a été administrée à 30 religieux (hommes et femmes) contemplatifs de diverses traditions, ainsi qu'à un troisième groupe de fonctionnaires, servant de groupe témoin (30 également). Résumons brièvement les résultats :

---

<sup>11</sup> répondant aux critères DSM-IIIr de troubles psychotiques (« psychotic disorders »).

<sup>12</sup> Knoblauch's Ego Grasping Orientation (EGO scale, 1985). L'échelle mesure le besoin intense de contrôler son environnement et soi-même ainsi que de maintenir bien distincte les dualités de la vie. Knoblauch et Falconer, en 1986, ont démontré que l'EGO était négativement corrélé avec une évaluation de bien-être général (Stifler et al. 1993).

<sup>13</sup> Raskin & Hall's Narcissistic Personality Inventory, 1979 (Stifler et al. 1993)

À l'échelle-M : les mystiques et psychotiques ne se distinguent pas entre eux, mais sont différents du groupe normal.

À l'EGO et au NPI : les mystiques et les normaux ne se distinguent pas entre eux, mais le groupe de psychotiques est clairement différent. Cet écart est particulièrement important aux résultats de l'EGO.

Ces résultats nous permettent de conclure premièrement qu'il existe une **différence fondamentale** au niveau de la maturité et de la structure de personnalité des psychotiques par rapport aux contemplatifs (mystiques), ces derniers étant « normaux » (Stifler *et al.* 1993). L'énorme écart à l'EGO entre les psychotiques et les mystiques suggère que ces derniers ont effectivement une approche plus souple, « fluide », du monde ainsi qu'une bonne capacité d'intégration. Ces conclusions sont appuyées par Hood (1975) qui trouve une corrélation entre l'expérience mystique et « l'ouverture aux expériences »<sup>14</sup>, ainsi que par Thalbourne et Delin (1994) avec le concept de *transliminality*<sup>15</sup>. De plus, on peut raisonnablement conclure que les sujets à l'expérience mystique authentique n'ont pas de lacune au niveau du bien-être psychologique, puisque celui-ci est négativement corrélé avec le score à l'EGO (Knoblauch et Faulkner, *in* Stifler *et al.* 1993).

Deuxièmement, on doit réaliser ce qu'implique le manque de discrimination entre les psychotiques et les mystiques à l'évaluation de leurs expériences. Ceci nous montre l'importance d'une bonne méthode clinique d'évaluation afin d'éviter que des gens vivant ces expériences ne soient « persécutés » par les systèmes de santé mentale (Stifler *et al.* 1993). Même si les analyses approfondies déjà mentionnées (Buckley 1981, Oxman *et al.* 1988) montrent que l'on peut raisonnablement bien distinguer l'expérience mystique parmi d'autres ; il reste qu'un contexte clinique ne permet pas, bien souvent, l'administration de ces profondes analyses. Les méthodes discriminantes développées par Stifler et ses collaborateurs semblent être les plus intéressantes pour le moment<sup>16</sup>. D'ailleurs, en guise d'illustration, notons que Stifler et ses collaborateurs (1993) ont ensuite procédé à l'aveugle pour une catégorisation des participants suivant leurs

---

<sup>14</sup> Variation de « *l'ego permissiveness* », qui, dans sa théorisation original se voulait un indice de la facilité à utiliser les potentialités préconscientes et inconscientes. Hood (1975) l'utilise comme mesure d'ouverture aux expériences particulières en n'utilisant que les échelles suivantes : peak experience, dissociated experiences, openness to inner experience, belief in the supernatural, intrinsic arousal.

<sup>15</sup> Dont nous avons parlé dans la section 2-A et dont l'idée se retrouve sous une autre forme dans les théories synesthésiques abordés en 4-A.

résultats à l'aide de fonctions particulières. Le taux de classement juste est impressionnant (au-delà de 90% dans certains cas). Sur les quelques erreurs survenues dans la situation de classement la plus complexe, une entrevue *a posteriori* a montrée que « l'erreur » n'en était pas une dans bien de ces cas. C'est-à-dire que les erreurs avaient en fait été commises lors de la constitution initiale des groupes. Le facteur discriminant a permis de les détecter par delà l'ignorance des chercheurs eux-mêmes, pour le plus grand bien d'un mystique un peu excentrique qui s'est vu accorder son congé de l'institution psychiatrique !

Nous disons donc que l'expérience mystique se distingue fondamentalement d'un état psychotique, malgré les similarités apparentes occasionnelles. Le travail du professionnel clinique est alors de faire la distinction entre une expérience mystique mal intégrée<sup>17</sup> et une crise psychotique avec thématique religieuse. Lukoff (1985) réalise une étude en ce sens et propose une grille de type « DSM » qui inclut un critère de *l'absence de désorganisation conceptuelle*. En effet, les blocages de pensée, désordres du langage ou autres désordres cognitifs présents chez les schizophrènes et victimes de crises psychotiques sont absents chez l'individu vivant une expérience mystique. Évidemment, l'élément ineffable qui rend l'expérience difficilement communicable n'ampute pas la capacité cognitive et l'habileté linguistique de l'individu. Les autres critères mis de l'avant par Lukoff (1985) se rapportent à des aspects de la prise de conscience du monde, notamment le sentiment d'acquérir de nouvelles connaissances, des altérations de perceptions et un état extatique (éléments en accord avec la littérature scientifique du domaine). L'approche clinique de Lukoff (1985) est complète et fort intéressante, mais contentons nous pour l'instant des quelques éléments déjà soulignés, le lecteur intéressé pourra y retourner.

Perceptions et sentiments semblent toujours être traitée d'une façon particulièrement signifiante par la « conscience mystique ». Non seulement la façon de construire le monde apparaît être transformée, mais les informations mêmes que l'on en tire semblent prendre une qualité différente. De quelle nature est ce nouvel éclairage ? Pour être en mesure de fournir des pistes de réponses, il nous faut d'abord poursuivre l'exploration. Nous avons donc (1) présenté des aspects de l'expérience mystique et (2)

---

<sup>16</sup> Nous verrons en 3-C un modèle de type DSM (Lukoff, 1985) qui, combiné à ces méthodes de discrimination psychométrique devrait constituer une excellente piste de discernement.

<sup>17</sup> Le professionnel clinique ne verra pas souvent de cas où l'expérience est bien intégrée; à moins que l'individu ne soit contraint d'aller consulter.

montré la différence d'avec les états psychotiques. Reste à voir les effets de l'expérience sur l'individu. Que le mysticisme soit un état de conscience ou un aspect de la conscience, il en fait bel et bien partie. La fonction de la conscience est de prendre en compte le monde, l'individu, et de participer à la *construction* de l'un et de l'autre. Les catégories phénoménologiques développées par Hood (1975) suivant Stace<sup>18</sup> nous permettent d'avoir une idée de l'effet d'une telle expérience sur l'individu. Suivons ces pistes et vérifions si des résultats empiriques peuvent les appuyer. Que l'on soit matérialiste ou spiritualiste, on s'accordera pour dire qu'une telle expérience ne doit pas exister simplement pour elle-même.

Les vrais mystiques s'ouvrent simplement au flot qui les envahit. Sûr d'eux-mêmes, parce qu'ils sentent en eux quelques chose de meilleur qu'eux, ils se révèlent grands hommes d'actions, à la surprise de ceux pour qui le mysticisme n'est que vision, transport, extase.

Bergson

3-C : *EFFETS SUR L'INDIVIDU*. On soulève ici une question plus problématique qu'elle n'y paraît *a priori*. Doit-on parler des effets de l'expérience sur l'individu ou des caractéristiques de l'individu vivant un « état mystique » ? Est-ce une expérience qui arrive accidentellement et qui a de profondes répercussions sur la personne ? L'expérience est-elle déterminée par certaines caractéristiques particulières de l'individu qui permettraient son émergence ? Comme dans bien des situations en psychologie, la réponse se situe probablement au cœur de l'interaction dynamique de ces deux approches. Des variables personnelles viendront certainement influencer l'intégration de l'expérience et la capacité d'en tirer un sens. Bien entendu, l'expérience mystique est toujours porteuse d'un sens profond, mais certains mystiques (les « grands » mystiques) semblent en tirer un sens « plus profond » que d'autres. Ils ont aussi réussi à mieux exprimer ou transmettre le résultat de leurs expériences<sup>19</sup>. Tous les scientifiques, artistes

---

<sup>18</sup> Qui s'inspire lui-même de Rudolf Otto et de son ouvrage sur la phénoménologie du sacré (« Le sacré »).

<sup>19</sup> Dans la mesure du possible pour une expérience ineffable... Ceux-ci ont eu une influence marquante sur les développements de la théologie (pensons à St-Paul ou St-Jean), de la philosophie (Jakob Böhme marque profondément toute la philosophie germanique), du cheminement de l'être humain et de ses conflits intérieurs (Böhme, St-Jean de la Croix, Eckart, les mouvements néo-platoniciens, les Mystères antiques, etc.). L'influence sur l'art ne peut être négligée non plus.

ou écrivains n'ont pas marqué le monde ; il en va de même pour les mystiques. Poursuivre l'étude du rayonnement des grands mystique n'est malheureusement pas possible dans le cadre de ce travail ; nous nous concentrerons sur les études « de terrain ».

Si l'on peut intuitivement croire que la nouvelle façon de percevoir le monde en expérience mystique doit permettre une certaine créativité, Cowling (1985) le vérifie empiriquement. Cowling (1985) trouve une corrélation de 33,3% ( $p < 0,01$ ) entre le résultat à l'échelle-M (facteur 1) et une évaluation de créativité. Aussi, la combinaison du score à l'échelle-M et à une évaluation de différenciation<sup>20</sup> explique en plus grande proportion la créativité que l'un ou l'autre score prit individuellement. Ce qui laisse supposer que l'individu à la fois capable de diviser, de complexifier sa perception du monde ET de percevoir une unité transcendante est favorisé côté créativité. Rien de bien extraordinaire : si la perception et la construction du monde prend plusieurs formes, l'innovation a plus de chance de voir le jour, surtout si la créativité est définie comme une façon innovatrice de voir le monde (Cowling, 1985). Les résultats de l'étude sont statistiquement significatifs, mais pas très impressionnants. N'y passons donc pas plus de temps.

Beaucoup plus significatives sont les études en lien avec l'actualisation de soi, et c'est probablement là ce qui distingue le plus le mystique du psychotique, peut être même de l'individu « normal ».

L'expérience mystique est reliée au bien-être psychologique (Greeley, 1975 ; Hay & Morisy, 1978 ; Mathes *et al.* 1982 ; Stifler *et al.* 1993). Comme énoncé plus haut, le sens de causalité – s'il en est un – est difficile à déterminer. Les preuves existent dans les deux sens : (1) les gens plus enclins au « peaks experiences<sup>21</sup> », rapportent des expériences de bonheurs intenses, mais rapportent encore plus d'expérience cognitive de transcendance ou de nature mystique (Mathes *et al.* 1982). (2) Certaines crises mystiques laissent l'individu dans un meilleur état psychologique qu'initialement (Lukoff, 1985). Dans le premier cas, l'expérience mystique serait donc signe d'un certain « accomplissement psychologique » (nous y reviendrons dans la section 4), alors que dans le second, elle est essentiellement curative.

---

<sup>20</sup> Differentiation is the characteristic of increasing complexity, diversity and heterogeneity (Witkin *et al.* 1977 in Cowling, 1985)

<sup>21</sup> Selon Maslow, il s'agit là du signe révélateur d'une excellente santé psychologique et d'une actualisation de soi. (voir Hood, 1975).

Selon Hood (1977b), les situations qui marquent les limites de la vie quotidienne ont plus de chances de servir de déclencheurs à une expérience mystique. Là encore, rien n'est absolu : de célèbres expériences mystiques ont été déclenchées dans des situations « banales », ne pensons qu'à Jacob Böhme qui nous dit que sa première illumination fait suite à la contemplation d'un vase en cuivre sur le bord de sa fenêtre, ou encore à ces gens qui la recherche par la méditation orientale. Mais acceptons l'idée que dans la majorité des cas, une expérience d'un certain niveau d'activité est nécessaire pour déclencher l'épisode mystique. Remarquons que Hood ne parle pas uniquement de « stress » mais bien de « limites de la vie quotidienne » ; encore une fois on pointe vers l'idée de redéfinir les « limites », de mettre en question celles que nous croyions connaître. Repensons à l'idée de *transliminality* (Thalbourne *et al.* 1985) et d'ouverture aux expériences (*in* Hood, 1975) : l'expérience limite pourrait « forcer » l'individu vers l'habileté que décrit ces deux concepts. L'expérience limite, forçant un abaissement des barrières habituelles, pourrait avoir des répercussions semblables sur la psyché.

L'étude des déclencheurs se révèle être très riche : d'abord on peut voir une corrélation significative entre l'actualisation de soi<sup>22</sup> et le rapport d'expérience mystique (Hood, 1977a). Les gens ayant atteint un haut niveau d'actualisation utilisent des facteurs autres que le contexte typique religieux pour déclencher les expériences mystiques, ce qui explique une corrélation significative avec le facteur 1 de l'échelle-M. Ces résultats sont congruents avec le concept de Maslow, qui postule qu'un être fortement actualisé aura une propension à s'élever au-delà des contraintes culturelles (Hood, 1977a).

---

<sup>22</sup> Mesurée avec le *Personal Orientation Inventory (POI)* de Shostrom (1974).

Comme de longs échos qui de loin se confondent  
Dans une ténébreuse et profonde unité,  
Vaste comme la nuit et comme la clarté,  
Les parfums, les couleurs et les sons se répondent.

Baudelaire – correspondances

#### **4. NATURE DU PHÉNOMÈNE ?**

Après avoir complété un tour de quelques aspects empiriques de l'expérience mystique, il convient de pousser notre exploration. Peut-on trouver un support physiologique et cognitif aux aspects de l'expérience mystique (unification, caractère ineffable, qualité noétique, etc.) ? Plus important encore: que nous apprend cette expérience sur la conscience? Notre interrogation portera donc sur (A) les capacités cérébrales et (B) les possibilités de la conscience.

Une réflexion parallèle suivra le cours de ces 2 volets. La majorité des chercheurs dans le domaine de l'expérience mystique lutte aujourd'hui contre les explications « régressives » que les débuts de la psychologie moderne lui ont attribuée, notamment par Freud, Prince, Savage et certains behavioristes radicaux (Hood, 1976 ; Hunt, 1984-85). Ces interprétations « simplifiantes » ne tiennent pas compte de plusieurs phénomènes et nous soulignerons au long de cette section les éléments importants de cette critique à mesure qu'ils se présenteront. Nous verrons donc une critique des interprétations régressives basée sur des données neuro-cognitives (Hunt, 1984-1985) ainsi que sur l'analyse des données phénoménologiques (Hood, 1976).

*4-A : PROCESSUS MÉCANIQUES ET CAPACITÉS CÉRÉBRALES.* Hunt (1984) situe sa réflexion au cœur du débat et veut démontrer que l'expérience mystique n'est pas tant « régressive » que résultant d'une émergence cognitive (au même titre que le développement chez Piaget). Son approche s'appuie grandement sur des processus neuro-cognitifs, voire neurologiques, et vise à expliquer l'expérience mystique par un processus de



synesthésie<sup>23</sup>. Hunt (1985) considère le mysticisme comme une manifestation d'opérations sémantiques ordinairement inaccessibles à la conscience. Il est courant en psychologie, selon Hunt, d'interpréter la synesthésie comme une régression à un niveau primordial de connaissance amodale, presque pré-perceptuelle, qu'il nomme également la racine primitive phylogénétique des sens<sup>24</sup>. L'expérience mystique, selon certains, serait une réactivation, un retour à cette forme très primitive de perception. Seulement, on remarque la présence de liens **corticaux** directs - spécifiques à l'être humain - entre plusieurs aires sensorielles. Ceux-ci passent outre (*by-pass*) les formes phylogénétiques d'intégrations sensorielles que l'on retrouve au niveau des fibres descendantes et ascendantes des régions limbiques et du tronc cérébral (« *brain stem* ») (Hunt, 1985). La présence de ces liens au niveau cortical suggère que l'intégration inter-modale serait un accomplissement de l'évolution et du développement, la source réelle d'un processus mental de haut niveau qui semble capable de lier n'importe quoi avec n'importe quoi d'autre. Les états de conscience accompagnant le plein processus synesthésique nous montreraient directement l'extériorisation de cette capacité (Hunt, 1985). Hunt (1985) nous illustre le développement évolutif de l'habileté inter-modale et l'avantage créatif qu'il permet. Pour illustrer la difficulté de cerner la différence entre les voies inter-modales inférieures et supérieures, Hunt (1985) utilise une analogie avec le passage du discours égocentrique chez l'enfant à un dialogue intérieur, tous deux apparemment semblable, mais fondamentalement différent dans la richesse qu'ils offrent à l'individu.

Bref, l'expérience est peut être *analogiquement* semblable à un processus « primordial », mais cette explication ne résiste pas à la confrontation *per facto*. En effet, comment les informations complexes de nos sens pourraient-elles être traitées par ces voies primitives ? Sans compter qu'il est logiquement difficile d'admettre que le fonctionnement de voies primitives puissent produire une information aussi chargée de sens ; la qualité noétique de l'expérience devrait provenir des voies supérieures inter-modales. Cette habileté doit fonctionner aussi à plusieurs niveaux, ce qui permet le développement par l'être humain de symboles et de métaphores, ainsi que la capacité d'appliquer plusieurs significations à un même objet. Il est intéressant de noter que plusieurs mystiques ont trouvé que le meilleur moyen de transmettre leurs expériences et

---

<sup>23</sup> Mélanges, échanges, des informations sensorielles de toutes sortes (multi-modales), doublée d'une signification cognitive.

<sup>24</sup> En langage plus simple : la structure « brillance - noirceur » fondamentale à toutes perceptions sensorielles.

les connaissances qu'ils en ont tirés est de passer par des formules hautement métaphoriques, analogiques et paradoxales. On peut aussi facilement concevoir la difficulté d'exprimer une expérience intense de ce genre, de même qu' *a priori* le genre de connaissance ou d'idée qu'on peut en retirer. Les nouvelles informations issues de cette façon de construire le monde nourrissent la conscience d'un éventail complètement nouveau d'informations. Finalement, rappelons que ces théories synesthésiques rendent aussi compte du risque et de la proximité entre l'expérience mystique et l'état psychotique ou schizophrénique.

Car le corps terrestre que vous portez, ne fait qu'un avec la totalité du *corps* enflammé, de ce monde, et votre corps inqualifie avec le *corps* entier de cet Univers ; il n'y a aucune *désunité* entre les *étoiles* et l'espace. non plus qu'entre la terre et votre corps. Tout cela ne fait qu'un corps. La seule distinction qu'il y a, c'est que votre corps est comme un fils de l'univers ; et qu'il est l'être total lui-même.

Böhme

*4-B : RÉFLEXIONS PHÉNOMÉNOLOGIQUES : MYSTIQUE, CONSCIENCE ET SES POSSIBILITÉS.* La phénoménologie n'est pas une science expérimentale, mais elle nous permet de rassembler des phénomènes tel qu'ils sont vécus et nous donne la matière pour élaborer des hypothèses qui devront tenir compte des diverses expressions et en expliquer la présence.

L'expérience de l'unité est un point unificateur (!) des approches occidentales et orientales du mysticisme si l'on écarte les méthodes interprétatives. Trop souvent on met l'accent sur le « paroxysme » de l'expérience d'union mystique<sup>25</sup> en mettant de côté tout son processus d'émergence. Hood (1976) souligne que l'étude de l'expérience mystique doit tenir compte en premier lieu du processus de perte du soi au profit de cette conscience indifférenciée. Il ne s'agit pas simplement de reconnaître un état unique, mais

---

<sup>25</sup> C'est-à-dire la conscience pure, sans contenu identifiable. Nous reviendrons bientôt sur cette question. Notons également que la nature de « l'union mystique » diffère selon les traditions, mais il reste tout de même un certain « fond » commun au niveau de l'expérience vécu par l'individu, celle-ci se distinguant par son inscription dans un cadre interprétatif précis la colorant. Nous reviendrons bientôt sur la possibilité que les types d'unions représentent bel et bien des types différents d'expériences mystiques, par delà l'influence d'un cadre interprétatif.

bien l'expérience de la transition entre la conscience « normale » et cet état ultime d'union.

Soulignons déjà une critique phénoménologique aux interprétations régressives qui interprètent l'expérience mystique comme un retour à un état infantile, voire embryonnaire. Le processus de transition, de « perte du soi », ne peut pas rappeler un état où le soi n'est pas présent. Aussi, pour être pleinement signifiant – et c'est le cas – il doit forcément y avoir présence d'un soi pleinement développé ainsi que d'une conscience aiguë de soi pour en « prendre conscience » ; ce qui n'est pas le cas chez l'enfant, encore moins chez un embryon !

On peut isoler trois caractéristiques phénoménologiques pour ce processus d'union (Hood, 1976). (1) Une première où l'individu fait l'expérience d'une absorption de son soi qui fusionne avec une réalité transcendante. Cette approche est caractéristique du mysticisme oriental<sup>26</sup>. (2) Une deuxième où le soi se tourne « vers l'intérieur » et se transforme, s'éveillant à ce qui l'habite intrinsèquement. Cette approche plus introspective est caractéristique du mysticisme occidental. (3) Une troisième peut également se rencontrer et se révèle être une combinaison des 2 précédentes, une interpénétration entre « le divin » et le soi. Ces trois processus mènent à une expérience semblable, décrite différemment (Hood, 1976).

L'expérience est peut-être semblable, mais son inscription dans l'individu est fondamentalement différente, notamment entre le processus 1 et le processus 2. Dans ce dernier, le soi rencontre une immensité *via* l'interne ; une idée de relation est implicitement sous-entendue, alors que le premier processus emmène une dissolution du soi dans l'immensité. Confirmant notre hypothèse, Hood (1984) rapporte plus récemment avoir trouvé des différences entre les expériences de mysticisme moniste et théiste<sup>27</sup>, différences allant au-delà d'une simple interprétation, qui permettent de postuler une distinction au moins phénoménologique entre les positions monistes et théistes.

---

<sup>26</sup> Évidemment, ce qui est « caractéristique » n'est pas une règle inviolable : mais plutôt un constat général. Même commentaire pour le mysticisme occidental.

<sup>27</sup> « Moniste » en référence à une union indifférencié avec tout (ou la Nature), et « théiste » parlant d'une union avec un Principe Divin (Dieu) où, paradoxalement, l'union entre la personne et Dieu existe tout en conservant le caractère distinct de chacun (On se rapproche du vieux problème théologique du panthéisme...). Hood s'est servi essentiellement du rapport de gens ayant eu l'expérience des 2 types de mysticisme. Ces personnes sont ainsi en mesure de se prononcer sur les différences phénoménologiques de chacune des expériences. Ceci ne veut pas dire que le contexte culturel n'a pas d'influence ! Une expérience moniste en culture fortement théiste sera probablement interprétée de façon théiste, malgré la qualité « moniste » de l'expérience.

Revenons à l'analyse du contenu de l'expérience vécue par plusieurs mystiques. La condition fondamentale semble nécessiter une expérience directe de la conscience. L'expérience concluant le processus vu sous cet angle correspond à ce que Forman (1998) appelle un « *pure consciousness event* » (PCE) : la conscience sans objet. L'expérience est un état éveillé de conscience sans contenu où l'individu - sans penser, percevoir ou agir – a le sentiment clair d'une continuité au plan expérientiel (Stace, 1960 *in* Forman, 1998). Une sorte de conscience de soi se prenant elle-même pour objet... c'est là la seule façon d'expliquer que l'individu est capable d'être conscient de sa conscience pour une période de temps où il ne percevait pas le temps et pour laquelle il n'y avait aucun « contenu ». Plusieurs chercheurs (Stafford, 1984 ; Forman, 1998 ; Hood, 1976) ont mis en évidence la capacité, exprimée par le mysticisme et/ou la méditation, d'une conscience sans objet.

Forman (1998) dégage d'autres conclusions intéressantes au sujet de la conscience grâce aux PCE ; nous en présenterons quelques-unes brièvement. Le fait que cette expérience soit vécue à travers différentes cultures réfute l'hypothèse selon laquelle nous serions en présence d'une construction culturelle. De plus, les théories expliquant la conscience purement en tant qu'épiphénomène de la perception sont sérieusement mises en doute. Sa présence, lorsque les perceptions, pensées, etc. sont absentes, suggère que la conscience possède une existence indépendante de celles-ci. La nature de la conscience pourrait donc différer de ses activités réunies<sup>28</sup>.

Toujours en suivant l'analyse de Forman (1998), l'expérience mystique semble phénoménologiquement se poursuivre par un « *dualistic mystical state* » (DMS). Il s'agit d'un état prolongé dans le temps (voir permanent), où l'impression du PCE et la quiétude qui découle de ce sentiment de contact profond avec sa conscience<sup>29</sup> (soi ?) sont maintenues en parallèle avec la conscience du monde sensible extérieur. Cet état semble conduire – avec le temps – à une certaine « expansion » de la conscience. Celle-ci est perçue comme s'étendant par-delà les limites physiques usuelles (autour du corps), *sans pour autant modifier* la perception du « monde extérieur ». La perception du « profond silence » peut également s'étendre autour de la personne<sup>30</sup>.

---

<sup>28</sup> On peut penser immédiatement au problème cerveau-esprit. Cette avenue demanderait une analyse beaucoup plus détaillée qui n'a pas sa place dans un travail d'horizon comme celui-ci. Dans sa forme actuelle, l'énoncé est utilisable autant pour une interprétation matérialiste que dualiste.

<sup>29</sup> « with his own deepest awareness » (Forman, 1998).

<sup>30</sup> Ce phénomène « d'expansion » ne s'étend pas « à l'infini », ni ne pénètre le monde ou ne le transcende. Une telle expérience (fort originale, on en convient) se rencontre seulement au « stade » 3 (UMS). Les

Cet état de DMS semble donc permettre une conscience de soi (CS) très profonde, de façon quasi permanente, sans pour autant qu'elle ne constitue un fardeau pour l'individu comme le serait normalement une telle charge de CS<sup>31</sup>. C'est donc à supposer que la CS résultante n'est pas celle que l'on nomme habituellement CS, ou plutôt que le « soi » de l'une n'est peut être pas le « soi » de l'autre. De plus, le DMS met peut être en évidence à la fois la partie de la conscience rattachée aux perceptions, cognitions, émotions ainsi que celle manifestée par le PCE qui en semblait indépendante. Ces données suggèrent que la conscience – ou du moins une partie de celle-ci – se comporte davantage comme un « champ » qui aurait la possibilité de se développer. Au même titre qu'un aimant produit un champ qui dépasse sa structure physique. Cette hypothèse que propose Forman, conscient de son caractère « hérétique » pour les scientifiques dogmatisants, mérite l'attention et l'intérêt. Encore une fois on s'approche d'un débat cerveau-esprit, mais nous ne pouvons pas débattre du problème dans le cadre de ce travail. Disons simplement que la vision d'un « champ de conscience » peut être utilisée autant par une approche matérialiste que spiritualiste<sup>32</sup>.

La dernière « forme » de phénoménologie mystique que l'on peut rencontrer selon la typologie de Forman (1998) est précisément cette impression d'union avec l'environnement que nous avons mentionnée à maintes reprises, qu'il nomme « *unitive mystical state* » (UMS). Les frontières du soi deviennent perméables, de même que celle des objets ; une continuité de substance est perçue. Si la relation entre le sujet et le monde était maintenue au DMS, elle est maintenant inexistante. Évidemment, Forman utilise ces informations pour nourrir la théorie du « champ de conscience ». Le champ serait peut-être capable de pénétrer et de connecter à la fois soi et des objets externes. Peut être y aurait-il aussi de plus grands champs de conscience englobants celui d'une individualité ? Il conviendrait de tester cette hypothèse de champs et de la confronter à plusieurs niveaux (physique, biophysique, psychologique, individuel, collectif, etc.) avant de se prononcer à son sujet<sup>33</sup>.

---

propos sont corroborés par le récit de plusieurs grands (et moins grands) mystiques ainsi que par les expériences personnelles de Forman.

<sup>31</sup> Une trop grande CS entraîne la mise en place de moyens d'évitements (drogues, alcool, etc.).

<sup>32</sup> Nous invitons le lecteur intéressé à consulter l'article de Forman (1998), ainsi que sa bibliographie. Il va sans dire qu'une étude approfondie de cette idée serait intéressante et fort utile.

<sup>33</sup> Il y a peut être un lien intéressant à établir ici vers la théorie des champs morpho-génétique de R. Sheldrake. Seulement, ma connaissance actuelle de la théorie de Sheldrake ainsi que le cadre de ce travail m'obligent à limiter cette intervention à la simple suggestion.

La division typologique de Forman (1998) est simple, très opérationnelle et rends compte d'une variété de rapports d'expériences.

Il lui suffirait de sentir qu'elle se laisse pénétrer, sans que sa personnalité s'y absorbe, par un être qui peut immensément plus qu'elle, comme le fer par le feu qui le rougit.

Bergson

## 5. CONCLUSION.

Nous retenons donc que l'expérience mystique n'est pas liée à un phénomène physique extérieur mais plutôt à l'attribution d'un profond sentiment ontologique. Contrairement à une intuition commune, la méditation n'est pas une condition *sine qua non* à l'expérience mystique ; même chose pour le contexte religieux. La signification de l'expérience est souvent de portée religieuse (du latin " relier "), mais son déclenchement et son déroulement ne nécessite pas obligatoirement de contexte religieux. L'expérience mystique semble confronter l'individu à des limites qui peuvent ébranler de profondes structures dans sa psyché. On le remarque par le genre de récit qu'ils en font, ainsi qu'en prenant conscience des issues bénéfiques possibles. Un tel ébranlement psychique semble dans certains cas conduire à un état psychotique, réversible si l'expérience est bien intégrée.

On peut se demander si la fonction " biologique " de l'expérience mystique ne serait pas de combattre les problèmes existentiels que fait naître l'intelligence de l'être humain. Elle semble inscrire l'être humain dans la vie, la nature ainsi que son principe générateur en le prenant par ses sens, ses émotions et son intellect. De l'avis des mystiques, cette expérience tire son caractère ineffable de son intrusion «au-delà » de la conscience «normale ». Non pas tant par un état anti-rationnel qu'en allant puiser hors du champs de la raison.

La psychologie a depuis longtemps une malheureuse tendance à limiter ses études aux expériences pathologiques. L'expérience mystique authentique est une expérience intense vécue par des gens en excellente santé psychologique. Son étude et sa compréhension ne peuvent que nous emmener une meilleure connaissance de l'être humain. De façon plus générale, il est urgent que les recherches en psychologie se tournent davantage vers la santé et l'étude du bon fonctionnement psychologique. Quoi de mieux que la vie pour nous renseigner sur la vie ?

Finalement, l'expérience mystique constitue une voie privilégiée d'exploration subjective du monde, ayant une valeur de vérité tout aussi intéressante que l'exploration objective de la science. Pour reprendre dans notre contexte l'intuition de Bergson, il y a beaucoup à tirer du croisement entre les résultats de l'approche objective de la science et ceux de l'exploration subjective du mysticisme. Ces deux éclairages, intérieur et extérieur, peuvent nous permettre d'en apprendre beaucoup sur notre propre conscience, sur notre nature ; et pourquoi pas sur l'univers ?

... et quoique l'esprit laisse apercevoir dans cette lumière quelques unes des choses qui sont à venir, cependant selon l'homme extérieur, je suis trop faible pour les saisir.

Böhme



## 6. BIBLIOGRAPHIE.

BERGSON, Henri. (1932/1997) *Les deux sources de la morale et de la religion*. Paris, Quadrige / Presses Universitaires de France, 7<sup>me</sup> édition. 340 pp.

BUCKLEY, P. (1981) *Mystical experience and schizophrenia*. *Schizophrenia Bulletin*, 7(3), 516-521. [in Lukoff & Lu (1988)]

CAIRD, Dale. (1988) *The structure of Hood's mysticism scale: A factor-analytic study*. *Journal for the Scientific Study of Religion*. 27(1), 122-127.

COWLING, W. Richard. (1985) *Relationship of mystical experience, differentiation, and creativity*. *Perceptual & Motor Skills*. 61(2), 451-456.

FORMAN, Robert K. C. (1998) *What does mysticism have to teach us about consciousness?* *Journal of Consciousness Studies*. 5(2), 185-201.

GREELEY (1975) The sociology of the paranormal. Beverly Hills, CA : Sage. [in Lukoff & Lu, 1988]

HAY & MORISY (1978) *Reports of ecstatic, paranormal, or religious experience in Great Britain and the United States : A comparison of trends*. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 17, 255-268. [in Lukoff & Lu, 1988]

HOOD, Ralph W. Jr. (1975) *The construction and preliminary validation of a measure of reported mystical experience*. *Journal for the Scientific Study of Religion*, (14), 29-41.

HOOD, Ralph W. Jr. (1976) *Conceptual criticisms of regressive explanations of mysticism*. *Review of Religious Research*, 17(3), 179-188.

HOOD, Ralph W. Jr. (1977a) *Differential triggering of mystical experience as a function of self-actualization*. *Review of Religious Research*, 18(3), 264-270.

HOOD, Ralph, W. Jr. (1977b) *Eliciting mystical states of consciousness with semistructured nature experiences*. *Journal for the Scientific Study of Religion*. 16(2), 155-163. [in Lukoff & Lu, 1988]

HOOD, Ralph W. Jr. (1989) *The relevance of theologies for religious experiencing*. *Source Journal of Psychology & Theology*. 17(4), 336-342.

HOOD, Ralph W. Jr; SPILKA, Bernard; HUNSBERGER, Bruce; GORSUCH, Richard. (1995) *The Psychology of Religion, An Empirical Approach*. 2<sup>nd</sup> Edition. New-York / London, The Guilford Press, 546pp.

HUNT, Harry T. (1984) *A cognitive psychology of mystical and altered-state experience*. *Perceptual & Motor Skills*. 58(2), 467-513.

HUNT, Harry T. (1985) *Relations between the phenomena of religious mysticism (altered states of consciousness) and the psychology of thought: A cognitive psychology*

*of states of consciousness and the necessity of subjective states for cognitive theory.*  
Perceptual & Motor Skills. 61(3), 911-961.

JUNG, Carl-Gustav. (1943 pour l'édition allemande / 1995) *Psychologie et alchimie*. Paris; Buchet/Chastel. 702 pp.

LUKOFF, David. (1985) *The diagnosis of mystical experiences with psychotic features*. Journal of Transpersonal Psychology. 17(2), 155-181.

LUKOFF, David; LU, Francis G. (1988) *Transpersonal psychology research review topic: Mystical experience*. Journal of Transpersonal Psychology. 20(2), 161-184.

MATHES, E.; ZEVON, M. ROTER, P. & JOERGER, S. (1982) *Peak experience tendencies : Scale development and theory testing*. Journal of Humanistic Psychology, 22(3), 92-108. [in Lukoff & Lu, 1988]

OTTO, Rudolph. *Le sacré*. (1917/1969) Paris; Petite bibliothèque Payot. 238 pp.

OXMAN, T., ROSENBERG, S., SCHNURR, P., TUCKER, G., & GALA, G. (1988) *The language of altered states*. The Journal of Nervous and Mental Disease, 176, 401-408. [in Lukoff & Lu, 1988]

RADIN, Dean I. (1997) *The conscious universe : the scientific truth of psychic phenomena*. San Francisco, HarperEdge. 362 pp.

REINERT, Duane F; STIFLER, Kenneth R. (1993) *Hood's mysticism scale revisited: A factor-analytic replication*. Journal for the Scientific Study of Religion. 32(4), 383-388.

STAFFORD BETTY, L. (1984) *An analysis of non-symbolic experience: The mystic in everyman*. Imagination, Cognition & Personality. 4(2), 193-217.

STIFLER, Kenneth R; GREER, Joanne; SNECK, William; DOVENMUEHLE, Robert. (1993) *An empirical investigation of the discriminability of reported mystical experiences among religious contemplatives, psychotic inpatients, and normal adults*. Journal for the Scientific Study of Religion. 32(4), 366-372

THALBOURNE, Michael A.; DELIN, Peter S. (1994) *A common thread underlying belief in the paranormal, creative personality, mystical experience and psychopathology*. Journal of Parapsychology. 58(1), 3-38.

- Les extraits de Böhme sont tirées de *l'Aurore naissante* dans la traduction de Louis-Claude de Saint-Martin.
- L'illustration en couverture est le frontispice de l'ouvrage *Der weg zu Christo* de Jakob Böhme tiré du recueil *Theosophia Revelata* de 1730.

## Annexe 1

### Échelle-M de Hood (1975)

1. I have had an experience which was both timeless and spaceless.
2. I have never had an experience which was incapable of being expressed in words.
3. I have had an experience in which something greater than myself seemed to absorb me.
4. I have had an experience in which everything seems to disappear from my mind until I was conscious only of a void.
5. I have experienced profound joy.
6. I have never had an experience in which I felt myself to be absorbed as one with all things.
7. I have never experienced a perfectly peaceful state.
8. I have never had an experience in which I felt as if all things were alive.
9. I have never had an experience which seemed holy to me.
10. I have never had an experience in which all things seemed to be aware.
11. I have had an experience in which I had no sense of time and space.
12. I have had an experience in which I realized the oneness of myself with all things.
13. I have had an experience in which a new view of reality was revealed to me.
14. I have never experienced anything to be divine.
15. I have never had an experience in which time and space were non-existent,
16. I have never experienced anything that I would call ultimate reality.
17. I have had an experience in which ultimate reality was revealed to me.
18. I have had an experience in which I felt that all was perfection at the time.
19. I have had an experience in which I felt everything in the world to be part of the same whole.
20. I have had an experience which I knew to be sacred.
21. I have never had an experience which I was unable to express adequately through language.
22. I have had an experience which left me with a feeling of awe.
23. I have had an experience that is impossible to communicate.
24. I have never had an experience in which my own self seemed to merge into something greater.
25. I have never had an experience which left me with feeling of wonder.
26. I have never had an experience in which deeper aspects of reality were revealed to me.
27. I have never had an experience in which time, place and distance were meaningless.
28. I have never had an experience in which I became aware of a unity to all things.
29. I have had an experience in which all things seemed to be conscious.
30. I have never had an experience in which all things seemed to be unified into a single whole.
31. I have had an experience in which I felt that nothing is ever really dead.
32. I have had an experience that cannot be expressed in words.

Noter chaque question (si décision vraiment impossible, mettre un « ? »)

-2 : this description is definitely not true to my own experience or experiences.

-1 : This description is probably not true of my own experience or experiences.

+1 : This description is probably true of my own experience or experiences.

+2 : This description is definitely true of my own experience or experiences.

**Calcul** : Renverser la réponse aux questions négatives, puis ajouter +3 à toutes les notes (?=3). Le score varie donc de 32 à 160. **Moyenne** (hommes/femmes): Hood (1975) = 109,3/119,4 [ET= 22,6/18,8] F1=66,4 (ET=15,6), F2=48,6 (ET=8,7). Caird (1988) = 120,67 [ET= 21,47]. Reinert et Stifler (1993) [pop. « Normal »] F1= 58,87 (ET=7,57), F2=30,60 (ET=4,15), F3=17,83 (ET=2,17).

## Annexe 2

Tableau comparatif des éléments constitutifs de diverses analyses factorielles de l'échelle-M à 2 et 3 facteurs.

ÉCHELLE-M	Hood 1975		Caird (1988)			Reinert et Stifler 1993			Hood (1993)		
	1	2	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Ego											
3	*	*		*			*				+
4	*		*		+		*		+		+
6	*		*		+		*		+		
24	*	*	*		+		*		+		+
Unification											
12	*		*		+		*		+		+
19	*		*		+		*		+		+
28	*		*		+		*		+		+
30	*		*		+		*		+		+
Subjectivité interne											
8	*		*		+		*		+		+
10	*		*		+	+	*		+		+
29	*		*		+		*		+		+
31	*		*		+		*		+		+
Perception spatio-temporelle											
1	*		*		+		*	*	+	+	+
11	*		*		+		*		+		+
15	*		*		+		*		+		+
27	*		*		+		*		+		+
Qualité noétique											
13		*	*		+		*	*		+	+
16		*	*		+		*	*	+	+	+
17		*	*		+		*	*	+	+	+
26		*	*		+		*	*		+	+
Caractère Ineffable											
2			*				*		+		+
21	*		*		+		*		+		+
23	*		*				*		+		+
32	*		*		+		*		+		+
Affect positif											
5		*	*				*				+
7		*			+					+	+
18	*		*		+		*		+		+
25		*	*		+		*			+	+
Qualité religieuse											
9		*	*			+	*			+	+
14		*	*			+	*			+	+
20		*	*		+	+	*	*		+	+
22		*	*				*			+	+

Notes : Hood (1975) : 1= general mysticism, 2= religious interpretation; Caird (1988) : 1= unitary mystical experience 2= interpretative mystical experience (2= noetic interpretation, 3=religious interpretation); Reinert & Stifler (1993) : 1= unitary, 2= interpretative (2= noetic/ineffability, 3= religious). Hood (1993) : 1= extovertive mysticism, 2= religious interpretation, 3= introvertive mysticism.