

LA KUNDALINI



C'est dans l'os triangulaire du "Sacrum", situé à la base de la colonne vertébrale, que réside en nous la Kundalini. Cette extraordinaire énergie, lorsqu'elle est éveillée, s'élève le long de la colonne vertébrale et traverse tous les chakras du système subtil pour enfin ouvrir le dernier centre au sommet de notre tête, le "Sahasrara". Nous obtenons ainsi la réalisation du Soi.

La Kundalini est le reflet de la Mère primordiale en nous. Elle est le pouvoir du pur désir. En traversant la fontanelle "petite fontaine" au sommet du crâne, elle actualise la Réalisation du Soi, la seconde naissance décrite dans toutes les traditions spirituelles. A cet instant, on ressent une brise fraîche à l'intérieur des paumes des mains et au sommet de la tête.

Les Grecs identifiaient cette énergie sous le nom de "Pneuma", l'Islam parle du "Ruh", le Christ l'a nommée "Souffle de l'Esprit". La mystique juive parle de la "Shekkina" et, bien avant, les Sumériens vénéraient Inanna, la déesse mère qui donne la naissance spirituelle et le souffle sacré. Il y a plusieurs millénaires, l'Inde parlait déjà de "Chaitanya" et du "Soi" que Sahaja Yoga traduit par "vibrations divines". La connaissance de l'existence de ces vibrations n'est pas nouvelle, mais elle s'est perdue ou a été déformée au cours des siècles.

Il existe dans la tradition hindoue une " énergie " appelée kundalini, symbolisée par un serpent lové à la base de la colonne vertébrale, dont l'éveil puis l'ascension ouvre les centres qui sont répartis le long de l'axe du corps. Ayant atteint le dernier chakra situé au sommet du crâne, cette énergie éveille la conscience à une réalité supérieure. Les pouvoirs (siddhis) que confère l'éveil de la kundalini sont ceux que l'on retrouve chez les victimes d'une expérience de mort imminente (EMI) ou d'un " enlèvement extraterrestre " (RR4) : précognition, télépathie, clairvoyance, don de guérison, psychokinèse, etc. " Mais plutôt que les pouvoirs extraordinaires acquis par son intermédiaire, les partisans mettent l'accent sur l'apaisement et l'harmonie vivante que la kundalini confère. L'énergie mystérieuse qu'éveille le yoga de la kundalini se révèle cependant d'une violence inouïe et ne peut être manipulée sans faire encourir un réel danger ". Les conséquences psychophysiologiques de l'éveil de la kundalini constituent le " syndrome de la kundalini " dont parle Kenneth Ring.

Jean-Pierre Jourdan résume ici comment I. Bentov et L. Sannella décrivent les symptômes de l'éveil de la kundalini :

"Symptômes sensoriels : fourmillements, vibrations ou sensation d'" énergie " localisées puis montant le long de la colonne vertébrale, redescendant ensuite dans la poitrine et l'abdomen, sensations orgasmiques (purement sexuelles ou se répandant parfois dans tout le corps), douleurs débutant et cessant brutalement, sensation de froid ou de chaleur dans diverses parties du corps, perception de sons divers, de lumière intérieure illuminant parfois le corps.

Symptômes moteurs : mouvements spontanés des mains et du corps, contractions involontaires (anus, abdomen et gorge), altération du rythme respiratoire, blocage ou paralysie soudaine de certaines parties du corps.

Symptômes psychologiques : joie ou extase soudaine, accès d'anxiété ou de dépression, accélération de la pensée, expansion de la conscience au-delà des limites corporelles."

Il commente ainsi ces sensations :

"A chaque partie du corps correspond, au niveau du cortex cérébral, une zone où l'influx nerveux se projette. Chaque partie du corps y est représentée en fonction de l'importance de son innervation et non de sa taille, ce qui explique que la main occupe une surface supérieure à celle du tronc. En avant de l'aire sensitive, sur l'autre versant de la scissure de Rolando, se situe l'aire motrice, où le corps est représenté de façon similaire. Si une stimulation directe (électrique par exemple) est appliquée sur l'aire du cortex correspondant à la main, elle sera perçue comme provenant de celle-ci. Au niveau de l'aire motrice, la même stimulation provoquera un mouvement du membre correspondant. On voit bien de quelle façon le corps est représenté : en remontant, on trouve la zone génitale, le membre inférieur, la hanche, le tronc, le bras et la main, la tête, la face puis le larynx et une zone correspondant aux sensations intra-abdominales. Or, dans les expériences que nous venons d'évoquer, les sensations décrites suivent très exactement ce trajet. Itzhak Bentov avait le premier remarqué cette analogie. Les symptômes décrits semblent correspondre à un phénomène intéressant directement le cortex. On retrouve en effet en corrélation avec les phénomènes sensitifs (vibrations, picotements ou " énergie " montant jusqu'au crâne puis redescendant par la gorge et l'abdomen) des mouvements spontanés (décrits par la tradition yogique sous le nom de kriyas) pouvant aller de simples secousses ou tremblements jusqu'à des mouvements et des postures très précis des mains (mudra) et du corps (asanas), et à des perceptions sensorielles, comme si ce phénomène avait tendance à diffuser hors de l'aire sensitive. Il serait alors logique de supposer que les gestes (mudra), poses corporelles (asanas) et altération du rythme respiratoire (pranayama) que pratiquent les yogis résulteraient de l'observation, dans l'antiquité, d'" éveils " spontanés (dont ces phénomènes moteurs sont un des corollaires), leur reproduction étant censée, par réciprocité (l'effet devenant la cause), éveiller la kundalini."

Jean-Pierre Jourdan jette ici par son analyse un éclairage fascinant sur un phénomène que connaissent de multiples traditions religieuses dans le monde, outre la tradition hindoue, et que la psychologie occidentale commence maintenant à intégrer.

La force Kundalinî



Les deux formes énergétiques fondamentales les plus importantes sont assimilées par le centre coccygien et le centre coronal. Ces deux centres sont reliés par le Sushumnâ, dans lequel les « tiges » de tous les centres énergétiques sont ancrées pour y puiser leur force vitale. Il s'agit du canal par lequel monte la simili-force de la kundalinî qui s'y trouve « enroulée comme un serpent », depuis l'entrée du centre coccygien situé au bas de la colonne vertébrale. Cette force de la kundalinî représente l'énergie cosmique appelée, dans la sagesse hindoue, « shakti » ou énergie féminine de Dieu. Cet aspect créateur de l'Essence divine est à l'origine de toute création. Son opposé est l'aspect pur et sans forme de l'Essence divine dont nous reparlerons plus loin.

Chez la plupart des gens, une très faible partie seulement de la force de la kundalinî circule à travers le Sushumnâ. Plus cette énergie est mise en éveil par l'évolution de la conscience de l'Homme, plus son courant afflue dans le canal de la colonne vertébrale pour rendre, ainsi, plus actifs les différents chakras. Cette animation entraîne un agrandissement des centres énergétiques (10 cm = base commune) et une accélération de leurs fréquences. La force de la kundalinî apporte à chaque chakra cette vibration énergétique dont l'Homme a besoin au cours de son évolution pour pouvoir accéder à toutes les capacités et à toutes les forces actives sur les divers plans énergétiques et matériels de la Création afin de les intégrer dans sa vie.

Les limites dans lesquelles l'Homme permet à la force de la kundalinî de se développer, dépendent surtout de sa conscience des divers plans vitaux représentés par les chakras et du degré des blocages provoqués dans les chakras par le stress ou part de son vécu non encore assimilée. Plus l'Homme est conscient, plus ses chakras sont ouverts et actifs et permettent un puissant accès à l'énergie

propulsée par la kundalinî. or, plus cette énergie est forte, plus les chakras deviennent actifs entraînant de nouveau l'élargissement de la conscience.

Il existe également une deuxième énergie, en plus de celle de la kundalinî. Elle s'écoule également à travers le canal sushumnâ de la colonne vertébrale, en direction des différents chakras. Il s'agit de l'énergie de l'Essence divine pure, de l'aspect immatériel de Dieu. Elle pénètre par le chakra coronal et fait en sorte que l'Homme puisse reconnaître, dans toutes les phases de son existence, l'aspect immatériel de Dieu comme Source immuable à l'instigation de toute manifestation. Cette énergie est surtout destinée à dissoudre nos blocages situés dans les chakras.

En plus de sushumnâ, deux autres canaux énergétiques appelés en sanscrit « Idâ » et « Pingalâ » jouent un rôle très important dans le système énergétique. La pingalâ est le véhicule de l'énergie solaire pleine d'ardeur et d'élan. Le point de départ de ce canal se situe à droite du 1er chakra pour aboutir au dessus de la narine droite. Quant à Idâ, elle se caractérise par une énergie lunaire, calmante et rafraîchissante. Le point de départ de ce canal se trouve à gauche du premier chakra et son aboutissement prend fin dans la narine gauche. Pour se rendre du premier chakra aux narines, ces deux nâdis tournent autour de la sushumnâ.

L'idâ et la pingalâ sont capables, par la respiration, de capter directement le prâna de l'air et par l'expiration d'éliminer les toxines du corps. Avec la sushumnâ, ils représentent les trois canaux principaux du système énergétiques.

On peut traduire le terme sanscrit « prâna » par « énergie absolue ». Dans les contextes chinois et japonais, on parle de « chi » ou de « ki » pour désigner cette forme universelle. Elle est à l'origine de toutes les formes énergétiques et se manifeste à travers des fréquences particulières selon les différents plans existentiels. Elle peut par exemple se manifester par la respiration, nous permettant, entre autres, d'assimiler le prâna.

Dans le système énergétique humain, les chakras reçoivent, transforment et distribuent les différentes fréquences prâniques. Les

énergies vitales sont captées directement par les chakras ou à travers les nâdis, lesquels puisent les énergies soit dans le corps énergétique subtil de l'Homme, soit dans son l'environnement, soit dans le cosmos ou encore dans toute source à l'origine de toute manifestation. Les chakras les transforment ensuite en fréquences nécessaires aux divers plans du corps physique ou du corps subtil, afin de les maintenir ou de les développer : la jonction entre les chakras et les différents corps s'effectue à travers les canaux énergétiques.

Dans le même temps, les chakras irradient l'énergie tout autour d'eux. Grâce à ce système énergétique, l'Homme peut communiquer avec les forces actives situées à tous les niveaux de son environnement, de l'univers et des sources de la Création. Les chakras sont en étroite corrélation avec les corps énergétiques.

Un brusque dérèglement de la fonction Kundalini peut entraîner, si non maîtrisée, la combustion spontanée du corps humain, les membres inférieurs le plus souvent.

**Manifestations de Kundalini,
Rêve Lucide et Expériences hors du corps
Sirley Marques Bonham , Ph.D.,
traduction Geneviève Béduneau.**

Avez-vous jamais vu des sortes de lumières lorsque vous vous endormez, ou lorsque vous vous réveillez, ou même en méditation ? Avez-vous jamais entendu d'étranges sons qui semblent se produire dans votre cerveau ? Avez-vous jamais senti des vagues ou d'étranges vibrations électriques traverser votre corps dans ces états ?

Si oui, vous n'êtes pas le seul. De nombreuses personnes normales éprouvent de telles expériences lorsque elles s'endorment ou se réveillent. De nombreux méditants voient des lumières, entendent des sons ou ressentent aussi des vibrations. Ce qui peut aussi arriver

à l'endormissement ou au réveil, c'est la paralysie. Il s'agit d'un état où il est impossible de bouger son corps. Lorsque cela se produit pendant l'endormissement ou au réveil, cela s'appelle paralysie du sommeil. Le gros problème, c'est que ces phénomènes peuvent être effrayants, même si l'on n'est pas pris par surprise. Si vous consultez les forums de discussion des pages consacrées au sommeil sur Internet, où tout le monde partage des questions et des commentaires, vous trouverez de nombreuses demandes de recettes pour stopper cette paralysie. Ces personnes, qui ne savent rien sur les éprouvés de paralysie et leur relation avec le rêve lucide ou les OBE (Out of Body expériences, en français expériences hors du corps), témoignent de la panique dans laquelle les a jetées cette incapacité de se mouvoir. Parfois, à la suite de cette paralysie, certains se sont sentis flotter au dessus de leur corps ou dans leur chambre. Ils racontaient aussi que cette paralysie s'accompagnait de sensations de vibrations remontant ou descendant le long de leur dos. Parfois, certains ont senti une présence. Je suis horrifiée quand ils parlent de leur panique. Je ne peux que sympathiser avec eux, puisque je suis passée par cette même panique ! Quand les vibrations, dans la paralysie, me sont arrivées pour la première fois, j'ai seulement pensé que cela ressemblait à ce que j'avais observé chez les médiums quand ils incorporaient une entité spirituelle, et c'était tout ce que je savais sur les vibrations. J'étais terrorisée parce que je ne voulais pas qu'une entité étrangère pénètre dans mon corps !

Quand on ignore tout sur ces phénomènes, on peut poser beaucoup de questions qui dépendent de notre bagage. Encore ne demande-t-on que de l'information, c'est tout, sur ce phénomène naturel pour pouvoir, s'il ne nous réjouit pas, au moins comprendre et se détendre, pendant qu'il disparaît de lui-même. Ou jusqu'à ce que le phénomène se transforme et passe au stade suivant : le conscient pénétrant la situation onirique (rêve lucide), la sensation de séparation du corps (OBE), ou simplement le réveil. En relation avec la paralysie du sommeil, des situations excessives ou qui durent trop longtemps peuvent arriver, ou produire l'apnée du sommeil (arrêt respiratoire). C'est seulement alors que nous devons les considérer comme anormales. Ces états demandent d'être examinés par un médecin spécialiste des troubles du sommeil. Sinon, la paralysie,

même très intense, est inoffensive et le commencement du rêve lucide ou de l'aventure OBE est, en général, un événement heureux. Nous savons maintenant que ce sont des phénomènes communs, mais de quoi s'agit-il ? Les phénomènes lumineux sont-ils générés au hasard par le sommeil ou le cerveau au repos ? Résultent-ils de l'activation et de la désactivation de circuits nerveux ? Cela peut être l'un ou l'autre, ou les deux. Toutefois, quand nous examinons les descriptions des yogis orientaux sur les manifestations caractéristiques de kundalini, nous sommes ahuris de découvrir qu'ils ressemblent aux sensations décrites ci-dessus. Ils parlent aussi de types de manifestations beaucoup plus élaborées, parfois avec des détails saisissants. Cela nous laisse émerveillés : Est-ce que beaucoup de fous, de désorientés mentaux, ne seraient pas seulement victimes de manifestations de Kundalini ? Ce peut être cela, ou non. Les problèmes mentaux peuvent avoir une origine précise dans certaines lésions du cerveau ou dans des conditions de mauvais fonctionnement.

Qu'est-ce que Kundalini ?

Les yogis orientaux présentent une description voilée de Kundalini, avec des images d'une déesse, la déesse Kundalini. Ils parlent aussi de centres d'action, les chakras, ou de courants qui coulent au travers de canaux qui sont soit droits (sushuma) soit entrelacés (ida et pingala) comme des serpents autour d'un mât, comme dans le caducée, le symbole bien connu de la médecine. Voici l'interprétation du yoga de la lumière, une traduction de l'ancien Hatha Yoga Pradipika, le texte sanscrit donnant la définition de Kundalini :

La force latente de plus haut potentiel repose en trois et une demie spires, comme le serpent dans le barattage de la mer de lait, dormant dans le centre le plus bas (muladhara chakra) au pied de "l'arbre de vie", la colonne vertébrale. La puissance du serpent, Kundalini, ne peut pas être pleinement décrite, même par celui qui a réussi à l'éveiller. Quand il est éveillé, il se propage vivement au travers du corps comme un choc électrique et, tremblante et étonnée, la personne réalise qu'un événement puissant a pris place en elle. Ce n'est que le commencement. Tout le corps tremble. Il semble qu'une porte se soit ouverte, par laquelle un flot de lumière coule d'un monde inconnu, une lumière d'une incomparable brillance. Au bout d'un long temps, le tremblement du corps s'apaise, mais l'éclair de

lumière montant dans la colonne vertébrale vers le sommet de la tête est inoubliable. Cet éclair de lumière n'est pas vraiment Kundalini, toutefois ; c'est un simple signe de son éveil. La Kundalini elle-même ne s'élanche pas mais monte ensuite lentement, passant par toutes les stations (les chakras), chacun d'eux créant une nouvelle et puissante expérience.

D'un point de vue moderne, nous pouvons inférer une explication possible des manifestations de Kundalini, des canaux et des chakras, par le fonctionnement du cerveau et du système nerveux au travers du corps. Y a-t-il une relation entre la position de certains relais nerveux dans la corde spinale, et la position orientale donnée pour les chakras ? Pendant que je suivais mes cours de neuro anatomie fonctionnelle, j'ai soigneusement cherché quelque chose qui aurait pu m'éclairer sur ce point, mais sans succès! Toutefois, quand on lit les descriptions orientales de Kundalini, on ne peut obtenir qu'un aperçu sur l'immensité de la différence culturelle entre l'orient et l'occident. Parlons maintenant d'un thème également relié à la philosophie orientale, tout comme à la question de Kundalini : la méditation.

Méditation

Ma propre expérience de la méditation n'est pas exceptionnelle, en dehors du processus de préparation au sommeil en prenant conscience de soi, ce que l'on peut considérer comme un processus similaire. Toutefois, par la littérature et par les gens que je connais et qui pratiquent la méditation, j'ai entendu parler d'expériences comparables de lumières, sons et vibrations. La littérature comporte peu d'ouvrages modernes décrivant ces expériences. L'un d'eux, de Gopi Krishna, *Vivre avec Kundalini* est le récit d'un éveil spectaculaire de Kundalini, survenu pendant qu'il était en méditation. Voici la description de sa première expérience, tandis qu'il faisait l'une de ses séances régulières de méditation : Pendant une période d'intense concentration (sur un lotus brillant), j'ai soudain eu une étrange sensation en dessous de la base de l'épine dorsale, à l'endroit qui touche le siège... La sensation est montée, croissant en intensité... Soudain, avec un grondement comme celui d'une chute d'eau, j'ai senti un torrent de lumière liquide pénétrer mon cerveau au travers de la moelle épinière... L'illumination devenait de plus en plus brillante, le grondement plus retentissant. J'ai eu une sensation de

balancement, et je me suis senti glisser hors de mon corps, entièrement enveloppé dans un halo de lumière.

Un exposé moins spectaculaire apparaît aussi dans d'autres récits, cependant encore très impressionnants, en relation avec l'intensité de ces expériences. Bonnie Greenwell, dans *Energies de transformation*, présente une analyse moderne de ces vécus du point de vue de la Psychologie Transpersonnelle. Il s'agit d'une psychologie non standard, capable de traiter des cas incompris par la psychologie académique ordinaire. Le Dr Greenwell inclut vingt trois récits de cas dans son livre, mais le phénomène enquêté n'est pas centré en premier lieu sur les lumières, sons et vibrations bien qu'ils en fassent partie. On peut également se reporter à l'article de Florence Ghibellini (première française à avoir pratiqué le rêve lucide en laboratoire) sur "l'état intermédiaire", relatant des expériences vibratoires et lumineuses générées par des sons imaginaires ou la simple conscience attentive, en liaison avec des expériences OBE. Le fait que F. Ghibellini réussisse à induire des vibrations et continue en quittant son corps est significatif, surtout quand nous considérons que, fréquemment, lumières et sons sont présents dans l'expérience qui inclut aussi les vibrations. Aussi, cela renforce le fait que comme Gopi Krishna et autres visualisations, par les méditants, d'un lotus lumineux, la visualisation de lumières peut aussi amener au phénomène lumineux. Ma propre expérience a aussi démontré que rejouer d'autres mémoires d'événements, comme des mouvements, appelle également des réponses similaires pendant la relaxation profonde ou sur le seuil sommeil/éveil. Robert Bruce a décrit dans ses écrits des résultats similaires, en ce qui concerne l'imagination de mouvement, en étudiant les OBE des aveugles. Alors qu'un aveugle peut aisément rejouer des sons en imagination, il ne peut visualiser des images ou des lumières. Mais il peut manifestement rejouer des mouvements et Robert Bruce utilise cette mémoire pour produire le mouvement de quitter son corps physique ou la sensation OBE, chez les aveugles.

S'endormir, pendant qu'on est conscient

Décrivons les conditions nécessaires qui permettent d'attendre le début du sommeil avec un effort intentionnel pour atteindre l'état de rêve au delà de l'endormissement sans perdre conscience. (Notons

que tout cela peut se faire aussi bien accidentellement, et c'est là où les surprises arrivent) Ces conditions se ramènent à une relaxation profonde, mais avec quelque activité mentale pour prendre conscience. Stephen LaBerge propose une activité dans sa technique WILD (wake-initiated lucid dream, en français "rêve lucide induit depuis l'état de veille"), répéter en pensée son intention de rester conscient pendant qu'on s'endort. Personnellement je me mets à exécuter des exercices cérébraux, j'utilise des sensations de mouvements sans imagerie, en sentant seulement ces mouvements. Nous devons ensuite chercher les hallucinations hypnagogiques (les visions que l'on a pendant l'endormissement) d'un type quelconque, bribes de rêve, images. Ou ces étranges sons, lumières et vibrations. Ou la sensation de flotter, ou d'être soudain repoussé hors de son corps physique. Cette dernière sensation est extraordinaire parce que vous vous sentez sortir comme si vous étiez repoussé. Toutes ces sensations peuvent apparaître de manière indépendante ou mêlées ensemble. Parfois, on peut aussi avoir la sensation de flotter dans l'eau, où les vagues produisent de légers mouvements de balancement, de roulis et de tangage.

La technique n'a pas d'importance. Il s'agit, en atteignant la relaxation profonde en conscience, d'arriver au point où un sifflement ou un bruissement peut se faire entendre, les yeux se tournent vers le haut ou font de lents mouvements. Une lumière, quelque part centrée en haut, latérale, ou même mouvante, peut apparaître et étinceler comme un point lumineux dans votre champ visuel. Où peut survenir une image en relation avec la lumière, comme des flammes, des bougies, qui se transformerait en une source de lumière intense. Entre temps, nous pouvons être amenés à une pleine conscience de veille, due à la surprise et à la bizarrerie du phénomène... ou pas! Nous pourrions être déjà dans la situation de paralysie où notre corps est incapable de se mouvoir. Nous pouvons déjà sortir de notre corps (OBE) ou simplement entrer dans un rêve. Nous sortons de notre corps par l'impulsion d'un mouvement de montée, comme si nous nous soulevions du lit. Ce ne sera que hors de notre corps !

Exemples d'expériences

Ce qui suit illustre les commentaires sur les ressentis de lumières, sons, mouvements, vibrations pendant le début du sommeil ou le réveil.

Février 1991 : La nuit dernière, en faisant, comme d'habitude, les 'exercices cérébraux', j'ai senti toutes ces vibrations, ce qui était nouveau. Jusqu'à la fin des exercices, pendant que je commençais à 'mettre le zéro en rotation', j'ai été surprise par un fort point lumineux sur mon front, au dessus de mes yeux ! Il illuminait mon front de par dessus mes yeux clos. La lumière était très vive, et faisait choc ! J'ai essayé de maîtriser ma surprise, de ralentir mon coeur qui accélérât ses battements, car cela risquait de me sortir de ma relaxation profonde. Ainsi, alors, j'ai seulement mis le 'zéro' en rotation avec nettement plus d'intérêt et d'intensité. Très vite la lumière est revenue, mon front fut de nouveau entièrement illuminé par ce point lumineux ! Ce n'était pas, dans un premier temps, comme une lumière brillante... Mais cela m'a encore fait choc en un second temps ! Comme mon coeur s'est encore beaucoup accéléré, et avec deux chocs, je n'ai pas été capable de maintenir ma relaxation comme avant... Je me considérais comme incontrôlable. Voilà pour cela ! La seule chose à faire était d'essayer de m'apaiser et de m'endormir, ce qui me donnait le temps de me calmer. La nuit fut remplie de rêves, où j'ai pu reconnaître que je rêvais.

25 août 1990 : De nuit, après mes 'exercices cérébraux', je me suis endormie un instant. Ensuite, avant que je me réveille, j'ai vu devant mon front une sorte 'd'averse de lumière' irradiant en cercle, en forme d'arc en ciel. Puis tout a soudain 'explosé', produisant un déluge de gouttelettes de lumière ! Et je me suis réveillée.

5 janvier 1992 : La nuit dernière, quand je me suis couchée, j'ai juste essayé de dissimuler le sommeil quand, soudain, après une sorte de 'clap-clap' sonore dans ma tête, j'ai pris conscience d'une lumière. Immédiatement après être devenue consciente, grâce au son et à la lumière, cette dernière s'est transformée en un immense tableau comme un arc en ciel, dont les couleurs émanaient du centre. Il s'est ouvert en haut, puis refermé très rapidement quand je me suis éveillée.

18 février 1992 : Vers 3 heures de l'après-midi, j'ai décidé de faire une sieste. Bientôt j'ai commencé de m'endormir ; je me suis sentie 'décoller' et, dans un mouvement vers le haut, je me suis quittée... Je suis allée sur la rue, toujours en flottant, mais pas très haut. Je ne m'inquiétais pas à propos du vol et j'ai donc décidé d'observer le soleil de l'après midi. Alors, depuis les hauteurs sur la rue, j'ai regardé en bas en direction d'une maison, en l'ignorant, et en haut vers le soleil. Le soleil apparaissait dans sa magnificence, brillant et chaud ! J'ai senti que c'était bon, comme flotter. Soudain, le soleil disparut. Surprise, j'ai regardé autour de moi et j'ai commencé de sentir les vibrations, très légères mais indubitables, du retour dans mon corps. Je me suis réveillée. Je voulais 'ressortir' et je réussis, mais pas aussi longtemps. Pendant le second retour, j'ai senti la lente déposition de moi-même dans mon corps. Un phénomène de vagues apparut devant mes yeux, qui produisait un schéma de lumière, comme une grille. Je restais calme, dans le but de me donner une chance de ressortir, mais tout ce qui arriva fut que la grille de lumière se transforma en ondes, puis redevint une grille, puis de nouveau des ondes. Finalement, ces schémas de lumière disparurent tandis que je réintérais complètement mon corps et tout ce qui restait fut un point ovale jaune devant mes yeux.

Laissant de côté toute explication physique, psychique ou spirituelle, je décrirai ces phénomènes plus en détail...

Lumières

Les lumières ne sont pas toujours d'un seul type, comme nous l'avons notées plus haut. Ce peut être un point, par exemple, et si vous êtes capable de fixer votre attention dessus, il peut s'ouvrir, d'une certaine manière, rayonner en brillant. Les lumières peuvent aussi apparaître déjà brillantes. Elles peuvent apparaître comme des images, avec de petits rêves issus de votre imagerie hypnagogique. Elles peuvent apparaître comme une lune ronde se levant au dessus de l'horizon, ou comme le soleil levant, et il peut être rouge, ou jaune foncé, ou parfois seulement entièrement blanc. Les lumières peuvent apparaître aussi comme une illumination soudaine, bizarrement suivie d'un bruit de craquement comme celui d'une étincelle électrique. D'autres fois, les lumières apparaissent comme des flammes de feu, petites ou étendues. J'ai aussi trouvé des cas où les

lumières ressemblaient à l'ouverture d'un éventail dans un arc en ciel de couleurs, comme dans l'une des expériences décrites ci-dessus. J'ai eu des cas bizarres où la lumière ressemblait à un écran de TV, bleuâtre et comme vibrant. Les lumières peuvent, par exemple, n'être que l'image d'une simple bougie qui, comme mentionné plus haut, se transforme en une lumière brillant intensément ! Les variantes sont innombrables.

Une autre caractéristique intéressante des lumières est ce que l'on appelle lumière mimétique. J'ai remarqué ces phénomènes de lumière mimétique— de manière plus claire— après avoir acquis un Nova-Dreamer du Lucidity Institute. Le Nova-Dreamer est un appareil conçu par le Lucidity Institute pour vous aider à éveiller votre conscience en rêve. Cela arrive surtout pendant la période REM, la phase du sommeil où vous avez des mouvements oculaires rapides et où, d'ordinaire, vous rêvez. J'ai dormi quelques nuits avec cet appareil puis j'ai passé quelques autres nuits sans lui. J'ai donc noté plusieurs cas où j'ai vu, pendant l'endormissement, des lumières clignotantes, juste comme le fait le Nova-Dreamer, même quand je ne l'avais pas mis ! Toutefois, ce n'était pas nouveau pour moi. C'est pour moi une expérience banale, depuis que j'ai commencé de conduire la nuit, d'avoir parfois des bouts de rêve de voitures en mouvement-phares quand je m'endors. Dans d'autres cas, dans le bout de rêve, c'était comme si quelqu'un, dans la voiture devant moi, donnait un coup de frein, et les feux de stop soudain devenaient très brillants, me ramenant au plein éveil. L'expérience de lumières mimétiques peut arriver parfois après une nuit de tempête avec éclairs et tonnerre. Pendant plusieurs nuits après l'orage, je vois d'ordinaire des flashes lumineux semblables à des éclairs pendant l'endormissement, parfois même avec le bruit du tonnerre. Certes, ces pyrotechnies sont un bon germe pour les phénomènes de lumières mimétiques.

J'ai aussi entendu des médiums du Brésil suggérer que ces lumières pourraient être une expérience de vision spirituelle d'esprits de lumière. Ils avaient l'habitude de voir des esprits de lumière et leur suggestion doit être considérée comme une possibilité, surtout s'ils s'accompagnent d'un type quelconque de communication.

Sons

C'est après l'observation de vécus d'éclairs et tonnerre à l'endormissement, après un orage, que j'ai réalisé que j'avais été réveillée de quelques rêves après une explosion survenue dans ces rêves. Certaines de ces explosions— avec l'imagerie onirique correspondante— étaient très bruyantes, au point de me réveiller. Les sons qui surviennent dans le sommeil ou au début du réveil sont aussi d'une très grande variété, comme les lumières. Un phénomène sonore banal est le bruit du vent. Un autre son banal ressemble à celui d'un carillon à vent ou d'une ou plusieurs cloches, ou à celui d'un verre qui tombe sur le sol, ou qui est heurté par quelque chose. Il existe aussi toute une gamme de sons bizarres qu'on ne peut comparer à aucune expérience sonore à l'état de veille. J'ai eu également de nombreuses expériences où j'entendais de la musique ou des voix. On peut le considérer comme l'équivalent des images hypnagogiques ou hypnopompiques (les images hypnopompiques apparaissent avant le réveil, comme symétrique de l'endormissement où elles sont appelées hypnagogiques). On peut aussi les considérer comme le prélude d'un contact avec des êtres incorporels, aussi bien les voix que la musique. J'ai eu plusieurs expériences dans lesquelles les voix étaient d'une certaine façon en relation avec ce que j'avais vécu dans certains rêves spéciaux. Il y eut une fois un insistant joueur de violon... Encore une fois, nous oublions souvent que ce n'est qu'une partie de l'imagerie hypnagogique et hypnopompique, et que les rêves sont tissés par notre cerveau.

Vibrations, dure ou douces

Les vibrations, comme les sons et les lumières, présentent aussi une grande variété et nous pouvons observer certaines d'entre elles plus souvent que d'autres. Il existe des vibrations qui sont très électriques et qui donnent même l'impression d'être quelque chose de douloureux. Je les considère comme le type dur et je crois que c'est le type qui effraie d'ordinaire les sujets non avertis. Les vibrations semblent varier en amplitude et en fréquence. Elles peuvent être intenses ou douces. Toutefois, on pense en général que les vibrations accompagnent l'expérience OBE. D'autres, y compris moi, pensent que c'est seulement une caractéristique d'un début d'OBE. Les OBE aussi se présentent de plusieurs façons, avec ou sans vibrations.

Paralysie

De nombreux récits de paralysie comprennent aussi des descriptions de vibrations. Nous devons seulement comprendre que les vibrations surviennent avec ou sans paralysie, tout comme la paralysie peut se produire sans vibrations. Les cas où ces dernières se manifestent, par exemple, ce sont les situations où nous croyons être revenus dans notre corps, donc entraînant la confusion alors que nous ne sommes pas réellement réveillés. Où nous entrons dans un faux éveil où nous croyons que nous nous sommes levés du lit... Les pratiquants d'OBE expérimentés, qui sont capables d'arrêter les situations de faux éveil, suggèrent de penser fortement à bouger au moins un doigt, et c'est une bonne technique pour commencer à bouger le corps et sortir progressivement de la paralysie. Quelqu'un qui ressent une paralysie et qui ne connaît rien de ces phénomènes peut en être intensément effrayé. D'autre part, les images hypnagogiques ou hypnopompiques qui peuvent être présentes à ce stade, si la personne est en train de s'endormir ou de se réveiller, peuvent devenir un théâtre de torture élaboré, avec des personnages effrayants. Il existe des contes folkloriques de démons, comme des contes de succubes ou d'incubes apparaissant dans ces circonstances, avec la personne à la merci de ces rêves affreux. Toutefois, avec un petit effort et de la persévérance, n'importe qui serait capable de sortir d'une telle situation inconfortable. Il s'agit de rêves générés par l'esprit subconscient, peut-être pour justifier une inconfortable situation de paralysie et de vibrations.

Développement de perceptions extrasensorielles

On a suggéré que la montée, ou l'éveil, de Kundalini pourrait être responsable du développement de capacités extrasensorielles. C'est une question importante quand nous observons que, dans les expériences décrites par les pratiquants de l'OBE, ils mentionnent fréquemment des cas de perceptions extrasensorielles. Quand je me suis connectée sur Internet et que j'ai commencé de lire des aventures de pratiquants d'OBE contemporains, j'ai eu l'occasion de trouver d'autres personnes qui avaient aussi remarqué qu'ils avaient développé quelques capacités extrasensorielles en même temps que leur capacité à quitter leur corps physique consciemment. Par

exemple, considérons les phénomènes suivants de vision au delà de mes yeux fermés, extraits de mon propre journal :

10 novembre 1995 : ... [pendant une rupture de conscience entre un rêve et le réveil] j'étais consciente de vibrations à l'intérieur de ma tête, en son centre... un bourdonnement continu qui semblait être associé à une 'rotation'. Au début, cela semblait centré dans la tête, puis cela se déplaça lentement. J'ai ensuite pu le sentir près de mon cou et à l'arrière de ma bouche... Pendant que cela continuait, j'ai noté quelque chose de différent. J'avais l'impression de voir le plafond de ma chambre, qui était bordé d'une forme comme le sommet d'une pierre d'émeraude taillée. C'était comme si j'avais regardé au travers de la pupille d'un oeil géant. Quand le champ de vision s'est ramené à un point centré sur mon front, j'ai perdu de vue l'extérieur de ma tête... 'Oh, ai-je pensé, j'ai vu à l'extérieur [de mes yeux fermés]!' Cela, focalisant l'attention, fit que le champ de vision s'est rouvert, et une fois encore j'ai pu observer le plafond de ma chambre. J'étais fascinée, et j'ai expérimenté avec mon 'oeil'. Il s'ouvrit et se ferma longtemps. Le champ de vision était le même chaque fois qu'il s'ouvrait— le plafond de ma chambre— mais quand il s'ouvrait largement, je pouvais bien voir et examiner n'importe quoi. Je ne l'ai fait que sur une petite étendue, notant les détails du plafond. La forme du champ de vision me fascinait et j'en ai même un peu oublié les vibrations qui continuaient encore dans ma tête... Toutefois, au bout d'un moment, les vibrations s'affaiblirent et je n'ai plus pu 'ouvrir l'oeil'...

On pourrait argumenter que cette expérience n'est pas extrasensorielle. Toutefois je crois, grâce à mon entraînement à observer l'imagerie des périodes hypnagogique et hypnopompique, qu'il y a de bonnes possibilités pour qu'elle le soit. Ce n'est pas seulement hautement inhabituel, mais la répétition de l'ouverture et la fermeture de la pupille était suivie de la même image : le plafond de ma chambre. Le champ de vision correspondait exactement à ma position allongée dans le lit. Enfin, mes notes contiennent une autre occurrence de cet inhabituel pupille de grand oeil, centré sur le front, et d'autres cas de vision d'objets ou de personnes depuis ma position allongée dans le lit.

Energie en action ?

Récemment, en m'entraînant pour vendre des bijoux forgés en or à la boutique de joaillerie d'un voisin, j'ai observé le jeu combiné de l'attention, du sentiment de danger imminent, des étranges particularités et de la lumière des flammes. Le résultat fut d'intenses expériences de phénomènes lumineux et de quasi-énergie à l'endormissement. J'ai remarqué, après des accès de sensations extrêmes, quelles qu'elles soient, que j'avais l'impression d'observer des lumières et des sons électriques à l'endormissement, qui semblaient augmenter en fréquence et en intensité. C'est un bon exemple de l'influence d'une intense émotion, à laquelle s'ajoute une attention concentrée, dans l'extension de l'esprit subconscient... Ou dans la production d'événements reliés à l'énergie que l'on peut associer aux manifestations de Kundalini.

Ces expériences de lumière, sons et vibrations refléteraient-elles une action énergétique, d'un type que nous pourrions relier à l'énergie électrochimique traversant notre système nerveux ? En principe, la réponse est oui. Tout événement se produisant dans notre système organique, visiblement, doit être le résultat d'un processus électrochimique. Toutefois nous ne pouvons connaître les éléments spécifiques de ces processus : où et comment. Présentement, nous n'avons pas de réponse scientifique à cela, car le développement de notre connaissance du cerveau et du système nerveux est encore insuffisant. En dépit de la somme impressionnante de ce que nous avons déjà réalisé dans le champ de la recherche académique, malheureusement, on n'en sait pas assez pour répondre même aux questions fondamentales comme les causes de la maladie d'Alzheimer, comment l'arrêter ou la soigner. On en sait davantage sur d'autres processus, bien qu'il reste encore un long chemin pour être à même de répondre à toutes les questions que nous nous posons sur le cerveau, le système nerveux et leurs processus. Et les manifestations de Kundalini font partie des questions qui n'intéressent pas spécifiquement les chercheurs, en raison de leur relation avec la philosophie religieuse. D'un autre côté, ces phénomènes ne sont pas seulement très complexes, mais mal compris, même dans leur description fondamentale. Pendant ce temps, nous pouvons admettre d'autres points de vue ou conjectures. Gopi Krishna insiste dans ses écrits sur le fait que Kundalini, en parvenant au cerveau, après être montée en flot par le canal

Sushuma (ou par les canaux pingalâ ou idâ) depuis son lieu de sommeil à la base de la moëlle épinière (nommée chakra racine dans le Yoga), stimulera à la fois le cerveau physique et le cerveau non physique. Et que Kundalini, dans son trajet vers le cerveau, stimulera les nerfs et les cellules du corps physique aussi bien que tous les centres d'énergie. Il suggère qu'une Kundalini active pourrait être responsable du génie chez beaucoup de gens. Mais que de nombreux fous en hôpital pourraient être victimes d'un développement de Kundalini qui a mal tourné ou qui a été complètement mésinterprété.

Après étude des lumières, sons et vibrations, et du soudain développement des perceptions extrasensorielles, le tout relié à l'état profond de relaxation et d'attention pendant la méditation, ou aux événements de conscience pendant l'endormissement ou le réveil, il est facile de suspecter une relation entre Kundalini et ces manifestations énergétiques. Comprendre et connaître ce qu'il faut ou ne pas faire à ce propos pourrait être une importante question. Toutefois, actuellement, il n'existe guère d'information sur ce point. Je ne suis pas sûre des respirations et des postures yogiques. Leurs objectifs semblent être dirigés vers la stimulation des principaux chakras et j'ai entendu parler de certaines écoles de yoga ayant des problèmes pour gérer les manifestations de Kundalini quand elles arrivent spontanément pendant les mouvements yogiques ou la méditation. Bonnie Greenwell a présenté quelques suggestions dans son livre mentionné ci-dessus, du point de vue d'un professionnel de la psychologie.

Il existe une proposition selon laquelle les OBE dépendent de nos énergies. En ce cas, les pratiquants de l'OBE pourraient donner des suggestions salutaires. Je crois qu'ils ont le mérite d'essayer, et que leur connaissance provient de leurs attentes personnelles et de leurs succès.

Conclusion

Derrière la porte qui donne sur la véranda de ma maison, j'ai un carillon de verre. Le matin, le soleil donne dessus. Quand il fait du vent, un jeu de lumière solaire frappant les morceaux de verre

mobiles se reflète dans la maison. Parfois, quand je travaille à l'ordinateur, je jette un coup d'oeil par moments à ces reflets mouvants de soleil... Mon regard poursuit un but, plus que le seul plaisir du reflet de lumière. Je regarde ces reflets en sachant que les lumières peuvent revenir briller dans mon esprit quand je m'endors. N'importe quel jeu de lumière agit sur moi. Je prends aussi un réel plaisir à regarder les nuages pelucheux glisser sur le ciel bleu. Mais le plaisir est encore plus grand quand je découvre les rayons du soleil qui s'effacent et reviennent selon le mouvement des nuages. J'apprécie aussi les levers et couchers de soleil, dans le même but. Le sentiment de plaisir avec la beauté de ces moments joue un rôle de contact avec mon esprit subconscient, me rappelant, quand, dans ces très spéciales conditions, je m'endors ou me réveille du sommeil, ou dans mes rêves, que Je suis là. L'éveil de ma conscience en rêve ou au début du sommeil/réveil est toujours arrivé ainsi, même au temps où je n'étais pas consciente des possibilités de communication avec l'esprit subconscient, ou de l'existence des énergies de Kundalini. Depuis l'enfance, j'ai fait une sorte de jeu de lumière pour le seul plaisir. Plus tard dans la vie, c'était le rayonnement solaire, car c'est comme un coucher du soleil que s'est produite ma première intense vision de lumière à l'endormissement. Une nuit, pour une raison dont je ne peux me souvenir, je me suis mise à me rappeler mes longs voyages en bus depuis l'université jusque chez mes parents. Il y avait des eucalyptus plantés des deux côtés de la route. Dans l'un de ces trajets, à la fin du jour, j'ai eu la joie d'observer le soleil clignant à travers le feuillage des eucalyptus, comme le bus gravissait lentement la colline. Le jeu était une façon de tuer le temps, bien sûr, mais cette nuit je me souvenais du jeu de lumière, juste pour le plaisir de la mémoire. J'approchais de l'endormissement pendant cette remémoration et j'ai eu la vision d'un soleil, grand et rouge, comme s'il s'enfonçait sous l'horizon ! La vision était si soudaine que je revins en alerte et très surprise. La vision ne ressemblait pas à ce que j'avais en mémoire... Et ce fut le commencement. Depuis lors, j'ai pris plaisir à beaucoup d'autres jeux de lumière et les visions de lumière, à l'endormissement ou au réveil.

Peut-on expliquer vraiment ces phénomènes de lumières et de sons comme de simples nerfs activés ou désactivés par le cerveau quand nous approchons le seuil entre sommeil et état de veille ? Ou par l'énergie de Kundalini ? Ou peut-être par les propriétés électriques

d'un corps éthérique qui se déconnecte du corps physique dans les OBE ? Ou... est-ce que ce sont uniquement des hallucinations de l'état hypnagogique ou hypnopompique ?

En août 1994, Stephen LaBerge, du Lucidity Institute, est venu à San Antonio pour un atelier d'un jour sur le rêve lucide à la Mind Science Foundation, auquel j'ai assisté. Vers la fin de la journée, quand j'en ai eu l'opportunité, j'ai posé une question à LaBerge, à propos de ces phénomènes lumineux. Voici son commentaire : Vous savez que, si vous pressez un doigt sur le côté de votre oeil, vous verrez une lumière ?— Oui, répondis-je..., car c'était l'une de mes découvertes d'enfance. Je n'ai pas discuté plus avant ce sujet, préférant l'interroger sur son point de vue sur les sons et les voix que nous entendons à l'endormissement. Ce point de vue était que lumières et sons, y compris voix, sensation de présence et mauvais rêves, tout cela n'était qu'hallucinations du stade hypnagogique...

Bon, je m'arrête là et laisse les lecteurs expérimenter et observer par eux-mêmes les lumières, les sons et les voix de l'imagerie hypnagogique, et les vibrations, etc., de l'endormissement. S'agit-il d'une montée de Kundalini ? Sont-ils dus aux nerfs activés et désactivés ? S'agit-il seulement d'imagerie hypnagogique et hypnopompique ? S'agit-il d'Esprits de Lumière venant à vous ? Ou d'une pression accidentelle sur les yeux ? A mon sens, c'est une question qu'il faut étudier plus en profondeur.

References et lectures conseillées

Livres :

B1 - W. Brugh Joy, "Joy's Way," G.P. Putnam's Sons Pub., 1979

B2 - Rieker, "The yoga of light: The classic esoteric handbook of Kundalini yoga," p. 49, The Dawn Horse pubs., Clearlake, CA, 1971.

B3 - Krishna, Gopi, "Living with Kundalini," Shambala Dragon Editions, 1993

B4 - Greenwell, Bonnie, "Energies of Transformation - A Guide to the Kundalini Process," Shakti River Press, 1990

B5 - LaBerge, Stephen, and Rheingold Howard, "Exploring the World of Lucid Dreaming," Ballantine Books, 1990

Articles :

A1 - Ghibellini Florence et revue Rêver
<http://www.imaginet.fr/~ghibelli/anahita.html>
A2 - Rifat, Claude, "Du Rêve Conscient à la Conscience," Rêver No. 2, printemps 1997.
A3 - Bruce, Robert, "Treatese on Astral Projection" and "Auric Sight Tutorial," <http://www.tower.com.au/~rsb/>
A4- Marques-Bonham, Sirley, "Lucid Dreaming? Out-of-Body Experience?,"
at <http://www.io.com/~sbonham/dream.htm>
A5 - Petterson, Robert, "Out-of-Body Experiences: How to Have Them, and What Expect,"
<http://www.winternet.com/~rsp/obebook.html>
A6 - Guiden, Alan, "Traveling: An Accidental Expert: How-To Leave Your Body Handbook,"
<http://www.acadiacom.net/studynet/>

Pages Internet:

I1 - Sleep Home Pages:
<http://bisleep.medsch.ucla.edu/>
I2 - The Lucidity Institute: <http://www.lucidity.com/>
I3 - The Astral Library:
<http://www.lava.net/~goodin/library.html>
I4 - Kundalini Research Foundation:
<http://www.renature.com/KRF/Welcome.html>
I5 - Kundalini Resource Center:
<http://magnet.mwci.net/mall/tat/kundalini/index.html>
I6 - The Kundalini Research Network:
<http://vitalenergy.com/krn/>

Note : Je peux trouver dans les Home-Pages d'Internet consacrées au sommeil deux lettres intéressantes. L'une d'elles est l'annonce d'un web site spécialisé promu par le Nocturnal Assault Research Center, à l'adresse

<http://www.geocities.com/Paris/LeftBank/1700/nocturnal.html>.

Ce centre développe des recherches sur la paralysie du sommeil et les terreurs nocturnes, apparemment du point de vue des sciences sociales et anthropologiques. La seconde annonce vient de Jean-Christopher Terrillon (terril@hip.atr.co.jp), Ph.D., de Kyoto, Japon, qui mène des recherches sur la paralysie du sommeil de manière plus large, à la fois physiologique et psychologique. Le Dr. Terrillon

annonce aussi un groupe de discussion pour échange d'informations sur ce que l'on appelle paralysie périodique et, en particulier, la paralysie périodique hypothalamique, qui a pour conditions une déficience en potassium.

Sirley Marques-Bonham

Sirley Marques-Bonham est née dans les collines du centre du Brésil, mais vit actuellement avec son mari et sa fille de 13 ans à Austin, Texas (USA). Elle est chercheur en physique théorique et quelque peu spécialiste des neurosciences. En physique, elle s'est intéressée à la physique nucléaire et à la relativité, mais son principal travail porte sur les modélisations mathématiques de la théorie géométrique des champs unifiés d'Einstein. En neurosciences, elle a fait des modèles statistiques sur l'apprentissage et la mémoire. Elle s'est impliquée dans l'étude du cerveau et ses travaux, par sa participation à un groupe de discussion sur les neurosciences cognitives au Health Science Center de l'université du Texas (UT-HSC) à San Antonio, et plus tard sa participation à la recherche en neurosciences à l'université du Texas à Austin. Elle a aussi une connaissance en imagerie du cerveau, obtenue par son entraînement en physique médicale à UT-HSC.

Au Brésil, elle s'est impliquée dans le travail spirituel de deux types différents : le spiritisme et l'ésotérisme. Quand elle était étudiante (graduate student, ce qui doit correspondre au troisième cycle universitaire en France, bien que les systèmes diffèrent d'un pays à l'autre, note du trad.) à Sao Paulo, elle a participé à un groupe de scientifiques et d'étudiants spécialement formé pour la discussion des phénomènes paranormaux. Depuis son adolescence, elle a eu des expériences qui peuvent être interprétées au choix comme rêves lucides ou comme OBE. Ces expériences l'ont amenée à entamer une recherche sur les phénomènes de rêve lucide et d'OBE, en utilisant la méthode de la grounded theory, une des méthodes modernes de recherche qualitative. Ceci inclut dans sa recherche non seulement ses expériences personnelles, mais aussi les

expériences des rêveurs lucides contemporains et des pratiquants de l'OBE.

Sa devise : Observer n'importe quel événement énigmatique de la vie de différents points de vue, sans parti-pris.

Sirley Marques-Bonham, Ph.D. -
sbonham@io.com
<http://www.io.com/~sbonham>

Staff of "Brain & Mind," Electronic Magazine in Neuroscience
<http://www.epub.org.br/cm/>
512 Kingfisher Creek Dr.
Austin, TX 78748 (USA)



source: www.lespasseurs.com