

Nom : \_\_\_\_\_ Gr : \_\_\_\_\_



## Peut-on se souvenir de ses vies antérieures ?

La régression à des vies antérieures est un supposé retour, sous hypnose, à des existences vécues par le sujet dans un passé plus ou moins lointain. Il est vrai que parmi les sujets qui tentent l'expérience, beaucoup disent se souvenir de vies antérieures, mais il est fortement probable qu'il s'agisse de *faux souvenirs*, de purs produits de leur imagination puisés dans leurs vies présentes, suivant la suggestion, intentionnelle ou non de l'hypnothérapeute, ou encore de confabulations.

### Jeu ou thérapie ?

Quelques thérapeutes du Nouvel Âge vantent la régression à des vies antérieures dans un cadre de croissance personnelle, mais aussi à titre de thérapie. On ne fait sans doute pas de mal en encourageant des gens à jouer, à titre d'exploration personnelle, avec de faux souvenirs venant d'existences qu'ils sont censés avoir menées dans le passé, ou, au contraire, à aller jeter un coup d'oeil dans ce qu'ils imaginent être leur avenir. Pour ce qui est de la valeur thérapeutique de la chose, par contre, même le pire des guérisseurs nouvel-âgeux devrait comprendre qu'il est dangereux d'encourager certaines personnes à s'illusionner.

### Les conséquences des « faux souvenirs »

Quelques faux souvenirs peuvent demeurer sans conséquence, mais d'autres peuvent avoir un effet dévastateur, accroître les souffrances des personnes qui en sont victimes, et même détruire la relation qu'elles entretiennent avec les membres de leur famille. Il faut clairement faire preuve de grandes précautions lorsqu'on utilise l'hypnose.

On trouve des « thérapeutes » selon qui l'hypnose ouvre une fenêtre sur l'inconscient, où sont conservés les souvenirs de nos vies antérieures. La façon dont ces souvenirs s'y retrouvent n'est pas précisée, mais on renvoie au concept de la réincarnation, même si cette idée se passe habituellement très bien de l'hypothèse d'un inconscient renfermant des traces d'existences anciennes.

Cette « thérapie » serait essentielle au traitement et à la guérison de leurs patients. Certains vont jusqu'à dire que leur traitement peut venir en aide même aux patients qui ne croient pas aux vies antérieures.

### La question de la crédibilité

La pratique jouit de plus de crédibilité qu'elle n'en mérite à cause des titres de certains de ses principaux défenseurs, tels Brian L. Weiss, M.D., diplômé de l'Université Columbia et de l'École médicale de Yale, et président émérite de psychiatrie au Mount Sinai Medical Center de Miami. Il n'y a pas d'intérêt en thérapie par régression à des vies antérieures, cependant pas plus que le fait d'être médecin ne confère une autorité spéciale en matière de métaphysique, de sciences occultes ou de surnaturel.

## **L'effet des attentes des sujets**

Le psychologue Robert Baker a démontré que le degré de croyance en la réincarnation constitue le meilleur prédicteur pour savoir si un sujet aura ou non des souvenirs de vies antérieures sous hypnose. De plus, il a démontré que les attentes du sujet ont un effet important sur les résultats de la séance de régression. Il a divisé un groupe de 60 étudiants en trois.

Aux participants du premier groupe, il a dit qu'ils étaient sur le point de faire l'expérience d'une nouvelle thérapie extraordinaire qui les aiderait à découvrir leurs existences antérieures. Dans ce groupe, 85 % des participants ont pu se « souvenir » d'une existence antérieure.

Au second groupe, il a plutôt parlé d'une nouvelle thérapie qui pourrait ou non engendrer des souvenirs de vies antérieures. Pour ce groupe, le taux de succès s'est établi à 60 %.

Enfin, il a dit au troisième groupe que la thérapie proposée était vraiment farfelue, et qu'en général, les gens normaux ne revoyaient pas de vies antérieures. Le taux de succès de ce groupe ne s'est établi qu'à 10 %.

## **Des avantages non négligeables**

Il y a au moins deux avantages à la thérapie par régression. Tout d'abord, les thérapeutes facturent à l'heure, et la possibilité d'explorer des siècles d'existences potentielles plutôt qu'une simple vie leur assure des revenus intéressants sur une période substantielle. Ensuite, autant le thérapeute que son patient peut se livrer aux spéculations les plus échevelées sans crainte de se voir contredit par les faits.

Source : Les Sceptiques du Québec <http://www.sceptiques.qc.ca/dictionnaire/pastlife.html>



## **Questions sur l'hypnose et les vies antérieures**

1. Nomme l'organisme qui a écrit et publié le texte :

---

2. Selon toi, les auteurs du texte croient-ils à la thérapie par régression ? \_\_\_\_\_

3. Selon toi, est-ce un article objectif (neutre) ou subjectif (sert à démontrer une opinion) ?

☐ Objectif

☐ Subjectif

4. Pourquoi ?

---

---

---

5. Par quel procédé peut-on supposément se rappeler de ses vies antérieures ?

---

---

---

6. D'où viennent les « faux souvenirs » ?

---

---

---

7. Pourquoi les adeptes du Nouvel Âge vantent-ils la régression à des vies antérieures ?

---

---

---

8. Quels sont les dangers des faux souvenirs ?

---

---

---



9. Pourquoi, selon l'auteur, la pratique de la régression à des vies antérieures a-t-elle plus de crédibilité qu'elle n'en mérite ?

---

---

---

10. Quel est le meilleur prédicteur pour savoir si un patient aura ou non des souvenirs de ses vies antérieures pendant une séance d'hypnose ?

---

---

11. Pourquoi le succès dans le troisième groupe de recherche n'est que de 10% ?

---

---

---

12. Quelle conclusion ces résultats nous permettent-ils de tirer ?

---

---

---

13. Selon le texte, quels sont les deux avantages de la thérapie par régression ?

---

---

---

---

