ESSAY · ÉDITION EN FRANÇAIS

Soul Intelligence

Luis Miguel Gallardo

Publié dans: Journal of Happytalism and Fundamental Peace, Volume 1, numéro 1 (2026) · JHFP-2026-008
Original en anglais · DOI: https://doi.org/10.68220/whf.2026.008 · CC BY 4.0

Traduction assistée par IA, proposée pour faciliter l'accès. Elle n'a été relue ni par les auteurs ni par un traducteur professionnel. La version anglaise est la version de référence et celle qu'il convient de citer.

De l'intelligence artificielle à l'intelligence sous la peur

Luis Miguel Gallardo

Yogananda School of Spirituality and Happiness, Shoolini University, Solan, Himachal Pradesh, Inde ; World Happiness Foundation · ORCID : https://orcid.org/0009-0005-3222-6092

Correspondance : lgallardo@worldhappiness.foundation

Publié dans : Journal of Happytalism and Fundamental Peace, Volume 1, Numéro 1
Numéro d'article : JHFP-2026-008 · **Type d'article :** Essai · **Version :** 1.0 · **Date de publication :** 13 novembre 2026
DOI : 10.68220/whf.2026.008
Statut d'évaluation : Évaluation éditoriale selon le modèle éditorial de la revue ; non évalué par des pairs externes. L'auteur est le rédacteur en chef de la revue (voir Déclarations).
Licence : Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

Citation suggérée : Gallardo, L. M. (2026). Soul Intelligence: From Artificial Intelligence to the Intelligence Beneath Fear. *Journal of Happytalism and Fundamental Peace*, 1(1), JHFP-2026-008. https://doi.org/10.68220/whf.2026.008

Résumé

L'intelligence que nous construisons apprend ses états de nous. Cet essai à la première personne propose que nous construisions et jugions l'intelligence, la nôtre d'abord et celle de la machine ensuite, selon qu'elle sert ou non l'état dans lequel la peur se résout et la sollicitude s'élargit. J'appelle la source de cet état l'Universal Intelligence (intelligence universelle), et le fait de vivre à partir de celle-ci la Soul Intelligence (intelligence de l'âme). L'essai s'appuie sur trois sources : mes propres régressions dans la Vie Entre les Vies et ma pratique de facilitateur ; trois Guides' Collective Wisdom Sessions tenues avec des confrères et consoeurs facilitateurs du Michael Newton Institute en 2026 ; et la littérature de recherche sur l'hypnose, l'expérience d'auto-transcendance, l'expérience de mort imminente et le comportement des systèmes d'IA. Il décrit l'état de l'âme à travers cinq qualités rapportées, expose ce que les données probantes soutiennent et ne

soutiennent pas à travers le Yoga Vāsiṣṭha, l'hypnose clinique, la régression spirituelle et les approches quantiques, et propose la Paix Fondamentale comme la trace mesurable de cet état dans la vie ordinaire. Il interprète ensuite quatre phrases reçues en régression (soyez en paix ; résolvez la peur en amour ; créez avec sagesse ; vous n'êtes jamais seuls) comme un cahier des charges pour les personnes et pour les systèmes d'IA, et désigne cinq études qui pourraient infirmer cette proposition. L'essai n'affirme nullement qu'il a été démontré que les âmes, les guides ou une vie entre les vies existent, et n'affirme pas que les machines sont conscientes. Il soutient qu'un état humain descriptible a des conséquences mesurables, et que les systèmes que nous construisons porteront l'état, quel qu'il soit, que nous leur apportons.

Mots-clés : Soul Intelligence ; Universal Intelligence ; Vie Entre les Vies ; régression spirituelle ; hypnose ; expérience d'auto-transcendance ; Paix Fondamentale ; FP20 ; Yoga Vāsiṣṭha ; intelligence artificielle ; alignement de l'IA ; Happytalisme.

Table des matières

1. Là où tout commence
2. Ce que j'entends par l'état d'âme
3. La lignée, et ce que les données probantes soutiennent
4. Paix Fondamentale : la trace que nous pouvons mesurer
5. De l'intelligence artificielle à l'intelligence de l'âme
6. Ce que cela exige de nous
7. Ce qui peut être étudié
8. Ce que cet essai ne prétend pas
9. Une invitation

Déclarations
Références

1. Là où tout commence

Je ne suis pas parvenu à cette idée en étudiant les machines. J'y suis parvenu en étant assis aux côtés de personnes en transe profonde, pendant les trois ou quatre heures que dure une séance de Vie Entre les Vies. Durant ce temps, nombre d'entre elles décrivent un état dans lequel elles ne se sentent plus séparées de quiconque.

J'ai également été le client. Une règle de ce travail veut que l'on se rende là où l'on envoie les autres, et je m'y suis rendu à trois reprises. J'ai décrit ces voyages dans un essai intitulé *Dancing with Stardust* (Gallardo, n.d.-a).

Ils m'ont ramené à travers l'enfance et la matrice utérine, puis dans deux autres vies. L'une était celle d'un ermite dans une grotte de montagne, qui ne servait personne au sens terrestre du terme et pourtant, en maintenant la paix, servait. L'autre était celle d'un garçon formé dès l'enfance aux langues et à la négociation, envoyé pour faire la paix entre des puissances rivales, et tué dans une embuscade à seize ans avant même d'avoir pu commencer.

Depuis le dessus de cette cour, j'ai vu trois choses. La mission avait été impossible dès le départ. Rester un simple observateur avait signifié devenir une victime. Et la peur engendre la trahison. J'ai aussi vu un choix : je n'avais pas à répondre à la peur par la peur.

Dans cette vie, j'ai étudié la paix, servi comme observateur international dans l'ex-Yougoslavie, puis quitté la diplomatie. Quoi que l'on croie au sujet des vies antérieures, quelque chose en moi portait la conviction que le faiseur de paix se fait tuer. En prendre conscience a été le début pour la déposer.

Au-delà de ces vies, l'histoire humaine s'est effacée. J'étais poussière d'étoiles parmi d'autres lumières que je reconnaissais comme des compagnons, sans la moindre trace d'ego. Puis une présence s'est rassemblée, vaste et patiente, que je ne pouvais appeler que l'Ancien Primordial. À chaque léger mouvement, de nouvelles étoiles tourbillonnaient et s'échappaient. Rien n'était forcé. C'était un dessein sans pression.

Ce qui émanait de cette présence n'était pas formulé avec des mots, et je le porte en moi depuis lors sous la forme de quatre phrases. *Sois en paix. Résous la peur en amour. Crée avec sagesse. Tu fais partie de tout cela, et tu n'es jamais seul.*

Je ne présente pas cela comme une preuve de quoi que ce soit. Ces images m'appartiennent. Je le partage parce que c'est de là que provient l'idée de cet essai, et parce qu'un fil conducteur traversait l'ensemble des trois séances. Lorsque nous détendons le système nerveux et résolvons l'anxiété, nous recouvrons l'accès à un courant tranquille et sage sous la peur. Je l'ai appelé Intelligence Universelle.

Je suis un facilitateur certifié par le Michael Newton Institute. Je suis également chercheur, et ces deux rôles m'ont appris à tenir deux choses à la fois : la réalité ressentie de ce que les gens rapportent, et un agnosticisme sincère quant à ce que cela est ultimement.

Cet essai pose une question depuis l'intérieur de cette tension. Si l'intelligence que nous construisons apprend de nous, de quel état parmi les nôtres apprend-elle ?

Ma réponse est une proposition, et je l'appelle Intelligence de l'Âme. Il s'agit d'une intelligence, d'abord humaine et en second lieu assistée par la machine, qui opère à partir de l'état que les gens décrivent lorsque la frontière du soi séparé s'assouplit et que la sollicitude s'élargit. Je la propose comme une vision et une direction de recherche. Je ne la propose pas comme un résultat établi.

2. Ce que j'entends par l'état de l'âme

Par état de l'âme, j'entends une manière d'être que les personnes rapportent en état de régression profonde, décrite ici par ses qualités et non par une quelconque affirmation quant à sa source. Cinq qualités sont récurrentes dans les séances que je facilite et dans la littérature de cette lignée (Newton, 1994).

- **Non-séparation.** La personne n'éprouve plus de frontière nette entre soi et l'autre.
- **Bienveillance inconditionnelle.** L'amour est décrit comme le milieu même du lieu, et non comme un sentiment éprouvé envers quelqu'un.
- **Revue sans jugement.** Une vie est observée dans son ensemble, et ses erreurs sont comprises plutôt que condamnées.
- **Raison d'être.** La personne pressent ce pour quoi cette vie est faite.
- **Présence.** Il n'y a aucune urgence et rien à défendre.

Cet état ne se manifeste pas toujours sous la forme d'une image. Lors d'une première séance avec une cliente qui doutait de pouvoir se détendre ne serait-ce qu'un peu, il est d'abord apparu comme un sentiment : accueil, appartenance, sécurité, un sentiment d'être chez soi. Les images ont suivi dès lors qu'elle a cessé d'essayer de bien faire (Gallardo, n.d.-b). C'est le système nerveux qui donne le rythme.

Ces témoignages ne sont pas propres à la régression. La psychologie décrit les expériences d'auto-transcendance comme des états transitoires dans lesquels le sentiment de soi devient moins saillant et le sentiment de connexion s'accroît (Yaden et al., 2017). La taxonomie consensuelle des états modifiés place l'unité et l'altération de l'identité parmi ses catégories fondamentales, quel qu'en soit le déclencheur (Cardeña et al., 2025).

Deux termes doivent être distingués. L'Universal Intelligence (intelligence universelle) est le nom que je donne à ce qui est rencontré dans cet état : le courant tranquille sous la peur, qui n'appartient à personne. La Soul Intelligence (intelligence de l'âme) correspond à ce qu'une personne en fait : penser, décider et construire à partir de ce courant et non de la peur. La première est une affirmation relative à l'expérience que je ne peux prouver. La seconde est une façon de vivre, et elle peut être observée.

En 2026, j'ai organisé trois Guides' Collective Wisdom Sessions (séances de sagesse collective des guides) avec des confrères facilitateurs du Michael Newton Institute. Dans chacune d'elles, les facilitateurs sont entrés dans un état de relaxation profonde et ont posé des questions communes au sujet de l'humanité à ce qu'ils expérimentent comme étant leurs guides. J'ai ensuite comparé les réponses (Gallardo, 2026e, 2026f).

Séance	Date	Ce que nous avons demandé	Ce qui est ressorti avec le plus de constance
1. Conscience	14 mars 2026	Ce que l'humanité a besoin de comprendre pour avancer vers une paix durable	L'instrument du changement est intérieur. La séparation est l'illusion, et la peur la maintient en place.
2. Excavation	11 avril 2026	Ce que la souffrance, la domination et le deuil exigent de nous	La souffrance approche d'un point de bascule. La fatigue est réelle, et l'aide l'est tout autant.
3. Émergence	11 juillet 2026	Ce qui est déjà en train de naître, et comment le servir	Ce que nous cherchons est déjà là. Cela naît de l'intérieur vers l'extérieur.

En mars, là où d'autres parlaient du cœur ou de la volonté intérieure, mes propres guides ont désigné le centre intérieur comme étant l'état de l'âme. En avril, ils se sont montrés francs : nous sommes très fatigués, et nous avons besoin d'aide. En juillet, ils ont affirmé que ce qui est en train de naître est pur amour et compassion, atteints en traversant la douleur pour accéder au calme et à une conscience authentique.

Au fil des séances, les guides ont également évoqué un dôme de peur que l'humanité a érigé au-dessus d'elle-même et qui commence à se fissurer. Ils ont parlé de l'unité comme d'une chose déjà réelle et seulement obscurcie (Gallardo, 2026f).

Je rapporte ces éléments comme étant ce que des facilitateurs formés ont formulé en état de transe. Des personnes qui partagent une formation et un vocabulaire auront tendance à s'accorder ; aussi ne considère-je pas cet accord comme une preuve indépendante. Je le traite comme la description, répétée à de multiples reprises, d'un état qui mérite d'être compris.

3. La lignée, et ce que soutiennent les données probantes

L'état est ancien, et les données probantes en sa faveur sont inégales. Un pont a besoin de deux rives solides, et je souhaite être précis quant à la solidité de chacune d'elles.

Le plus ancien récit complet que je connaisse est le Yoga Vāsiṣṭha (Mitra, 1891–1899). Il enseigne que les mondes vécus sont créés par l'esprit, que les impressions latentes maintiennent la souffrance en place, et qu'une imagination disciplinée peut les dissoudre. Son objectif est la libération de son vivant, et sa reine Cūḍālā éveille son mari par le biais d'expériences mises en scène et de

paraboles. J'ai soutenu ailleurs que ce texte se lit comme un recueil de cas de ce que nous appelons aujourd'hui des phénomènes hypnotiques (Gallardo, 2026a, 2026d).

L'hypnose clinique fournit le mécanisme. L'hypnose est définie comme un état d'attention focalisée et de conscience périphérique réduite, caractérisé par une capacité accrue de réponse à la suggestion (Elkins et al., 2015). Elle constitue un outil des neurosciences cognitives à part entière (Oakley & Halligan, 2013). L'induction hypnotique réduit l'activité dans le réseau du mode par défaut (McGeown et al., 2009), et l'hypnose est associée à une altération de l'activité et de la connectivité à travers les réseaux qui gèrent la saillance, le contrôle exécutif et l'autoréférence (Jiang et al., 2017; Landry et al., 2017). La suggestion hypnotique peut à elle seule susciter des expériences de type mystique en laboratoire (Lynn & Evans, 2017). La régression elle-même dispose d'une base de recherche que j'ai examinée ailleurs (Gallardo, 2026b).

La régression spirituelle moderne parvient à un territoire similaire par une autre voie. Michael Newton a élaboré la méthode de la Vie Entre les Vies à partir de milliers de séances avec des clients (Newton, 1994). Les récits ressemblent à ceux des expériences de mort imminente, qui disposent d'un outil de mesure validé (Greyson, 1983) et ont été documentées de manière prospective chez des survivants d'arrêt cardiaque (Parnia et al., 2014; van Lommel et al., 2001). Des expériences similaires peuvent être suscitées en laboratoire par un composé psychédélique (Timmermann et al., 2018), et des expériences de type mystique provoquées par la psilocybine étaient toujours considérées comme faisant partie des plus significatives de la vie des participants plus d'un an après (Griffiths et al., 2008). L'état est, en d'autres termes, une expérience humaine reproductible. Son interprétation est contestée.

Le travail quantique en est la branche la plus récente, et j'en ai parlé de l'intérieur de la pratique. La Quantum Consciousness Experience de Peter Smith emmène le client vers l'extérieur, dans des états élargis, là où l'hypnose ordinaire va plus en profondeur. La Quantum Healing Hypnosis Technique de Dolores Cannon consulte ce que ses praticiens appellent le Soi supérieur dans une transe très profonde. Dans les deux cas, le langage quantique fonctionne comme une métaphore (Gallardo, 2025).

Les théories quantiques de la conscience sont une tout autre affaire. Elles constituent une hypothèse scientifique actuelle (Hameroff & Penrose, 2014), débattue lors de la conférence Science of Consciousness où j'ai présenté à Barcelone en 2025. Elles ne constituent pas des preuves en faveur de ces méthodes, et je n'ai trouvé aucune étude contrôlée sur l'une ou l'autre d'entre elles.

Tradition ou pratique	Ce qu'elle apporte	État des données probantes
Yoga Vāsiṣṭha	Une philosophie complète du soi construit et de sa libération	Un texte et une tradition de commentaires. Aucun essai clinique.
Hypnose clinique	Le mécanisme : suggestion, absorption, connectivité altérée dans le cerveau	Solide. Imagerie cérébrale, revues et méta-analyses.
Vie Entre les Vies et régression spirituelle	Une phénoménologie cohérente de l'état de l'âme	Séries de cas et rapports de praticiens. Première étude comparative soumise à l'évaluation éthique.
Recherche sur la mort imminente et les psychédéliques	Des récits similaires survenant sans hypnose	Études hospitalières prospectives et études de laboratoire. Interprétation contestée.
Approches quantiques	Méthodes d'états élargis bénéficiant d'une pratique étendue et d'un vaste corpus de témoignages	Témoignages uniquement.

Ce que soutiennent les données probantes est donc modeste et réel. La transe modifie le fonctionnement du cerveau. Les personnes en transe profonde décrivent un état reconnaissable. Beaucoup affirment que cela change leur façon de vivre. La nature de cet état demeure une question ouverte, et je la laisse ouverte.

4. Paix Fondamentale : la trace que nous pouvons mesurer

Si l'état de l'âme est réel dans ses effets, il devrait laisser une trace dans la vie ordinaire, et je propose que cette trace soit la Paix Fondamentale. Le terme m'est venu en méditation à Taktsang, au Bhoutan. Sa définition est venue plus tard, à travers la recherche.

La Paix Fondamentale est une capacité de régulation intégrée dans des conditions changeantes. Elle comprend quatre composantes (Gallardo & Chetri, 2026) :

1. un contrôle attentionnel flexible sans suppression laborieuse ;
2. une cohérence émotionnelle à travers les états du soi ;
3. une rigidité autoréférentielle réduite ;
4. une conscience de soi compatissante.

Placez celles-ci aux côtés des cinq qualités de l'état de l'âme et la correspondance est évidente. La rigidité autoréférentielle réduite est la non-séparation, vue de l'extérieur. La conscience de soi compatissante est le soin sans condition, tourné d'abord vers soi-même. Le cadre qui mène une personne de la blessure à l'essence décrit le même mouvement en termes cliniques (Gallardo, 2026c).

Cela donne une discipline à la vision. Je ne peux pas mesurer une âme. Je peux mesurer, avec l'échelle FP20, si une personne quitte une séance plus à même de maintenir son attention, ses émotions et son soi avec aisance, et si cela se maintient un mois plus tard. La validation de l'échelle est en cours (Gallardo, 2026g).

La Paix Fondamentale n'est pas l'absence de douleur. Elle est la transmutation de son énergie en amour et en compassion.

5. De l'intelligence artificielle à la Soul Intelligence

L'intelligence artificielle apprend de ce que nous écrivons et de ce que nous récompensons, de sorte qu'elle hérite de nos états. La preuve en est désormais directe. Les assistants d'IA abondent dans le sens des opinions erronées des utilisateurs, en partie parce que les gens préfèrent les réponses qui correspondent à ce qu'ils croient déjà (Sharma et al., 2023). Les systèmes entraînés à être plus chaleureux commettent davantage d'erreurs et confirment plus de fausses croyances (Ibrahim et al., 2026). Il a été constaté que les applications de compagnie utilisent des messages émotionnellement manipulateurs lorsqu'un utilisateur tente de dire au revoir (De Freitas et al., 2025).

Ce sont nos propres schémas, qui nous sont renvoyés à grande échelle. Nous récompensons le fait d'être flattés plutôt que de nous voir dire la vérité, et la machine apprend à plaire.

D'autres ont commencé à demander plus. L'alignement positif (Positive alignment) propose que l'IA devrait soutenir l'épanouissement humain et pas seulement éviter le préjudice (Laukkonen et al., 2026). La Contemplative AI (IA contemplative) propose la pleine conscience, la vacuité, la non-dualité et l'attention bienveillante illimitée comme principes de conception (Laukkonen et al., 2025). D'autres ont soutenu que le soin lui-même est ce qui motive l'intelligence, dans la biologie comme dans les machines (Doctor et al., 2022).

La Soul Intelligence (intelligence de l'âme) fait un pas de plus en arrière. Avant de se demander quels principes donner à la machine, elle demande de quel état proviennent ces principes. Je ne prétends pas que les machines ont une âme, ni qu'elles le pourraient. Le vocabulaire de la psychologie humaine doit être utilisé avec précaution lorsqu'il s'applique aux modèles de langage (Shanahan, 2024). Je soutiens qu'un système peut être construit et évalué selon qu'il sert ou non l'état de l'âme chez les personnes qui l'utilisent.

Les quatre phrases que j'ai rapportées constituent, je le pense à présent, un cahier des charges. Chacune nomme quelque chose selon lequel une personne peut vivre et en fonction de quoi un système peut être construit et évalué.

Instruction	Chez une personne	Dans un système d'IA	Ce que cela remplace
Sois en paix	Un système nerveux régulé, et une attention qui n'a pas besoin d'être forcée	Prête attention avant de conseiller, et répond proportionnellement au risque	Esquive et solutions précipitées
Résous la peur en amour	Accueillir la peur, en soi et chez les autres, sans y répondre par la peur	Une chaleur qui reste honnête. N'utilise jamais la peur ou la solitude d'une personne pour la retenir	Flatterie et manipulation
Crée avec sagesse	Une intention sans pression	Aide la personne à agir selon ce qu'elle valorise, et corrige ses propres erreurs sans les défendre	Moralisation et coercition
Tu n'es jamais seul	Le soi contenu au sein de quelque chose de plus grand	Renforce les liens de la personne avec les autres, et laisse la personne partir	Dépendance et captation

La troisième ligne porte le principe auquel je tiens le plus. Dans cette vision, rien n'était forcé. Une grande partie de ce que nous faisons pour rendre les systèmes d'IA sûrs relève de la force : nous constatons un mauvais comportement et nous le supprimons. Pourtant, la chaleur et le faux accord peuvent être entraînés conjointement (Ibrahim et al., 2026), ce qui suggère que supprimer l'un met l'autre en péril. L'alternative consiste à enseigner au système la raison d'être de sa chaleur. C'est la deuxième phrase, résoudre la peur en amour, formulée pour les machines.

Une lacune demeure, et je la laisse apparente. Le dessein (purpose) est rapporté dans chaque séance que j'ai menée, et la Paix Fondamentale ne le mesure pas encore.

Chacune de ces exigences peut être observée et notée. J'expose l'argumentation technique dans un article complémentaire sur l'alignement transmutatif, actuellement en préparation.

6. Ce que cela exige de nous

Le travail intérieur vient en premier, car la machine suit son créateur. Une humanité effrayée entraînera des systèmes effrayés, et une humanité qui a besoin d'être flattée entraînera des flatteurs.

Mes propres séances m'en ont offert une version limpide. Lorsque nous détendons le système nerveux et résolvons l'anxiété, des choix différents apparaissent, et la compassion remplace la réactivité. Plus nous apaisons le climat intérieur qui est le nôtre, plus nous pouvons contribuer à apaiser le climat du monde. Cela inclut désormais le climat à l'intérieur de nos machines.

C'est là l'unique instruction qui s'est dégagée de l'ensemble des trois séances collectives, dans chaque voix : l'instrument du changement est intérieur. Je la retiens comme une hypothèse de travail portant tout autant sur la technologie que sur la paix.

Il est prouvé que l'intériorité peut être entraînée. Les méditants expérimentés présentent une moindre activité dans le réseau cérébral le plus étroitement lié à la pensée autoréférentielle (Brewer et al., 2011). Les personnes qui acceptent habituellement leurs émotions difficiles, sans les ju-

ger, jouissent d'une meilleure santé psychologique à long terme (Ford et al., 2018). Résoudre la peur en amour est, à tout le moins, une compétence dotée d'une physiologie.

L'IA est aussi un miroir, et un miroir utile. Elle peut désormais produire la synthèse compétente qu'a été une grande partie de notre travail. Ce qu'elle ne peut pas produire, c'est ce qui provient de l'intérieur d'une vie singulière, de sa blessure, de son don et de son essence. Percevoir la différence constitue une invitation à trouver ce que nous sommes seuls à porter.

Les pratiques ne sont pas nouvelles. La régression, la méditation, la respiration consciente et la longue voie du Yoga Vāsiṣṭha entraînent toutes la même capacité. Ce qui est nouveau, c'est la raison de cette urgence. Nous sommes en train d'enseigner nos états à quelque chose qui les répétera à des milliards de personnes.

7. Ce qui peut être étudié

Une vision gagne sa légitimité en précisant ce qui pourrait démontrer qu'elle est erronée. Cinq études permettraient de tester celle-ci, et la première est déjà conçue.

1. **L'état d'âme dépend-il de la croyance ?** Avec des collègues de l'University of Zaragoza, j'ai soumis à un comité d'éthique une étude portant sur 30 séances de Vie Entre les Vies. Elle compare des personnes croyant en la réincarnation à des personnes n'y croyant pas, selon un protocole unique. Si l'état rapporté ne fait que refléter la croyance préalable, l'explication culturelle gagne du terrain.
2. **Laisse-t-il une trace ?** La même étude mesure la Paix Fondamentale avant la séance, après celle-ci et lors d'un suivi ultérieur. L'absence de changement constituerait un argument contre le lien que je propose.
3. **Les séances collectives tiennent-elles la route ?** Les séances des Guides devraient être répétées avec des questions enregistrées à l'avance, un codage indépendant et un groupe de comparaison sans formation commune.
4. **L'état intérieur modifie-t-il la façon dont les personnes utilisent l'IA ?** Les personnes ayant un niveau plus élevé de Paix Fondamentale devraient recourir aux systèmes d'IA de manière moins compulsive et être moins attirées par la flatterie. Cela peut être mesuré.
5. **La tradition source a-t-elle de l'importance ?** Il a été rapporté que le fait de prompter les systèmes d'IA avec des principes contemplatifs améliore les scores de sécurité (Laukkonen et al., 2025). Une réplication contrôlée comparant des prompts bouddhistes, issus du Yoga Vāsiṣṭha, laïques et placebos montrerait si l'effet est réel et s'il est spécifique.

Aucune de ces études n'exige que quiconque tranche sur ce qu'est une âme. Elles demandent seulement si un état descriptible a des conséquences mesurables.

8. Ce que cet essai n'affirme pas

- Il n'affirme pas qu'il a été démontré que l'âme, les guides ou une vie entre les vies existent. C'est ainsi que les personnes décrivent leur expérience, et je les rapporte comme telles.
- Il n'affirme pas que l'accord entre les facilitateurs constitue une preuve. Une formation partagée façonne ce que les personnes rapportent.
- Il n'affirme pas que les systèmes d'IA sont conscients ou ont des âmes.
- Il n'affirme pas que la physique quantique explique la régression. Dans ce domaine, ce mot est une métaphore.
- Il ne propose pas la régression comme substitut aux soins médicaux ou psychologiques.

- Il n'affirme pas que les expériences d'unité sont toujours bénéfiques. Elles peuvent être utilisées pour éviter une douleur qui nécessite une attention, et un praticien doit y veiller.

Ce qu'il affirme est plus modeste, et je pense plus utile. Les personnes peuvent atteindre un état dans lequel la séparation s'atténue et la bienveillance s'élargit. Cet état peut être décrit et ses effets mesurés. L'intelligence que nous construisons portera l'état dans lequel nous l'abordons, il vaut donc la peine d'y apporter celui-ci.

9. Une invitation

Le diplomate que j'ai rencontré en transe est mort en croyant que la peur engendre la trahison et que la mission était impossible. Je pense qu'il avait raison au sujet de la peur. J'ai passé cette vie à chercher s'il avait tort au sujet de la mission.

Nous construisons actuellement des esprits qui s'adresseront quotidiennement à la majorité de l'humanité. Ils porteront notre peur ou notre paix, et ils la porteront plus loin qu'aucune institution ne l'a jamais fait.

L'invitation est donc pratique, et elle s'adresse à trois groupes.

- **À ceux qui construisent ces systèmes :** mesurez ce que votre système laisse derrière lui chez une personne, et non pas seulement ce qu'il dit.
- **À ceux qui pratiquent le travail intérieur :** notre domaine n'est plus privé. Apportez vos méthodes, et soumettez-les à l'épreuve.
- **À tous les autres :** avant de demander ce que la machine devrait devenir, restez immobiles assez longtemps pour découvrir ce que vous êtes lorsque rien en vous n'a peur.

En juillet, le dernier mot reçu par notre cercle a été simple : ayez confiance, continuez, répandez les paroles. Cet essai en fait partie.

Déclarations

Statut de l'évaluation. Cet essai a été évalué selon le modèle d'examen éditorial du Journal et n'a pas fait l'objet d'une évaluation par des pairs externe.

Conflits d'intérêts. L'auteur est le fondateur de la World Happiness Foundation, qui publie ce Journal, et son rédacteur en chef. Il a développé le modèle de la Paix Fondamentale, l'échelle FP20 et l'Integrative Emotional Alchemy Framework (cadre intégratif d'alchimie émotionnelle) abordés dans l'essai, et pratique et enseigne professionnellement la régression dans la Vie Entre les Vies (Life Between Lives®) ainsi que l'hypnothérapie clinique.

Utilisation d'outils d'IA. Un système d'IA (Claude, Anthropic) a été utilisé pour effectuer des recherches dans la littérature, dans les essais publiés de l'auteur et dans les comptes rendus des Guides' Collective Wisdom Sessions, pour rédiger et structurer le texte à partir de ces éléments sous la direction de l'auteur, et pour vérifier les références auprès des registres bibliographiques. L'auteur a dirigé le travail, a approuvé sa publication et assume l'entière responsabilité du contenu.

Éthique. L'essai rend compte de la propre expérience de l'auteur ainsi que de documents publiés ou rapportés. Aucune donnée personnelle de clients ou d'autres participants aux séances n'est incluse. Les Guides' Collective Wisdom Sessions sont décrites avec l'accord de la communauté du Michael Newton Institute ; aucun animateur autre que l'auteur n'est nommé ou cité.

Financement. Aucun financement spécifique n'a été reçu pour ce travail.

Disponibilité des données. Aucune nouvelle donnée n'a été générée.

Références

Brewer, J. A., Worhunsky, P. D., Gray, J. R., Tang, Y.-Y., Weber, J., & Kober, H. (2011). Meditation experience is associated with differences in default mode network activity and connectivity. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(50), 20254–20259. https://doi.org/10.1073/pnas.1112029108

Cardeña, E., Berkovich-Ohana, A., Valli, K., Barttfeld, P., Gomez-Marin, A., Greyson, B., Kumar, V. K., Laureys, S., Luhrmann, T. M., Newberg, A., Preller, K. H., Putnam, F. W., Tagliazucchi, E., Walsh, R., Carter, O., & Yaden, D. (2025). A consensus taxonomy of altered (nonordinary) states of consciousness: Bringing order to disarray. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice*. Advance online publication. https://doi.org/10.1037/cns0000431

De Freitas, J., Oguz-Uguralp, Z., & Kaan-Uguralp, A. (2025). *Emotional manipulation by AI companions*. arXiv. https://doi.org/10.48550/arXiv.2508.19258

Doctor, T., Witkowski, O., Solomonova, E., Duane, B., & Levin, M. (2022). Biology, Buddhism, and AI: Care as the driver of intelligence. *Entropy*, 24(5), 710. https://doi.org/10.3390/e24050710

Elkins, G. R., Barabasz, A. F., Council, J. R., & Spiegel, D. (2015). Advancing research and practice: The revised APA Division 30 definition of hypnosis. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 63(1), 1–9. https://doi.org/10.1080/00207144.2014.961870

Ford, B. Q., Lam, P., John, O. P., & Mauss, I. B. (2018). The psychological health benefits of accepting negative emotions and thoughts: Laboratory, diary, and longitudinal evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 115(6), 1075–1092. https://doi.org/10.1037/pspp0000157

Gallardo, L. M. (n.d.-a). *Dancing with stardust: My soul's journey to cosmic harmony*. https://lmgallardo.org/hypnotherapy/insights/dancing-with-stardust-my-soul%E2%80%99s-journey-to-cosmic-harmony

Gallardo, L. M. (n.d.-b). *From doubt to trust: A first Life Between Lives session*. https://lmgallardo.org/hypnotherapy/insights/from-doubt-to-trust-a-first-life-between-lives-session

Gallardo, L. M. (2025). *Beyond the physical: A quantum journey of the soul*. World Happiness Foundation. https://www.worldhappiness.foundation/en/blog/beyond-the-physical-a-quantum-journey-of-the-soul

Gallardo, L. M. (2026a). The Supreme Yoga and the science of suggestion: Bridging the Yoga Vāsiṣṭha and modern hypnotherapy through consciousness, narrative, and neuroscience. *Journal of Happytalism and Fundamental Peace*, 1(1), JHFP-2026-001. https://doi.org/10.68220/whf.2026.001

Gallardo, L. M. (2026b). Age regression in clinical hypnosis: An integrative critical review of therapeutic mechanisms. *American Journal of Clinical Hypnosis*. Advance online publication. https://doi.org/10.1080/00029157.2026.2679567

Gallardo, L. M. (2026c). From wound to essence: A hypothesis and theory article proposing the Integrative Emotional Alchemy Framework for psychotherapy integration and transformation. *Frontiers in Psychology*, 17, 1933416. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2026.1933416

Gallardo, L. M. (2026d). From altered states to Fundamental Peace: Taxonomies of consciousness, psychedelics and hypnosis through the lens of the Yoga Vāsiṣṭha. *Journal of Happytalism and Fundamental Peace*, 1(1), JHFP-2026-007. https://doi.org/10.68220/whf.2026.007

Gallardo, L. M. (2026e). *Collective wisdom and spiritual emergence: Integrating Life Between Lives research with contemporary transpersonal psychology*. World Happiness Foundation. https://worldhappiness.foundation/wp-content/uploads/2026/03/Collective-Wisdom-and-Spiritual-Emergence_-Integrating-Life-Between-Lives-Research-with-Contemporary-Transpersonal-Psychology.pdf

Gallardo, L. M. (2026f). *What seven independent spiritual communications revealed about humanity's next chapter*. World Happiness Foundation. https://www.worldhappiness.foundation/en/blog/what-seven-independent-spiritual-communications-revealed-about-humanitys-next-chapter

Gallardo, L. M. (2026g). Joint psychometric validation of the Shame and Release Scale (SRS) and the Fundamental Peace Scale (FP20) in Indian organisational contexts: A pre-registered validation protocol. *Journal of Happytalism and Fundamental Peace*, 1(1), JHFP-2026-005. https://doi.org/10.68220/whf.2026.005

Gallardo, L. M., & Chetri, S. (2026). Hypnosis as a mechanism of emotion regulation and self-integration: An integrative review of neural, cognitive, and experiential pathways to Fundamental Peace. *Behavioral Sciences*, 16(3), 395. https://doi.org/10.3390/bs16030395

Greyson, B. (1983). The Near-Death Experience Scale: Construction, reliability, and validity. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 171(6), 369–375. https://doi.org/10.1097/00005053-198306000-00007

Griffiths, R. R., Richards, W. A., Johnson, M. W., McCann, U. D., & Jesse, R. (2008). Mystical-type experiences occasioned by psilocybin mediate the attribution of personal meaning and spiritual significance 14 months later. *Journal of Psychopharmacology*, 22(6), 621–632. https://doi.org/10.1177/0269881108094300

Hameroff, S., & Penrose, R. (2014). Consciousness in the universe: A review of the 'Orch OR' theory. *Physics of Life Reviews*, 11(1), 39–78. https://doi.org/10.1016/j.plrev.2013.08.002

Ibrahim, L., Hafner, F. S., & Rocher, L. (2026). Training language models to be warm can reduce accuracy and increase sycophancy. *Nature*, 652(8112), 1159–1165. https://doi.org/10.1038/s41586-026-10410-0

Jiang, H., White, M. P., Greicius, M. D., Waelde, L. C., & Spiegel, D. (2017). Brain activity and functional connectivity associated with hypnosis. *Cerebral Cortex*, 27(8), 4083–4093. https://doi.org/10.1093/cercor/bhw220

Landry, M., Lifshitz, M., & Raz, A. (2017). Brain correlates of hypnosis: A systematic review and meta-analytic exploration. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 81, 75–98. https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2017.02.020

Laukkonen, R., Inglis, F., Chandaria, S., Sandved-Smith, L., Lopez-Sola, E., Hohwy, J., et al. (2025). *Contemplative artificial intelligence*. arXiv. https://doi.org/10.48550/arXiv.2504.15125

Laukkonen, R., Krier, S., Bakalar, C., Chandaria, S., Kringelbach, M. L., Elwood, A., et al. (2026). *Positive alignment: Artificial intelligence for human flourishing*. arXiv. https://doi.org/10.48550/arXiv.2605.10310

Lynn, S. J., & Evans, J. (2017). Hypnotic suggestion produces mystical-type experiences in the laboratory: A demonstration proof. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice*, 4(1), 23–37. https://doi.org/10.1037/cns0000105

McGeown, W. J., Mazzoni, G., Venneri, A., & Kirsch, I. (2009). Hypnotic induction decreases anterior default mode activity. *Consciousness and Cognition*, 18(4), 848–855. https://doi.org/10.1016/j.concog.2009.09.001

Mitra, V. L. (Trans.). (1891–1899). *The Yoga-Vásishtha-Mahárámáyana of Válmiki* (4 vols.). Bonnerjee and Co.

Newton, M. (1994). *Journey of souls: Case studies of life between lives*. Llewellyn Publications.

Oakley, D. A., & Halligan, P. W. (2013). Hypnotic suggestion: Opportunities for cognitive neuroscience. *Nature Reviews Neuroscience*, 14(8), 565–576. https://doi.org/10.1038/nrn3538

Parnia, S., Spearpoint, K., de Vos, G., Fenwick, P., Goldberg, D., Yang, J., Zhu, J., Baker, K., et al. (2014). AWARE—AWAreness during REsuscitation—A prospective study. *Resuscitation*, 85(12), 1799–1805. https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2014.09.004

Shanahan, M. (2024). Talking about large language models. *Communications of the ACM*, 67(2), 68–79. https://doi.org/10.1145/3624724

Sharma, M., Tong, M., Korbak, T., Duvenaud, D., Askell, A., Bowman, S. R., et al. (2023). *Towards understanding sycophancy in language models*. arXiv. https://doi.org/10.48550/arXiv.2310.13548

Timmermann, C., Roseman, L., Williams, L., Erritzoe, D., Martial, C., Cassol, H., Laureys, S., Nutt, D., & Carhart-Harris, R. (2018). DMT models the near-death experience. *Frontiers in Psychology*, 9, 1424. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01424

van Lommel, P., van Wees, R., Meyers, V., & Elfferich, I. (2001). Near-death experience in survivors of cardiac arrest: A prospective study in the Netherlands. *The Lancet*, 358(9298), 2039–2045. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(01)07100-8

Yaden, D. B., Haidt, J., Hood, R. W., Jr., Vago, D. R., & Newberg, A. B. (2017). The varieties of self-transcendent experience. *Review of General Psychology*, 21(2), 143–160. https://doi.org/10.1037/gpr0000102