

ENFANTS DE SECTES : LA VIE D'APRÈS

3^e partie La reconstruction

Prendre conscience

Repères

Confiance

Libre arbitre

Rupture

Sortie de secte

Réadaptation

« N'oublions jamais que ce qui choque le plus profondément la victimes, n'est pas tant la cruauté de l'opresseur, que le silence du spectateur. »

Elie Wiesel (lauréat du prix Nobel de la paix en 1986)

La sortie de secte d'un adulte ayant passé son enfance dans une secte est un long cheminement qui doit obligatoirement passer par la déconstruction de la conception du monde qui lui a été inculquée dans le mouvement : un monde hostile, menaçant, dans lequel la colère divine (ou les énergies négatives) peut s'abattre sur les rebelles et les traîtres... Cette vision négative du « monde », les cicatrices de l'endoctrinement, la plongée dans l'inconnu sont autant de freins venant s'agréger aux difficultés classiques de la vie.

Cette confrontation directe et brutale au monde extérieur va le contraindre à un effort d'adaptation difficile et spécifique. Ce parcours est vécu de façons diverses par les anciens adeptes selon leur personnalité, leurs rencontres, leurs connaissances...

” « Cette période de confusion peut durer des années, jusqu'à ce que l'on arrive à se forger un raisonnement clair sur ce qu'a été notre vécu dans une secte. »¹

La remise en question de l'enseignement de la secte, la prise de conscience de ses vérités et de ses mensonges, la confrontation à la réalité constituent des étapes essentielles pour entamer le processus de recons-

truction. Les ex-adeptes vont devoir trouver les ressorts pour faire taire ce qui dans leur passé les empêche d'avancer afin d'être en capacité de s'ouvrir à cet avenir qu'ils ont souhaité mais auquel ils ne sont pas préparés...

SE LIBÉRER DU POIDS DU PASSÉ

LA DOCTRINE

Ce n'est pas l'enfant qui adhère à une doctrine sectaire, elle lui est inculquée à travers sa vie quotidienne, et représente pour lui la norme. Il est souvent plus difficile de préserver un enfant de la croyance de ses parents que de leurs coups ou d'abus sexuels,

1 - DECLAIR, Myriam. *De L'enfer à l'endroit*, Romanel-sur-Lausanne : Editions Ourania, 2008

car les contraintes imposées à leur enfant par des parents adeptes d'une secte relève de leur liberté éducative.²

» « Et comment combattre cette doctrine si profondément ancrée en moi que "on ne peut servir Dieu et Mammon³"... ?

En effet, Moïse David nous avait inculqué cette notion d'après ce passage dans l'évangile de Mathieu : "Nul ne peut servir deux maîtres. Vous ne pouvez servir Dieu et l'argent" ». ⁴

Chez certains, la crainte persistante que les enseignements de la doctrine sectaire soient vrais se traduit par un état de vigilance et l'observation attentive de chaque événement et des comportements des gens du « monde ». Les ex-adeptes peuvent également se montrer très attentifs aux conséquences de leurs propres actions qui pourraient attirer malédictions ou autre punition divine. Se débarrasser des habitudes et réactions sectaires peut s'avérer long et difficile :

» « On ne peut en cinq ans se débarrasser de tout ce qui a été enseigné, induit, programmé depuis le plus jeune âge et je ne sais pas combien de temps il me faudra encore. »⁵

LE LANGAGE

« Lorsque les mots perdent leur sens, les gens perdent leur liberté » (Confucius)

2 - JOUGLA, Jean-Pierre, *Les enfants victimes des sectes, victimes ignorées oubliées négligées ou parfois niées*. In Bulles. Juin 2014, n°222

3 - Mammon signifie en Araméen : divinité de la Richesse

4 - DECLAIR Myriam, op. cit.

5 - Extraits de *Ma vie, ma mise en garde*. In BulleS. Septembre 2018, n°139

Le groupe sectaire utilise un langage qui lui est propre, dont le sens n'est accessible qu'aux adeptes. En l'isolant du « monde » et en appauvrissant sa pensée, ce néolangage fait naître chez l'individu un comportement de soumission progressivement consentie qui le conduit à l'enfermement sectaire.

Créatrices d'un monde nouveau, idéal et réservé à une élite, les sectes vont inventer des mots nouveaux, ou pire encore s'affranchir du sens commun de mots usuels. Ainsi, pour les scientologues, l'« audition » est un entraînement oral. Pour la new ageuse Marilyn Ferguson, la « conspiration » prend le sens de « respirer avec », induisant l'idée d'une aspiration commune.⁶

Le langage fait partie de l'enseignement doctrinal mais constitue à lui seul une difficulté importante pour les sortants de secte car il est fait de mots mais aussi de codes qui créent le lien social.

» « La manière dont les gens fonctionnaient : je ne comprenais pas leur fonctionnement. Je ne comprenais pas pourquoi ils fonctionnaient comme ça. Je voyais ce qu'ils faisaient, je voyais comment ils le faisaient, mais je ne comprenais pas ce qui les amenait à agir comme ça. » (Émile)⁷

Lucas Le Gall, ex-scientologue a été souvent moqué pour sa manière surannée, désuète, de s'exprimer. Il n'a pas un brin d'humour car il ne sait pas

6 - FERGUSSON Marilyn, *Les Enfants du Verseau* (version anglaise : *La Conspiration du Verseau*), Calmann-Lévy, 1981

7 - DEROCHER Lorraine, *Vivre son enfance dans une secte*. Presses de l'Université du Québec, 2008, p 114

discerner ce qui est drôle ou non. N'a aucune référence populaire.

» « Je ne possède aucun des codes sociaux en vigueur, n'ai pas la plus petite idée des centres d'intérêt ou des sujets de discussion qu'affectionnent les gens de mon âge. (...) A vrai dire, je ne partage même pas les bases d'un vocabulaire commun, n'ayant pas appris à parler l'argot des gens de mon âge lors de soirées ou dans les cours d'école. Paumé en permanence, je ne sais pas non plus par quel bout commencer pour rattraper mon retard. »⁸

Peu de gens sont allés comme lui en Californie où lui a vécu et pourtant, les autres connaissent mieux cet endroit que lui.

Dans son roman de fiction 1984 George Orwell¹ imaginait un gouvernement totalitaire où une novlangue s'imposait à toute une population, « faite de simplification, d'un effarant appauvrissement du verbe et de la syntaxe...destiné à rendre impossible tout autre mode de pensée ».

1 - ORWELL George Orwell. 1984. Londres : Secker and Warburg, 1949

À leur sortie, les ex-adeptes vont devoir « traduire » pour pouvoir communiquer et créer du lien social. Se sevrer de ce langage, c'est aussi s'éloigner du gourou, de la doctrine, et de sa vie d'avant et donc prendre le risque d'al-

8 - LE GALL Lucas. *Un Milliard d'années, dans les secrets de la Scientologie*. Editions Le Cherche-Midi, 2020

ler au-devant de « malédictions » dont l'adepte sera l'unique responsable. Une ex-adepte a utilisé le mot « migrante » pour exprimer le fait qu'elle se sentait vraiment en terre inconnue et privée de tout repère.

L'ISOLEMENT

Le modèle sectaire, l'évitement des contacts avec d'autres modèles, la vision et le projet propres au mouvement ont pour conséquence directe sur l'enfant né dans la secte la méconnaissance totale de ce qui constitue le monde extérieur. Celui qui sort doit passer d'un monde à un autre, appréhender une nouvelle vision de la réalité.

» « On ne change pas non plus les perceptions de la réalité du jour au lendemain. On est perdu dans le brouillard de notre vie désarticulée. On sait ce que l'on a quitté, mais on ne sait pas vers quoi on se dirige. On se rappelle des bons moments passés dans le mouvement ce qui nous amène parfois à le défendre, mais on l'accuse aussi d'être la cause de nos malheurs. On a su repérer les techniques de manipulation qui nous ont sérieusement invalidés, mais on n'arrive pas à effacer entièrement l'expérience qui nous a tant marqué. »⁹

Cette adaptation peut s'avérer difficile, demander un investissement psychique important.

» « J'éprouve toujours de grands besoins de me retrouver seule, dans la journée, pour me ressourcer et affronter le monde de façon plus sereine. »¹⁰

9 - DECLAIR Myriam, op. cit.

10 - Extrait de *Enfance et adolescence dans l'Assemblée*. In BulleS, juin 2016, n°130

PRENDRE CONSCIENCE

LA RÉALITÉ DE SON PASSÉ

La prise de conscience remet fortement en cause les sortants de sectes et rend les années passées dans la secte inutiles et sans valeur.

» « Se rendre compte que nous agissons, et nous comportons comme le gourou que l'on a adulé est parfois découvert comme un choc. Qui suis-je en dehors de la secte ? Je n'ai existé que pour propager les croyances de quelqu'un d'autre, me suis donnée corps et âme aux idéaux d'un mouvement qui suivait les préceptes d'un maître illuminé, que je n'avais, en fait, jamais rencontré.

Faire le tri dans mes pensées : quelles sont celles du gourou, les miennes, celles de mes parents, celles de mes professeurs d'école, etc. Bref : qu'est-ce que je crois, MOI ? ».¹¹

Les pratiques qui étaient souvent difficiles à exécuter, les règles si difficiles à respecter deviennent caduques et ont été vécues pour rien... Non seulement, les adeptes avaient eu du mal à les accomplir, mais ils ont fait tout cela pour rien...

Plus la délégitimation s'accroît, plus la prise de conscience d'avoir baigné dans un environnement abusif et restrictif s'accroît. Désacraliser les leaders, les ramener au rang de simples êtres humains, constitue un pas difficile à franchir. Quant à réaliser qu'ils s'avéraient être des criminels, cela constitue un réel choc.

» « Quand j'ai réalisé que les rituels

sexuels, c'était de l'abus de pouvoir sur moi, j'ai eu un choc. D'avoir découvert par la suite que j'avais été violée et abusée alors que je croyais avoir fait un don généreux à Dieu, ça, ça m'a tuée. » (Sara)

» « Peu à peu, des décennies après avoir quitté physiquement, j'ai finalement quitté psychologiquement le culte de l'ashram; J'ai vu que ce en quoi je croyais était une fausse doctrine. Que tout cela était une fraude et que nous avions simplement été abusés. Ça fait vraiment mal de l'admettre. Mais admettre que j'ai été victime d'abus m'a aidé à surmonter, à apprendre et à surmonter le traumatisme. »¹²

LA RÉALITÉ DU PRÉSENT

Observant que son quotidien ne correspond pas à ce qu'on lui avait décrit et enseigné, et que les gens du « monde » ne sont finalement pas si dangereux, l'ex adepte s'ouvre peu à peu et constate qu'un autre monde existe réellement.

Cette prise de conscience entame conséquemment sa vision du monde sectaire, l'extérieur devient salutaire et l'éloigne chaque jour un peu plus de la secte dans laquelle il finit par ne plus vouloir retourner. Le processus de délégitimation s'achève et rend possible une reconstruction.

» « Oui, je me rappelle avoir vécu un choc, littéralement ! Je me suis dit : « Donc, ces personnes en fait pensent, ressentent et ont une vie ! » [...] L'idée qu'ils avaient de l'amour et qu'ils vi-

12 - DOUGLAS-JACOBSEN, Scott. *The Existential Risks and Trauma of Leaving a Cult*. In Canadian atheist. 9 mai 2018 : <https://www.canadianatheist.com/2018/05/existential/>

11 - DECLAIR, Myriam, op. cit.

vaient. [...] En fait, j'ai été conscient de ça seulement après avoir quitté, après 10 ans de sortie ! » (Maurice)

LA RECONSTRUCTION

» « Il faut alors apprendre à vivre dans un monde différent (...). Il faut redécouvrir la vie, appréhender la liberté. Il faut à la fois se faire confiance et se juger assez fort pour affronter un inconnu que l'on a appris à craindre. Il faut réapprendre à vivre, tout simplement. »¹³

Cette reconstruction passe par un questionnement nécessaire et salutaire :

» « M'adapter au monde environnant : que se passe-t-il dans la société, quelle est ma place dans celle-ci, comment me rendre utile, où trouver de l'aide et qui me comprendra ? »¹⁴

CONSTRUIRE SON IDENTITÉ

Pour ceux qui ont choisi de quitter l'environnement sectaire, la question identitaire est primordiale, ils en parlent comme un des problèmes urgents qu'ils ont eu à régler :

» « La chose qui aurait été la plus utile, la plus importante quand je suis sorti, je pense que c'est de trouver mon identité : une façon de me dire qui je suis réellement. » (Pierre)¹⁵

» « Ce qui a été le plus important pour moi à régler, c'est l'identité [...] et ça prend tellement de temps ! » (Gilles)¹⁶

Ils prennent conscience de devoir

passer de l'identité subjective déterminée par la secte à une identité objective construite par eux-mêmes. Quand ils y parviennent, un grand pas est franchi :

» « Et maintenant [à 46 ans], je commence à être ce que je pense que j'aurais pu être quand j'avais 18 ans. [...] Oui, plus j'avance, plus j'ai un avenir et plus je vois le futur. Je commence juste à forger mon identité et à en être content. » (Maurice)¹⁷

Pour certains enfants de sectes, la survalorisation de leur rôle dans le mouvement peut avoir des répercussions sur le processus d'intégration car ils doivent faire le deuil de cette partie constitutive de leur identité.

Ayant baigné depuis leur plus jeune âge dans une pensée qu'ils croyaient être l'unique réalité, ils sont confrontés au choc des réalités lorsqu'ils découvrent que le rôle auquel ils se sont identifiés durant toute leur jeunesse est irréalisable en dehors de la communauté. Ils n'ont pas d'autre choix que de l'abandonner et d'en faire le deuil pour s'autoriser à être eux-mêmes. Certains sortants vont redéfinir la notion de vocation pour s'inscrire dans des projets réalistes :

» « Une vocation aujourd'hui ? Je ne sais pas si c'est important. Je sais que j'ai besoin de me valoriser, je veux que ma vie serve à quelque chose d'utile et de bien, mais je ne pense pas que je veuille faire des choses uniquement pour Dieu comme avant. Je ne crois plus en un Dieu ou en quelqu'un qui te dicte ta vocation et ta fonction. Je pense aujourd'hui que c'est plus l'es-

13 - Extrait de *Mon enfance dans la Fraternité Sacerdotale Saint Pie X*. In Bulles. Juin 2020, n°146

14 - DECLAIR Myriam, op. cit

15 - DEROCHER, Lorraine, op. cit. p136

16 - DEROCHER, Lorraine, op. cit.

17 - DEROCHER, Lorraine, op. cit.

prit dans lequel tu fais les choses qui est important, que ce que tu fais de concret. 100% contraire à ce qu'on m'a enseigné. » (Sara)¹⁸

SE RÉCONCILIER AVEC SON CORPS

Pour certains, le rapport au corps est source d'angoisse et de mal-être. Corrélativement à leur reconstruction identitaire, ils vont devoir se réapproprier leur corps.

» « La « silhouette », c'est le nom que j'ai donné à mon corps à l'âge de 15 ans et demi, quand après deux mois de parcours d'intégration en tant qu'officier de la maison mère de Copenhague, je m'étais retrouvé incidemment confronté à mon image dans le miroir des toilettes. (...) Je suis resté là prostré, quelques heures, à me demander quoi faire de ma peau, de mes os, de ma chair, de mon sang, de mon corps. Ce corps, je mettrai presque vingt ans pour me le réapproprier. »¹⁹

TROUVER LA JUSTE MESURE OU SES PROPRES REPÈRES

Myriam Declair explique qu'après avoir entamé le processus de reconstruction de sa personnalité et de son identité, elle a dû apprendre à poser des limites. Dans la secte, chaque fois qu'elle avait essayé de mettre une limite à ses actes, elle avait été rejetée, humiliée, voire battue.

» « Si chaque fois que vous érigez une barrière pour vous protéger des agressions extérieures on vous la démolit, et qu'on marche sur vos platebandes,

il devient très difficile de se défendre et même de croire qu'on est en droit de le faire. »²⁰

L'adaptation à la vie hors du groupe est difficile. Par exemple, à l'âge de 26 ans, une ancienne adepte de Westboro Baptist Church ne savait même pas payer une facture. Le plus dur pour elle, était d'accepter qu'elle ne reverrait plus sa famille qui lui a tourné le dos depuis son départ.²¹

Quant à Myriam Declair, n'ayant pas suivi de formation, elle s'est retrouvée complètement démunie « face à une société qui lui demandait d'assurer, de trouver un emploi, d'élever seule [ses] enfants, d'être forte. »²²

CONQUÉRIR SON LIBRE ARBITRE, SA LIBERTÉ

Dans les mouvements apocalyptiques, la promesse d'une fin du monde imminente empêche toute projection dans l'avenir, tout investissement dans des loisirs, des passions. Ce schéma a perduré plusieurs années après la sortie pour Nicolas Jaquette, ex-Témoin de Jéhovah. Il ne terminait pas les projets qu'il entamait, pensant que le monde pouvait s'arrêter du jour au lendemain.

» « Je n'avais jamais appris à penser par moi-même. Je ne savais même pas ce que j'aimais ou n'aimais pas, quels étaient mes besoins, mes désirs (« mot de Satan », disait toujours Maman), mes capacités et incapacités,

20 - DECLAIR, Myriam, op. cit.

21 - UNADFI. *Grandir dans l'Église de la haine (Westboro Baptist Church)*. In Unadfi, 13.09.2017 : <https://www.unadfi.org/groupe-et-mouvances/grandir-dans-l-eglise-de-la-haine/>

22 - DECLAIR, Myriam, op. cit

18 - DEROCHER, Lorraine, op. cit. p133

19 - LE GALL Lucas, op. cit., p242

mon potentiel et le possible... »²³

»« J'ai ainsi connu, sans avoir de regard extérieur, la vie et l'embrigadement d'un enfant qui n'a rien demandé, qui n'a aucun esprit critique sur ce qui lui est transmis et imposé, et qui est conditionné à agir au service des intérêts du mouvement, à travers un langage, un enseignement, un système de codes. »²⁴

FAIRE CONFIANCE AUX AUTRES ET À SOI-MÊME

La méfiance enseignée dès le plus jeune âge dans la secte entraîne chez le sortant une réelle difficulté de socialisation. Il n'a pas connu l'apprentissage des relations interpersonnelles puisqu'elles étaient toujours sous contrôle.

»« Quand on est élevé dans une secte, on ne se rend pas compte à quel point on est isolé du monde extérieur, donc quand on en sort, il est extrêmement difficile d'apprendre à se mêler à une communauté, à se faire des amis et faire confiance aux autres - parce qu'on vous apprend à ne faire confiance à personne. »²⁵

»C'est « comme si je voyais le mensonge ou l'imposture derrière chaque promesse, chaque parole dite, y compris quand la promesse ou la parole sor-

taient de ma propre bouche. »²⁶

Cette méfiance s'applique également aux institutions :

»« On allait que très rarement chez un docteur, on n'avait pas le droit de prendre des médicaments, c'était considéré comme un manque de foi, car on nous assurait selon Marc 16 : 18 : « Ils saisiront les serpents, et s'ils boivent un breuvage mortel, ils ne leur feront point de mal, ils imposeront les mains aux malades et les malades seront guéris... »²⁷

Et le manque de confiance général entraîne indubitablement un manque de confiance en soi :

»« Et puis il y a la question de la confiance. Celle que j'étais en mesure de m'accorder, mais aussi et surtout, celle nécessaire à l'établissement d'une base relationnelle ou affective. Celle qui donne le droit et l'envie d'être père. Celle qui permet de relativiser la gravité d'un dire ou d'un acte. »

Pour Lucas Le Gall, ce manque de confiance a pendant longtemps entraîné des conduites à risque (fou du volant, sports extrêmes, abus répétés de substances et d'expériences excessives...), comme s'il se fichait de mourir, ou plutôt, comme s'il ne croyait pas possible de vivre.

Quand elle devient possible, l'ouverture aux autres et le changement de réalité permettent de développer un lien d'attachement social favorisant l'intégration dans la société. La resocialisation peut désormais être envisagée.

23 - Extraits de *Une enfance Témoin de Jéhovah*, BulleS n°134, juin 2017

24 - Extraits de *Ma vie, ma mise en garde*, BulleS n°139, septembre 2018

25 - MARTIN Greg. *Woman born into Jehovah's Witnesses says she was raised in a cult. In cornwalllive*, 25.10.2020 : https://www.cornwalllive.com/news/cornwall-news/gallery/woman-born-jehovahs-witnesses-says-4632869?utm_source=what-sapp.com&utm_medium=social&utm_campaign=sharebar&cmpredirect=

26 - LE GALL Lucas, op. cit. p.244

27 - DECLAIR, Myriam, op. cit