

# Quelques pistes de réflexion concernant l'adhésion à un groupe religieux ou spirituel<sup>1</sup>

## Présentation

L'innovation religieuse suppose un changement chez un individu, c'est-à-dire une nouveauté qui intervient dans sa vie. Il peut s'agir d'une entrée dans un nouveau cheminement d'ordre spirituel, ou d'un changement à l'intérieur d'un cheminement plus « traditionnel » déjà entamé. Dans la plupart des cas, on prend pour acquis que ces changements sont réfléchis, voulus, et sont le fait de décisions prises en toute connaissance de cause par des personnes responsables et saines d'esprit.

Lorsqu'on tente d'analyser et de comprendre ce type de décisions prises par un individu, il faut être conscient qu'il s'agit d'expériences ayant d'abord une portée religieuse ou spirituelle. Mais comme le fait remarquer Jean-François Mayer, « constater ce fait n'implique pas du tout de conférer obligatoirement à cette expérience un label de qualité ». Certains groupes peuvent être en effet moins légitimes que d'autres, et peuvent même être dommageables pour le développement de l'adepte. D'autre part, dans le cheminement spirituel de tout individu peuvent survenir des accrochages, des problèmes, des situations de « dérives sectaires »<sup>2</sup>. « Tous les gourous ne sont pas d'avidés exploiters, mais le gourou ivre de fortune et de pouvoir existe aussi ! »<sup>3</sup>

Le présent document du **Centre de ressources et d'observation de l'innovation religieuse (CROIR)** propose quelques pistes de réflexion concernant les possibles difficultés reliées à l'adhésion à un groupe religieux ou spirituel et la façon de les aborder consciencieusement. Le texte s'adresse à toute personne voulant en savoir plus sur les questions d'innovations religieuses, mais plus particulièrement à des individus vivant trois situations possibles :

<sup>1</sup> Le contenu de ce texte s'inspire en grande partie de la lecture du petit livre de Jean-François Mayer *Les sectes et vous. Petit manuel d'information pratique*, publié aux éditions Saint-Paul en 1989.

<sup>2</sup> Pour reprendre l'expression utilisée par les gens du MIVILUDES en France.

<sup>3</sup> Mayer, 1989: 36-37.

- les individus en quête spirituelle, en questionnement, ou qui s'apprêtent à s'engager dans un cheminement à l'intérieur d'un groupe;
- les individus qui font partie d'un groupe, ou en sont récemment sortis, et qui ont de la difficulté à gérer cette situation;
- l'entourage immédiat d'une personne qui fait partie d'un groupe et qui a du mal à accepter la décision de cette personne et les changements que cette décision provoque.

La situation sera différente selon le point de vue où l'on se place, mais également selon le vécu de chacun. Pour une personne ayant grandi dans un milieu catholique, l'adhésion à un mouvement ufologique (basé sur la croyance aux extra-terrestres), ou encore la pratique de la méditation bouddhique, pourra paraître novateur (même si le bouddhisme a près de 2500 ans !). De même, pour des parents qui ont élevé leurs enfants en dehors d'un tout cadre strictement religieux (ce qui est le fait de la majorité aujourd'hui), l'entrée d'un fils ou d'une fille dans une congrégation religieuse catholique, aussi légitime soit-elle, pourra susciter de l'étonnement et de l'incompréhension. Dans tous ces cas, le même type de questionnement risque de se poser et le même type de réflexion sera nécessaire.

Il ne s'agit ici en aucun cas d'un mode d'emploi pour « sortir d'une secte », ni d'une recette pour « déprogrammer » un adepte d'un groupe religieux, ni même d'une mise en garde contre les « nouveaux mouvements religieux ». Mais dans la mesure où un individu adulte responsable formule le projet sincère de s'engager dans un cheminement religieux ou spirituel, quel qu'il soit, nous croyons important de lui fournir des pistes de réflexion qui pourront l'aider à faire des choix éclairés et mûris, en toute connaissance de cause.

De même, ces pistes de réflexion pourront aider les personnes qui, pour quelque raison que ce soit, remettent en question leur engagement auprès d'un groupe, à amorcer une réflexion semblable par rapport à leur cheminement. Finalement, ces idées toutes simples pourront fournir quelques orientations aux proches de personnes aux prises avec des difficultés de cet ordre, de façon à les aider à gérer la situation le mieux possible, sans se rendre hostile à la personne « convertie », et ainsi à éviter une rupture complète.

Dans le cadre de ce document, nous regroupons sous le terme « groupe religieux ou spirituel » (souvent simplement abrégé par le mot « groupe ») tous les types de

rassemblement, allant du « réseau », plus ou moins organisé, à l'institution très hiérarchisée, en passant par les mouvements plus ou moins structurés. Ce qu'on appelle communément les « sectes » entre dans cette catégorie, mais le terme sera ici mis de côté de par son caractère trop souvent péjoratif. Les recommandations qui sont proposées s'adressent d'ailleurs autant aux cas d'adhésion à des groupes « minoritaires » (ceux qu'on qualifie souvent de « sectes ») qu'aux cas d'adhésion à des groupes « majoritaires » (provenant des grandes traditions instituées comme le christianisme, l'islam, le judaïsme ou le bouddhisme). De même, nous ne ferons pas de distinction entre le « religieux » et le « spirituel »; dans le cadre de ce document, nous considérerons que ces deux termes sont interchangeables.<sup>4</sup>

### Quelques mots-clés

Il n'y a pas de recette ou de procédure officielle pour gérer les situations potentiellement problématiques liées à l'adhésion à un groupe religieux ou spirituel<sup>5</sup>, que ce soit pour la personne en quête, pour les ex-adeptes, ou pour leur entourage. Chaque cas est unique et demande une réflexion approfondie. C'est pourquoi nous ne proposons pas ici d'analyse détaillée (sociologique ou psychologique) du « phénomène sectaire ». Nous donnons seulement quelques idées, réduites à des formules simples, qui font simplement, selon nous et pour reprendre l'expression populaire, « plein de bon sens ».

L'objectif est de stimuler une réflexion objective et éclairée, peu importe la situation dans laquelle vous vous trouvez. Car en fin de compte, c'est vous seul qui devrez prendre une décision qui pourrait avoir de grandes répercussions sur toute votre vie.

Quelques mots-clés doivent constamment être gardés en mémoire lorsqu'on est confronté à des situations impliquant de l'innovation religieuse :

- **Une responsabilité à assumer** : accepter que chaque individu (on parle ici d'adultes) soit responsable de ses choix de vie et soit fondamentalement libre

<sup>4</sup> Sur les questions de terminologie dans l'étude des innovations religieuses, le lecteur est invité à consulter les autres documents se trouvant sur le site web du CROIR, à l'adresse: [www.croir.ulaval.ca](http://www.croir.ulaval.ca).

<sup>5</sup> Encore une fois, tous les cheminements spirituels ou religieux ne débouchent pas nécessairement sur des problèmes. La réflexion amorcée par le présent document vise seulement à éviter les problèmes qui peuvent survenir.

de joindre un groupe, d'en sortir, d'adopter de nouvelles croyances, convictions et pratiques ou d'en rejeter d'autres. Responsabilité rime ici avec liberté. Pour être tenu responsable de ses choix, il faut d'abord être libre de faire ces mêmes choix et ne pas se les faire imposer.

- **Une ouverture à créer** : savoir accepter les différences de l'autre, s'ouvrir à des idées nouvelles, sans s'obliger à taire ses propres convictions et opinions. Accepter la différence n'implique pas de changer soi-même ou de s'effacer. C'est s'ouvrir à l'idée que l'autre peut développer une vision différente des choses qui n'est pas forcément mauvaise. Être ouvert n'empêche cependant pas d'être vigilant et d'user de sens critique.
- **Des liens à maintenir** : être en mesure de rester en contact avec ses proches, même si les opinions en matière de religion divergent. Faire comprendre aux proches que les sentiments qu'on éprouve à leur égard sont les mêmes malgré les divergences d'opinion. Alimenter la confrontation sur la base d'opinions divergentes mène nécessairement à la rupture. Ce point est fondamental dans le cas de familles dont un membre fait partie d'un groupe religieux.
- **Une législation à respecter** : comprendre que les groupes religieux et spirituels, comme tout organisme et tout citoyen, sont régis et soumis à la législation des pays où ils s'implantent. Dans la majorité des pays démocratiques, les lois ne jugent pas les croyances; elles jugent les comportements, les actions et les pratiques. Dans l'impasse, on ne peut que se tourner vers les lois en vigueur dans un pays.

### Amorce d'une réflexion éclairée...

Nous donnons ici quelques pistes de réflexion pour conseiller les personnes qui ont des démêlés avec un groupe religieux ou spirituel.<sup>6</sup> Sous forme d'aphorismes, sans ordre particulier, ces pistes ne constituent pas des formules infaillibles, ou des procédures qui résoudront à coup sûr toutes les difficultés. Ce ne sont pas des solutions aux problèmes pouvant survenir en situation de « dérive sectaire », mais bien des pistes qui peuvent vous aider, d'abord à identifier les risques de dérives

---

<sup>6</sup> Ces réflexions sont tirées directement des chapitres 2 et 3 du livre de Mayer.

avant que ne surviennent un problème grave, et ensuite à orienter votre réflexion personnelle pour ainsi être en mesure de prendre une décision mieux éclairée.

D'abord, quelques conseils **pour les personnes en quête, qui s'apprêtent à entrer dans un groupe, ou qui remettent en question leur appartenance à un groupe :**

- On a toujours le droit de refuser et de dire non, et ce à n'importe quel moment d'un cheminement. La décision d'accepter ou de refuser le message d'un maître ou d'un groupe ne regarde que la personne concernée;
- La décision de s'engager dans un cheminement spirituel ou dans un groupe doit être un acte réfléchi et surtout mûri. On ne doit pas agir à la légère et on ne doit jamais prendre de décisions précipitées. Il est bon de se garder un délai (quelques jours, voire quelques semaines ou quelques mois) à l'écart du groupe concerné avant de prendre une décision finale, histoire d'éprouver et de mûrir la décision de s'engager à fonds dans un cheminement spirituel.
- Toute association, qu'elle soit religieuse ou laïque, a besoin d'argent pour fonctionner. Il est normal qu'elle demande à ses membres de contribuer de leur temps ou de leur argent. Il faut cependant savoir juger des besoins légitimes du groupe et être en mesure de dire à quelles fins est utilisé l'argent ainsi amassé.
- Certaines personnes confondent cheminement spirituel et besoins affectifs. L'adepte qui entre dans un groupe dans le seul espoir de combler un manque au niveau affectif se place généralement dans une position de vulnérabilité qui peut ouvrir la porte à des abus. Cette question est délicate car les personnes dans cette situation n'en sont généralement pas conscientes.
- La fin ne justifie jamais les moyens ! On ne peut justifier n'importe quelle ligne de pensée ou de conduite de la part d'un maître spirituel sur la base d'une mission humanitaire salvatrice. De même, il ne faut jamais agir, à l'intérieur d'un groupe, de manière contraire à ce que dicte sa conscience, même si cela paraît « spirituellement justifié ».
- Faire confiance à un maître ou à un groupe pour nous amener sur le chemin de l'éveil spirituel ne veut pas dire qu'il ne faille plus jamais se remettre en question. Un examen intérieur de temps à autre et une réflexion sur ses motivations personnelles à suivre certains enseignements permettent de

confirmer ses choix ou, au contraire, de constater qu'il est temps de passer à autre chose.

Quelques éléments devraient **faire sonner une alarme** chez les personnes en recherche spirituelle et chez leurs proches. En général, **il faut se méfier de tout ce qui suit** de la part d'un maître spirituel ou d'un groupe :

- Des arguments qui jouent sur la crainte, du genre « votre âme est en péril » ou « votre refus de vous convertir pourrait avoir des conséquences fâcheuses sur le salut de votre âme ». La décision de s'engager dans un cheminement spirituel doit être mûrie. Celui qui vous presse dans votre décision n'a probablement pas votre bien spirituel en tête.
- Des techniques de persuasion (appelées souvent techniques de vente) qui impose un choix au lieu de demander votre avis : « votre cours commence la semaine prochaine ! » au lieu de « seriez-vous intéressé à vous inscrire à l'un de nos cours ? ». Encore une fois, vous avez le choix de ne pas entrer dans ce jeu et vous ne devez pas vous sentir pressé dans votre décision.
- Des arguments élitistes opposant un groupe d'« élus » au reste de l'humanité. Il faut toujours avoir en tête que l'orgueil et la spiritualité ne font jamais bon ménage. Il y a certainement un problème lorsqu'on commence à ressentir du mépris pour ceux qui n'appartiennent pas à tel groupe, particulièrement lorsqu'il s'agit de sa famille.
- De tous les processus d'exclusion à l'intérieur d'un groupe ou d'une relation maître-adepte, ou de tout processus qui peut éventuellement alimenter la confrontation avec ses proches ou se les mettre à dos. La tolérance doit aller dans les deux sens. Rien n'excuse un maître ou un groupe qui tente de dissuader délibérément ses membres d'aller voir leurs parents.
- Des maîtres et des groupes qui ont un goût trop prononcé pour le portefeuille de leurs membres, même si cela semble justifié.
- Des groupes qui refusent de divulguer leurs rapports financiers. Demander des informations sur l'utilisation des fonds ne veut pas dire qu'on remette en question les enseignements du maître ou du groupe. Même lorsqu'on est dans un cheminement spirituel, il faut savoir distinguer le spirituel et le matériel.

- Des maîtres ou groupes qui incitent à abandonner tout usage du bon sens. Le refus de la critique stérile ne signifie pas la disparition de tout sens critique.
- Des maîtres ou groupes qui mentent sur leurs origines ou qui se bâtissent un passé inexistant en se réclamant d'une fabuleuse succession historique ancienne, alors qu'ils sont de naissance récente.
- Des groupes qui demandent rapidement à l'adepte de tout divulguer sur lui, son passé, sa famille, ses émotions, etc. L'adhésion à un groupe religieux ou spirituel relève habituellement plus de l'émotion que de la rationalité. Mais encore ici, il faut savoir jauger la situation.
- De toute situation susceptible de développer une dépendance (physique, psychologique, spirituelle ou financière) de l'adepte par rapport au maître ou au groupe, ou qui peut ouvrir la porte à de l'abus (par exemple ce que Jean-Yves Roy appelle le « syndrome du berger », c'est-à-dire une forme particulière de codépendance affective entre un adepte, atteint de dépendance dogmatique, et un maître spirituel, atteint d'un délire d'élection).
- Des maîtres qui se disent infailibles. L'expérience ne justifie pas tout; le maître spirituel est un être humain et l'expérience qu'il fait vivre, aussi intense soit-elle, ne signifie pas qu'il est au-delà de l'erreur, ni ne justifie des comportements douteux. Le maître n'a pas besoin d'être parfait pour faire vivre une expérience spirituelle valable, mais cela n'excuse pas les gestes moralement et légalement répréhensibles.

Enfin, quelques conseils pouvant **aider et surtout rassurer les proches et les familles des adeptes** d'un groupe :

- L'intérêt pour un groupe ou un mouvement est un indice d'éveil spirituel, de questionnement et de curiosité, ce qui est, dans la majorité des cas, tout à fait légitime et normal. La quête spirituelle, dans un cadre adéquat et en toute connaissance de cause, est habituellement un signe de maturité.
- Il est impératif de rester informé : prendre des informations sur le groupe en question, son histoire, ses dirigeants, ses affiliations confessionnelles, ses croyances et ses pratiques, et s'il y a lieu ses démêlés avec la justice; se procurer de la littérature sur le groupe; aller faire un tour sur place pour voir par soi-même ce qui s'y passe; consulter un expert universitaire sur le sujet.

- Il faut faire des efforts pour garder un contact direct avec la personne concernée, de vive voix, et pas seulement par courrier ou courriel.
- Une intervention discrète et compréhensive donnera toujours de meilleurs résultats qu'une intervention musclée, intransigeante et agressive.
- Il faut convaincre le « converti » que sa décision est respectée.
- On peut facilement suggérer que la décision d'entrer dans un groupe mérite d'être mûrie et demander au proche de retarder un peu sa décision.
- Il y a de fortes chances pour que l'adepte lui-même ait des doutes sur sa décision. En cas de problèmes, il se tournera inévitablement vers les personnes en qui il a confiance. C'est pourquoi il est important de ne pas alimenter la confrontation. Le proche doit savoir qu'il trouvera toujours un foyer accueillant, peu importe les circonstances.
- Il faut éviter de mettre le converti dans une position de défense, où il aura à défendre ses croyances ou son groupe. Cela ne fait qu'alimenter les animosités et la confrontation.
- Toujours se rappeler que, dans tous les mouvements religieux et spirituels, le taux de défection est énorme. En moyenne, les adeptes ne demeurent pas dans un même groupe plus de deux (2) ans.
- Les techniques de persuasion et de prosélytisme utilisées par un maître ou un groupe ne sont efficaces (du moins à long terme) que sur ceux qui sont ouverts au message, ceux qui sont ouverts à une conversion. Le « lavage de cerveau », qui serait un ensemble de techniques visant à modifier la psyché d'une personne contre son gré, n'est reconnu par aucun spécialiste sérieux en psychiatrie.
- Les parents et les proches doivent éviter de se culpabiliser. Le converti porte lui seul le poids de sa décision. Ce n'est pas la faute de son entourage.

### En conclusion

S'engager dans un cheminement religieux ou spirituel, quel qu'il soit, demande à coup sûr une mûre réflexion. Cela implique, jusqu'à un certain point, de s'abandonner, de faire confiance à un maître, un guide, un groupe, un mouvement, ou simplement une pensée. Cette idée va généralement à l'encontre de



l'individualisme moderne et peut susciter de l'incompréhension, de la méfiance, voire du mépris. Les conseils donnés dans ce document ont simplement pour but d'entamer une réflexion éclairée sur un phénomène trop souvent marqué par la crainte et les préjugés.

Nous ne prétendons pas que tout est parfait et légitime dans le vaste monde des religions et des nouveaux mouvements spirituels, pas plus que nous ne prétendons que toutes les personnes qui s'engagent dans un cheminement spirituel sont les victimes potentiels d'un « gourou malveillant ». Nous prétendons simplement que seule une réflexion critique posée et appuyée par des faits vérifiés peut éviter les mauvaises décisions, les choix qu'on regrette plus tard et les dérapages tels qu'on a pu le voir dans les années passées. Cette réflexion doit nécessairement être appuyée par de l'information objective et critique.

Il ne faut jamais oublier que ces dérapages constituent des exceptions que les médias ont tendance à grossir. La majorité des expériences religieuses ou spirituelles ne sont pas négatives et ne se terminent pas en drame. Dans la plupart des cas, elle permet à la personne d'élargir son horizon et de grandir. Mais dans l'hypothèse où survient une situation potentiellement problématique, il est bon de se munir d'outils pouvant nous aider à identifier et contourner les pièges que peuvent receler certains groupes.

Le présent document fait un survol de ces outils de prévention. Pour une réflexion plus approfondie, on ne peut que vous conseiller de lire le petit livre (malheureusement épuisé, mais encore disponible dans certaines librairies de livres usagés) de Jean-François Mayer, *Les sectes et vous. Petit manuel d'information pratique*, sur lequel sont basées les idées du document, et qui les développe plus en profondeur.

Le Centre de ressources et d'observation de l'innovation religieuse (CROIR)

© Février 2012