

# Deux ans avec la Soka Gakkai

## Témoignage

*La Soka Gakkai (Bulle n° 68) est une organisation d'origine japonaise se présentant comme bouddhiste mais non reconnue par l'Union Bouddhiste Française. Ce mouvement se propose d'assurer, par la diffusion du bouddhisme et l'amélioration des adeptes, le bonheur et une paix durables pour l'humanité. Le « Maître », Daisaku Ikéda, est l'objet d'une intense vénération, il règne sur un puissant empire financier.*

*La pratique exigée des adeptes consiste à réciter, (parfois de plus en plus vite et de plus en plus fort) le Daimoku, formule sacrée « Nam Myo Renge Kyo ». La répétition de cette formule, des heures durant, doit conduire inmanquablement au succès désiré.*

*Le plus souvent, celui qui rencontre la Soka Gakkai pour la première fois ignore à peu près tout de la doctrine, des pratiques et de l'organisation de ce mouvement.*

*Un jour Anna, souriante trentenaire, a fait cette rencontre... elle nous confie son témoignage.*

## La rencontre

Je suis entrée dans la Soka Gakkai en 2001. Ce fut une rencontre comme tant d'autres. Un jour, attristée par un échec très important pour mon avenir, un collègue affligé de ma détresse m'expliqua comment lui aussi avait traversé des difficultés, et qu'il connaissait une solution qui pouvait m'aider. D'une nature très méfiante, j'ai tout de suite expliqué que je ne croyais en aucune religion et serais difficile à convaincre. De fait, personne ne m'a mis de pression, on m'a rassurée en me disant que j'avais raison, que l'on n'était jamais trop prudent et qu'avec le temps et mes différentes expériences, la croyance en l'efficacité de la *pratique* viendrait d'elle-même.

Ce fut le cas. Ils m'ont suffisamment mise en confiance pour que peu à peu, je me laisse persuader que toutes les bonnes choses qui se produisaient dans ma vie venaient de ma croyance, donc de ma foi.

## Dans le groupe

Insidieusement, j'en suis arrivée à ne plus penser par moi-même, je ne vivais plus qu'à travers ce bouddhisme. Toutes mes relations devinrent faussées, j'interprétais selon la *Loi* quelquefois en bien mais le plus souvent en mal. Personne ne m'imposa un rythme de *pratique*, mais il était fortement conseillé de suivre celui des *aînés* -plus anciens dans la *pratique*- afin de montrer son investissement. Nous avions une réunion de discussion tous les quinze jours, chez un (ou une) *aîné*, où tous les pratiquants d'un même *chapitre*<sup>1</sup> se retrouvaient. Une fois par mois nous avions en plus une réunion selon notre situation personnelle (jeune fille ou jeune homme pour les célibataires, homme ou femme pour les personnes mariées, divorcées, veuves...). Il faut y ajouter tout ce qui était activité organisée par les différents *chapitres* d'une même *région*, où il était plus que de bon ton de se montrer, toujours pour manifester notre motivation dans la *pratique*. En effet, les *aînés* ne manquaient pas de nous rappeler tous les bienfaits que nous allions engranger pour avoir fait l'effort de donner de notre temps « si précieux » pour faire acte de présence. Sans compter toutes les *pratiques* quotidiennes du matin et du soir, devant *l'objet de culte*<sup>2</sup>, et la récitation du mantra « nam myoho renge kyo » le plus possible (on nous lançait le défi d'en réciter un million par an, ce dans quoi je me suis enfermée pendant 2 ans). Cette *pratique* était souvent accompagnée, le soir, par une *aînée*. Cet accompagnement pouvait se répéter plusieurs fois par semaine selon les difficultés rencontrées.

## Je vais plus mal

De ce fait, je perdis pied, mes relations professionnelles se sont dégradées. Ne gérant les situations qu'en fonction de ma *pratique* et selon l'enseignement de mes *aînés*, les réponses ne se trouvaient donc pas adaptées aux situations vécues, je perdis le sommeil.

« Mes amis bouddhistes » me poussèrent à prier davantage, avec plus de ferveur, pour transformer ce qui n'allait pas dans ma vie et entraînait « la

1 Fortement hiérarchisée la Soka Gakkai est organisée localement en *Centre, Chapitre, District, Groupe*.

2 L'objet de culte est un parchemin, le *Gohonzon*. Il est remis lors d'une cérémonie très émotionnelle. Les adeptes, qui ont attendu ce moment, ne réalisent pas toujours l'engagement qu'ils acceptent. En effet ils ne devront jamais s'en séparer et s'ils décident de le rendre ils se mettront eux-mêmes au ban du groupe.

perte de mon sommeil » ; on m'orienta à *pratiquer* pour trouver les meilleurs médecins dans les meilleures conditions.

Je suis entrée en contact avec une psychiatre qui ne comprenait rien à mes difficultés. Les séances à son cabinet étaient une véritable torture psychique qui ne faisait qu'aggraver la situation, mais complètement culpabilisée, je pensais que tout était de ma faute, que je ne priais pas comme il fallait et ne croyais pas sincèrement, d'où le manque de résultats. Mon médecin traitant, qui ne me connaissait que depuis quelque mois, ne maîtrisait pas la situation. Il tenta à plusieurs reprises de prendre contact avec cette psychiatre pour lui passer la main dans le traitement de mes insomnies, mais la psychiatre refusa ne souhaitant pas qu'il y ait d'interférence médicamenteuse entre elle et moi.

Mon médecin enchaîna différents médicaments qui s'ajoutèrent les uns aux autres, différents anxiolytiques, neuroleptiques, antidépresseurs, somnifères, etc.

Bien entendu le tout sans résultat. Peu à peu je sombrais dans une dépression des plus graves avec tentatives de suicides quasi quotidiennes, alcoolisme, anorexie et boulimie en alternance.

Après quelques mobilisations des *aînés* venant me soutenir, ils répondirent de moins en moins à mes sollicitations, on m'incita à ne plus venir aux réunions de discussions, je me sentais peu à peu abandonnée de tous. Cela dura un an, j'étais en arrêt maladie.

Les responsables continuèrent à me culpabiliser, me disant que ma foi n'était pas sincère, que je doutais des bienfaits de la *Loi*, d'où l'aggravation de ma situation. On m'expliqua que j'avais un si mauvais karma que je devais payer dans cette vie tout le mal que j'avais fait dans les autres. Ils me dirent que transformer mon karma maintenant était une grande chance, que traverser toutes ces épreuves me ferait bénéficier dans une prochaine vie de tous les bienfaits accumulés grâce à tous ces combats que je menais.

## La sortie

Jusqu'au jour où, suite à une énième tentative de suicide où j'ai frôlé la mort, je décidai d'arrêter d'aller voir la psychiatre, de stopper tous les médicaments et je pris de la distance avec la *Soka Gakkai*.

Je reprenais conscience de moi-même et analysais l'attitude des membres qui prônaient l'union dans l'adversité, la solidarité quand un membre du groupe était en difficulté, mais ne me manifestaient aucun soutien. Au bout d'un

an d'arrêt maladie, je perdis mon travail pour inaptitude à mon poste. Je me suis retrouvée au chômage.

Je constatais la fausseté de leur parole, je réalisais que la *pratique* assidue n'améliorait en rien ma situation, alors je décidai d'arrêter toute *pratique* car je réalisais que j'étais en train de détruire ma vie.

Comme par miracle, de nouveau une forte mobilisation ressurgit, mais ma décision était prise. Lorsque l'on quitte la Soka Gakkai il faut restituer son *objet de culte*, ce qui se fait ordinairement lors d'une cérémonie. Les conditions de cette cérémonie ne pouvant jamais être réunies, c'est une maladresse d'un des membres qui me donna l'opportunité de rendre mon *objet de culte*, ce que je fis promptement. Nous étions fin 2005.

La sanction fut immédiate, plus de nouvelle de personne, sauf 6 mois plus tard, une responsable de Paris me relança par téléphone un soir à 22h45 : ce dernier acte m'a convaincue définitivement que j'avais pris la bonne décision.

Du jour au lendemain, nous nous retrouvâmes seuls avec mon mari, car évidemment nous avons perdu tous nos amis d'avant, puis tous les bouddhistes du groupe disparurent à leur tour alors que nous n'avions plus qu'eux. Tout était de nouveau à reconstruire, les amis, le travail et retrouver notre confiance.

Ma vie privée fut terriblement éprouvée par ce parcours. Il me fallut cependant plus d'un an pour me retrouver psychologiquement, et presque 2 ans pour reprendre suffisamment confiance en moi et être apte à reprendre une activité professionnelle.

