

Accepter l'inacceptable

Témoignage

J'ai fréquenté la secte Shambhala pendant environ 6 ans. Quand j'ai commencé, j'étais simplement à la recherche d'un moyen de mieux gérer mon stress et de mieux vivre au quotidien. Je m'intéressais déjà à la méditation et je pensais éventuellement rejoindre une organisation qui pourrait m'aider à pratiquer plus facilement et avec d'autres personnes. Et c'est sur les conseils d'un ami que je suis allé dans un centre Shambhala.

De la méfiance à la confiance

J'avais un peu peur de tomber sur des personnes bizarres, ou une organisation à tendance trop ésotérique. J'ai été agréablement surpris en constatant exactement l'inverse. J'y ai trouvé des gens très agréables, et qui semblaient sincères dans leurs relations. Ils semblaient aussi avoir une certaine présence et une attitude allant au-delà des relations un peu superficielles que je trouve autour de moi en temps normal. Ils avaient l'air simplement humains et sans artifices. En tout cas c'est ce que je dirai plus tard à ma famille quand certains s'inquièteront de me voir tomber dans une secte. J'ai commencé à aller au centre toutes les semaines et ce pendant quelques mois. À chaque fois on pratiquait la méditation, puis on lisait un texte en rapport avec les enseignements de Shambhala et l'enseignant organisait une discussion en groupe sur les textes. Régulièrement un membre du staff présentait les événements à venir dans le centre, par exemple des stages d'arrangements floraux, de photographie, ou encore de tir à l'arc méditatif, et souvent il parlait de weekends de pratique entièrement consacrés à des enseignements, les présentant comme le cœur de Shambhala. Après plusieurs mois, comme les enseignements me plaisaient, j'ai décidé de sauter le pas et de participer à ces weekends. Le programme devait se dérouler dans l'ordre, un peu comme un cursus scolaire, approfondissant de plus en plus les enseignements Shambhala. Ceux-ci portaient beaucoup sur la «bonté fondamentale» de chaque être humain, ou encore sur le fait de créer une «société éveillée».

Totalement séduit

J'étais ravi de trouver des gens qui défendaient des valeurs que je partageais, tout en découvrant de nouvelles pratiques de méditation qui m'apprenaient à connaître mon esprit.

Progressivement, ma motivation première, qui était de mieux gérer mon stress, est passée au second plan et je me suis intéressé de plus en plus au projet que me proposait Shambhala. J'ai commencé à suivre ce cursus d'enseignement avec autant d'assiduité que je le pouvais. J'ai participé à des weekends complets, puis des semaines, puis plusieurs semaines d'affilée. Les expériences que je faisais pendant la méditation me semblaient très profondes, et correspondaient effectivement à ce qui était décrit dans les enseignements. Les enseignants disaient parfois que le fait d'avoir pu croiser ces enseignements dans notre vie était une chance inouïe, et c'était ce que je croyais aussi. J'ai peu à peu consacré quasiment tous mes congés aux enseignements Shambhala, afin de progresser le plus vite possible dans le cursus et d'en apprendre encore plus. Je me suis lié d'amitié avec les autres participants, et j'avais l'impression d'être comme à la maison dans tous les centres Shambhala où j'allais.

Premiers doutes

Ce n'est qu'après plusieurs années que j'ai commencé à avoir des doutes sur certains aspects des enseignements. Puis il y a eu les accusations d'abus sexuels à l'encontre du «Sakyong», le gourou de Shambhala, de qui tous les enseignements provenaient. Ces accusations ont progressivement libéré la parole et d'autres personnes ont témoigné à leur tour contre lui, évoquant des actes de violence verbale, physique et sexuelle qui duraient depuis des années. D'après les différents témoignages, de nombreuses personnes étaient au courant depuis tout ce temps et n'en avaient pas parlé. J'étais abasourdi. J'avais déjà entendu les histoires d'abus dans d'autres centres de méditation, mais je me disais que cela n'aurait jamais pu arriver dans Shambhala car les gens y étaient « normaux ». Seuls des «illuminés» arriveraient à permettre que ce genre de choses se produise. Et pourtant c'était arrivé...

Me rendant compte que j'avais dû me tromper sur la nature de l'organisation où je me trouvais, j'ai commencé à faire des recherches sur internet, et j'ai pu lire des témoignages sordides sur les deux gourous précédents qui avaient dirigé Shambhala. J'ai trouvé une collection de témoignages décrivant comment le premier gourou, Chogyam Trungpa Rinpoche qui a fondé l'organisation dans les années 70, aurait usé de violence physique et verbale pour forcer des participants à son enseignement à

se mettre nu en public, par exemple, ou des témoignages l'accusant d'avoir torturé des animaux, dont une fois même en guise d'enseignement. Et pourtant il était encore loué dans tous les centres Shambhala, sa photo trônait dans toutes les salles de méditation. J'ai aussi appris comment son successeur aurait continué de coucher avec nombre de ses étudiants alors même qu'il se savait infecté par le VIH. C'était beaucoup pour une organisation qui prétendait enseigner la douceur et créer une société meilleure.

Une secte ?

Malgré tout cela, je n'ai pas quitté Shambhala tout de suite. Lorsque j'ai rapporté ces histoires aux membres de ma famille, je me suis dit qu'ils penseraient que j'étais dans une secte, et c'est alors que cette notion a commencé à faire son chemin chez moi. C'était peut-être bien une secte, et alors c'était absurde que j'y sois encore...

Mais malgré cela encore une fois, je ne suis pas parti tout de suite. J'avais investi trop d'énergie dedans pour partir, et les enseignements que je recevais avaient trop de valeur pour moi. Je me suis dit qu'il valait mieux y retourner, encore une fois, au moins pour entendre moi-même comment les enseignants allaient parler du problème. Pour voir s'ils allaient être honnêtes ou s'ils allaient essayer de noyer le poisson. Je suis donc allé à un dernier programme d'enseignements d'une semaine, destiné aux étudiants avancés, et c'est là que je les ai entendus d'abord habilement accuser la lanceuse d'alerte qui avait fait éclater l'affaire, l'accusant de faire tout ça pour son gain personnel. Je les ai ensuite entendus défendre le Sakyong, disant qu'il n'était qu'un être humain qui peut faire des erreurs, nous disant de façon plus ou moins détournée que si nous lui en voulions c'était de notre faute parce que nous avons trop d'attentes envers lui, etc. Et à ma grande surprise, une majorité de gens autour de moi buvaient ces paroles et les reprenaient à leur compte ensuite dans les conversations. Et c'est seulement à ce moment-là que j'ai vraiment décidé de quitter Shambhala.

Sortir ou pas ?

Mais dans les faits, je devrais plutôt dire que c'est là que j'ai «commencé» à quitter Shambhala tant j'avais de choses à comprendre de mon expérience afin de trouver du sens dans ce qui c'était passé.

Tout d'abord, pendant plusieurs jours j'ai vécu comme des moments de gros doutes, où je revenais sur ma décision et me disais qu'en fait ma place était vraiment dans Shambhala et que j'étais en train de tout gâcher en partant. En fait

j'avais passé tellement de temps et de bons moments dans cette organisation, j'y avais rencontré tant d'amis, que continuer à y croire était encore la position la plus confortable. Découvrir que c'était une secte, ce qui me laissait avec tant de questions sans réponses, et qui me demandait de réinterpréter ce que j'avais vécu pendant 6 ans, était beaucoup plus difficile. J'avais encore tellement peu de repères dans cette nouvelle vision des choses que j'avais du mal à y croire. Je me disais que j'étais peut-être «en train de devenir fou ou paranoïaque» et que « c'était pour ça que je voulais quitter l'organisation qui m'avait tant apporté. Finalement toutes ces histoires d'abus sexuels étaient peut-être des dérapages isolés, etc. »

Et je crois que c'est en parlant à ma famille des raisons de mon départ que j'ai pu fixer mon opinion. En leur racontant tout le pire de Shambhala, je savais que je ne pourrais plus faire demi-tour.

L'engagement progressif endort...

Bien évidemment, je me suis aussi demandé comment j'avais fait pour ne me rendre compte de rien jusque-là. Je crois que cela tient en partie au fait que dans Shambhala, tout avait été amené très progressivement. Un peu comme la fable de la grenouille qui plongée subitement dans de l'eau chaude, s'échappe d'un bond, alors que plongée dans de l'eau froide que l'on porte très progressivement à ébullition, elle s'engourdit ou s'habitue à la température pour finir ébouillantée.

Pour moi dans Shambhala c'était un peu la même chose. Par exemple, après quelques weekends d'enseignements on nous faisait comprendre qu'il fallait garder les enseignements secrets et ne pas en parler à des personnes qui ne les avaient pas encore suivis, alors qu'il s'agissait pourtant d'enseignements parfaitement anodins. Par la suite on nous apprenait à garder le secret sur de plus en plus de choses. Mais comme ces secrets ne touchaient à rien de grave, il n'y avait pas de quoi entamer notre confiance, et on acceptait tout simplement de s'habituer à garder des secrets. Et quand, des années plus tard, il était demandé aux personnes travaillant à « la cour » du Sakyong, c'est à dire les personnes lui servant de domestique ou de gardes du corps à son domicile, de ne surtout rien dire sur ce qui se passait en sa présence, à nouveau personne n'était choqué. Et au final c'est peut-être comme cela que certains actes de violence physique et sexuelle dont le gourou a été accusé sont restés secrets pendant des années. Des choses normalement inacceptables dans la société normale devenaient acceptables car amenées de façon progressive. C'est aussi un peu comme cela que j'ai commencé mon parcours dans Shambhala, à la recherche d'une organisation « normale » et non ésotérique, et que je me suis finalement retrouvé quelques années plus tard à très littéralement me prosterner devant un gourou.

... jusqu'à faire accepter l'inacceptable

Quelques fois, pourtant, j'ai même été confronté à des signes très clairs qui auraient pu me faire penser qu'il y avait un problème dans cette organisation, et pourtant je n'ai rien voulu voir. Une ancienne participante, admirative de Chögyam Trungpa Rinpoche, le fondateur de l'organisation, m'a raconté cette fois où il aurait forcé deux participants à se déshabiller contre leur gré lors d'un enseignement. À ce moment-là je n'ai même pas pensé à faire des recherches de mon côté sur internet pour avoir plus de détails, ni même pour voir s'il y avait eu d'autres événements semblables que je ne connaissais pas. Et même lorsque par hasard j'ai trouvé des informations graves sur les leaders de l'organisation, j'ai cru que je m'étais trompé, et qu'il devait s'agir d'une autre organisation que Shambhala. J'aurais aussi dû me douter de quelque chose quand on nous a dit qu'à partir d'un certain stade dans les enseignements, il fallait s'en remettre totalement au gourou et lui obéir en tout. Mais chaque fois que quelqu'un exprimait des doutes, on le renvoyait plus ou moins au fait qu'il n'avait pas compris le vrai sens des enseignements. Les enseignants se cachaient derrière plusieurs niveaux de vérité, tantôt les vérités étaient juste symboliques, « relatives » tantôt elles étaient « absolues », quoi que cela veuille dire, de sorte que toute réflexion ou discussion était impossible. Ou alors ils nous disaient de prendre nos « résistances » et de « méditer avec », comme si ces résistances provenaient forcément d'un problème en nous-mêmes plutôt que d'un vrai problème dans les enseignements.

Informé pour prévenir

Aujourd'hui je pense avoir un peu tourné la page sur cette période de ma vie. Mais ce qui reste difficile, c'est le sentiment d'injustice, et le fait de savoir qu'encore aujourd'hui des gens rejoignent cette organisation et sont trompés par son sens de l'accueil, qu'ils vont peut-être s'y engager durablement faute d'informations, tout ça pour que d'autres accusations similaires fassent peut-être à nouveau surface. Suites aux accusations contre le Sakyong, certaines personnes ont quitté Shambhala après y avoir consacré plusieurs dizaines d'années de leur vie et de grosses sommes d'argent, tout ça pour rien, comme elles le disent elles-mêmes. J'espère juste que ce genre d'information pourra être accessible au plus grand nombre pour que chaque personne qui envisage de rejoindre Shambhala puisse prendre une décision éclairée.

