

# TABLE DES MATIÈRES

Préface . . . . .	XI
Préambule . . . . .	XV
Introduction . . . . .	1
<b>I Conversion</b>	<b>5</b>
1 Perdue . . . . .	7
2 Une bible, un anneau, une mission . . . . .	25
3 Je doute . . . . .	43
<b>II Déconversion</b>	<b>51</b>
4 Je quitte . . . . .	53
5 La vie après la foi . . . . .	67
6 Je cherche à comprendre . . . . .	81
7 Quoi d'autre que Dieu? . . . . .	91
8 Et puis, les orthodoxes . . . . .	103

<b>9 « Mais c'est ton père, Mélanie! »</b> . . . . .	<b>115</b>
<b>10 Je vis une déconversion</b> . . . . .	<b>123</b>
<b>III Aujourd'hui</b>	<b>133</b>
<b>11 Mon héritage</b> . . . . .	<b>135</b>
<b>12 Ma contribution</b> . . . . .	<b>143</b>
<b>Conclusion</b> . . . . .	<b>149</b>
<b>Remerciements</b> . . . . .	<b>151</b>
<b>A Prophétie</b> . . . . .	<b>153</b>
<b>B Lettre</b> . . . . .	<b>155</b>
<b>C Roue</b> . . . . .	<b>159</b>
<b>D Tableau du point tournant</b> . . . . .	<b>161</b>
<b>E Kasàlà</b> . . . . .	<b>163</b>
<b>F Méditation</b> . . . . .	<b>167</b>
<b>Bibliographie</b> . . . . .	<b>169</b>

# INTRODUCTION

*Nous croyons.  
Je crois.  
Je ne sais plus si je crois...  
ou si je ne crois plus.*

Alors qu'une grande majorité de Québécois ont rejeté les dogmes de l'Église il y a plus de cinquante ans, certains individus – dont j'ai fait partie – cherchent encore à trouver du sens à travers les mouvements religieux. Plusieurs y resteront toute leur vie, mais quelques-uns décideront de quitter ces mouvements pour différentes raisons, afin de vivre autrement. Pour ceux ayant grandi dans une famille pratiquante ou s'étant convertis relativement jeunes, le prix à payer pour le choix de quitter un mouvement religieux est élevé : souffrances émotionnelles et psychologiques, perte d'identité, effondrement de leur compréhension du monde, séparation d'avec un réseau social solide et soutenant.






Dans son livre *Réveillez-moi! Une enfance chez les Témoins de Jéhovah*, Jean Sébastien Lozeau décrit bien l'ampleur du défi :

*Choisir de nager à contre-courant demande plus qu'un effort surhumain. S'aventurer dans l'inconnu, se lancer dans le vide exige du courage. Pour gagner une médaille olympique au cent mètres, pour remporter le Tour de France sept fois, pour cumuler soixante-treize circuits en une saison*

*dans les liges majeures; il existe pour tout cela une potion magique. Pour dire oui à tout ce qu'on te refuse, il n'y a rien d'autre que le courage de le dire. Oui à tes rêves. Oui à tes goûts. Oui à tes envies. Oui à tes ambitions. Oui à toi.*  
*OUI. (LOZEAU 2013)*

Effectivement, il n'y a pas de guide d'instructions pour quitter une religion et dire oui à sa vie, aucune potion magique pour faciliter le processus. Malgré tout, c'est ce « oui » que je choisis en avril 2011. Après onze ans au sein de l'Église chrétienne protestante évangélique, je quitte mon mari, ma communauté et mon emploi comme missionnaire – à l'époque ma seule source de rémunération – pour me lancer sur une quête existentielle qui me mènera au cœur de moi. Ce livre est une invitation à plonger dans votre histoire, tout en explorant la mienne. Je suis prête à gager que, quelque part, vous vous y reconnaîtrez.

Tout au long de cet ouvrage, vous retrouverez des extraits de mes journaux intimes, introduits par la phrase « Je me souviens... ». Sachez aussi qu'à la fin de chaque chapitre, je vous proposerai des exercices et des questions de réflexion vous permettant de mettre une nouvelle lumière sur votre propre parcours de vie. Pour ces exercices, vous aurez besoin de quelques items :

-  feuilles blanches ou cahier de format  $8\frac{1}{2} \times 11$  ;
-  stylo ;
-  crayons feutres et de bois de couleurs variées ;
-  paire de ciseaux ;
-  votre imagination et le désir de laisser parler votre âme.

Bonne lecture !

# LA VIE APRÈS LA FOI

*Vous ne mangez pas un éléphant en une seule fois. Vous le mangez morceau par morceau. Je ne veux pas manger un éléphant. Je le sais, mais il y en a un dans votre assiette. Coupez la vie en petites bouchées.*

---

(BEATTIE 2010)

## On m'excommunie

Je me souviens...

**20 janvier 2012, 28 ans**

Janvier 2012. Ça fait neuf mois que j'ai quitté Tom et, par le fait même, mon emploi de missionnaire. Mon pasteur m'a convoquée pour me demander d'exposer ma situation devant un comité de cinq personnes, m'inviter à me repentir et prier pour que Dieu touche mon cœur. Je parle de ma recherche de sens, du désir de connexion avec mon cœur et de mon refus de retourner dans un mariage pour les mauvaises raisons. On me répond que le cœur est mauvais et que la recherche de soi est vaine. Je me tiens droite et je suis douce, mais ferme. J'exprime mon désir

profond de connecter à Dieu, mais mon incapacité à me repentir dans le moment, ce qui impliquerait de retourner avec Tom. Je sens une grande incohérence dans ce que le pasteur me dit à propos du cœur, mais je n'arrive pas à saisir où elle se situe exactement. Tout est mélangé en moi, je ne suis sûre de rien, je ne sais plus ce qui est vrai ou faux, bon ou mauvais. Ils prient pour moi et je quitte la rencontre, seule. Alors que je marche dans la neige en direction de mon arrêt d'autobus, le groupe discute de mon cas. Je n'en reviens pas d'être rendue là, moi qui ai toujours été la bonne fille. Je n'en reviens pas de vivre ça en 2012 ; un appel à la repentance suite à une séparation sous peine d'être excommuniée. Je suis bouleversée, triste et fâchée à la fois. Dans la dernière année, on m'a traitée de femme adultère, de prostituée, de fille qui a été séduite par Satan. J'ai reçu des courriels remplis de versets pour m'inviter à revenir sur le droit chemin et pour me dire que j'étais sur la mauvaise voie. Quelqu'un est même venu me voir pour me dire qu'il ne pourrait plus s'asseoir avec moi en classe (Note : je fais alors un certificat en langues modernes). Là, c'est assez. Ils ne vont pas m'excommunier, ils n'auront pas besoin de se rendre jusque-là. Je vais m'excommunier moi-même ; l'Église, pour moi, c'est fini.

J'aime toujours Dieu, mais je ne sais plus comment le suivre. J'ai l'intuition qu'en me connectant à mon cœur et à l'entièreté de celle que je suis, je me connecterai au divin encore plus intimement. La boîte dans laquelle j'ai déposé ma compréhension de Dieu se fait trop petite depuis un moment déjà, mais là, les parois sont carrément en train de céder. Je pressens que Dieu est probablement un milliard de fois plus grand et indéfinissable que je ne le pense, mais je suis tellement prise dans ma culpabilité et dans cette vision du monde qui a déterminé toute ma vie pendant une dizaine d'années que je piétine sur place.

## **Mon image de fille parfaite vole en éclats**

Je continue de prier, mais je me condamne moi-même par mes pensées : « Est-ce que Dieu va vraiment écouter mes prières si je vis dans le péché volontairement ? J'ai quand même quitté l'Église et mon mari... » Je continue d'aimer Jésus, mais je ne me sens plus digne d'en parler. Je suis brisée en mille morceaux, et l'humilité que ça apporte dans ma vie installe un terreau fertile pour que mes amis commencent à s'ouvrir à moi. Des croyants et des non-croyants me partagent « leurs pires péchés », car ils sentent que je ne vais en aucun cas les juger. Et, effectivement, à mes yeux, je suis tellement « tombée bas » en 1) tombant amoureuse d'un autre homme 2) en quittant mon mari 3) en quittant ma communauté 4) en doutant de ma foi et de tout ce qui constitue alors la base de ma vie, que je perds toute estime de moi et je comprends à quel point il est malsain de juger quand on n'a aucune idée de ce qui a amené une personne à agir de telle ou telle manière.