



EMPRISE & DÉPENDANCES



PENDULES, TAROTS OU AUTRES CROYANCES PEUVENT PARFOIS RIMER AVEC ABUS ET ADDICTION. VOICI LES SIGNES QUI DOIVENT VOUS ALERTER.

PAR HÉLÈNE GUINHUT

● Que ce soit dans les feuilles de thé ou dans votre thème astral, vous pourriez réaliser qu'une menace indicible vous guette. Il ne s'agit ni d'un esprit malin ni d'un sortilège quelconque. Le danger pourrait s'immiscer dans la pratique elle-même, porte entre-ouverte sur un chemin qui mènerait à la dépendance, voire à l'emprise. Alarmiste ? Certes, on ne trouve pas de logos avertissant d'un risque sur les jeux de cartes divinatoires, comme on en trouverait sur les paquets de cigarettes, mais peut-être n'est-il pas si absurde d'imaginer qu'ils y auraient toute leur place. Constance, 23 ans, l'admet : elle a été « addict » à la cartomancie. Au cours des confinements de 2020, elle a commencé à se tirer les cartes presque chaque jour. Un rituel auquel s'ajoutait une consommation massive de vidéos sur YouTube et de prédictions sur Twitter. Dans son podcast « Let's Talk Astro », la jeune femme explique son addiction par une rupture amoureuse. « Savoir ce qui allait se passer d'un point de vue amoureux était devenu quasi obsessionnel. Environ cinq fois par semaine, je demandais s'il allait revenir, ce qui m'attendait sentimentalement », nous confie-t-elle. Ces tirages, qu'on pourrait penser anodins, avaient une véritable influence sur son humeur. « Si je voyais quelque chose que je voulais voir, j'observais un pic d'adrénaline dans mon corps, c'était presque comme si j'avais reçu un message de mon ex. À l'inverse, quand c'était négatif, j'étais plus triste. » Lorsqu'elle s'est brièvement remise en couple avec cet ex, avant de rompre à nouveau, le dé clic ●●●

“CETTE FEMME DICTAIT TOUTES LES DÉCISIONS DE MA VIE.”

SABRINA, 35 ANS

● ● ● s’est produit. « Ça m’avait empêché de faire correctement le deuil de cette relation. » Sans parler d’addiction, Camille 27 ans, admet être elle aussi tombée dans l’excès. « J’utilisais le pendule quasiment tous les jours. Je lui demandais si je devais faire ci ou ça, si c’était mieux d’aller courir demain ou maintenant. C’était un réflexe malsain. » Deux fois par mois, à chaque pleine lune et à chaque nouvelle lune, elle tirait aussi les cartes. Jusqu’à ce que, sans raison particulière, elle soit saisie d’un « ras-le-bol », la poussant à tout arrêter et à devenir plus « terre à terre ».

LA PRUDENCE EST DE MISE

La dépendance, souvent associée à la consommation de substances, peut qualifier des comportements divers. Pour Stéphanie Ladel, addictologue, les pratiques ésotériques n’y échappent pas. « L’addiction est un processus basé sur des premières expériences positives en termes de plaisir ou de soulagement intense et immédiat, qu’on aura envie de reproduire. Cela va creuser un sillon qui va faire prendre au cerveau une habitude, et c’est là que le piège se referme. On va retourner à cet endroit qui va nous apporter de moins en moins de plaisir, et on s’expose à des difficultés », détaille-t-elle. Si elle précise que vivre selon des croyances n’est en rien une addiction, elle observe la façon dont la brèche peut s’ouvrir. « Face au soulagement procuré par les réponses apportées, des personnes plus anxieuses vont trouver un tel bien-être qu’elles auront envie d’y retourner. » Quand le hasard d’un tirage ou l’algorithme d’une application d’horoscope incitent à quitter son job ou à renoncer à une relation amicale ou amoureuse, la prise de conscience s’impose. Le temps et l’argent consacrés sont aussi des indices de dépendance. « Le problème, c’est le caractère indispensable de la chose. Comment s’en passer quand elle est devenue une façon de gérer ses problèmes ? » interroge Stéphanie Ladel, qui aide ceux qui la consultent à prendre du recul.

D’autant que le monde magique n’est pas seulement peuplé de personnages bienveillants. Sous couvert de « pouvoirs » fantasmés, des voyants, chamans ou autres guides peuvent avoir une influence

néfaste. Sabrina, 35 ans, le dit sans emphase : elle a perdu dix ans de sa vie à cause d’une femme qui l’a placée sous son emprise. À 19 ans, alors qu’elle travaille comme hôtesse d’accueil, une collègue l’incite à consulter sa mère, prétendument thérapeute. « Elle m’a dit que j’avais une relation chaotique avec mes parents et qu’elle voyait que j’irais loin dans la vie. C’était bateau, mais j’avais envie d’y croire. Tout ça se passait

dans un environnement assez autoritaire, et elle avait énormément de charisme. » Au cours de multiples séances facturées cent euros chacune, la « thérapeute » lui explique avoir des dons. Avec de la sauge qu’elle fait brûler autour de Sabrina, elle assure « purifier ses énergies », prétend savoir ce qu’ont vécu ses ancêtres et lui recommande de mettre de la mousse chez elle. La jeune femme refuse de décorer son appartement comme un terrarium, mais renonce à reprendre ses études et coupe les ponts avec ses parents. « Cette femme dictait toutes les décisions de ma vie. J’étais coupée de tout repère et je ne fréquentais que des gens qu’elle connaissait. » Grâce à un homme rencontré à Biarritz, Sabrina parvient à se détacher d’elle. Avec le recul, elle réalise qu’elle était en dépression. Aujourd’hui épanouie, elle a envisagé de porter plainte, mais a renoncé faute de preuves. Son histoire correspond en tout point à une situation d’emprise telle qu’en rencontre régulièrement Pascale Duval, porte-parole de l’Unadfi (Union nationale des associations de défense des familles et de l’individu victimes de sectes). « On qualifie une situation de sectaire lorsque l’adhésion à une ou plusieurs pratiques new age conduit les personnes à se radicaliser au point d’être en rupture avec ce qui constituait leur vie avant. Le projet de vie est remplacé par un projet imposé par la doctrine new age. » Une personne, une communauté ou une façon de penser peuvent être à l’origine d’un phénomène d’emprise. Et devant le regain de popularité des pratiques ésotériques, Pascale Duval s’inquiète. Dans une récente enquête menée avec l’institut Odoxa, l’Unadfi observe que les jeunes sont particulièrement exposés, mais que la génération des 40-50 ans, moins à l’aise pour rechercher et trier les informations, est également concernée. « Cette génération – surtout dans les catégories socioprofessionnelles supérieures – a un besoin de reconnaissance très fort. Et certaines personnes sont attirées par des mouvements qui font de vous l’élite de la société. » Pour nous aider à observer un éventuel glissement chez un proche, elle nous donne un conseil : « Si vous ne constatez pas de changement dans sa vie, aucun problème. En revanche, si à un moment, la personne vous dit qu’elle agit de telle manière sur les conseils de sa chamane, par exemple, alors posez-vous des



BETTMANN/GETTY

questions. Quand la personne perd son libre arbitre, il faut être très attentif. » Conscientes de leur influence, celles qui ont fait de l'ésotérisme leur business s'imposent des limites. Shana Lyès, astrologue et autrice d'« Astrolove » (éd. HarperCollins), refuse que ses clients la consultent plus de deux fois par an. Pendant les périodes d'incertitude liée aux confinements, elle a, à plusieurs reprises, dû rappeler cette règle. Elle a aussi été confrontée à des personnes qui fondaient en larmes pendant une consultation. Si elle soupçonne une dépression, Shana a, à sa disposition, des contacts de thérapeutes. Systématiquement, elle insiste aussi sur le caractère interprétatif de son travail. « Je fais très attention aux mots que j'emploie pour ne pas laisser croire que le thème astral est dieu tout-puissant. Je dis toujours à la personne qui vient vers moi que c'est elle qui est aux commandes. »

“NOUS NE SOMMES PAS MÉDECINS”

Lola, cartomancienne qui anime la chaîne YouTube #SansTitre, est elle aussi bien au fait des dérives possibles. Sur son site web, elle rappelle ses « règles d'éthiques et de déontologie » : lors de ses guidances, les questions relatives à la santé, au décès, ainsi que les sujets intrusifs sur une personne sans son consentement ne seront pas abordés. « La voyance, c'est autre chose que la science. Nous ne sommes pas médecins ! » martèle-t-elle, alors que les remèdes magiques ont prospéré à la faveur de la pandémie. Comme Shana, il lui arrive d'être contactée par des personnes en souffrance. « Face à des clients en dépression, je répète sans cesse qu'il faut être suivi par un professionnel. Je ne suis ni psychologue ni psychiatre. La cartomancie et la voyance peuvent dédramatiser les choses et apporter une nouvelle vision en période de crise, mais mieux vaut que ce soit temporaire. » Titulaire d'un master 2 de droit, Lola est attachée à la rationalité. Lorsqu'elle fait des séances de guidance avec des personnes qu'elle sent à la dérive, au point d'être déconnectées du réel, elle pioche dans le vocabulaire ésotérique les mots qui pourraient les aider. « Dans ces moments-là, ma façon de leur faire comprendre, c'est de dire : tu manques clairement d'un ancrage, travaille ton chakra racine ! » Aller vers des professionnels respectueux est une chose, mais interroger ses propres croyances reste fondamental. C'est ce que fait Elisabeth Feytit dans le podcast « Méta de Choc », dont on ne peut que recommander l'écoute. Dans les épisodes « Voyance : entre lumière et ténèbres » ou « En terres païennes », elle revient en détail sur le parcours d'anciens adeptes de pratiques ésotériques pour comprendre comment ils se sont enfermés dans un dogme... avant de s'en libérer. La véritable clairvoyance. ●