

*Ma sœur, ma Ninie,*

*Je vais donc par ces écrits te bénir en soignant mes maux par les mots de mon cœur.*

*Tu t'es envolée et moi, impuissante, je t'ai regardée déployer tes ailes. D'un seul coup, ton visage a perdu son masque de souffrance, la paix s'est dessinée sur chacun de tes traits, tu semblais dormir.*

*Je t'ai regardée pour graver au plus profond de ma mémoire chaque détail de celle que tu étais encore. Je t'ai caressé la peau. J'ai porté ta tête contre ma joue et pour que ma main n'oublie jamais sa douceur, j'ai embrassé tes cheveux, pour respirer ton odeur et ne jamais l'oublier.*

*Je t'ai répété à quel point je t'aimais pour que cette mélodie t'accompagne tout au long de ton voyage, je voulais que chacune de mes larmes te pousse vers un nouveau bonheur, vers ce paradis que j'imagine si beau, car la terre était pour toi l'enfer.*

*Tu m'as quittée ! Par amour pour toi, je dois l'accepter, je n'avais plus le droit de te demander de t'accrocher à la vie. Nous étions deux contre tous, et*

Ce n'était pas de l'amour

*tout n'était que douleur. Tu t'es battue jusqu'au bout de tes forces, et même au-delà, la mort était ta seule délivrance, elle a fini par t'emmener, tu es partie.*

*Je ne sais pas où tu es, j'attends un signe de toi, je sais que tu me le donneras car tu m'aimes, tu vas vouloir me rassurer.*

*Tu es dans mon cœur, encore plus profondément qu'avant. Je t'aimerai jusqu'à mon dernier souffle. Je partagerai avec toi tous les bonheurs, ma pensée t'unira à moi sans cesse. Rien ne nous a jamais séparées, ce n'est pas le ciel qui fera barrage à notre amour.*

*Je me dis que tu es partie en voyage et qu'un jour, je te rejoindrai. Je t'aime, tu le sais, tu m'aimes, je le sais aussi. Ma douleur ne doit pas t'empêcher d'être en paix. Elle est juste le prix de mon amour pour toi. Je vais apprendre à respirer avec elle.*

Virginie Mannechez a été assassinée le 7 octobre 2014 par celui :

- qu'elle venait de quitter,
- dont elle avait un fils de 13 ans,
- mais qui était, avant tout, son père biologique.



## Introduction

**L**a mort de ma grande sœur m'a fracassée. C'est la personne que j'ai le plus aimée au monde. C'était la seule lumière dans une enfance violentée, abusée, dévastée. Entre nous, il y avait un secret, ce secret que nous ne devions surtout pas révéler à l'extérieur – même nos frères ne savaient pas réellement ce qu'il en était. Ce secret dans lequel nos parents nous ont plongées et verrouillées. Ce n'était pas un joli secret entre deux sœurs adolescentes, mais un secret horrible démontrant que l'être humain est capable du pire : notre père et notre mère nous ont élevées dans une ambiance sectaire totalement incestueuse.

Peut-on guérir d'une enfance malheureuse ?

En 2012, je croyais avoir mis toute mon histoire familiale de côté. Après deux procès d'assises pour

inceste, j'ai compris qu'on m'avait encore une fois totalement manipulée pour permettre à nos parents de s'en sortir plutôt bien. Je n'aurais pas dû me laisser embobiner. J'ai accepté. C'est ma faute ! Sauf que quand j'ai compris que cela n'avait été utile qu'à eux et en aucun cas à moi, à nous enfants ou à la Vérité, j'ai alors dit stop ! La famille Mannechez, dorénavant, c'est fini ! Trop de mal, trop de souffrances, j'ai assez donné, j'ai 30 ans, je dois penser à moi et à ma vie, à me protéger et à m'extraire de cette ambiance néfaste.

J'y ai cru pendant deux ans. Je menais ma barque, j'étais sans nouvelles de la famille Mannechez et je ne m'en portais pas plus mal. Sauf que le 7 octobre 2014, avec la mort de ma Ninie, j'y ai été replongée de la manière la plus violente qui soit. J'en suis tombée malade et j'ai fini par comprendre que le seul moyen de m'en sortir était d'avouer toute la vérité, de dire au grand jour ce que nos parents nous faisaient vivre, de mettre chacun face à ses responsabilités, moi compris.

Ce livre est le fruit de ce travail de six ans. Il est dicté par mes émotions. Je ne peux pas dire que cela a été facile, mais c'était nécessaire.

L'inceste prospère sur les mensonges de famille, sur les secrets, sur les non-dits. La société a aussi sa part de responsabilité dans ses regards détournés, dans ces alertes qu'elle ne veut pas voir, dans ces vérités tronquées qu'elle préfère entendre et valider au cours de procès manipulés. Il faut faire exploser tout cela, remettre les parents et les enfants à leur

place, et redonner à la vérité son véritable visage. Je ne demande pas l'impossible aux adultes, juste de savoir bien regarder. Et en tirer la conclusion qui s'impose. Charles Péguy disait : « Il faut toujours dire ce que l'on voit ; surtout il faut toujours, ce qui est plus difficile, voir ce que l'on voit. »

## Portrait de famille

Il y a deux ans, j'ai récupéré un carton de photos de famille.

Je ne l'ai pas ouvert tout de suite, j'ai attendu de m'en sentir la force, car je savais que cela allait être une plongée dans les profondeurs, sans bouteille d'oxygène.

Et puis, le moment est venu...

Ces centaines de photos sont censées représenter ma famille, la famille Mannechez. En les contemplant, je ne peux refréner un immense sentiment de gâchis car nous avons tout pour être heureux. Si seulement nous avions été la famille qu'on présentait aux autres...

En apparence, ces images racontent une famille française banale, une famille dans laquelle circule l'amour et dont les parents garantissent la sécurité affective des enfants.

Par leur quantité, elles semblent même être une preuve vivante que nous étions unis et si bien ensemble.

Sur cette première photo, nous sommes au début des années 1990 à un mariage. À l'époque, nous n'étions

encore que quatre enfants (notre petite sœur, notre petite poupée Coralie\*<sup>1</sup>, ne nous rejoindra qu'en 1997). Mon père porte le costume cravate et les rondeurs du cadre qui a réussi dans la vie. Il pose en patriarche. Ma mère est en tailleur rose et chemisier blanc, affichant une taille fine que les grossesses n'ont pas altérée, sa jupe courte montrant ses jolies jambes. Virginie et moi sommes bien habillées et belles comme des cœurs. Et mes deux frères, avec leurs casques de cheveux blonds, ont été comparés toute la journée aux fils de Claude François. Mes parents étaient heureux et fiers comme des stars.

Cette photo, c'est un chromo de la réussite à la française : un père qui gagne bien sa vie, une mère au foyer en apparence parfaite qui gère l'éducation de sa tribu, car nous, les enfants, nous ne nous faisons absolument pas remarquer à l'école par des problèmes de comportement. Bien au contraire, nous étions sages comme des images...

Quand nos voisins nous croisaient et nous saluaient, on sentait leur respect parce que notre père avait une plus belle berline qu'eux, une moto pour les week-ends et même un petit avion de tourisme. On nous enviait, nous les enfants, car nous avions justement droit à des tours de voltige aérienne, mais aussi à du karting et du ball-trap, des activités chics et chères. Nous passions pour des privilégiés. Sauf qu'une fois les portes de la maison fermées, notre vie était un enfer que nul ne pouvait imaginer.

---

1. Les prénoms suivis d'une astérisque ont été modifiés.



D'ailleurs, si on regarde plus attentivement cette photo de mariage, on ne voit pas de réels sourires sur les visages des enfants, il manque l'étincelle de la joie de vivre. Et pour cause...

Sur cette deuxième photo, nous sommes au camping de Quiberville. Là encore, la mise en scène de la traditionnelle famille française en vacances est parfaite. Sauf que moi, je sais que ce moment n'a duré que quelques minutes – le temps des photos.

Un quart d'heure plus tard, les garçons étaient expédiés à des activités à l'autre bout du camping, tous seuls. Ma mère et Ninie allaient faire les boutiques, et moi, j'étais abusée par mon père dans la caravane.

Tous les Français attendent les vacances avec impatience. Pas nous ! C'était un tel calvaire qu'au contraire, nous les redoutions. Au moins pendant l'année scolaire, le cauchemar ne commençait que vers 18 ou 19 heures, ce qui nous laissait la journée pour respirer.

Enfin, sur cette dernière série d'images, c'est un Noël en 2000. Il y a une multitude de cadeaux, on pourrait penser que nous étions les enfants les plus gâtés sur terre. En réalité, il s'agissait juste d'un étalage de richesses pour la photo. Nous n'avions jamais le temps, ni le droit de jouer. D'ailleurs, le seul cadeau que nous espérions, et que nous n'avons jamais reçu, ne s'achète pas : il s'agit du bonheur d'être ensemble en famille !

Nous faisons semblant d'être heureux sur ces photos, mais un examen attentif permet de voir que notre joie n'est pas sincère. Et pour cause : nous ne sommes réunis que pour les photos, sinon nous ne jouons pas ensemble, nous ne mangeons pas ensemble. Le repas est servi en deux temps : au salon entre Virginie, mon père et ma mère, puis à la cuisine, entre mes frères et moi. Nous ne faisons pas les courses ensemble, nous n'allons pas à l'école ensemble. Nous ne vivons pas du tout normalement. Nos parents nous divisent pour mieux régner. Si nous avions fraternisé et si nous avions raconté nos expériences respectives, nous aurions représenté une menace et qui aurait pu faire éclater leurs mensonges, alors c'était totalement prohibé entre nous. Nous étions plus isolés que des enfants uniques.

Ces centaines de clichés me fendent le cœur et me font monter les larmes aux yeux. Quel mal se sont donné nos parents pour présenter cette image à l'extérieur !

Aujourd'hui, je sais y voir le mensonge, ce qu'ils montrent et ce qu'ils ne montrent pas. Les moments sont parfaitement choisis, mais finalement assez rares sur une année. Il y a tous les autres moments, qui existent dans les albums photos des autres familles. Nous n'avons pas d'images de nos premiers pas ou du premier moment où on s'est mis debout contre le canapé. Il n'y a pas notre père qui nous donne le biberon ou notre première assiette d'aliments solides. Cela ne servait à rien aux yeux de nos parents. Dans nos albums, on passe directement de la naissance aux

Noëls. Pour la simple et bonne raison que nos parents ne se souciaient pas des autres moments, vu qu'ils ne sont pas destinés à être montrés.

Nous n'avons pas les premières dents tombées et le cadeau de la Petite Souris. Cela n'existait pas chez nous. Il n'y a pas non plus l'apprentissage du vélo avec le père qui accompagne et pousse l'enfant en avant, entre confiance et crainte. Le vélo, nous l'avons appris tout seuls...

Le modèle de mon père était la famille Kennedy, un bonheur très composé qui s'étale sur papier glacé. Denis Mannechez voulait être ce patriarche qui laisse une trace en tant que chef de famille. Et nous, enfants, essayions de respecter ses quatre volontés pour ne surtout pas l'énerver ou le décevoir. Nous n'avions jamais le droit d'être nous-mêmes, d'être de simples enfants, plus ou moins turbulents.

Dès notre naissance, notre père nous a analysés, puis il nous a assigné des rôles, sans se soucier de ceux que nous étions véritablement. Nous avons été projetés dans une prison dès la naissance, sans possibilité de sortie ni remise de peine.

J'ai mis très longtemps à comprendre que nos parents nous ont volé notre enfance et empêché de vivre nos émotions. Nous devons les enfouir derrière un mur infranchissable.

En fait, nous vivions dans une réalité entièrement

construite et formatée. Nous avons été élevés dans un système sectaire avec un père, qui, tel un gourou, décidait de tout, notamment des liens possibles entre chaque membre de la secte et une mère qui, au lieu de jouer son rôle de maman aimante et protectrice, va sciemment participer à cette horreur. Pire, va l'organiser.

Nos parents n'étaient pas des parents, et nous, enfants, étions des jouets vivants, des marionnettes manipulées par notre amour envers eux (car nous les aimions malgré tout) – et, quand cela ne suffisait pas, par leur violence et la terreur.

Nos cœurs, nos vies ne nous appartenaient pas, nous étions condamnés à vivre selon leur bon vouloir, en n'ayant pas réellement le droit de nous aimer nous-mêmes, ni entre nous.

Je ne connais pas « cette main tendre et légère qui vous pousse vers la vie » dont il est question dans l'introduction de *Laura* de Johnny Hallyday, récitée par Nathalie Baye. Notre futur ou notre devenir ne les intéressaient tout simplement pas. Seul comptait ce qu'eux décidaient pour nous.

Je n'ai pas de souvenir d'avoir été réconfortée après une chute ou une mauvaise note à l'école, d'avoir été câlinée dans les bras de mon père ou de ma mère. C'est fou de n'avoir aucun souvenir de sa mère, douce et bienveillante.

Denis, mon père, une seule fois, m'a câlinée.

Je n'avais pas 9 ans. À l'école, j'avais fait un malaise avec perte de connaissance. Immédiatement, j'avais été transportée à l'hôpital sans repasser par la maison. Comme me l'indique mon carnet de santé, j'étais hospitalisée pour malnutrition. Un comble pour une famille aisée ! Pour éviter tout soupçon, mes parents ont prétendu que j'avais tendance à faire de l'hypoglycémie.

Dans ma chambre d'hôpital, je me souviens, je dessinais sur les carreaux de la vitre quand Denis est venu me rendre visite. Je l'ai vu au bout du couloir avec une peluche dans les bras.

Le père rêvé, le papa idéal, j'y ai cru... Mais c'était un piège ! J'ai couru dans ses bras, il m'a enlacée et m'a glissé d'un ton péremptoire au creux de l'oreille :

— Ne parle surtout pas, tu vas guérir...

Encore une fois, ce n'était pas de l'amour, mais la visite d'un cerbère pour vérifier que je garderais bien les secrets et ne parlerais pas aux étrangers, surtout aux médecins, de ce qui se passait à la maison.

D'ailleurs, passé les premiers examens essentiels en pédiatrie, mon carnet de santé reste délibérément vide, tant nos parents craignaient nos contacts avec l'extérieur, sans leur contrôle. Ils savaient que si l'un d'entre eux était présent, nous resterions muets. Sauf qu'en leur absence, dans le cabinet d'un médecin, nous aurions pu parler. Alors, pour ne pas prendre de risques, nous n'étions pas suivis médicalement, sauf en dernier recours et sous leur surveillance. Ils ne devaient pas être à l'aise ces jours-là ! Aujourd'hui,

j'ai des problèmes de dos et aux yeux, d'autant plus aggravés qu'ils ont été pris en charge trop tard.

Pour autant, je ne pourrai jamais oublier l'image de mon père dans le couloir avec la peluche dans les bras. Ce moment magique ne s'est jamais reproduit. Même s'il n'était pas totalement sincère, j'aurais tellement aimé vivre d'autres moments comme celui-ci. Mais non, je n'y avais pas droit !

Comment voulez-vous bien vous construire dans un tel contexte ?

## Une enfance en prison

L'inceste est un tabou social, mais c'est d'abord une prison imposée aux enfants. On apprend à ne pas parler à l'extérieur, à ne rien dire de nous ni de nos émotions, et donc en définitive à ne pas être nous-mêmes.

C'est pourquoi je n'ai rien « balancé » avant mes 18 ans. Sauf que retenir tout cela n'aide pas à devenir un adulte équilibré.

Et en face, malheureusement, les adultes qui pourraient nous aider ne sont pas prêts à nous entendre, ni à nous voir. Marie-Pierre Colombel, présidente de l'association Enfance et Partage, l'énonce clairement : « La société ne veut pas voir les violences faites aux enfants car c'est une honte au pays des droits de l'homme. Mais c'est bien le rôle de tout citoyen, pas seulement celui des travailleurs sociaux ou de la justice, d'être attentif à ce que les enfants soient protégés et ne subissent pas de violences dans leurs familles. »

Mon cas est loin d'être isolé. Comme le rappelle régulièrement l'Association internationale des victimes d'inceste, cela toucherait environ quatre à six millions de Français. Un Français sur dix. 165 000 enfants victimes chaque année, selon l'association Mémoire traumatique et victimologie. Ces chiffres sont des estimations (nombreuses sont les victimes qui garderont ce secret verrouillé toute leur vie), une projection faite à partir des enquêtes de victimisation. Mais ils sont effarants ! Sur chaque photo de classe, il y a donc entre un et trois enfants qui sont victimes d'inceste. Et ce ne sont pas fatalement les moins souriants !

Ces enquêtes montrent aussi les conséquences pour les victimes. Elles sont destructrices tout au long de leur vie et même des décennies après les abus : dépression, anorexie, suicide ou tentatives, voire, dans le pire des cas, reproduction des abus. Rien d'étonnant à ce que des enfances dévastées donnent des adultes cassés.

Moi-même, je sais que c'est un combat quotidien dont on ne sort pas sans aide, et même malgré cela, les rechutes sont nombreuses. La dernière m'a conduite aux urgences. Trois semaines d'hospitalisation. Démontée par un choc psychologique traumatique (j'ai rêvé que mon père me kidnappait). Résultat : j'étais défigurée par le stress et une urticaire géante me recouvrait tout le corps. Trois hôpitaux différents, deux médecins, des soins et beaucoup de repos m'ont permis de remonter la pente. Mais je n'ai aucune certitude d'en être définitivement libérée.

Ce n'était pas de l'amour

En plus d'analyser les conséquences, il faudrait aussi regarder les causes et cette réalité en face, essayer de comprendre comment et pourquoi cela est arrivé.

Je me suis donc plongée dans mon histoire familiale.