

Notice analytique

Diplôme Universitaire Espaces Communs

Auteur/ Autrice : Clothilde Zins

Titre du travail personnel : En quoi la démarche écopsychologique peut-elle être intéressante pour les espaces communs ? Pistes pour opérer la bifurcation socio-écologique.

Date d'oral : 24 novembre 2023 - 9h30

Tuteur/ice : Elsa Buet

Collation : nombre de page : 71 / nombre d'annexes : 0 / nombre de références bibliographiques : 46

Mots clés analytiques : espaces communs ; bifurcation ; écologie ; justice sociale ; guérison ; transformation ; écopsychologie ; psychologie ; burn-out ; anti-capitaliste ; reconnexion ; nature ; vivant ; reliance ; soin ; autonomie ; communauté

Mots clés géographiques :

Résumé (800 signes espaces compris)

Ce TP montre comment la bifurcation socio-écologique peut s'opérer à partir des espaces communs. A travers une analyse écopsychologique de notre civilisation, une étude des mécanismes qui nous ont conduits à la situation écologique actuelle et une présentation de certaines ecothérapies, nous découvrons un cheminement de transformation individuel et collectif, intérieur et extérieur pour chacun d'entre nous, nos espaces communs et la société. Des pistes de résolution pour des problématiques découvertes durant la formation sont ainsi apportées. Enfin, ce travail esquisse la création d'espaces communs inspirés par l'écopsychologie et incarnant la bifurcation socio-écologique et montre comment nos espaces actuels pourraient constituer des ponts entre les mondes pré et post bifurcation.

**En quoi la démarche
écopsychologique peut-elle
être intéressante pour les
espaces communs ? Pistes
pour opérer la bifurcation
socio-écologique.**

Travail de recherche réalisé par Clothilde ZINS
Dans le cadre du Diplôme universitaire Espaces Communs (DU-ESCO)
Université Gustave Eiffel / Yes We Camp / Ancoats
Novembre 2023



Edito.....	p2
Intoduction.....	p5
L'écopsychologie, une solution pour sortir de l'apathie générale.....	p8
1. Définition et historique.....	p8
2. Ecothérapies et Solutions.....	p14
a. Le changement de cap de Joanna Macy.....	p15
b. Au delà des thérapies, l'écopsychologie politique.....	p20
3. Contexte international.....	p25
Pourquoi a-t-on besoin de l'écopsychologie ?.....	p27
1. Besoin de l'écopsychologie pour effectuer la bifurcation socio-écologique.....	p29
a. Besoin d'un changement sociétal profond.....	p29
b. La bifurcation socio-écologique.....	p34
2. Incarner la bifurcation socio-écologique dans les espaces communs.....	p44
a. Les espaces communs, lieux privilégiés pour initier la bifurcation socio-écologique.....	p44
b. Espaces communs, espaces politiques.....	p46
c. Survivre, bifurquer et collaborer.....	p48
d. L'écopsychologie au service des espaces communs.....	p53
Conclusion.....	p64
Crédits Illustrations.....	p66
Bibliographie.....	p67

Edito

Ce mémoire s'inscrit dans le cadre du diplôme universitaire espaces communs (DUESCO). A travers les différentes sessions de cette formation nous avons pu découvrir de nombreux espaces communs, qu'on appelle aussi tiers-lieux ainsi que les notions qui les traversent et composent (gouvernance, programmation, modèle économique, design d'espaces...). A travers nos rencontres et visites, nous avons pu voir une large palette de ces espaces communs. Tous différents, ils n'obéissent pas aux mêmes règles, à la même organisation, ils n'ont pas les mêmes engagements, n'accueillent pas le même type d'activités ou de public. Venant de tous horizons, certains se revendiquent comme des tiers-lieux, d'autres comme des squats, d'autres comme des entreprises, des associations, certains même n'ont pas défini ce qu'ils sont ou ne sont pas.

Face à cette myriade d'espaces communs, je propose pour la suite de ce mémoire de partir sur une définition venant des "communs" d'Elinor Ostrom, prix Nobel d'économie. Ainsi les communs sont "une ressource partagée par un groupe de gens" (Hess et Ostrom, 2007). Ce groupe de gens constitue une communauté qui implique un système d'auto-gouvernance avec 8 principes d'agencements : "des groupes aux frontières définies ; des règles régissant l'usage des biens collectifs qui répondent aux besoins et spécificités locales ; la capacité des individus concernés à les modifier ; le respect de ces règles par les autorités extérieures ; le contrôle du respect des règles par la communauté qui dispose d'un système de sanctions graduées ; l'accès à des mécanismes de résolution des conflits peu coûteux ; la résolution des conflits ; des activités de gouvernance organisées en strates différentes et imbriquées.¹" Sa thèse constitue une troisième voie, entre le public et le privé.

Dans "Les métropoles barbares", Guillaume Faburel, s'appuyant sur de nombreuses recherches, réactualise la définition d'Ostrom afin de l'éloigner d'une captation par le système capitaliste, antinomique aux communs² :

Les études un peu sérieuses sur cette question convergent au moins sur un point : le commun est toujours un agir... en commun. [...] C'est un processus de co-engagement qui repose sur le principe politique de l'autogestion, voire de l'autogouvernement, et dont la pertinence sur le plan des enjeux écologiques et politiques tient, précisément, à cette dimension collective. Il opère par production instituante et pouvoir constituant, à travers la faculté qu'a une communauté de se doter elle-même de nouvelles valeurs et de nouvelles règles, voire à produire des cadres renouvelant les droits, leurs principes de composition et de distribution. Plus concrètement, le commun engendre des constructions singulières qui se posent, dans et par l'agir en commun; en rupture avec les valeurs de la société marchande. Ces initiatives de l'alternative, enchâssées dans des itinéraires personnels porteurs de sens politique à travers l'adoption de styles de vie, peuvent aller jusqu'à former, comme le défend Christian Arnsperger, des communautés existentielles. [...] cette composition du commun est étroitement liée à la volonté de s'émanciper de la violence du biopouvoir, par un autre « usage des corps », et la mobilisation de l'intelligence (pratique, expérientielle, opérationnelle, conceptuelle..) et de l'affectivité pour construire ce commun. Cela repose sur trois dimensions - habiter, coopérer, autogérer.

¹ Governing The Commons, publié en 1990, Elinor Ostrom

² L'idéologie capitaliste a en effet pour fondement une prétendue "tragédie des communs" qui justifie que seule la propriété privée garantit une gestion pérenne et efficace des ressources. Le système capitaliste est né et continu de prospérer de sur cette idée.



A cette définition des communs s'ajoute celle d'espace, de lieu puisque c'est ici ce qui nous intéresse. Ainsi on pourrait se reporter à l'inventeur du mot tiers-lieu (Third place), le sociologue Ray Oldenburg, qui voit ces espaces comme des endroits ouverts où l'on réconcilie les temps de vie, où l'on produit des communs, favorise l'épanouissement et l'émancipation des individus selon des principes démocratiques et solidaires.

L'agir en commun de ces communautés est donc ici concrétisé dans un lieu mixte de par ces activités et ces temps de vie, par une autogouvernance et par les actions menées par celle-ci. Elles sont ancrées dans un territoire et répondent à ses problématiques. Elles deviennent de facto des espaces politiques où on "fait société", où l'on réinvente une organisation sociale, des règles, le lien social et où a fortiori on expérimente et on offre des alternatives. Au-delà de leur projet commun, ces communautés visent aussi à l'émancipation et l'épanouissement personnel. Les espaces communs s'inscrivent ainsi dans ce mémoire dans une logique de rupture avec le système capitaliste - qui nous le verrons est nécessaire à la bifurcation socio-écologique.

Ce travail est né de plusieurs observations aperçues dans les mémoires d'autres étudiants ou durant la formation à travers nos conversations et nos rencontres. L'écologie, même si elle fait souvent partie des valeurs de la communauté du DU, n'est que trop peu souvent au cœur des projets et mise à l'honneur dans la communication des tiers-lieux comme l'a constaté Michaël Gozlan, étudiant du DUESCO dont le mémoire a porté sur "Les mots des Espaces communs":

Le vocabulaire de l'écologie est largement minoritaire et ne représente même pas 2% des mots analysés. [...] un thème pourtant de plus en plus cher aux yeux des usagers et qui ne prendra que plus d'importance à court et moyen terme.

Même si son travail ne représente pas l'ensemble de la galaxie tiers-lieux en France, elle représente bien les espaces communs de la galaxie du DUESCO. Il en ressort donc, un manque d'initiative, de prise de conscience ou d'importance données aux enjeux écologiques. Cette thématique est pour moi centrale à la réflexion d'un avenir commun et se doit donc d'être traitée plus en profondeur.

Lors de la session sur l'aménagement du territoire sous le prisme de la bifurcation socio-environnementale, différents débats entre les étudiants, de manière informelle ou formelle ont eu lieu. Parmi ceux qui m'ont interpellée, il y avait l'aspect très politique de nos démarches et aspirations écologiques. Avec notamment la question de la radicalité de celles-ci, au sens de prendre le problème à la racine. Sans réflexion commune sur ce sujet, sans un approfondissement de ce que cela implique, le chemin et ensuite l'incarnation de cette bifurcation était parfois compliqué à visualiser. Conscients des enjeux, des questions demeuraient en suspens à l'issue de cette session : comment opère t-on cette bifurcation socio-environnementale ? Et pourquoi, malgré les catastrophes qui se profilent, rien ou presque ne bouge ?

Enfin, nous avons beaucoup discuté des problèmes de burn-out ou de personnes en souffrance dans les tiers-lieux visités ou parmi le collectif apprenant. Cette problématique n'est pas intrinsèque aux espaces communs, elle se retrouve partout dans la société et notamment dans l'ESS et les associations. Mais ici, ces situations vont à l'encontre de ce qui est promu par les espaces communs selon Michaël Gozlan :

« Les valeurs du «care» sont vraiment au centre des discours, bien avant l'ouverture au public, ou même le travail. »

Ainsi mettre au centre des valeurs comme le soin aux personnes tout en ayant de multiples cas de burn-out révèle d'une dichotomie grave entre le discours et le réel. Un souci d'autant plus important qu'un grand nombre de personnes qui s'impliquent dans ces lieux sont mus des meilleures intentions. Certains ont par exemple envie de (re)donner plus de sens à leur travail, d'aller vers des environnements plus positifs, voire même de "changer le monde".

A travers cette problématique "En quoi la démarche écopsychologique peut-elle être intéressante pour les espaces communs ? Pistes pour opérer la bifurcation socio-écologique", j'ai donc souhaité approfondir, nourrir et relier ces enjeux.

Introduction

La situation de la planète et donc de l'ensemble de ses habitants est grave. Nous sommes en danger. Le réchauffement climatique induit par l'ensemble des activités de l'Homme de l'ère industrielle mais aussi la pollution ou encore la disparition de la biodiversité nous amène vers un futur incertain. Ce futur est d'ailleurs déjà là et nous en subissons les conséquences régulièrement avec les différentes catastrophes climatiques qui s'accumulent ici comme ailleurs sur la Terre. Cette transformation du climat amène avec elle son lot de victimes, d'incertitudes, de peurs, de colères ou encore de prix qui s'envolent. Elle n'est donc pas seulement un problème pour "la nature", elle a une réelle incidence sur nos vies et nos sociétés humaines. L'humanité serait dorénavant à un carrefour :

« la crise écologique globale actuelle représente l'un des tournants les plus critiques auxquels la civilisation humaine a été confrontée »³

Il est donc urgent de prendre ce tournant et d'opérer les changements nécessaires à notre survie. Car il s'agit bien de cela; les crises climatiques, énergétiques, alimentaires et donc sociales se renforçant l'une l'autre pour créer un cercle vicieux infernal. Pourtant, partout dans le monde, nos gouvernements peinent à avancer sur ce sujet. Dennis Meadows, ancien directeur du groupe de travail du MIT qui a publié en 1972 "Limite à la croissance", commandé par le club de Rome, analyse la situation ainsi :

³ Ralph METZNER, psychothérapeute et ancien doyen du California Institute of Integral Studies (San Francisco) dans "Green Psychology", Park Street Press, 1999, p. 98.

« [...] les changements drastiques qu'impose la situation actuelle ne peuvent venir que de petits groupes qui ont des ensembles de valeurs homogènes. [...] Si nous voulons voir de grands changements, cela se fera au niveau local. »⁴

Il jette ainsi les bases d'une transformation écologique de la société ascendante, ancrée dans les territoires et les communautés. Murray Bookchin, philosophe, grand penseur et militant écologiste américain, nous invite lui à choisir une écologie sociale, solidaire et horizontale :

Pour parler franchement, disons que la décennie qui vient pourrait bien trancher l'alternative suivante: soit la réduction du mouvement écologiste à un simple ornement d'une société malade, par essence antiécologique, accablée par un besoin incontrôlé de maîtrise, de domination et d'exploitation de la nature et de l'humanité; soit, espérons-le, sa transformation progressive en un mouvement d'éducation servant de creuset pour une nouvelle société écologique fondée sur l'entraide, sur des communautés décentralisées, une technologie populaire, et des relations libertaires, non hiérarchiques, favorisant une harmonie nouvelle non seulement entre les humains, mais encore entre l'humanité et la nature.⁵

⁴ Dennis Meadows, interviewé dans "Socialter - hors série numéro 12: L'écologie ou la mort". Son rapport de 1972 a raisonné comme un électrochoc dans le monde entier.

⁵ Lettre au mouvement écologiste Murray Bookchin, "Pouvoir de détruire, pouvoir de créer - vers une écologie sociale et libertaire", Ed. L'échappée 2019



En bref, à eux deux, ils nous invitent à faire des espaces communs, des lieux de transformation vers une société écologique et sociale. Un tournant sociétal qui pourrait donc prendre des airs d'utopie si l'on veut bien s'y atteler.

Comme le dit une autre étudiante du DUESCO, Maud Picart dans son mémoire :

Si les tiers-lieux ne peuvent pas tout, ce sont des espaces pertinents pour expérimenter des solutions et des modes collectifs de gouvernance autour de la transition. [...] Les valeurs de coopération, de mutualisation et de solidarité qu'incarnent de nombreux tiers-lieux, seront essentielles pour relever les défis qui nous attendent.⁶

La tâche paraît ardue tant l'inertie de la société semble grande. Les militants écologistes qui luttent ardemment depuis les années 60, malgré leurs victoires, peinent à véritablement créer un élan de société vers un changement radical. Les solutions sont pourtant connues, elles pavent les rapports du GIEC, ruissellent dans la bouche des militants, des chercheurs et des penseurs qui s'intéressent à la question. Mais alors pourquoi ? Qu'est ce qui fait que nous sommes immobiles ? Et surtout comment dépasser cette apathie générale ?

La réponse à ces questions se cache peut-être dans une notion peu connue en France (et en Europe) celle de l'écopsychologie. Pour la découvrir et répondre à la problématique de ce mémoire, il convient d'abord de définir ce qu'est l'écopsychologie mais aussi pourquoi il est intéressant d'avoir une telle démarche dans un espace commun.

⁶ Mémoire DUESCO Maud PICART, Fév. 2023 : "Tiers-lieux ruraux : quel modèle économique ? Entre désir de pérennisation et phénomène d'institutionnalisation"

L'écopsychologie , une solution pour sortir de l'apathie générale

1. Définition et historique

Le mouvement de l'écopsychologie n'a pas de date de naissance officielle, ses sources sont anciennes et multiples avec notamment la contribution du psychanalyste Carl Gustav Jung (1875-1961) qui remet en cause et pathologise la séparation de l'humain et de la nature dans la société occidentale. C'est aux Etats-Unis à partir des années 60 qu'on commence à voir les réels contours de cette pensée, concomitante avec la prise de conscience des problèmes écologiques. Elle se diffuse et se formalise auprès de certains universitaires et de précurseurs comme Joanna Macy (militante écologiste, conférencière, théologienne, professeure d'université) dès les années 70 puis Paul Shepard (philosophe environnementaliste) en 1982. C'est 10 ans plus tard que la notion d' « écopsychologie » est inventée par Theodore Roszak dans son livre "The Voice of Earth" (1992). Historien, sociologue et écrivain, il est particulièrement connu pour avoir popularisé et étudié la notion de contre-culture. Pour lui, l'écopsychologie s'inscrit dans une démarche philosophique et holistique du monde :

Il la définit de manière large par quatre éléments : 1) la synthèse émergente de l'écologie et de la psychologie; 2) l'application subtile des intuitions de l'écologie à la pratique de la psychothérapie; 3) la découverte de notre lien

émotionnel avec la planète; 4) l'approche de la santé comme si le monde entier importait.⁷

Il inscrit ainsi l'écologie dans les ressorts psychologiques de l'être-humain et la psychologie dans la prise en compte des problématiques écologiques. La psyché humaine serait pour lui indissociable de celle de la biosphère. Il appelle ainsi, par cette prise de conscience, à une véritable transformation intérieure.

Tout comme Jung, les écopsychologues placent les racines de la crise écologique de notre civilisation dans la rupture entre l'humain et la Terre comme système de vie. Cette rupture ne s'est pas faite du jour au lendemain mais à travers un long processus d'aliénation progressive de l'être-humain sur la planète, passant d'une vision sacrée de la nature à la période des chasseurs cueilleurs à une vision mécaniste de celle-ci depuis la révolution industrielle, de la symbiose à l'exploitation, d'une société de rites à une société technologique.

⁷ Michel Maxime Egger, « Soigner l'esprit, guérir la Terre - Introduction à l'écopsychologie », Ed. Labor et Fides, 2022.

ETAPES DE LA SEPARATION ENTRE L'HUMAN ET LA NATURE

	CHASSEURS - COLLECTEURS	DOMESTICA-TEURS	PASTEURS - ÉLEVEURS	PURITAINS	MÉCANISTES
PERIODE	PLÉIOCÈNE	NÉOLITHIQUE	MONOTHÉISME	MODERNITÉ	RÉVOLUTION INDUSTRIELLE
VISION DE LA NATURE	TERRITOIRE SACRÉ	RESSOURCE	ENVIRONNEMENT	OBJET	MACHINE
RELATION A LA NATURE	SYMBIOSE	OCCUPATION	SÉPARATION	DÉVALORISATION (CORPS)	EXPLOITATION
DIVINITE	ESPRITS DE LA NATURE	TERRE MÈRE	DIEU LE PÈRE	IDÉE	ATHÉISME
LIEU SYMBOLIQUE	FORÊT	VILLAGE	DÉSERT	VILLE	MARCHÉ
PRINCIPE MOTEUR	MITES	MYTHE	HISTOIRE	RATIONALITÉ	TECHNOLOGIE

Dans son livre "Soigner l'esprit, guérir la Terre - Introduction à l'écopsychologie" Michel Maxime Egger cite ainsi deux écopsychologues :

« [...] les maux de la nature sont la manifestation des psychopathologies de la société moderne, celle-ci est malade d'une aliénation systémique et existentielle de l'être humain et de sa vie avec le monde naturel : "Fruit d'une diversité complexe de raisons sociales et historiques, une caractéristique centrale de la psyché euro-américaine est la division dissociative entre l'esprit et la nature", écrit Metzner.»

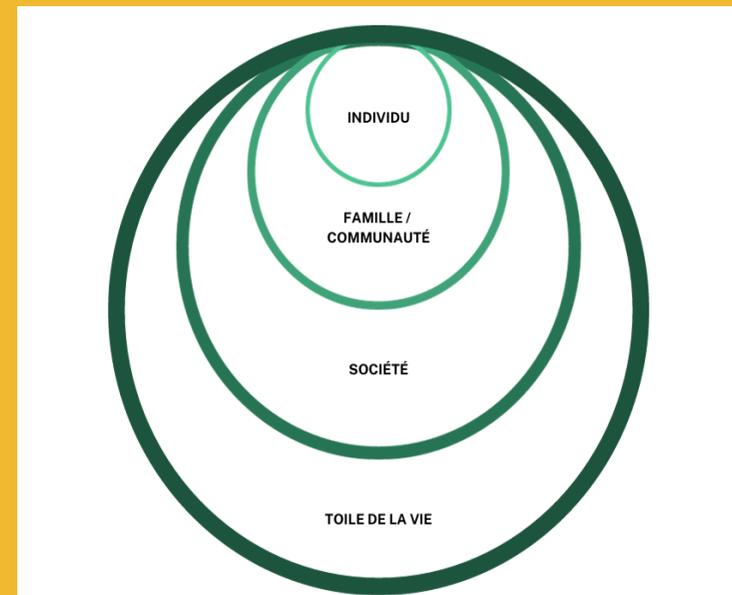
« La thérapeute Viola Sampson le regrette : "Dans sa quête héroïque et linéaire de progrès et de croissance, la civilisation industrielle a agi comme si nous pouvions nous couper de la toile de la vie et ignorer la nature cyclique des systèmes de la Terre".»

L'écopsychologie fait un lien direct entre les souffrances humaines (psychologiques et physiologiques) et celles de la planète puisque celle-ci fait pleinement partie de notre identité et de notre être. Coupé de la toile de la vie, l'Homme occidental se comporterait désormais comme une maladie auto-immune de la Terre.

« Quand l'être humain met à l'épreuve le système immunitaire de la planète, celui-ci agresse en retour le système immunitaire de l'être humain et affecte sa santé physique, mais aussi mentale. Toute atteinte à

l'environnement devient une maladie qui affecte la santé de l'ensemble du système, humain et non humain.»⁸

L'écopsychologie remet en cause notre système de pensée dualiste (homme/femme, humain/nature, conscient/inconscient...) ainsi que le triomphe du rationalisme et du technocentrisme de nos sociétés qui segmente et dissèque tout au profit d'une vision holistique, systémique et interconnectée des choses. Elle invite à transformer notre monde égocentré en un monde écocentré.



⁸ Michel Maxime Egger, « Soigner l'esprit, guérir la Terre - Introduction à l'écopsychologie », Ed. Labor et Fides, 2022.

Terre, nous pouvons percevoir une nette sensation de quiétude dans la vie quotidienne, un fort sentiment de soi et de sa dignité, une sagesse que la plupart d'entre nous ne pouvons admirer que de loin, une absence des addictions et abus qui sont devenus systémiques dans notre civilisation.»¹¹

Pour ce faire, l'écopsychologie nous offre des solutions diverses basées sur la reconnexion à la nature et la compréhension des mécanismes psychologiques qui nous y en empêchent. Des solutions qui s'orientent donc sur le soin pour et entre l'humain et la Terre.

Son approche transdisciplinaire se nourrissant de recherches scientifiques mais aussi artistiques et spirituelles, se présente plus comme une constellation que comme une discipline unique.

« [...] ses sources d'inspiration sont multiples : écologie profonde (Arne Naess), écoles diverses de psychothérapie (analyse jungienne, Gestalt, psychologie transpersonnelle), éthologie animale, spiritualités (bouddhisme, chamanisme, sagesse des Amérindiens et peuples premiers), écoféminisme (Carolyn Merchant), science contemporaine (théorie des systèmes, physique quantique) ou encore littérature naturaliste (Henry David Thoreau, Gary Snyder). Ensuite, le champ de ses investigations est très vaste : interprétation psychohistorique de la modernité occidentale, addiction à la technologie, ressorts intimes du consumérisme, désordres psychopathologiques à l'origine de comportements destructeurs pour la nature, inconscient

écologique, théories du développement de l'enfant, etc. Enfin, les approches thérapeutiques qu'elle propose ne sont pas moins hétérogènes [...] »¹²

Mouvement radical et multidimensionnel, l'écopsychologie s'ancre en profondeur à l'intérieur de nous même mais sa vision est politique. Elle a en effet pour projet la naissance d'une société écologique et donc implique des transformations sur les plans politique, social, culturel et économique.

« Pour réaliser nos rêves les plus sauvages, il y a des guérisons personnelles à accomplir. [...] Il y a des recherches à lancer, des approches éducatives à inventer, des pratiques écologiques à instituer - et plus d'efforts de restauration de la Terre que nous ne pouvons l'imaginer. Il y a aussi du travail politique à réaliser - beaucoup de travail politique. Il y a enfin des rites à accomplir, car les cérémonies que nous créerons façonneront la politique où nous nous engagerons, les rêves que nous vivons et le sens de notre existence. »¹³

Mais cette nouvelle société écologique ne peut pas naître sans la prise en compte d'une théorie sociale comme le développe Andy Fisher dans son livre "Radical Ecopsychology" résumé ici :

¹¹ Chellis GLENDINNING, " My Name is Chellis & I'm in Recovery from Western Civilization", Boston, Shambhala Publications, Inc., 1994.

¹² Michel Maxime Egger, « Soigner l'esprit, guérir la Terre - Introduction à l'écopsychologie », Ed. Labor et Fides, 2022.

¹³ Chellis GLENDINNING, " My Name is Chellis & I'm in Recovery from Western Civilization", Boston, Shambhala Publications, Inc., 1994.

« Prendre en compte le social, c'est coupler la question écologique aux enjeux de justice, de pouvoir et d'émancipation. On ne saurait protéger sérieusement la nature sans aborder la question des villes, car celles-ci sont au cœur de la crise écologique. Que signifie préserver la diversité des espèces vivantes si l'on ne traite pas aussi la question des relations interethniques et du racisme? Que veut dire écouter les voix de la Terre si l'on n'entend pas les cris des peuples opprimés et discriminés ? »¹⁴

Ainsi on pourrait résumer la pensée de l'écopsychologie comme telle : se reconnecter à la Terre (à la toile de la vie) pour se redécouvrir soi-même (métamorphose intérieure) et transformer de façon harmonieuse nos relations aux autres, humains et non humains. Son programme vise à : "redimensionner, ralentir, démocratiser, décentraliser, partager et unir"¹⁵.

Tout cela participerait au "changement de cap" théorisé par Joanna Macy.



¹⁴ Michel Maxime Egger, « Soigner l'esprit, guérir la Terre - Introduction à l'écopsychologie », Ed. Labor et Fides, 2022.

¹⁵ Michel Maxime Egger, « Soigner l'esprit, guérir la Terre - Introduction à l'écopsychologie », Ed. Labor et Fides, 2022.

2. Ecothérapies et Solutions

L'écopsychologie n'accomplirait pas grand-chose si elle n'était qu'une vaste théorie abstraite. Pour que celle-ci prenne corps, elle doit s'incarner dans diverses pratiques. Celles-ci sont regroupées sous le mot générique "écothérapie". Parmi ces écothérapies, on retrouve de très nombreuses méthodes, variées, opérées de manière individuelle ou en groupe, elles ont néanmoins un point commun la (re)découverte de notre appartenance au vivant. Parmi les exemples les plus connus qui entrent dans l'éventail des écothérapies on peut trouver : les zoothérapies, les stages de réensauvagement, la sylvothérapie, la danse extatique, les méditations sur Gaïa, les écorécits, le dialogue thérapeutique, le travail qui relie... Leurs grandes diversités, qui passent par le corps, le cœur ou l'esprit, permettent à ces méthodes d'être pratiquée par tous et dans un grand nombre de domaines possibles; elles s'adressent donc à l'ensemble de la société. Leur conviction est de soigner d'une manière combinée la psyché de l'être-humain et la Terre en passant par ces différentes étapes (l'ordre peut différer) :

- la sortie hors du déni quant aux menaces écologiques et aux liens entre nos souffrances et celles de la planète;
- l'ouverture aux voix de la Terre, qui nous appellent à nous réconcilier avec la toile de la vie en y retrouvant notre juste place;
- la reconnaissance de nos peurs, blessures et douleurs inhérentes à toute relation vraie et intime avec l'autre, humain et non humain;
- la prise de conscience de nos dissociations intérieures qui font obstacle à une relation harmonieuse avec le monde autre qu'humain;

- l'acceptation du principe que la Terre et les êtres qui la peuplent constituent une source de guérison;
- la découverte des potentialités transformatrices du complexe nature-corps-âme-esprit, à partir du moment où il est activé et unifié.¹⁶

Leur but est avant tout de préparer les conditions nécessaires à l'élaboration d'une nouvelle société écologique à travers une transformation personnelle et collective. Ainsi, à travers ces écothérapies, nous sommes invités à nous interroger sur le monde, la société et nos manières d'être et de vivre actuelles, avec in fine l'appel à nous engager.

« Ce processus passe par l'empowerment des personnes, le développement de leurs capacités à se connaître et à façonner la vie sociale. Cela, à partir de la sagesse tirée de leur propre vécu et de leur reconnexion avec la Terre, de la découverte de leur nature authentique et du discernement de leurs vrais besoins. Mais aussi dans le respect de ce qu'elles sont, de leur rythme et de leur voie propre. »¹⁷

¹⁶ Michel Maxime Egger, « Soigner l'esprit, guérir la Terre - Introduction à l'écopsychologie », Ed. Labor et Fides, 2022.

¹⁷ Andy Fisher, "Radical Ecopsychology", repris par Michel Maxime Egger dans « Soigner l'esprit, guérir la Terre - Introduction à l'écopsychologie », Ed. Labor et Fides, 2022.

a. Le changement de cap de Joanna Macy

Joanna Macy est l'une des figures les plus emblématiques de l'écopsychologie décrite comme une "femme de synergies", une "visionnaire" et un "catalyseur fondamental"¹⁸ de cette nouvelle discipline. Spécialiste des religions, de l'écologie profonde et docteur en théorie des systèmes, elle en hérite une vision holistique d'un monde interconnecté. Professeure dans plusieurs universités américaines, conférencière, militante écologiste, autrice d'une douzaine d'ouvrages, elle a consacré sa vie à populariser ses méthodes de transformation intérieure dont la plus connue : le travail qui relie (TQR). Cette écothérapie particulièrement complète connaît un succès grandissant dans le monde entier. Particulièrement adaptable, elle est reprise dans de nombreux contextes (école, entreprise, association, développement personnel, milieu militant...) et face à des publics très divers.

Les 3 scenarii

Joanna Macy base ses méthodes sur trois visions du monde qui s'opposent face à la situation écologique de notre planète. Chaque personne sur Terre s'identifie à l'une d'entre elles. Nos positions et nos émotions n'étant pas rigides, nous pouvons aussi fluctuer entre l'une et l'autre.

Scénario numéro 1: Business as usual

"Il n'y a pas de problème, nous allons nous en sortir grâce à la technologie." C'est le choix du déni, de la fuite en avant, celui de ne rien

changer à nos vies et nos habitudes fondées sur une économie capitaliste et la société de consommation. Dans ce scénario certains nient complètement le changement climatique, d'autres sont technosolutionnistes et estiment que l'Homme, grâce à son intelligence trouvera des solutions - il n'y aurait donc pas d'inquiétude à avoir.

Scénario numéro 2: La grande désintégration

"Tout est foutu, c'est déjà trop tard". C'est le scénario de la lucidité passive. Dans celui-ci, nous avons conscience des problèmes écologiques et donc des catastrophes qui vont en découler. Celles-ci nous dépassent tellement que nous nous retrouvons impuissants, accablés par leurs poids, nous amenant à des pensées noires, une grande anxiété - la fameuse écoanxiété - ou de l'évitement (et donc potentiellement à retourner au scénario 1).

Scénario numéro 3: Le changement de cap

"La situation est grave, j'entre en révolution écologique." C'est le scénario de l'espérance. Conscients de la catastrophe en cours, nous entrons en action (sous de nombreuses formes possibles) afin de transformer la société actuelle vers une société d'harmonie du vivant (entre humains et avec les autres qu'humains). Cette transformation passe par un plan personnel et collectif. Cet engagement est donc profond, loin de la seule écologie extérieure c'est à dire celle qui fait porter la charge de la transformation écologique uniquement sur les autres, celle dont on parle (ou pour laquelle on milite) sans l'incarner, ou encore celle des petits gestes du quotidien - qui bien que nécessaire ne sont pas à la hauteur des enjeux et ne remet pas le système mortifère en question.

¹⁸ Leslie E. Sponsel, "L'écologie spirituelle", cité dans la préface française de « L'espérance en mouvement », Joanna Macy et Chris Johnstone, Ed. Labor et Fides, 2018 par Michel Maxime Egger



On peut recycler, avoir des toilettes sèches et être zéro déchet, sans à aucun moment questionner par ailleurs le capitalisme. Votre geste vous met en conformité avec une bonne conscience écologique, mais vous n'interrogez jamais la racine du problème. Et si vous ne percevez pas que ce geste vous connecte politiquement aux luttes de Notre-Dame-des-Landes ou de la Via Campesina, par exemple, alors cela reste un «petit» geste qui ne constitue pas une porte d'entrée pour s'engager davantage.¹⁹

Ces trois scénarii représenteraient un carrefour évolutionnaire pour l'humanité face auquel chacun d'entre nous doit faire un choix.

Le travail qui relie

Méthode phare en 4 points de Joanna Macy, elle permet de pleinement prendre part au changement de cap. Le travail qui relie s'effectue toujours en groupe à l'aide de nombreux exercices et mises en situations qui empruntent tous le même chemin.

1. S'enraciner dans la gratitude :

Lors de cette première étape, il s'agit, à partir de souvenirs et/ou de l'instant présent, de s'émerveiller (à nouveau) de ce que la vie nous offre. L'air que l'on respire, le soleil qui nous réchauffe, l'amour que l'on ressent pour ses proches, les beautés de la nature et tous ces petits instants magiques qui nous procurent de la joie et du bonheur. Il s'agit aussi de prendre conscience des personnes et des événements qui nous ont conduits à ressentir ces moments de joie, et donc de les en

remercier. Ainsi on revalorise nos vies, notre passé (y compris les choses négatives) et on peut ressentir de la gratitude à être en vie.

Selon plusieurs études psychologiques, les sentiments de gratitude et de coopération seraient des sentiments d'une grande puissance transformatrice et constituent en cela un remède face au vide du cycle d'insatisfaction du consumérisme.

2. Honorer sa peine pour le monde :

Cette étape repose sur la puissance transformatrice des émotions dites "négatives" comme la colère, la tristesse, l'impuissance ou la peur lorsqu'elles sont accueillies et exprimées. "Sa peine pour le monde" n'est pas seulement celle que l'on peut ressentir face à des feux de forêts, à la mort d'animaux (etc.), elle est aussi personnelle; ainsi les souffrances humaines sont pleinement comprises dans cette étape.

Il s'agit donc de reconnaître les catastrophes en cours, les injustices, nos peurs, notre impuissance, en bref d'accueillir l'ensemble de nos émotions puis de prendre conscience de notre responsabilité (individuelle comme collective). On sort ainsi du déni du scénario 1 et le moteur que constitue nos émotions négatives nous éjecte de l'apathie du scénario 2.

3. Changer de perception :

Lors de cette 3e étape, on replace l'humanité, notre civilisation, l'ère industrielle dans la grande histoire de la Terre. Ainsi, on prend du recul afin de comprendre comment nous en sommes arrivés là, on redécouvre notre identité personnelle et civilisationnelle. Il s'agit aussi de voir à travers la grande histoire comment les changements sociétaux se sont manifestés, le temps qu'ils ont pris et les différents moyens mis en œuvre.

¹⁹ Geneviève Pruvost, "Vivre est un métier" dans Socialter hors série numéro 13 : "Comment nous pourrions vivre"



Enfin on prend conscience de notre reliance au monde et à l'humanité, de la quantité d'alternatives et de personnes qui travaillent déjà à l'amélioration de notre situation. Le but est de sortir de cette volonté de "sauver le monde", trop lourde à porter, et de se concentrer sur la part que l'on a à accomplir afin d'éviter les phénomènes de découragement et d'épuisement.

4. Aller de l'avant :

L'étape finale consiste à mettre en route sa créativité au service d'une société écologique. Celle-ci peut s'articuler en deux engagements - qui se complètent et se renforcent :

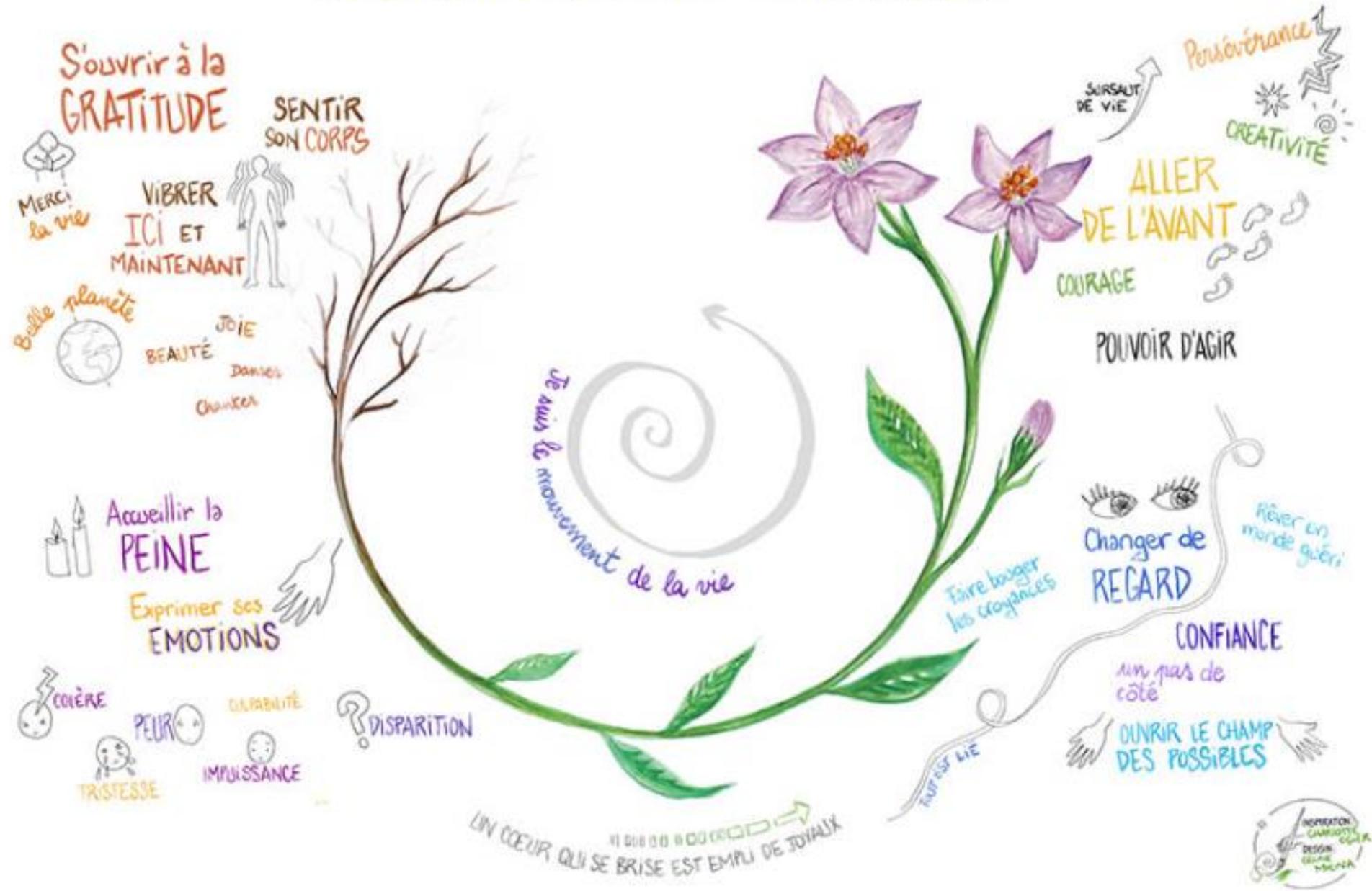
- développer des actions de résistance afin que la situation ne s'aggrave pas,
- créer des alternatives et ce dans tous les domaines de la société

Pour cela, il est nécessaire de s'appuyer (en dehors du seul exercice du TQR) et d'aller vers des sources d'énergies positives: celles-ci peuvent être des personnes, des activités, la nature, des émotions comme la joie ou l'inspiration.

Nombre des participants aux ateliers de Joanna Macy témoignent à quel point les exercices et les partages d'émotions les ont libérés, ont allumé en eux une étincelle d'espoir, révélé des forces insoupçonnées, suscité le désir de réponses créatives.²⁰

²⁰ Michel Maxime Egger, Préface française de « L'espérance en mouvement », Joanna Macy et Chris Johnstone, Ed. Labor et Fides, 2018

LA SPIRALE QUI RELIE DE JOANNA MACY



b. Au delà des thérapies, l'écopsychologie politique

La thérapie cherche à faire survivre autant l'individu que le système, en adaptant le mieux possible l'individu au système. Le système, cependant, reste en dehors de son domaine, [alors que de nombreuses pathologies en proviennent...] [...] Or, se débrouiller à l'intérieur du dysfonctionnel fait que l'on devient de plus en plus dysfonctionnel au fur et à mesure que l'on devient adapté [...] et que l'on se trahit soi-même.²¹

Hillman, comme bien d'autres, pose ainsi les bases du problème de la psychologie qui, en ne prenant pas en compte l'aspect sociétal et politique du système dans lequel vivent leurs patients, amène souvent à la conformisation des individus dans un système malade. L'écopsychologie ne saurait faire la même chose puisque son but est la transformation de la société.

Ainsi, même si une grande part du développement de l'écopsychologie s'est portée sur la compréhension des mécanismes psychologiques, sur les écothérapies et donc sur les individus, une portion (encore peu développée pour le moment) s'intéresse aussi aux dimensions collectives et structurelles de notre société.

Comme le dit Fisher, « nous pouvons les verdir autant que nous le voulons, nos thérapies ne vont pas générer par elles-mêmes une société d'adultes écologiquement mûrs ». La création d'un monde durable et équitable implique de se

confronter également à la dimension structurelle et collective des problèmes écologiques et psychologiques, c'est-à-dire à l'ordre social, économique et politique.²²

L'écopsychologie nous invite donc à un changement de paradigme total qui comporte 4 axes de transformation pour guérir notre relation avec la Terre et qui doivent aussi s'incarner dans le sociétal et le politique :

- Transformation de nos modes d'apprentissages et de nos approches segmentantes et dualistes vers des modes holistiques et complexes
- Transformation de nos façons d'être en passant d'une vision humano-centrée vers une vision écocentrée - mode d'être interdépendant et responsable avec l'ensemble du vivant
- Transformation de nos modes de vie consumériste et matérialiste vers des modes de vie libéré et durable (eco-orienté)
- Développement d'une histoire de l'humanité nouvelle et consciente : comprendre l'histoire de notre civilisation à partir d'un point de vue écologique afin de créer de nouveaux mythes, de nouveaux archétypes.

Ces axes peuvent s'incarner de façon concrète dans tous les domaines de nos vies à commencer par les lieux que nous habitons.

²¹ James HILLMAN et Michael VENTURA, *Malgré un siècle de psychothérapie, le monde va de plus en plus mal.*

²² Andy Fisher, "Radical Ecopsychology", repris par Michel Maxime Egger dans « Soigner l'esprit, guérir la Terre - Introduction à l'écopsychologie », Ed. Labor et Fides, 2022.

Habiter la Terre

En effet, la déconnexion de l'Homme occidental avec la nature, ses déséquilibres et son stress sont aussi dus aux environnements urbains, bétonnés et mécanisés que nous fréquentons. Comment vivre en harmonie avec la Terre lorsqu'on ne connaît et ne respecte pas ses cycles ? Comment s'inquiéter des changements du climat lorsqu'on ne voit pas la nature souffrir et se transformer sous nos yeux au fil du temps ? Comment protéger ce qu'on ne connaît pas ? Il semble ainsi nécessaire de réfléchir à une nouvelle façon d'habiter la Terre et/ou à la transformation de nos villes. Cette idée est d'ailleurs reprise par d'autres personnes en dehors de l'écopsychologie à l'instar de Guillaume Faburel:

Du fait des processus de concentration, les métropoles peinent de plus en plus à être des lieux désirables économiquement et socialement et vivables sur les plans écologiques et sanitaires. Tout, depuis les émotions qu'elles suscitent jusqu'aux imaginaires qu'elles engendrent, exprime l'incapacité des grandes villes de constituer des habitats communs.²³

La néoruralité me semble plutôt salvatrice et signale finalement le caractère pathologique de la façon dont nous avons conçu une vie en ville totalement déconnectée des systèmes de subsistance qui la rendent possible.²⁴

Plusieurs écopsychologues comme Chalquist, qui a notamment étudié le rapport entre psychologie et lieux de vie, s'appuyant sur de nombreuses autres études, affirme que les lieux que nous habitons ont une incidence directe sur notre psyché et sont donc loin de ne constituer qu'un simple décor pour nos vies.

Ils déterminent nos humeurs et affectent nos relations. Ils constituent l'un des fondements de notre expérience. C'est particulièrement patent chez les peuples autochtones pour qui le territoire n'est pas que géographique, mais aussi symbolique et même religieux.²⁵

Barbara Glowezeski, directrice de recherche au CNRS et membre du Laboratoire d'anthropologie sociale de l'EHESS a constaté cela en étudiant en Australie les peuples aborigènes :

[Cet attachement à la terre rend ainsi chacun] « responsable, individuellement et collectivement, de prendre soin de ces lieux sacrés avec des rituels (peintures, chants, danses) et des pratiques de maintien de l'équilibre entre toutes les formes du vivant, notamment en "nettoyant" les terres par des petits feux »²⁶

²³ Guillaume Faburel, "Les métropoles barbares", Ed. le passager clandestin, 2020

²⁴ Virginie Maris, philosophe de l'environnement au CNRS, "Nous ne sommes pas partout chez nous" dans Socialter hors série numéro 13 : "Comment nous pourrions vivre"

²⁵ Michel Maxime Egger dans « Soigner l'esprit, guérir la Terre - Introduction à l'écopsychologie », Ed. Labor et Fides, 2022.

²⁶ Citée dans dans "L'écologie et l'Australie : à la vie à la mort", Socialter hors-série numéro 13 : "Comment nous pourrions vivre"



Ce lien à leurs terres n'est donc pas un simple lien de subsistance, il est émotionnel, spirituel et transgénérationnel. Dans ces cultures, l'épanouissement d'un peuple ou d'un être est intrinsèquement lié à celui de la nature puisqu'ils ne font qu'un. Être un Homme vient avec la conscience d'être responsable du bien-être et de la beauté du monde naturel, le respect de ces cycles, le maintien de l'harmonie et donc le contrôle de ses désirs envers lui. La vie humaine est ici créatrice.

Ainsi, pour transformer notre relation au vivant, il semble nécessaire, d'à nouveau en faire partie et donc de vivre d'une manière plus connectée à la nature.

Les ecothérapeutes Chalquist, Robinson et O'Connor définissent la reconnexion à la nature comme un retour à la maison. Il est pour eux nécessaire de développer une «psychologie du retour», capable de définir comment vivre en accord avec les rythmes et les besoins de la Terre qui nous offre son hospitalité. [...] Ce n'est qu'en considérant la Terre comme notre demeure que nous aurons le désir et l'intérêt de la protéger.²⁷

Eduquer avec le vivant

Cette relation au vivant incarnée à travers les lieux que nous habitons et les rencontres que nous y faisons, humaines et non-humaines, constitue l'essence même d'une personne; son identité naît dans la relation²⁸. Pour cette raison, il est donc indispensable de revoir nos méthodes

²⁷ Michel Maxime Egger dans « Soigner l'esprit, guérir la Terre - Introduction à l'écopsychologie », Ed. Labor et Fides, 2022.

²⁸ Cette idée est aussi partagée par E. Glissant, philosophe et poète martiniquais, bien connu pour son concept de créolisation.

d'éducation en s'inspirant par exemple de la sagesse des peuples premiers :

[...] le principe de base de l'éducation est de permettre un développement de la personne en symbiose avec la nature.[...] L'individualité de chaque personne émerge et se nourrit de l'enracinement dans un sens du tout cosmique nourri par le lien d'amour avec les autres, humains et non humains.²⁹

Cela constitue en effet l'un des enjeux politiques majeurs pour l'écopsychologie. Il faut revoir nos manières d'apprentissage afin de les penser de manière plus complexe et holistique, ne plus segmenter mais faire du lien, reconnecter les choses entre elles. Éduquer c'est aussi le faire en partenariat avec le vivant et en retirer de la connaissance dès le plus jeune âge. Loin de nos salles de classes et de nos cours de récré bétonnées, la connaissance des cycles de la Terre et des êtres qui la peuplent devrait être au cœur de l'école du futur. Une école vivante, humaine et sensible qui ne se concentrerait plus uniquement sur un savoir intellectuel, souvent déconnecté de la matrice Terre. En effet :

Certains écopsychologues voient l'aliénation envers la nature et les comportements anti-écologiques comme l'expression d'une immaturité liée à une mutilation du développement de l'être (ontogenèse) pendant les vingt premières années de l'existence. [...] Dans la dynamique vers un changement de paradigme, l'écopsychologie appelle à (re)créer les conditions culturelles et sociales d'une ontogénèse plénière, conforme en particulier au

développement inscrit dans notre patrimoine génétique. Cela suppose notamment de nouvelles approches de l'éducation.³⁰

Retrouver l'harmonie

Notre approche du soin, qu'il s'agisse de la santé humaine ou autre qu'humaine, doit aussi être revue par une approche holistique et fondée sur la recherche de l'équilibre dans les organismes - qu'il s'agisse d'un corps ou d'un biotope. Cette vision s'appuie sur une approche chamanique du monde qui consiste à la restauration de l'harmonie perdue. Ainsi ce sont la médecine allopathique et l'agriculture pétrochimique qui pourront être transformées. L'idée ne serait donc plus de détruire la maladie qui signale un problème mais de rétablir l'harmonie globale dans le corps afin de la faire disparaître, on éliminerait plus la mauvaise herbe qui prolifère mais on limiterait son épanouissement au profit d'une autre. De telles méthodes, de soin humain ou non-humain, existent déjà en particulier dans le monde non-occidental. En agriculture notamment, elles constituent des solutions pour se passer des produits phytosanitaires.

L'autre Histoire

Comment nous en sommes arrivés là ? Pour le comprendre, il s'agit de plonger dans notre histoire collective, celle de notre civilisation, en y ajoutant le prisme de l'écologie et les points de vue extérieurs à la vision occidentale. L'idée de progrès, la technologie, l'ère industrielle, mais aussi avant ça le colonialisme (etc. jusqu'à nos origines) doivent être

²⁹ Theodore ROSZAK, *The Voice of the Earth*, p. 84.

³⁰ Michel Maxime Egger dans « Soigner l'esprit, guérir la Terre - Introduction à l'écopsychologie », Ed. Labor et Fides, 2022.

réinterrogées puisque ce développement a été fait sans aucune prise en compte écologique, sociale et sociétale (du moins pour les peuples non-occidentaux). Il est temps de voir que l'Histoire que l'on nous présente souvent à l'école comme dénuée d'opinion, objective, est en fait mue par une culture qui n'est elle pas neutre et qui est partielle. Il s'agit là non pas de détruire notre culture mais de la déconstruire pour la transformer. Cela passe non seulement par l'Histoire mais aussi par les histoires qu'on nous raconte depuis notre berceau :

« Ce que cela implique, c'est de changer simplement le fond de carte métaphysique sur lequel est construite notre ère culturelle. Il nous faut de nouveaux récits des origines : d'autres cosmogonies, par myriades. »³¹

Bien d'autres domaines doivent être abordés selon les 4 axes de transformation précédemment exposés. Pour cela l'écopsychologie s'enrichit des différentes initiatives et alternatives collectives et locales créées partout à travers le monde. Certaines se concentrent sur des problématiques particulières, par exemple l'agro-écologie ou les monnaies locales, d'autres à l'image des villes en transition ou du réseau des oasis Colibri s'attaquent à repenser un modèle de vie ou de société. Si elles ne sont pas forcément connaisseuses de l'écopsychologie, elles constituent de formidables sources d'inspiration et ont un réel impact sur les personnes qui les côtoient.

Bien que peu développée, l'écopsychologie dans son aspect politique peut donc se relier et s'incarner dans les alternatives. Elle constitue en

ce sens un vaste chantier de recherche qui mérite d'être exploré en particulier dans les espaces communs.



³¹ Baptiste Morizot "Nous sommes le vivant qui se défend" - Socialter Hors-Série numéro 8 : "Le Réveil des Imaginaires"

3. Contexte international

L'écopsychologie est née aux USA puis s'est principalement diffusée dans le monde anglo-saxon.

L'écopsychologie s'est déployée avec force comme champ transdisciplinaire [...] avec des réseaux, des associations, des revues, des programmes universitaires, une production éditoriale conséquente. Elle n'a, à notre connaissance, pas d'équivalent sur le Vieux Continent. Cela ne signifie pas qu'il n'y a pas sur celui-ci de pensée écopsychologique. Elle existe notamment dans le monde francophone, mais se limite à une poignée d'auteurs épars. On mentionnera, entre autres, le philosophe Félix Guattari qui a joué un rôle de défricheur, l'écologiste François Terrasson qui a écrit sur les peurs ancestrales de la nature, la psychanalyste Marie Romanens et le psychologue Patrick Guérin qui appellent à renouer avec le sauvage, le peintre animalier Robert Hainard soucieux de réanimer la dimension paléolithique de l'humanité.³²

Son lieu de naissance n'est pas un hasard puisque l'écopsychologie répond à une maladie propre à la civilisation occidentale et au besoin, face à la crise écologique (son symptôme) d'«unir la sensibilité des thérapeutes, l'expertise des écologistes et l'énergie éthique des militants de l'environnement»³³. C'est en effet véritablement l'illusion d'une séparation entre l'Homme et la nature qui a entraîné la fuite en avant du monde occidental jusqu'à son paroxysme mortifère : une société basée sur un système de croissance infinie, destructeur et exploitant le vivant.

En cela, l'écopsychologie s'est donc beaucoup inspirée de l'analyse d'autres civilisations n'ayant pas opéré cette séparation dans leur cheminement. On pourrait notamment citer les Amérindiens qui ont vécu jusqu'à l'arrivée des colons blancs (et vivent encore lorsqu'ils le peuvent) dans une relation de symbiose avec la Terre.

³² Michel Maxime Egger dans « Soigner l'esprit, guérir la Terre - Introduction à l'écopsychologie », Ed. Labor et Fides, 2022.

³³ Lester R. BROWN, «Ecopsychology and the Environmental Revolution », in : Ecopsychology, p. Xvi.

Une autre inspiration de taille, pour la discipline dans son ensemble et en particulier pour Joanna Macy qui en est une spécialiste, est l'apport de l'écologie profonde de Arne Naess³⁴. Les écopsychologues en retiennent notamment le concept du "moi écologique" aussi appelé "écocentrisme" en opposition à l'égoïsme qui a infusé l'occident durant des siècles. Dans cette vision, «L'homme ne se situe pas au sommet de la hiérarchie du vivant, mais s'inscrit au contraire dans l'écosphère comme une partie qui s'insère dans le tout.³⁵» Mouvement philosophique, politique et spirituel, l'écologie profonde invite à repenser tout le système dans lequel on vit, à voir Dieu en toutes choses (et non comme dominant toutes choses)³⁶ et amène ainsi à un militantisme qui se veut joyeux. Naess redéfinit la question du bonheur et le sens de nos vies en plaçant la réalisation de soi comme concomitante et accélérée par la réalisation des autres; son niveau d'élévation étant définie par le niveau d'identification que l'on entretient avec les autres (humains et non humains). Il plaide ainsi pour "un changement de regard sur les écosystèmes, et donc de rupture dans les sociétés. Plus un écosystème sera riche, et plus les relations seront plurielles. Interagir dans ces milieux, permet aux êtres vivants, notamment l'Homme, d'atteindre une plus haute réalisation de Soi, ce qui leur permet d'être en mesure de prendre des décisions plus éclairées afin de maintenir l'équilibre et le bien-être des écosystèmes"³⁷. Parmi les 8 principes fondamentaux du mouvement peut être cité : le bien-être et l'épanouissement des formes de vie humaine et non humaines, la volonté de maintenir une richesse et une diversité dans les écosystèmes, la volonté de décroissance et de limitation de l'impact humaine aux besoins vitaux, la reconnaissance de la crise écologique et le besoin de refonder entièrement le système économique, technologique et idéologiques ou encore la nécessité pour toutes les personnes qui reconnaissent ces principes de s'engager et de mettre en œuvre ces changements.

³⁴ Arne Noss (1912-2009) a été professeur de philosophie à l'université d'Oslo jusqu'en 1969. Militant et auteur actif, puis secrétaire général de Greenpeace pour la Norvège. Le concept d'écologie profonde naîtra lors d'une de ces retraites dans son refuge en bois isolé en haute montagne près de Bergen. Il y passa près de 10 ans, menant une vie en symbiose avec ses idées.

³⁵ Arne Naess, « Écologie, communauté et style de vie », 1974.

³⁶ La vision spirituelle de Naess vient en particulier de Spinoza.

³⁷ <https://youmatter.world/fr/definition/ecologie-profonde-deep-ecology-definition-origine-du-mouvement-et-principes-fondamentaux/>

On l'a vu précédemment, de par son approche transdisciplinaire, l'écopsychologie puise ses sources dans de nombreux domaines et courants de pensées. Toutefois, deux d'entre eux sont importants à souligner pour la suite car ils sont vecteurs de justice sociale.

Le premier est celui de l'éco-féminisme développé entre autres par Carolyn Merchant. Il a été largement repris par les écopsychologues qui voit "la spoliation de la Terre et la domination sur les femmes [comme] intimement interconnectés³⁸". La conquête de la Terre / domestication de la nature s'est en effet faite d'un même mouvement avec l'arrivée au pouvoir d'une société patriarcale.

³⁸ Mary E. GOMES et Allen D. KANNER, «The Rape of the Well-Maidens », in : Ecopsychology, p. 111.



Pour Shepard, le Néolithique a constitué un moment clef dans l'émergence du dualisme homme/femme : « Avec l'arrivée de l'agriculture, l'identification de la femme avec la terre fertile et avec la Déesse Mère féconde a pris une dimension supplémentaire. Elle est devenue le symbole de la productivité et de l'accès aux pouvoirs cachés de la terre. » Il en a résulté une nouvelle attitude - patriarcale - envers la femme, avec la même ambivalence qu'envers la Terre Mère. D'un côté, le culte et l'idéalisation de la mère qui enfante, nourrit et prend soin. De l'autre, la défiance et l'hostilité envers la femme et ses pouvoirs de création, de séduction et de connaissance de la nature. D'où un désir de contrôle et de domination, qui se traduit notamment par la double obsession de la fécondité et de la virginité.³⁹

Le second est celui de l'écologie décoloniale ou plus largement d'une écologie juste à l'échelle de la planète entière. L'écopsychologie n'aurait pas de raison d'exister dans d'autres civilisations que la nôtre puisque c'est l'occident et le déploiement de "sa" façon de vivre un peu partout dans le monde qui est responsable des catastrophes écologiques. Ainsi ce sont nos pays "du Nord" qui doivent changer en priorité et faire le plus d'efforts.

Avec 20 % de la population mondiale, les pays développés consomment 80 % des ressources de la planète. L'une des solutions à la catastrophe écologique en cours est à rechercher dans des relations Nord-Sud plus équitables. Si nous voulons que tout le monde puisse vivre de manière décente sans mettre en danger la planète, nous sommes -

³⁹ Paul SHEPARD, "Retour aux sources du Pléistocène", cité dans « Soigner l'esprit, guérir la Terre - Introduction à l'écopsychologie », Michel Maxime Egger, Ed. Labor et Fides, 2022.

en Occident - conviés à sortir de nos « intoxications de civilisation » (Edgar Morin) [cela] implique [...] un partage et une solidarité accrues avec les plus démunis de la planète.⁴⁰

Enfin on pourrait identifier 3 “vagues” dans l'écopsychologie. La première, celle des pionniers comme Roszak à principalement défriché le domaine, théorisé et proposé des écothérapies. La seconde s'est elle focalisée sur la recherche scientifique afin de prouver ces méthodes et théories. La 3e, celle que nous vivons actuellement, vise à s'implanter, se développer partout et à se relier aux nombreux chercheurs qui, bien que non familiers avec l'écopsychologie, arrivent aux mêmes conclusions.



⁴⁰ Maxime Michel Egger, “La Terre comme soi-même”, Ed. Labor et Fides, 2012.

Pourquoi a-t-on besoin de l'écopsychologie ?

1. Besoin de l'écopsychologie pour effectuer la bifurcation socio-écologique

a. Besoin d'un changement sociétal profond

On peut retourner le problème dans tous les sens, relativiser ce qui doit l'être, les faits n'en demeurent pas moins têtus : la planète est malade. Comme le disent certains Amérindiens, l'existence sur terre est *koyaanisqatsi*. En langage hopi, ce mot désigne une vie devenue « folle » et « déséquilibrée ». Réchauffement climatique, perturbation des cycles de l'eau et de l'azote, érosion de la biodiversité ou encore épuisement des ressources naturelles, la liste des maux - attestés par les meilleurs experts - est longue. Leurs conséquences sont de plus en plus tangibles : catastrophes naturelles, déforestation, raréfaction de l'eau, baisse de la production agricole, flux migratoires, menaces sur la santé et le bien-être humains.... Elles touchent en particulier les populations défavorisées du Sud qui ont le moins contribué aux problèmes, et menacent les générations futures.⁴¹

Ce constat alarmant s'appuie sur des chiffres et des études scientifiques parus depuis des décennies avec en première ligne les rapports du GIEC qui, depuis 31 ans, nous exhortent de freiner le réchauffement climatique en dessous des 2°C si nous voulons éviter un monde

incertain fait d'épisodes climatiques extrêmes, répétitifs et destructeurs. Il y a aussi le déclin affolant de la faune (-68% de vertébrés sauvages depuis 1970, -80% d'insectes en Europe, 477 espèces éteintes depuis 1900...) dues aux différentes pollutions humaines et à notre façon de vivre, que les scientifiques appellent désormais la sixième extinction de masse. Derrière ces chiffres, ce sont des maillons entiers de la chaîne du vivant qui sont touchés, des ruptures extrêmement graves qu'on ne peut maîtriser et qui nous affectent directement. Par exemple, la disparition des pollinisateurs pourrait entraîner des famines, tout comme la dégradation des sols qui a déjà entraîné une baisse de la productivité agricole de 23% sur la planète et menace au moins 3.2 milliards d'humains⁴². Nous sommes entrés dans l'ère de l'androcène⁴³ : l'empreinte de l'Homme, représentée par des hauts taux de plutonium, d'aluminium et la pollution plastique et chimique, est désormais telle qu'elle s'inscrit dans les couches géologiques de la Terre au même titre que la dernière ère glaciaire ou que le crétacé qui a vu la destruction des dinosaures.

⁴² Chiffres de l'IPBES publié dans Socialter Hors-série numéro 12 : "L'écologie ou la mort"

⁴³ On préfère ici ce terme à l'anthropocène puisqu'il qualifie "l'ère du mâle" et donc insiste sur la responsabilité de la civilisation patriarcale et capitaliste occidentale plutôt que sur celle de l'humanité toute entière.

⁴¹ Michel Maxime Egger, « Soigner l'esprit, guérir la Terre - Introduction à l'écopsychologie », labour et fides, 2022

Cette prise de conscience des problèmes écologiques ne date pas d'hier puisqu'elle remonte aux années 60 - même si des courants comme le romantisme s'en inquiétaient déjà au 19e siècle⁴⁴.

« Printemps silencieux, publié en 1962, marque, semble-t-il, le début de la prise de conscience aux États-Unis. Rachel Carson y compile un dossier scientifique particulièrement solide et bien fait sur les effets de l'insecticide DDT, aussi bien sur les humains que sur les non-humains [...] Côté français, il faut attendre la fin des années 1960 et le début des années 1970 pour voir apparaître les premières grandes associations environnementales comme les Amis de la Terre. Mais c'est vraiment le rapport Meadows qui va déclencher un électrochoc. (En 1972)»⁴⁵

Ce rapport, c'est Dennis Meadows qui l'a dirigé à l'époque où il travaillait au MIT. Il déplore aujourd'hui que depuis 50 ans, rien n'ait été fait pour endiguer ce système économique basé sur une croissance infinie dont il dénonçait alors l'absurdité. Sur les 12 scénarios qu'il proposait à l'époque, c'est malheureusement les plus pessimistes qui sont en train de se réaliser, ceux qui ne devaient advenir qu'en l'absence de grand changement.

⁴⁴ Par ailleurs, en France dès 1821, le ministère de l'intérieur commande un rapport sur les changements climatiques. On connaît aussi le lien entre CO2 et climat dès 1896 et en Angleterre le smog de Londres (un brouillard de pollution qui tua des milliers de personnes), qui sévit dès le début du 19e, sera suivi de la création de la British Ecological Society qui diffuse la science écologique en 1900, déjà.

⁴⁵ Catherine Larrère, philosophe spécialisée dans les questions liées à l'écologie, Socialter hors-série numéro 12: "l'écologie ou la mort"

« Lorsque vous avez des dirigeants politiques qui ne se concentrent que sur le court terme, ils éduquent le public à considérer que seul le court terme est important. Nous savons comment réduire les émissions de gaz à effet de serre, nous n'avons pas besoin de nouvelles technologies pour le faire. Mais notre culture et nos valeurs nous empêchent d'utiliser ce que nous savons. La question climatique relève moins d'un enjeu technologique que d'un enjeu culturel. »⁴⁶

Les solutions à cette crise sont connues, elles sont dans le rapport du GIEC, dans la bouche des activistes, de nombreux penseurs et mouvements citoyens ou politiques. Elles forment un consensus repris par nombre de nos dirigeants : réduction des énergies fossiles, rénovation énergétique, réduction des déchets, développement de l'agro-écologie, des mobilités vertes et plantations d'arbres.⁴⁷ C'est lors de leur mise en œuvre et d'une réflexion plus globale sur notre système économique que les problèmes commencent. En gros, nous sommes collectivement d'accord pour dire que le dérèglement climatique et les problèmes écologiques sont graves et qu'ils doivent donc être traités mais pas pour les changements qu'ils entraînent sur nos modes de vie et de production. Les 4 scénarii proposés par l'ADEME pour la neutralité carbone à l'horizon 2050 le prouvent, il existe des courants de pensées très différents concernant les solutions à mettre en place.

⁴⁶ Dennis Meadows, interviewé dans "Socialter - hors série numéro 12: L'écologie ou la mort".

⁴⁷ Recommandation du GIEC, mars 2023.



S1 GÉNÉRATION FRUGALE



S2 COOPÉRATIONS TERRITORIALES



S3 TECHNOLOGIES VERTES



S4 PARI RÉPARATEUR

	MODES DE VIE			MODES DE VIE		
MODES DE VIE	Société	<ul style="list-style-type: none"> Recherche de sens Frugalité choisie mais aussi contrainte Préférence pour le local Nature sanctuarisée 	<ul style="list-style-type: none"> Évolution soutenable des modes de vie Economie du partage Équité Préservation de la nature inscrite dans le droit 	<ul style="list-style-type: none"> Plus de nouvelles technologies que de sobriété Consommérisme « vert » au profit des populations solvables, société connectée Les services rendus par la nature sont optimisés 	<ul style="list-style-type: none"> Sauvegarde des modes de vie de consommation de masse La nature est une ressource à exploiter Confiance dans la capacité à réparer les dégâts causés aux écosystèmes 	Société
	Alimentation	<ul style="list-style-type: none"> Division par 3 de la consommation de viande Part du bio: 70 % 	<ul style="list-style-type: none"> Division par 2 de la consommation de viande Part du bio: 50 % 	<ul style="list-style-type: none"> Baisse de 30 % de la consommation de viande Part du bio: 30 % 	<ul style="list-style-type: none"> Consommation de viande quasi-stable (baisse de 10 %), complétée par des protéines de synthèse ou végétales 	Alimentation
	Habitat	<ul style="list-style-type: none"> Rénovation massive et rapide Limitation forte de la construction neuve (transformation de logements vacants et résidences secondaires en résidences principales) 	<ul style="list-style-type: none"> Rénovation massive, évolutions graduelles mais profondes des modes de vie (cohabitation plus développée et adaptation de la taille des logements à celle des ménages) 	<ul style="list-style-type: none"> Déconstruction-reconstruction à grande échelle de logements Ensemble des logements rénovés mais de façon peu performante: la moitié seulement au niveau Bâtiment Basse Consommation (BBC) 	<ul style="list-style-type: none"> Maintien de la construction neuve La moitié des logements seulement est rénovée au niveau BBC Les équipements se multiplient, allant innovations technologiques et efficacité énergétique 	Habitat
	Mobilité des personnes	<ul style="list-style-type: none"> Réduction forte de la mobilité Réduction d'un tiers des km parcourus par personne La moitié des trajets à pied ou à vélo 	<ul style="list-style-type: none"> Mobilité maîtrisée - 17 % de km parcourus par personne Près de la moitié des trajets à pied ou à vélo 	<ul style="list-style-type: none"> Mobilités accompagnées par l'État pour les maîtriser: infrastructures, télétravail massif, covoiturage + 13 % de km parcourus par personne 30 % des trajets à pied ou à vélo 	<ul style="list-style-type: none"> Augmentation forte des mobilités + 28 % de km parcourus par personne Recherche de vitesse + 20 % des trajets à pied ou à vélo 	Mobilité des personnes
ÉCONOMIE	Technique Rapport au progrès, numérique, R&D	<ul style="list-style-type: none"> Innovation autant organisationnelle que technique Règne des low-tech, réutilisation et réparation Numerique collaboratif Consommation des data centers stable grâce à la stabilisation des flux 	<ul style="list-style-type: none"> Investissement massif (efficacité énergétique, EnR et infrastructures) Numerique au service du développement territorial Consommation des data centers stable grâce à la stabilisation des flux 	<ul style="list-style-type: none"> Ciblage sur les technologies les plus compétitives pour décarboner Numerique au service de l'optimisation Les data centers consomment 10 fois plus d'énergie qu'en 2020 	<ul style="list-style-type: none"> Innovations tout azimut Captage, stockage ou usage du carbone capté indispensable Internet des objets et intelligence artificielle omniprésents: les data centers consomment 15 fois plus d'énergie qu'en 2020 	Technique Rapport au progrès, numérique, R&D
	Gouvernance Échelles de décision, coopération internationale	<ul style="list-style-type: none"> Décision locale, faible coopération internationale Réglementation, interdiction et rationnement via des quotas 	<ul style="list-style-type: none"> Gouvernance partagée Fiscalité environnementale et redistribution Décisions nationales et coopération européenne 	<ul style="list-style-type: none"> Cadre de régulation minimale pour les acteurs privés État planificateur Fiscalité carbone ciblée 	<ul style="list-style-type: none"> Soutien de l'offre Coopération internationale forte et ciblée sur quelques filières clés Planification centralisée du système énergétique 	Gouvernance Échelles de décision, coopération internationale
	Territoire Rapport espaces ruraux - urbains, artificialisation	<ul style="list-style-type: none"> Rôle important du territoire pour les ressources et l'action « Démétropolisation » en faveur des villes moyennes et des zones rurales 	<ul style="list-style-type: none"> Reconquête démographique des villes moyennes Coopération entre territoires Planification énergétique territoriale et politiques foncières 	<ul style="list-style-type: none"> Métropolisation, mise en concurrence des territoires, villes fonctionnelles 	<ul style="list-style-type: none"> Faible dimension territoriale, étalement urbain, agriculture intensive 	Territoire Rapport espaces ruraux - urbains, artificialisation
	Macro-économie	<ul style="list-style-type: none"> Nouveaux indicateurs de prospérité (écarts de revenus, qualité de la vie...) Commerce international contracté 	<ul style="list-style-type: none"> Croissance qualitative, « réindustrialisation » de secteurs clés en lien avec territoires Commerce international régulé 	<ul style="list-style-type: none"> Croissance verte, innovation poussée par la technologie Spécialisation régionale Concurrence internationale et échanges mondialisés 	<ul style="list-style-type: none"> Croissance économique carbonée Fiscalité carbone minimaliste et ciblée Économie mondialisée 	Macro-économie
Industrie	<ul style="list-style-type: none"> Production au plus près des besoins 70 % de l'acier, mais aussi de l'aluminium, du verre, du papier-carton et des plastiques viennent du recyclage 	<ul style="list-style-type: none"> Production en valeur plutôt qu'en volume Dynamisme des marchés locaux 80 % de l'acier, mais aussi de l'aluminium, du verre, du papier-carton et des plastiques viennent du recyclage 	<ul style="list-style-type: none"> Décarbonation de l'énergie 60 % de l'acier, mais aussi de l'aluminium, du verre, du papier-carton et des plastiques viennent du recyclage 	<ul style="list-style-type: none"> Décarbonation de l'industrie portant sur le captage et stockage géologique de CO₂ 45 % de l'acier, mais aussi de l'aluminium, du verre, du papier-carton et des plastiques viennent du recyclage 	Industrie	

Pour reprendre les mots d'Anne Grenier, chercheuse à l'ADEME Sophia-Antipolis, nous semblons actuellement nous orienter vers le scénario 4 "le pari réparateur". Nous nous engageons donc dans un "pari" pour l'avenir, celui de la croissance infinie, celui d'inventer des technologies qui nous permettrait de maintenir notre mode de vie. Au-delà de l'inquiétude que peut dégager le mot "pari" lorsque nous parlons de l'avenir de l'humanité, cette vision nous montre que nous nous accrochons, y compris à des solutions imaginaires, pour ne rien changer. Dennis Meadows va plus loin et qualifie même les solutions technologiques comme moyen pour faire face au réchauffement climatique de "phénoménalement idiot":

"Croire qu'une technologie, comme par exemple les outils de capture de carbone dans l'atmosphère, permettrait de rester dans la croissance actuelle en évitant les conséquences du réchauffement relève du fantasme."⁴⁸

Selon lui des idées comme le développement durable ou la croissance verte (qui s'apparentent plutôt au scénario 3) sont même déjà dépassées depuis plus de 20 ans. Il oriente son travail et ses solutions plutôt vers des concepts comme la résilience.

En se focalisant sur la neutralité carbone, ces scénarii oublient en plus l'importance de restaurer les écosystèmes dans leur ensemble (pollution, biodiversité, cycle de l'eau...) car le réchauffement climatique n'est pas la seule chose qui menace notre survie.

A l'instar de Dennis Meadows, de nombreuses voix plaident pour un changement sociétal profond.

⁴⁸ Dennis Meadows, interviewé dans "Socialter - hors série numéro 12: L'écologie ou la mort".

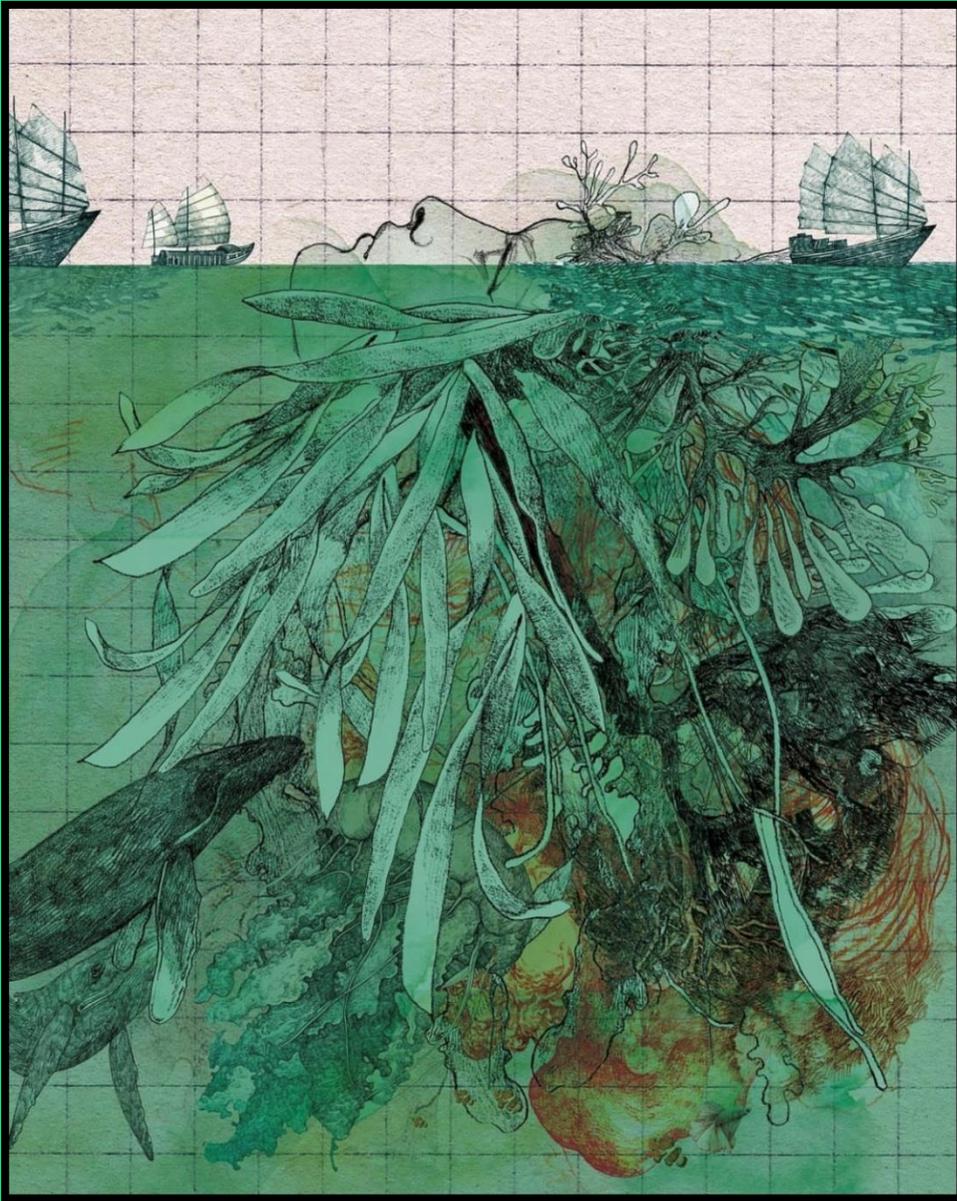
Plutôt que de "bifurcation socio-environnementale", nous aurions pu parler de développement durable ou de transition écologique. Ces termes sont largement critiqués par la communauté scientifique. Effectivement, s'ils se proposent de faire évoluer nos modes de vie vers des pratiques plus soutenables, ils passent rarement par une modification profonde du système capitaliste mortifère, ayant prouvé ses limites. La bifurcation socio-environnementale promet, pour sa part, un changement de direction radical et une modification profonde de l'organisation de la société afin de réduire les désastres déjà causés par l'être humain.⁴⁹

Malgré toutes ces données, les multiples rapports du GIEC depuis 31 ans, les livres, émissions, articles et documentaires qui nous alertent, les scientifiques ou les activistes qui nous somment d'agir, les tragédies climatiques, et la diversité de solutions proposées, rien ne change et nous restons collectivement dans un état quasi apathique. Alors que nous arrivent-ils ?

« Notre situation a ceci de particulier que, dans le cas de l'urgence écologique, l'ensemble des passagers, du moins une grande partie, savent que le navire [Ndrl : Le Titanic] fonce à toute vitesse vers sa perte. Pourquoi semblent-ils n'être que quelques-uns à organiser la mutinerie dans les cales, à chercher comment péter la porte de la salle de contrôle et ralentir le bateau avant que l'eau ne les submerge d'abord eux, ceux de la troisième classe ? »⁵⁰

⁴⁹ Édito du mémoire session focus de Louis Pénisson et Céline De Mil : Aménagement du territoire au prisme de la bifurcation socio- environnementale.

⁵⁰ Camille Étienne, "Pour un soulèvement écologique : dépasser notre impuissance collective", Ed. Seuil, 2023.



La situation est d'autant plus absurde que nous subissons déjà le dérèglement climatique et sommes donc parfaitement conscient de la situation qui est la nôtre.

Ce n'est plus la peine de se réfugier derrière d'abstraites «générations futures»: nous sommes la première génération à vivre les conséquences du dérèglement climatique. [...] Aujourd'hui, déjà, en France, on meurt du dérèglement climatique. [...] Chaque année, 40 000 personnes décèdent prématurément de la pollution de l'air dans notre pays.⁵¹

Alors pourquoi rien ne bouge ? A cette question, l'écopsychologie semble apporter des réponses et de ce fait elle constitue une démarche unique, un pont pour aller de l'apathie générale aux différents mouvements radicaux et solutions proposées.

⁵¹ Camille Étienne, activiste, Socialter hors-série numéro 12: "l'écologie ou la mort"

b. La bifurcation socio-écologique

Nous préférons ici le terme de bifurcation socio-écologique plutôt qu'environnementale, l'écologie venant du mot « oikos » qui signifie maison ou habitat. Habiter renvoie en effet à l'expérience humaine la plus fondamentale qui soit et est donc inextricable de l'humain⁵².

Il est crucial de sortir d'un «environnementalisme» qui défend de loin une nature dont on s'exclut jusque dans l'étymologie même du mot - l'environnement, c'est ce qui nous entoure et dont nous ne faisons donc pas partie. L'écologie n'est pas un environnementalisme parce qu'elle définit nos manières d'être au monde, d'être vivant. C'est une affaire de relations entre les sociétés humaines et les milieux qu'elles habitent, les espèces non humaines dont elles dépendent, et non de décor, de paysage, de «protection».⁵³



⁵² Guillaume Faburel, "Les métropoles barbares", Ed. le passager clandestin, 2020

⁵³ Camille Étienne, militante écologiste, Socialter hors-série numéro 12: "l'écologie ou la mort"

Propositions radicales

Au-delà des scénarii de l'ADEME, il existe de nombreuses autres solutions conceptualisées parmi les familles de l'écologie politique. Celles-ci offrent une vision alternative au système économique et politique dans lequel nous nous trouvons. Elles semblent être les plus à même d'offrir une solution aux problèmes écologiques actuels puisqu'elles s'intéressent à la racine de ces problèmes - le système capitaliste, productiviste et extractiviste basé sur une croissance infinie - afin de repenser entièrement un nouveau modèle.

Parmi ces propositions alternatives, il y a celle bien connue de "la décroissance" théorisée au début des années 2000. Par son nom, elle s'oppose à l'idée de croissance infinie dans un monde aux ressources limitées. Elle offre un projet de civilisation alternatif qui nous invite à réfléchir au sens donné à nos vies basées sur le capitalisme, le technosolutionisme, le travaillisme ou encore le patriarcat. La décroissance est composée de 4 niveaux d'actions qui se complètent et s'alimentent :

1. Niveau individuel : invitation à l'abondance frugale et à la simplicité volontaire qui, en se débarrassant du superflu et des artifices, nous permet de limiter nos besoins et d'accéder à une plus grande liberté. On repense ainsi sa manière de voyager, de travailler, de manger, de s'habiller etc.
2. Engagement militant : résister au système actuel de manière non violente par la désobéissance civile, l'organisation de conférences, la publication de livres, de documentaires etc.
3. Offrir des alternatives
4. Embarquer l'ensemble de la société dans un nouveau projet civilisationnel

On pourrait aussi parler de l'écologie sociale conceptualisée par Murray Bookchin qui lie problèmes sociaux et problèmes écologiques et qui reprend l'idée du communalisme du 19e siècle. Dans ce concept, c'est le principe de domination des hommes sur les hommes, sur les femmes ou la nature qui est dissous. Ainsi la démocratie populaire et directe est au cœur de ces écocommunautés qui ont pour objectif d'acquérir leur autonomie :

« En favorisant l'interaction entre les êtres humains en tant qu'êtres pleinement sociaux et les éléments des écosystèmes auxquels ils appartiennent, le communalisme place le lien social au cœur de son organisation, fondement d'une écocommunauté reposant sur le principe de «l'unité dans la diversité». Cette écocommunauté est un projet collectif, politique [...] Il s'agit de créer ensemble, de décider du partage des tâches et de leurs fruits en fonction de nos besoins authentiques, en interaction directe avec le milieu naturel que nous habitons, de manière à le soigner et l'enrichir.»⁵⁴

Ou encore de l'écossocialisme qui se base sur une analyse simple : le système capitaliste exploite d'un même mouvement les Hommes et la Terre dans sa quête incontrôlée de profit, la justice sociale et l'urgence climatique ne sont donc qu'une seule et même bataille.

Le capitalisme vert y est d'emblée écarté et l'ascèse individuelle jugée illusoire et insuffisante, comme toute offre politique qui prétendrait agir sur les effets du capitalisme sans s'attaquer à ses fondements. Et parce qu'il ne suffit pas d'être contre, l'écossocialisme dit pour quoi, pour qui et pourquoi il

⁵⁴ Floréal M. Romero, spécialiste de l'écologie sociale, Socialter hors série numéro 12 : l'écologie ou la mort.

milite, résiste et se bat. Partage des richesses, règle verte, revenu maximum, réduction du temps de travail, valeur d'usage, socialisation des moyens de production, indicateurs alternatifs au PIB, dotation inconditionnelle, sobriété énergétique, communs ou encore démocratie sociale... l'écocosocialisme entend ouvrir « la possibilité d'une prospérité sans croissance ».⁵⁵

Ces concepts sont particulièrement intéressants car ils tiennent compte des problématiques sociales et invitent donc à ne plus opposer l'écologie aux plus pauvres ou aux opprimés. Ils intègrent en cela de nombreuses autres mouvances comme l'écoféminisme ou l'écologie décoloniale. Loin de promouvoir l'écologie par la contrainte, ces mouvements insistent sur l'importance d'impliquer la population par la démocratie directe. Ils invitent ainsi chaque individu à se repolitiser, se responsabiliser et à déconstruire notre société.

« Dans mon esprit, écologie a toujours signifié écologie sociale: la conviction que l'idée même de dominer la nature découle de la domination de l'humain par l'humain, que ce soit des femmes par les hommes, des jeunes par leurs aînés, d'un groupe ethnique par un autre, de la société par l'État, de l'individu par la bureaucratie, aussi bien que d'une classe économique par une autre ou d'un peuple colonisé par une puissance coloniale. Selon moi, l'écologie sociale doit commencer sa conquête de la liberté non seulement à l'usine, mais aussi au sein de la famille; non seulement dans l'économie, mais aussi dans le psychisme; non seulement

dans les conditions matérielles de la vie, mais également dans ses conditions spirituelles.

Sauf à changer les rapports les plus élémentaires de la société - notamment entre hommes et femmes, adultes et enfants, Blancs et autres groupes ethniques, hétérosexuel(le)s et gays (de fait, la liste est considérable) - la société sera minée par la domination, et cela même si elle revêt une forme socialiste, «sans classe» et «sans exploitation». Elle sera pénétrée de hiérarchie, même si elle se pare des vertus douteuses des «démocraties populaires» du «socialisme» et de la «propriété publique» des «ressources naturelles». Aussi longtemps que persistera la hiérarchie, aussi longtemps que la domination imposera un système d'organisation élitiste à l'humanité, le projet de dominer la nature se perpétuera et conduira inévitablement notre planète vers l'extinction écologique.»⁵⁶

En repensant l'écologie avec l'humain, en intégrant l'humanité comme faisant pleinement partie de la nature, et non comme son opposé, ces mouvements nous amènent à une vision plus écocentrée du monde. L'Homme pourrait ainsi ne plus être vu comme le problème de la Terre (à éliminer) mais simplement l'un de ses composants.

⁵⁵ Corinne Morel Darleux, *Socialter* hors série numéro 12 : l'écologie ou la mort.

⁵⁶ Lettre ouverte au mouvement écologiste, Murray Bookchin, "Pouvoir de détruire, pouvoir de créer - vers une écologie sociale et libertaire", ed. l'échappée 2019

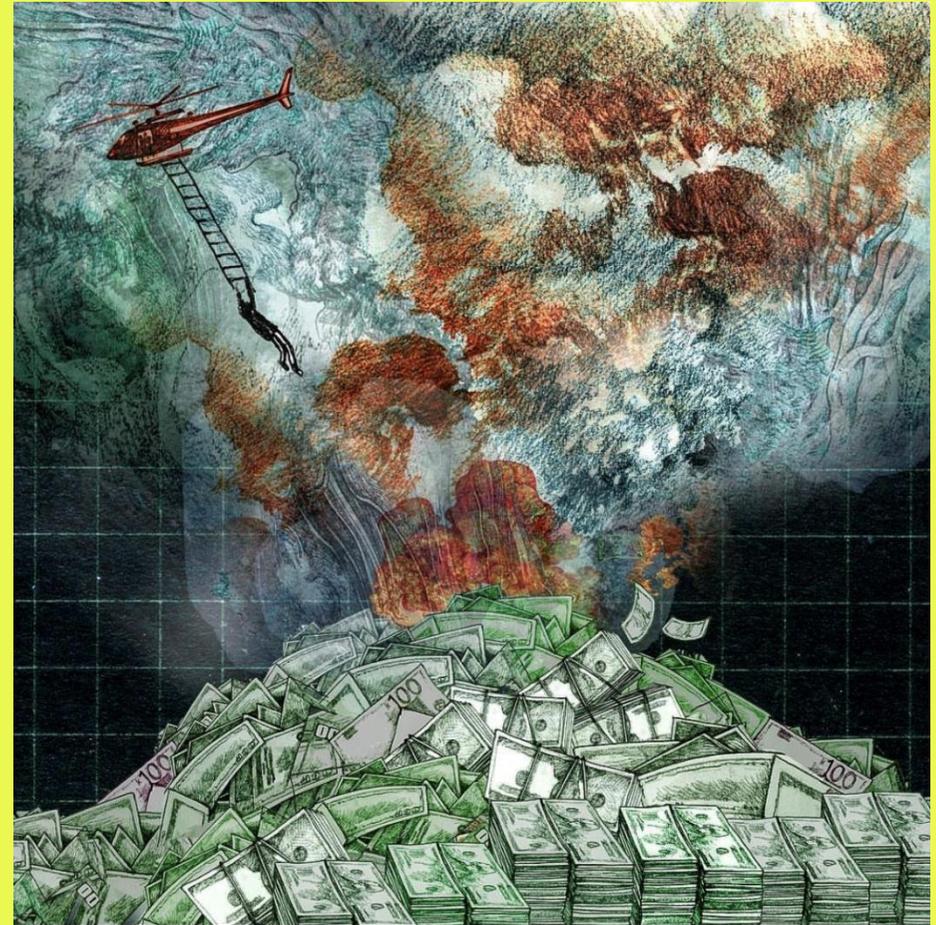
Besoin d'un pont entre l'apathie et ces propositions radicales

Nous avons déjà déterminé précédemment qu'il existe un consensus scientifique, reconnu lui même par une grande partie des Etats, reconnu lui même par de nombreux citoyens sur la gravité de l'urgence écologique et climatique. Nous avons aussi établi grâce aux recherches de l'écopsychologie les causes profondes de cette problématique ancrée dans notre civilisation : "aliénation de l'être humain par rapport au monde naturel, mode de pensée dualiste, chosification de la nature, anthropocentrisme, coupure entre la conscience et l'inconscient, addiction à la consommation et à la technologie⁵⁸". Enfin nous avons découvert qu'il existe de nombreuses solutions, plus ou moins radicales et donc plus ou moins efficaces mais que malgré cela rien ou presque ne bouge. Nous allons maintenant comprendre pourquoi.

Une grande partie des travaux de l'écopsychologie s'est focalisée sur cette question (elle est même née du besoin réciproque de la psychologie et de l'écologie de travailler ensemble notamment pour y répondre). Pourquoi alors que le bateau coule, nous continuons notre vie comme si de rien n'était, pourquoi alors que "notre maison brûle, nous regardons ailleurs⁵⁹" ?

Selon les écopsychologues, si les choses n'avancent pas ou en tout cas pas à la mesure du défi de la crise écologique, cela serait dû à de nombreux facteurs qui s'imbriquent les uns dans les autres comme des poupées russes. Certains seraient d'ordre structurel, extérieur (lutttes de pouvoir, multinationales, élites politiques et vision court-termiste...),

d'autres seraient d'ordre plus individuel. Le film "Don't Look Up" montre d'ailleurs certains de ces mécanismes avec brio.



⁵⁸ Michel Maxime Egger, « Soigner l'esprit, guérir la Terre - Introduction à l'écopsychologie », labour et fides, 2022

⁵⁹ Jacques Chirac, 2002, 4e Sommet de la Terre

1. Dénier de réalité

Plus les preuves du réchauffement climatique tombent et nous accablent, plus la réaction climato-sceptique monte dans la société, c'est un fait. Un comportement qui semble totalement illogique et que Freud appelait processus inconscient de la dénégation. Ainsi lorsqu'on est "accusé" de quelque chose, par exemple d'avoir cassé un objet qu'on nous avait prêté, notre réflexe défensif est de dire le contraire, on peut même aller jusqu'à nier l'existence de l'objet ou du prêt plutôt que d'affronter la réalité et notre responsabilité. Ce facteur est d'ordre individuel mais aussi collectif, c'est un réflexe défensif.

Le déni de réalité n'est pas propre à notre civilisation, d'autres avant leur chute ont aussi expérimenté des formes d'auto-aveuglement notamment face aux problèmes écologiques comme les Maya ou les habitants de l'île de Pâques.

Au niveau individuel le déni est l'une des caractéristiques de l'addiction. Addiction à la consommation et à la technologie qui, comme on l'a vu, est l'une des causes du désastre écologique.

2. Difficulté de perception

La complexité des mécanismes du réchauffement climatique mais aussi des problèmes écologiques dans son ensemble, au niveau de la planète entière, la rend difficile à appréhender pour de nombreuses personnes. Notre perception des problématiques environnementales devient abstraite et nous avons du mal à relier des événements qui ont lieu à l'autre bout de la planète à nos modes de vie. Notre responsabilité se trouve diluée par la longueur de la chaîne causale des événements. Certaines problématiques sont en plus invisibles (ex: pollution de l'air) et les changements lents rendent ces modifications "normales" à nos yeux⁶⁰.

⁶⁰ Le syndrome de "la référence glissante" est énoncé par le biologiste marin Daniel Pauly à partir d'une observation: ses collègues tendaient à considérer que le bon état de conservation des espèces sur lesquelles ils travaillaient était celui qu'ils avaient observé au début de leur carrière.

Lorsque l'on regarde les étés 1976 et 1983 [des canicules à l'époque exceptionnelles qui ont marqué les esprits de nos aînés], s'ils se reproduisaient aujourd'hui, ils seraient considérés comme des étés tout à fait banals, on ne s'en apercevrait pas. Si on regarde les chiffres, la température de ces étés là correspond à la température moyenne des étés entre 2011 et 2020⁶¹.

Cela est encore accru par le manque de connaissance du vivant et des cycles de la nature inhérents à une population détachée, éloignée de celle-ci. En France, c'est près de 82% de la population qui vit en espace urbain, en Europe c'est 72%. Ainsi, nous n'habitons plus la Terre mais nos villes et nous ne sommes donc pas aux premières loges de la transformation de nos écosystèmes qui en devient donc quelque chose d'abstrait.

3. Dissociation intérieure

Les oppositions entre le mental et le cœur, la raison et les émotions sont à l'origine d'un trouble dissociatif qui amène l'individu à se créer une bulle pour se protéger de la réalité. Nous vivons alors dans une forme de réalité alternative qui nous empêche de souffrir.

Ainsi que le précise l'écopsychologue Chellis Glendinning, la dissociation constitue un moyen de « préserver la psyché des menaces que notre système nerveux n'a pas été préparé à

Génération après génération, on en vient à considérer comme acceptable une situation qui est en fait très dégradée, mais comme il s'agit d'une dégradation lente et progressive, on ne s'en rend pas compte.

⁶¹ Françoise Vimeux, climatologue à l'Institut de recherche pour le développement (IRD) et spécialiste de l'évolution du climat, C dans l'air, France 5, 18 juillet 2022

affronter, des changements que nous ne sommes pas armés pour intégrer »⁶²



Cette dissociation est renforcée par notre culture et notre éducation occidentale qui tend à la rationalisation de toute chose (au détriment de l'intelligence émotionnelle), à l'évitement des sentiments vus comme négatifs et à l'évasion (à travers les divertissements par exemple). Ainsi, les sentiments de peur, de colère (etc.), sains face à la crise écologique, sont enfouis et pathologisés à l'instar de "l'écoanxiété".

Le problème c'est que c'est justement par ces sentiments négatifs que nous ressentons la volonté d'agir, comme la peur qui devient un moteur pour courir face à une voiture qui nous fonce dessus. C'est dans ces sentiments que réside le pouvoir de transformation des êtres-humains et donc de la société.

4. Se protéger de la peur

Notre société fait face à une crise sans précédent. La faune, la flore, tous les biotopes de la planète et les populations humaines sont menacés. Le monde tel que nous l'avons connu risque d'être irrémédiablement changé et rien ne garantit aux générations futures mais aussi à la nôtre que la vie sur Terre continuera d'être soutenable. Nous vivons aujourd'hui avec l'angoisse d'un "effondrement", des épisodes climatiques violents et les 9 limites planétaires à ne pas dépasser (il n'en reste plus que 3). Une telle catastrophe, un tel futur est difficile à imaginer et à affronter.

La peur c'est aussi celle du changement de nos modes de vie qui sont inextricablement liés (au moins pour un bon nombre d'entre nous) à nos identités personnelles. En effet, la consommation est devenue une part inhérente du bonheur des gens, c'est également notre aspiration civilisationnelle; elle est ainsi responsable d'une forte résistance au changement.

⁶² Chellis Glendinning, *My Name is Chellis & I'm in Recovery from Western Civilization*, Boston, Shambhala Publications, Inc., 1994. Repris dans « Soigner l'esprit, guérir la Terre - Introduction à l'écopsychologie », Michel Maxime Egger, labour et fides, 2022

« Que peut-on attendre des gens dans une culture où la vulnérabilité narcissique, la croissance économique et les hauts niveaux de consommation matérielle sont imbriqués dans des systèmes de renforcement mutuel ? »⁶³

5. Se protéger de la culpabilité

La culpabilité est au cœur de la relation ambivalente que nous entretenons avec la nature. D'un côté nous aimons la nature (peu de personnes revendiquent le contraire), de l'autre nous la détruisons. De par nos modes de vie basés sur la consommation et de par nos différentes contraintes (familiale, financière, transport..) nous devons en permanence faire des choix de produits. Par exemple, acheter des aliments bios, équitables ou non rentre en concurrence avec nos capacités financières.

Afin d'éviter le sentiment de culpabilité, on se réfugie alors dans le déni et/ou on transfère notre responsabilité individuelle et collective sur d'autres : "A quoi ça sert de trier mes poubelles, mon voisin ne le fait pas", "A quoi ça sert de prendre des mesures pour l'écologie, le problème c'est la Chine", "l'avion volera sans moi de toute façon"...

Ce transfert de responsabilité n'est pas complètement fou puisque le fonctionnement de nos sociétés est en effet imbriqué avec la destruction de la nature. Vivre sans y participer (donc sans consommer, voyager, manger etc.) semble impossible ou en tout cas dénué de tout ce qui représente le bonheur dans notre civilisation.

Ce fonctionnement de nos sociétés, orchestré par des acteurs puissants et qui nous dépasse, participe à faire monter en nous un sentiment d'impuissance face à la crise écologique.

⁶³ Rosemary RANDALL, « Fragile Identities and Consumption : The Use of "Carbon Conversations" in Changing People's Relationship to "Stuff" », in : *Vital Signs*



6. Se protéger de l'impuissance

Nos sociétés occidentales sont construites sur un sentiment de toute-puissance qui est au cœur de notre système économique. Il s'illustre sur le plan collectif par la croyance en une croissance infinie et par le progrès technologique. Sur le plan individuel, cela a créé la figure d'un Homme occidental égocentrique, un gagnant, maître de lui-même, de sa vie, sa carrière, de son développement personnel, de sa famille... avec des représentations comme le self-made man et des figures caricaturales comme Elon Musk. Ce sentiment de toute puissance est en réalité une des caractéristiques modernes de l'immaturation grandissante de notre société (dû notamment, comme on l'a vu, à la mutilation du développement de l'être humain coupé du monde naturel).



La crise écologique, de par sa puissance et son aspect global, ne colle pas à cette fable et nous renvoie avec une force démultipliée à notre vulnérabilité. Incapable de contrôler ou dominer cette réalité, l'individu sombre donc dans l'impuissance - un sentiment qui est à la racine de toutes les angoisses humaines selon Freud⁶⁴. Ce sentiment est d'autant plus fort qu'il est souvent difficile de l'exprimer et de l'assumer de peur d'apparaître comme trop émotionnel (donc incapable d'avoir une argumentation rationnelle et chiffrée), pessimiste ou négatif (donc risquant de devenir une source d'anxiété et donc de rejet pour les autres).

Une façon de se protéger de ce sentiment est "la délégation aux experts". Face à notre impuissance, on investit donc des experts supposés (scientifiques, ADEME, entreprises, gouvernement...) du pouvoir de nous trouver une solution. Ainsi l'intelligence humaine, la science et les technologies vont nous sauver.

7. Résistance au changement

Ces différents mécanismes de défense psychique ne sont pas l'œuvre de choix délibérés. Ils correspondent en fait à une sorte de système immunitaire involontaire qui nous protège de ce à quoi nous ne pouvons faire face. Les personnes qui ont perdu un proche de manière violente et inattendue font souvent face à ce même mécanisme; leur premier réflexe est de ne pas y croire, de refuser cette nouvelle réalité, ce traumatisme. Ce sont ces sentiments refoulés qui provoquent cette apathie car ce sont d'eux dont nous avons besoin pour nous motiver.

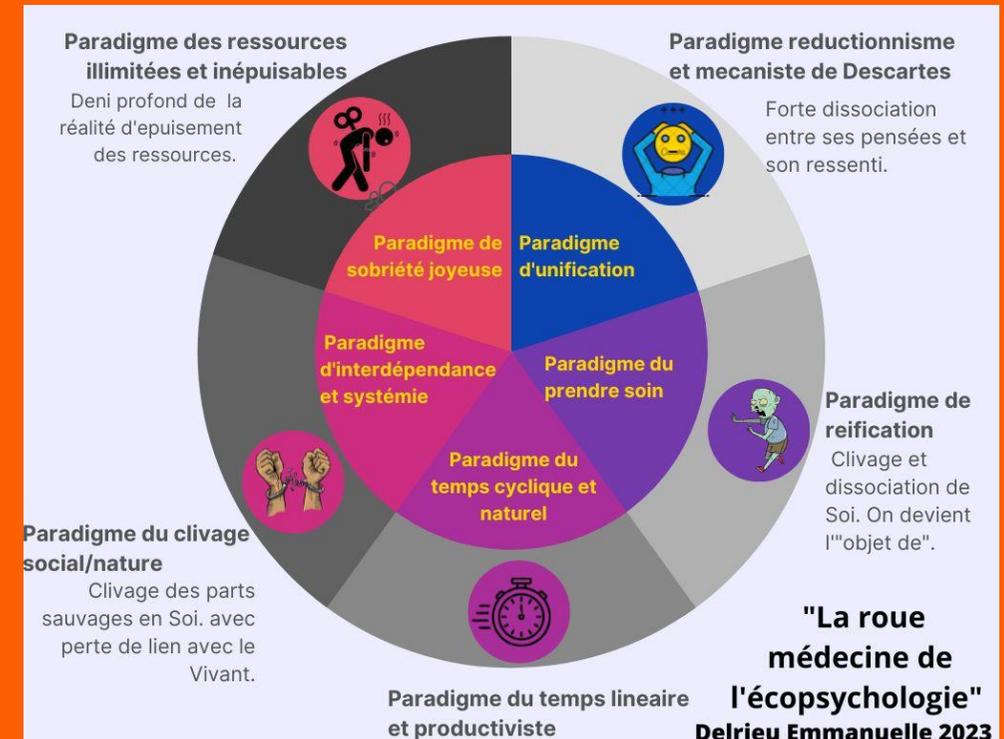
⁶⁴ La volonté de contrôle sur notre environnement et nos vies, vient en effet de loin elle s'illustre dans la petite enfance mais au niveau collectif, elle remonte aux origines de la dissociation entre l'humain et la nature.

Tant que les gens ne voudront pas ou ne seront pas capables de tolérer les sentiments que l'information sur la crise écologique provoque en eux - des sentiments comme la peur, le chagrin, la colère, le désespoir - il sera très difficile pour eux d'absorber cette information et d'agir à partir d'elle.⁶⁵

Les écopsychologues appellent ainsi à “une écologie de l'amour”, capable de stimuler ce qu'il y a de « générosité, joie, don gratuit et peut-être même héroïsme » chez les personnes.⁶⁶

Tous ces mécanismes peuvent être résumés et transformés dans la roue médecine de l'écopsychologue française Emmanuelle Delrieu⁶⁷. Celle-ci a identifié cinq paradigmes issus de notre histoire occidentale ayant des conséquences aujourd'hui destructrices du Vivant. Elle résume ainsi son travail :

“En suivant un processus de transformation en cinq étapes sur le plan individuel et collectif, ces cinq paradigmes destructeurs du Vivant deviennent des paradigmes "médecines" du Vivant dont l'objectif est de les incorporer dans nos vies sur tous les plans afin d'établir une relation à la Vie saine, respectueuse et solidaire”.



Le premier paradigme mortifère est celui des ressources illimitées et inépuisables. Il prend sa source dans un mécanisme de défense humain, celui du déni. Il se transforme en paradigme médecine de la sobriété joyeuse.

Vient ensuite le paradigme du dualisme et du réductionnisme issu d'une vision du monde à la Descartes. En effet, avec l'avènement d'une pensée « rationnelle », « scientifique », « mécaniste » et « segmentante » où tout doit pouvoir être expliqué et réduit, nous avons opéré une dissociation entre notre mental et nos émotions, notre cœur et notre esprit, le subtil et le tangible. Ce paradigme se transforme en

⁶⁵ Nick Totton, Wild Therapy.

⁶⁶ Theodore Roszak, "The Voice of the Earth", repris dans « Soigner l'esprit, guérir la Terre - Introduction à l'écopsychologie », Michel Maxime Egger, labour et fides, 2022

⁶⁷ E. Delrieu est psychologue développementaliste, écopsychologue et fondatrice de l'Ecole de la Transition Intérieure et de l'AFECOP (association francophone d'écopsychologie). Elle vient d'écrire le livre "Burn out de la terre et des humains" (2024), en cours d'édition.

travaillant l'unification, c'est à dire une pensée systémique, complexe et holistique.

Le 3^e paradigme mortifère est celui de la réification c'est-à-dire celui de faire du vivant (nous y compris) de simple objet, de retirer les propriétés vivantes de l'autre ou de soi-même. Cela entraîne des formes de domination comme le colonialisme, l'esclavage, le patriarcat, l'industrialisation, les animaux en batterie etc.

Le paradigme mortifère du temps linéaire et productiviste s'illustre lui dans notre stress, le dérèglement (hormonale, sommeil...), une vie d'urgence dépendante et régie par la technologie qui nous pousse à être toujours plus productif. Celui-ci se transforme avec le paradigme médecine du temps cyclique et naturel.

Enfin le paradigme du clivage naturel/social, nature/culture (qu'on peut aussi voir comme un clivage homme/femme) vient de la déconnexion opérée avec la nature qui a provoqué une souffrance d'amputation d'une

part de soi. Celui-ci se transforme en médecine par un paradigme d'interdépendance.

C'est en comprenant l'ensemble de ces mécanismes que les écothérapies ont été développées. Le travail qui relie en particulier, s'attelle à les combattre et à les transformer en une énergie motrice qui permet au participant de sortir de l'apathie, du déni et/ou de l'impuissance. La roue médecine quant à elle constitue un moyen de conscientisation et de transformation de nos maux individuels et sociétaux; elle vise donc à la guérison de la société.

Ainsi l'écopsychologie, par ses compréhensions et ses solutions, paraît essentielle pour opérer la bifurcation socio-écologique. Elle peut permettre aux individus, aux militants, aux institutions, aux associations, aux campagnes publicitaires ou aux politiques qui le souhaitent de renverser les mécanismes qui nous plongent dans l'immobilisme.



2. Incarner la bifurcation socio-écologique dans les espaces communs

a. Les espaces communs, lieux privilégiés pour initier la bifurcation socio-écologique

A quelle échelle cette bifurcation socio-écologique doit-elle avoir lieu ? A quelle échelle doit-elle démarrer ? A l'évidence, l'échelle de l'Etat ou des Nations peine à y répondre. Comme on a pu le voir dans l'introduction, Dennis Meadows l'explique par le manque d'homogénéité de nos sociétés qui en raison de leurs évolutions (dont l'accroissement de la population) ont en leurs seins des gens qui ne partagent plus les mêmes valeurs. Même si le réchauffement climatique est d'ordre global, il faut donc faire autrement ou du moins ne pas compter uniquement sur une solution venue des nations.

Un concept intéressant, venu du philosophe et poète martiniquais Edouard Glissant, permet alors de voir les choses sous une autre perspective, celle du "Tout-Monde": «Agis dans ton lieu, pense avec le monde». Il s'agit de penser à la fois le lieu et l'ensemble, d'articuler le local et le global, sans nier une langue, un peuple, une culture⁶⁸. Cette vision du monde globale, singulière, interreliée et multiple rejoint celle de l'écopsychologie ainsi que son mouvement qui va de l'intérieur vers l'extérieur. Elle s'éloigne aussi des modes de pensée dualiste et participe à l'élaboration d'une conscience holistique.

Agir de façon locale tout en pensant global c'est aussi redonner du pouvoir et donc de l'importance à la petite échelle. Le culte du gigantisme et de la puissance de notre société capitaliste et patriarcale s'est traduit par les mégalo-poles, les grattes ciels (voiture, bateau etc.),

des Etats toujours plus gros et puissants ou encore les multinationales, rendant ridicule et dérisoire la petitesse. Hors, il est reconnu par un grand nombre de penseurs que la petitesse est une nécessité à tout bon fonctionnement démocratique. Jean-Jacques Rousseau lui-même, l'un des penseurs les plus influents de nos démocraties modernes, dans "Du contrat social" estime que la démocratie n'est possible que dans un "*État très petit où le peuple soit facile à rassembler et où chaque citoyen puisse aisément connaître tous les autres.*"⁶⁹ Platon avant lui estimait la taille d'une démocratie à 5040 personnes, plus tard Charles Fourier l'estimait à 1500. Il est en tout cas clair, pour Rousseau, que la démocratie nécessite un haut niveau de lien social entre les êtres qui la compose sans quoi l'Etat perd de sa force démocratique.

Au-delà des nuisances faites à la démocratie, le culte du gigantisme de notre société nuit à l'écologie car il pousse à la croissance infinie et s'oppose à la sobriété. Une problématique reconnue depuis Platon qui, dans son livre des V lois, insiste sur le rapport entre un nombre d'habitant "modéré dans leur désir" et la capacité d'un territoire à les entretenir.

Ainsi agir à petite échelle pour engager la bifurcation socio-écologique semble particulièrement adapté. Celle-ci ne peut en effet s'opérer qu'à l'intérieur d'un système démocratique puisqu'elle doit être juste et engager chacune des personnes qui la composent.

⁶⁸ Edouard Glissant repris dans Socialter hors série numéro 13 : "Comment nous pourrions vivre" par le philosophe et romancier François Noudelmann.

⁶⁹ Cité dans "Les vertues de la petite taille", article publié dans le n°39 de Socialter : « Tout le pouvoir au local », février-mars 2020.



Cette stratégie est rendue possible à partir de la commune, qui constitue le lieu d'élection de la liberté politique, et ce au moins depuis la cité grecque. Ainsi, «le seul moyen de reconstruire la politique est de commencer par ses formes les plus élémentaires: les villages, les villes, les quartiers et les cités où les gens vivent au niveau le plus intime de l'interdépendance politique au-delà de la vie privée. C'est à ce niveau qu'ils peuvent commencer à se familiariser avec le processus politique, un processus qui va bien au-delà du vote et de l'information.⁷⁰

De par leur gouvernance partagée, les valeurs qu'ils peuvent porter, leur édification à partir de problématique locale mais aussi et surtout grâce à leur relation à leur territoire, les espaces communs peuvent être l'un des premiers maillons de la chaîne de la bifurcation socio-écologique. Ils doivent en ce sens constituer des exemples pour essaimer et globaliser.

b. Espaces communs, espaces politiques

Qu'on le veuille ou non, de par leur constitution qui démarre souvent d'un collectif de citoyens soucieux d'une problématique et/ou à partir d'un diagnostic local, les espaces communs répondent aux enjeux et aux maux d'un territoire. Ils sont donc bien souvent en première ligne des difficultés que rencontrent notre société. Ils permettent de réinventer nos manières de faire et de vivre ensemble et/ou d'offrir des services et des alternatives. A titre d'exemple pour illustrer ce propos, nous pourrions citer "l'après M" de Marseille qui a été fondé suite à la réquisition citoyenne d'un ancien McDonald par les habitants du quartier, lors de la crise du Covid, pour faire de la distribution alimentaire

aux personnes les plus précaires, et qui s'est ensuite développé plus largement pour répondre aux enjeux de son territoire.

Avec la crise climatique, la pauvreté et l'inflation qui augmente, le recul des services publics un peu partout - quand ceux-ci ne sont pas au bord de l'implosion -, ces problèmes et donc la demande ne vont devenir que plus importants. En 2021, l'insécurité alimentaire dans notre pays était de 10% soit 8 millions de personnes. Aujourd'hui elle est de plus de 16%, la situation s'aggrave donc rapidement comme en atteste l'appel à l'aide des Restos du Cœur qui ne parviennent plus à répondre à la demande. A en croire Dennis Meadows : « Nous rentrons dans une période d'explosion des crises. [...] la crise énergétique est accrue par la crise climatique, et la situation alimentaire est rendue plus grave par l'énergie et le climat. »⁷¹

Ces évolutions, peu réjouissantes, entrent dans une modélisation de la prospective c'est-à-dire des recherches sur l'anticipation des changements qui permettent de dégager des prévisions. Celle-ci est nécessaire à toutes entités, des Etats aux associations, afin d'anticiper et d'adapter leur modèle. A sa lecture, comment réagissons-nous ? Choisissons-nous de répondre aux symptômes, simplement, sans aller plus loin - par exemple en prévoyant une augmentation de la distribution alimentaire ? Ou choisissons-nous de nous attaquer aussi à ces crises, en nous attaquant à leur racine et donc à impulser une transformation politique à l'intérieur de nous-mêmes, de nos structures et de la société ? Répondre à ces problématiques sans réfléchir à leurs causes profondes, sans essayer de les enrayer pleinement et donc sans avoir une approche de réflexion et de lutte politique concrète est-ce vraiment

⁷⁰ Murray Bookchin

⁷¹ Dennis Meadows, interviewé dans "Socialter - hors série numéro 12: L'écologie ou la mort". Son rapport de 1972 a raisonné comme un électrochoc dans le monde entier.

participer à l'amélioration de la situation ou est-ce plutôt servir de lieux d'expérimentation pour le capitalisme⁷² et/ou de service public low-cost? Répondre simplement à des besoins, des problématiques, n'est ce pas finalement faire perdurer le système qui les crée et donc en faire partie ?

Socialement, les personnes qui mettent leur énergie dans les pratiques alternatives (et uniquement là), appartiennent le plus souvent à la petite bourgeoisie. [...] les personnes investies dans ces mouvements ne sont généralement pas les plus pressées par le changement social, car elles ont souvent un fort capital culturel, un très gros capital social. Se poser la question du pouvoir amènerait à des questions qui fâchent, des choses beaucoup moins joyeuses.⁷³

Aller à la racine de ces crises, essentielle pour opérer la bifurcation écologique et sociale, entraîne donc une remise en question profonde et la perte de certains privilèges. Il est pourtant absolument nécessaire de transformer le système de pouvoir en place au risque de se retrouver dans une impasse (historiquement les avancées/transformations sociales ont toujours été arrachées aux dominants). Sans cette vision et ce combat politique, nos alternatives risquent d'être "domestiquées" en

⁷² Joackim Rebecca, sociologue et ancien membre de la SCOP d'Éducation populaire Le Pavé. Conférence 2 "Vous avez dit éducation populaire ? du cycle "Trajectoires politiques du XXIe siècle : démocratie, citoyenneté, participation" - [Halle aux sucres - Learning center Lieu vivant pour la ville durable](#)

⁷³ Joackim Rebecca, sociologue et ancien membre de la SCOP d'Éducation populaire Le Pavé. Conférence 2 "Vous avez dit éducation populaire ? du cycle "Trajectoires politiques du XXIe siècle : démocratie, citoyenneté, participation" - <https://www.education-populaire.fr/vous-avez-dit-education-populaire/>



étant captées par les institutions et le capitalisme, et donc de perdre toutes leurs valeurs subversives⁷⁴.

« [...] il est vrai qu'on peut manger bio, s'éclairer au solaire et recycler ses déchets tout en continuant - directement ou indirectement par ses choix de consommateur et sa manière d'être - de maltraiter ou exploiter l'autre, proche ou lointain. »⁷⁵

Il y a donc une nécessité pour transformer la société de ne pas seulement expérimenter mais de mener de front ces expérimentations avec de l'éducation populaire et une pression sur le politique. Ces trois piliers de transformation, énumérés par l'Atelier paysan dans le livre "Reprendre la terre aux machines" découlent des trois piliers déjà énoncés en son temps par Jean Jaurès. Ils doivent être mis en place de façon synchrone à l'intérieur de nos espaces communs si l'on veut avoir un réel impact sur le mieux être des personnes et de la planète.

Ces préceptes qui concilient transformation intérieure, collective et politique sont repris et étendus par l'écopsychologie en intégrant le lien avec le vivant. A travers sa quête d'un nouveau mode de vie désaliéné des principes de croissance infinie, de productivité et de profit mais aussi son ouverture aux pratiques holistiques et aux alternatives, elle nous invite à nous engager dans l'expérimentation. Elle fait le pont avec l'éducation populaire en nous amenant à redécouvrir la nature, à se former aux principes écologistes (mais aussi à intégrer cette approche holistique et vivante à l'ensemble des formations) ou aux écogestes.

⁷⁴ La domestication des alternatives par le capitalisme et les institutions est exposée plus en détails par Lucas Pattaroni dans "La contre-culture domestiquée - art, espace et politique dans la ville gentrifiée", 2020, Ed. Metis Presses.

⁷⁵ Maxime Michel Egger, "La Terre comme soi-même", Ed. Labor et Fides, 2012.

Enfin, sa visée de transformation intégrale, impliquant une concomitance entre la transformation de soi et celle du monde ainsi que son plaidoyer pour conjuguer justice sociale et écologique, plaide en faveur d'une implication citoyenne dans le politique.

c. Survivre, bifurquer et collaborer

Nécessité de bifurquer

S'il est nécessaire pour les espaces communs d'effectuer la bifurcation, ce n'est pas uniquement en raison d'une vision, d'une envie politique, c'est une question de survie. En effet, avec l'explosion du prix de l'énergie (qui ne devrait pas s'améliorer en raison de la baisse de production des énergies fossiles mais aussi des conflits, de la croissance des besoins énergétiques, du retard de la mise en place des énergies durables...), des matières premières ou la raréfaction de l'eau, l'avenir d'un grand nombre d'espaces communs semblent compromis. En ville, à cause de l'occupation de lieux vétustes et/ou de grande superficie, les factures des fluides explosent comme on a pu le voir au Sample. En ruralité, s'il y a plus de possibilité d'alternative de production d'électricité, ce sont les distances et donc les transports qui risquent d'être un problème. L'alimentation, l'eau, les matériaux de construction vont aussi peser de plus en plus lourd dans les budgets si rien n'est fait pour réfléchir à une forme d'autonomie.

« Toutes les communes ne survivront pas à la transition, économiquement et culturellement. Et quand je parle de transition, je parle d'alimentation : il faut être capable d'engager un changement de culture de consommation des administrés, consommer local, décarbonner la consommation alimentaire. [...] Je parle aussi de la transition de l'énergie : l'énergie citoyenne, ça existe, c'est financé par

les régions... Il faut construire sa propre autonomie énergétique avec les citoyens. Et la transition, c'est aussi sur le transport et sur la démocratie... Il faut se nourrir, se déplacer, se soigner, se loger, et il faut penser ça collectivement. »⁷⁶

Entre-subsistance

Comme le dit Geneviève Pruvost auteur de "Quotidien politique, féminisme, écologie, subsistance" paru en 2021, aller vers une forme d'autonomie ou plutôt "d'entre-subsistance" est une nécessité pour ne plus être à la merci de ces crises présentes et à venir et donc pour sortir de la dépendance au marché, au capitalisme. C'est aussi nécessaire pour la bifurcation socio-écologique.

Premièrement à titre social. Pour la sociologue, qui a passé 10 années à enquêter sur le sujet, nous sommes entrés dans un régime de déterritorialisation et d'anonymisation qui ne connecte plus les objets, les choses qui nous entourent, que nous portons ou mangeons avec les personnes physiques qui les fabriquent. Nous ne percevons ainsi plus la multitude de nos dépendances; nous sommes devenus hors-sol.

Il ne s'agit pas de se réapproprier ses moyens d'existence pour faire face à la catastrophe, mais parce que c'est un principe élémentaire du vivre-ensemble pour toute communauté humaine! [...] je parle d'«entre-subsistance», pour éviter de laisser penser que la subsistance peut s'accomplir à l'échelle d'une seule petite famille nucléaire. Ce n'est pas possible, c'est forcément quelque chose qui se

joue à une échelle plus collective. A fortiori aujourd'hui où plus personne ne peut prétendre connaître toute cette variété de métiers que les paysans avaient intégrés [...].⁷⁷

Cette entre-subsistance ne permet pas seulement de renouer un vivre ensemble et de sortir des dépendances économiques, elle permet aussi de se reconnecter à son territoire, à l'organisation d'un paysage commun dans lequel on travaille et vit. Ces espaces retrouvent ainsi leur importance puisque nous en comprenons notre dépendance. A l'instar des peuples premiers, nous en devenons également responsable pour nous, notre survie et celle des autres, et ce sur plusieurs générations d'habitants.

L'entre-subsistance c'est donc aussi la collaboration qui s'illustre sous diverses formes : trocs, ressourceries, prix libre, circuit-court, échange de services etc.

[...] le commun est en fait toujours une manifestation géographique de l'entraide. La coopération s'articule ici autour de valeurs partagées de solidarité, de convivialité et de responsabilité - elles-mêmes souvent associées aux idées de frugalité et de générosité -, et de la mise en cause concrète du principe de compétition qui structure l'économie néolibérale [...].⁷⁸

Ces valeurs, au-delà de leur capacité d'émancipation du capitalisme, permettent aussi pour les individus une forme d'empowerment, de retrouver du sens dans leurs actions et une forme d'utilité pour la communauté manifestée par la reconnaissance des autres. Elles

⁷⁶ Jean Karinthi, co-fondateur de l'Hermitage, cité dans le mémoire de Maud PICART (DUESCO - fev 2023) : "Tiers-lieux ruraux: quel modèle économique ? Entre désir de pérennisation et phénomène d'institutionnalisation"

⁷⁷ Geneviève Pruvost, "Vivre est un métier" dans Socialter hors série numéro 13 : "Comment nous pourrions vivre"

⁷⁸ Guillaume Faburel, "Les métropoles barbares", Ed. le passager clandestin, 2020

constituent en ce sens une forme de guérison sociale et/ou psychique pour l'individu soumis au règne de la compétition constante.

« l'individu apprend à s'appréhender lui-même à la fois comme possédant une valeur propre et comme étant un membre particulier de la communauté sociale dans la mesure où il s'assure progressivement des capacités et des besoins spécifiques qui le constituent en tant que personne grâce aux réactions positives que ceux-ci rencontrent chez le partenaire généralisé de l'interaction »⁷⁹



Un peu d'histoire..

Cette prévalence de la compétition au dépit de la collaboration dans nos sociétés trouve son origine dans un mode de pensée issu des observations de la nature. En effet, elle remonte au mythe de la loi de la jungle, celle du plus fort, "la guerre de tous contre tous" selon Thomas Hobbes, l'un des pères du libéralisme; au fond, la compétition serait une loi naturelle. Cette idée popularisée par Darwin et sa théorie de l'évolution (1859) qui développe l'idée de compétition entre les espèces, est pourtant erronée ou du moins incomplète. Elizabeth Sahtouris, biologiste américaine spécialisée dans l'évolution pense elle que « Darwin avait raison à propos de la compétition entre les espèces pour les ressources, mais qu'il n'a jamais vu que ce n'était qu'une étape d'un cycle de maturation. L'évolution se produit quand des crises, créées par les espèces, les forcent à aller au-delà de la "survie du plus fort" et à trouver des stratégies coopératives de survie.» Nombre de recherches prouvent aujourd'hui l'importance de la collaboration entre les espèces. Le prince Kropotkine, en 1902, affirmait déjà que les organismes qui s'entraident sont ceux qui survivent le mieux dans son livre "L'entraide, un facteur de l'évolution".

⁷⁹ Axel Honneth, "La théorie de la reconnaissance. Une esquisse", Revue du Mauss, vol.1, numéro 23, 2004.

Cette forme d'autonomie contribue aussi à la réussite du combat politique que nécessite la bifurcation socio-écologique. Elle serait même selon Aurélien Berlan, philosophe et agriculteur, "intrinsèquement [lié à] la contestation de l'ordre social et du système économique imposés par la civilisation industrielle, fondés sur la captivité et l'aliénation"⁸⁰.

« Si les mouvements sociaux se cassent le nez, même lorsqu'ils sont massifs et radicaux, c'est dû à la dépendance aux marchandises. Les gens doivent malgré tout continuer à participer au système qu'ils rejettent pour se nourrir: le capitalisme industriel n'est pas seulement une dépossession matérielle, c'est une dépossession des perspectives. [...] Il est vital de commencer à construire les bases d'une société libre, avant d'étouffer sous le chaos et les ruines du vieux monde.»⁸¹

Pour bifurquer, il faut donc déjà quitter le bateau du capitalisme et donc ne plus l'alimenter ou en dépendre. Quitter le navire, c'est retrouver une forme d'autonomie dans tous les domaines de la vie. Dans "Les métropoles barbares", Guillaume Faburel parle en premier lieu de l'autosuffisance alimentaire qui ne sert pas seulement à être libre du système mais qui sert aussi à se reconnecter à la terre que l'on travaille. Faire une agriculture vivrière c'est aussi (ré)apprendre les techniques nécessaires à sa survie et entrer dans un mouvement de résistance contre l'agro-industrie. Le chercheur parle ensuite de retrouver les savoirs de la construction (auto-construction et/ou restauration des

bâtiments faites de manière écologique) et de rechercher une autonomie énergétique locale :

[...] contrairement à la logique du « développement durable » qui consiste à approvisionner l'ensemble d'un territoire à partir de vastes centrales d'énergie « propre » (fermes éoliennes ou photovoltaïques), cela implique de se doter de sources d'énergie adaptées à sa propre consommation : moulins à eaux, petites éoliennes et panneaux solaires directs.⁸²

Cette autonomie ne pourrait donc passer par l'aliénation et la domination d'autres personnes ou territoires dans le processus. Cela implique une réflexion collective sur les tâches ingrates, la spécialisation des métiers ou encore la mise en œuvre d'une "politique d'allié" - à travers des partenariats par exemple - pour travailler avec les populations marginalisées. En ce sens, l'entre-subsistance s'inscrit dans la justice sociale. Elle se réalise au sein d'une communauté c'est à dire de personnes qui habitent réellement un territoire donné et interagissent de façon régulière entre eux et qui dépendent donc des uns des autres dans un rapport égalitaire.

Bifurquer c'est en effet se poser la question de l'exploitation des autres. Ainsi on ne peut imaginer continuer avec l'idée d'une campagne (ou de pays) dédiée à la production alimentaire, énergétique et industrielle, souvent démunie des services et de la culture, et de villes (ou de pays) vouées à la consommation, dénuées de toute production (ou en tout cas pas suffisante à son autonomie) mais riches de tous les services. Cette inégalité des territoires n'est pas seulement vraie sur une carte, elle l'est dans la vie des gens et entraîne très largement le sentiment de

⁸⁰ Interviewé dans Socialter hors série numéro 13 : "Comment nous pourrions vivre"

⁸¹ Bertrand Louart, menuisier-ébéniste à la coopérative de Longo Mai, vient de publier "Réappropriation. Jalons pour sortir de l'impasse industrielle", aux éditions La Lenteur. - cité dans Socialter hors série numéro 13 : "Comment nous pourrions vivre"

⁸² Guillaume Faburel, "Les métropoles barbares", Ed. Le passager clandestin, 2020

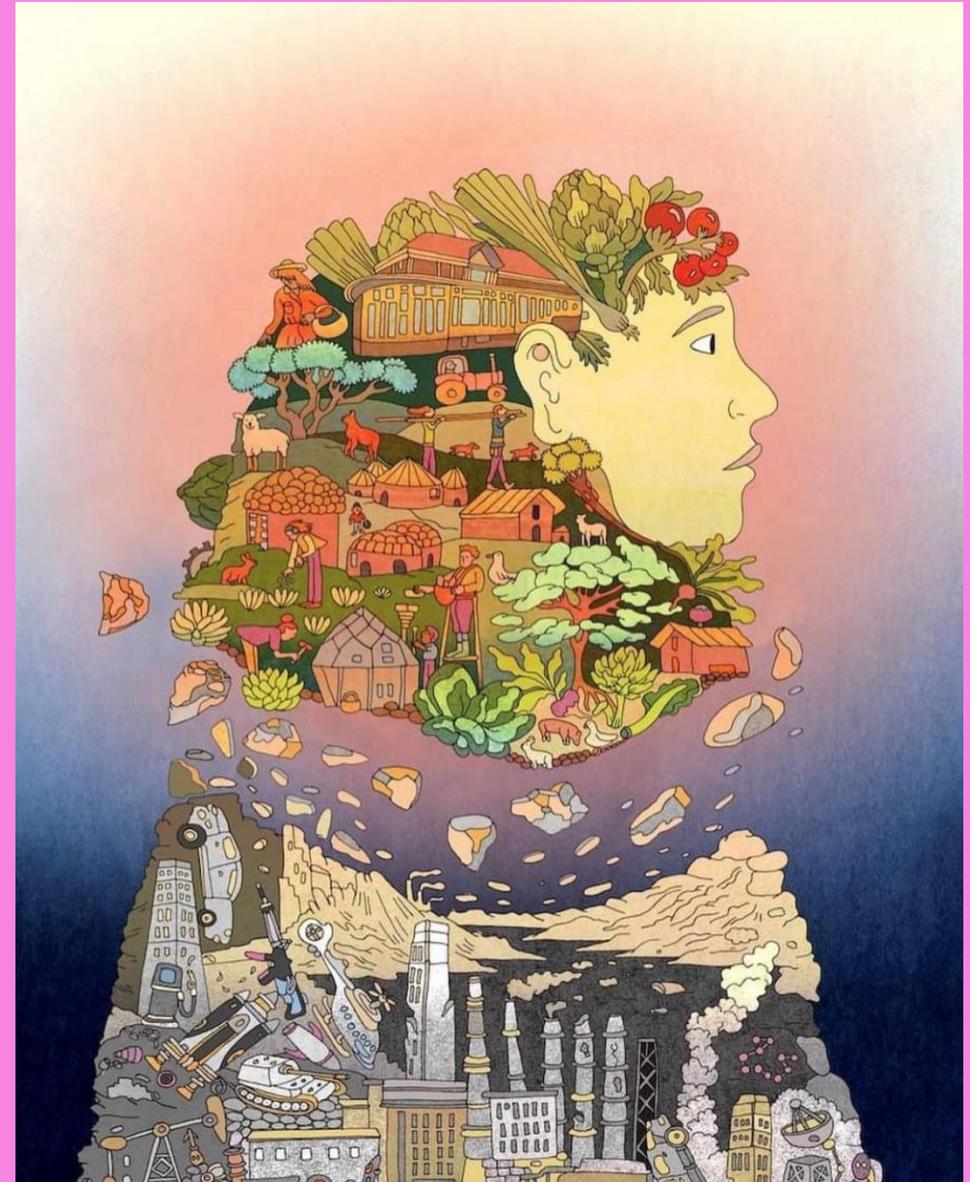
déclassement et de colère des territoires ruraux (ou la misère des populations de certains pays). Aurélien Berlan va même plus loin : “l’industrialisme est la poursuite de l’esclavagisme par d’autres moyens⁸³”.

Au-delà de ces oppositions, il s’agit surtout de créer des ponts entre ces mondes. Les habitants des villes doivent pouvoir se reconnecter au vivant et accéder eux aussi à une forme d’autonomie, que ce soit en transformant leur quartier ou en repeuplant les campagnes. En ruralité, les habitants ont besoin de monde, que ce soit pour avoir plus de services et d’accès à la culture comme pour opérer la bifurcation socio-écologique. Celle-ci ne peut en effet exister qu’à la condition que suffisamment de personnes s’engagent. L’autosuffisance alimentaire par exemple, si l’on décide de travailler selon les principes de l’agroécologie, nécessite une main d’œuvre plus importante, le travail en polyculture élevage de nombreux ateliers etc.

Créer une communauté d’entre-subsistance, c’est donc aussi se relier à d’autres territoires, d’autres communautés pour s’entraider, matérialiser le Tout-Monde de Glissant.

A travers ces formes d’autonomie ce sont des dynamiques de réappropriation des savoirs qui se mettent en place. Celles-ci prennent place dans des dynamiques collectives (chantier participatif, atelier de permaculture, collectif citoyen) et avec des méthodes alternatives d’éducation (éducation populaire, en pleine nature...), elles sont donc vectrices d’une (ré)appropriation des outils démocratiques. Ces petites communautés ancrées dans des dynamiques d’entre-subsistance permettent aussi d’opérer une réappropriation des savoirs vernaculaires

⁸³ “Terre et Liberté: la quête d’autonomie contre le fantasme de la délivrance”, Aurélien Berlan, Ed. La lenteur, 2021.



(faune, flore, construction...) et une redécouverte du vivant (ex: ABC de la nature, comptages, cueillettes...). En cela, elles sont un chemin vers cette fameuse reconnexion à la Terre chère à l'écopsychologie.

Cette nécessité de l'entre-subsistance pour opérer la bifurcation socio-écologique entre en résonance avec les préceptes de l'écopsychologie. En effet, elle combat à travers son existence et ses valeurs, des idéologies comme le capitalisme ou la compétition lui préférant des valeurs comme la liberté (pour tous), la responsabilité, la collaboration et la reliance (entre les humains, la Terre et l'ensemble du vivant). Elle réalise aussi là une conjonction entre l'épanouissement des individus et celui d'une communauté qui, par son combat politique, son ouverture et ses interconnexions avec d'autres communautés, devient global. Enfin, elle met fin à la mutilation du développement de l'être humain puisque les individus sont à nouveau immergés dans un territoire dans lequel ils vivent, dont ils dépendent et à partir duquel ils s'éduquent. L'entraide - qu'on peut aussi appeler coopération ou reliance - n'est ainsi pas seulement une valeur qui lie les individus de la communauté mais une valeur qui lie l'ensemble des êtres d'un territoire, humains et non humains. Ainsi reconnectés à la toile de la vie de la Terre, la vision écocentrée de l'écopsychologie peut s'accomplir.

A travers cette vision écocentrée incarnée dans des communautés d'entre-subsistance, on peut voir se dessiner des espaces communs ayant opérés et incarnant la bifurcation socio-écologique. De telles communautés existent déjà (au moins en partie) à travers le mouvement des éco-lieux ou des expérimentations comme Longo Maï. Celles-ci méritent d'être découvertes mais surtout plus ouvertes au public et aux échanges avec l'extérieur comme peuvent l'être les tiers-lieux. Ces communautés doivent aussi s'essaimer un peu partout et dépasser les

frontières de leurs espaces communs afin que tout le monde puisse devenir familier d'une incarnation de la bifurcation socio-écologique.

d. L'écopsychologie au service des espaces communs

Cette partie relève d'une forme de diagnostic sensible que j'ai pu opérer lors de la formation DUESCO et qui s'est renforcée lors de notre visite chez Ressources Urbaines à Genève. J'ai mis en résonance ces problématiques avec les solutions et analyses de l'écopsychologie. Il s'agit donc d'un point de vue et d'une analyse personnelle, qui je l'espère, pourra apporter des pistes d'amélioration pour les espaces communs.

Travailler son ancrage

Il a fallu aux radicaux et aux idéalistes des années 1930 des décennies pour atteindre le cynisme de l'âge mûr requis pour capituler - et ils avaient l'honnêteté de le confesser publiquement. (...) des groupes d'action écologiste avaient déjà capitulé à la fin de leur prime jeunesse ou au début de la maturité - et ils écrivent des biographies remplies d'amertume à 25, 30 ou 35 ans, épicées de rationalisations pour expliquer leur reddition au statu quo.⁸⁴

Même pour les plus convaincus d'entre nous concernant la nécessité de bifurquer (ou de toute autre volonté de transformation du monde), il est souvent difficile de garder de l'espoir tant la tâche semble parfois insurmontable et les montagnes à déplacer beaucoup trop lourdes pour

⁸⁴ Lettre au mouvement écologiste, Murray Bookchin, "Pouvoir de détruire, pouvoir de créer - vers une écologie sociale et libertaire", Ed. L'échappée, 2019.

nos épaules. L'espoir est en effet au cœur de la problématique de nos déceptions, de nos désillusions et finalement de nos capitulations. L'espoir va de pair avec le désespoir. Espérer une quelconque réussite, c'est sombrer dans le désespoir lorsque le but n'est pas atteint. Ainsi Joanna Macy préfère le terme d'espérance.

L'espérance ici n'est pas à confondre avec l'espoir ou l'optimisme. L'espoir, en effet, est ce qui est attendu de l'extérieur : un événement, une personne, une intervention divine. L'espérance, en revanche, vient de l'intérieur. Elle jaillit du cœur profond, telle une aspiration à accomplir le non-encore-accompli de l'être, un élan pour faire advenir le non-encore-advenu de l'histoire. L'espérance est en cela intimement liée au processus de la personne qui grandit en humanité et réalise son potentiel, cosmique, humain et divin. Elle n'a rien à voir non plus avec l'optimisme. Car là où l'optimiste dit : «Cela va s'arranger», l'espérant affirme : «Je peux, à mon niveau, agir pour que les choses changent.»⁸⁵

On retrouve aussi cette idée de façon plus pragmatique chez Dennis Meadows :

« [...] peu importe à quel point la situation semble difficile, à chaque instant vous avez le choix entre différentes options. Certaines empireront la situation, d'autres l'amélioreront. Il n'y a aucun moyen de «résoudre» le problème du climat mondial, même avec les meilleures décisions. Mais on peut, de bien des façons, rendre l'impact du réchauffement

climatique beaucoup moins négatif pour soi et sa famille. Donc, si j'avais un conseil à donner, je dirais: ne vous occupez pas de choses que vous ne pouvez pas réparer, concentrez-vous sur celles pour lesquelles vous pouvez faire la différence.»⁸⁶

L'espérance c'est donc l'assurance au plus profond de soi que nos actions, qui s'ajoutent à tant d'autres, participent à un mouvement mondial qui un jour ou l'autre atteindra son but. Ce dézoom sur nos combats permet de nous voir comme un simple maillon d'une grande chaîne. Tout comme la construction d'un espace commun, c'est le collectif qui fait la force du projet. Cela est vrai pour tout combat politique, engagement citoyen ou professionnel, qu'il s'agisse d'écologie ou d'autres choses.

Cette façon de voir son action, nous permet de sortir de la vision de l'Homme occidental, maître de sa vie et de ce qui l'entoure. Elle nous permet aussi de refaire corps avec le social. A l'image des fourmis, nous sommes des êtres sociaux et nous avons donc besoin de nous comporter à nouveau comme tel. C'est ensemble que nous pouvons accomplir les plus grandes choses et donc ensemble que nous réussirons à accomplir la bifurcation socio-écologique. Se sentir comme un membre de la grande communauté humaine - qui peut passer par un collectif, une communauté, puis des interconnexions entre elles - nous fait aussi accéder à la justice sociale puisque comprendre l'importance de nos interconnexions amènent à sortir de nos logiques égoïstes.

⁸⁵ Michel Maxime Egger, Préface française de « L'espérance en mouvement », Joanna Macy et Chris Johnstone, Ed. Labor et Fides, 2018.

⁸⁶ Dennis Meadows, interviewé dans "Socialter - hors série numéro 12: L'écologie ou la mort". Son rapport de 1972 a raisonné comme un électrochoc dans le monde entier.



L'espérance invite donc chacun à “faire sa part” et doit être au cœur de nos ancrages personnels et collectifs. C’est bien cet ancrage dans l’espérance qui va nous permettre de trouver un but clair, de mettre du sens dans nos actions, qui va nous permettre de ne pas s’éparpiller et donc de ne pas s’épuiser (au niveau personnel et collectif). Ainsi il doit être travaillé dès le départ et sur toute la durée d’un projet, en tant qu’individu mais aussi sur le plan collectif, puisqu’il peut être vu comme une boussole pour nos actions. Cela est clairement expérimenté à travers le Travail Qui Relie. Il serait donc intéressant de le renouveler (en totalité ou de manière partielle grâce à des exercices choisis) de façon récurrente dans les espaces communs.

S’ancrer dans l’espérance, en particulier quand on la regarde par le prisme du TQR, c’est s’ancrer dans la relation aux autres, dans la gratitude, dans la joie et donc dans l’amour. Certains de ces éléments se retrouvent déjà dans les espaces communs notamment avec la volonté d’avoir des moments partagés, de joie, des fêtes (etc.), des rapports bienveillants et inclusifs les uns avec les autres mais ils mériteraient d’être renforcés, travaillés régulièrement et pris en compte de façon aussi importante que peut l’être le lancement d’un événement. Cet ancrage, si l’on veut durer dans le temps et incarner un changement (pas seulement le souhaiter ou promouvoir), est primordial.

A travers l’espérance, on transforme le paradigme mortifère du clivage en paradigme médecine de l’interdépendance.

L’ancrage ne se joue pas seulement au niveau d’un bien-être collectif et individuel, il doit aussi être retravaillé à un niveau plus pratique à travers le diagnostic du territoire. Cet élément essentiel au démarrage d’un espace commun permet de dresser “un état des lieux des différents

problèmes, forces, faiblesses, attentes, enjeux économiques, sociaux, environnementaux, démographiques [à travers le recueil de] données quantitatives et/ou sensibles⁸⁷”. Grâce à l’écopsychologie, on peut aller plus loin dans ce diagnostic en le prenant véritablement comme une manière de guérir nos sociétés humaines y compris dans leur relation à leur territoire.

Chalquist en déduit l’importance de tracer une «psychocartographie» des espaces, incluant des données non seulement géographiques, mais aussi sur l’histoire, la géologie et le climat, les infrastructures et les représentations artistiques, les problèmes écologiques et sociaux qui les affectent. Cela permet de mieux comprendre ce qui nous re-lie à tel lieu, mais aussi ce qu’il attend de nous et ce dont il a besoin, ce qu’il signifie pour nous, la manière dont nous y habitons et l’investissons. Une telle démarche permet de réenchanter la nature, «redonner une âme à notre relation au monde, lieu par lieu».⁸⁸

Cette manière de repenser le diagnostic du territoire en incluant une psychocartographie des lieux permet d’aller plus loin car elle peut mettre le doigt sur les raisons de telles ou telles problématiques et donc d’y répondre plus en profondeur. Elle permet aussi de remettre l’autre qu’humain (nos paysages, le vivant dans son ensemble et nos défunts) et le soin au cœur de la construction de nos espaces communs. Les traumatismes issus des guerres, des catastrophes climatiques ou sociales ont toujours des incidences sur les individus, les familles et

⁸⁷ Marie Fisher - Mémoire DUESCO : “Le diagnostic de territoire: Un outil d’accompagnement aux projets d’espaces communs”

⁸⁸ Michel Maxime Egger dans « Soigner l’esprit, guérir la Terre - Introduction à l’écopsychologie », Ed. Labor et Fides, 2022.

donc sur les territoires, même longtemps après, et ce tant que ces traumatismes n'ont pas été accueillis et transformés. De la même manière on a vu précédemment que la géographie ou le climat ont une incidence sur les manières d'être ou de vivre des populations, il est donc primordial de les comprendre pour y répondre d'une façon adaptée.

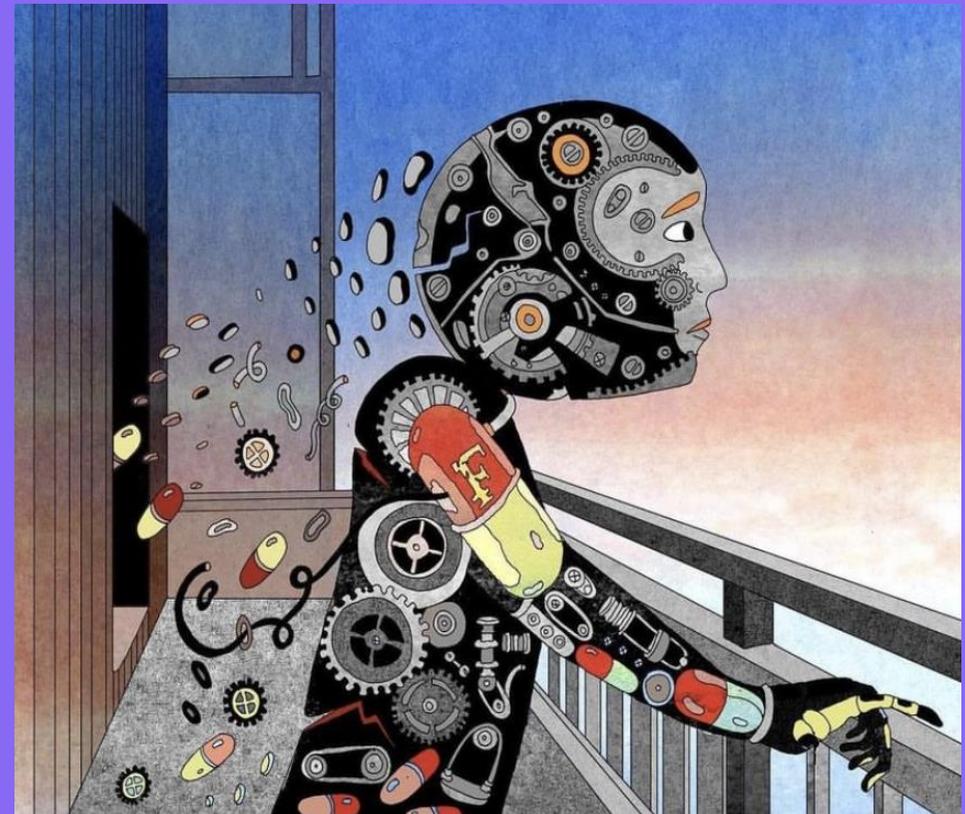
Cette idée d'une guérison des traumatismes transpersonnels est d'ailleurs développée par le Dr Emmanuel Contamin, psychiatre spécialiste des chocs post-traumatiques, dans son livre "Les 5 cercles de résilience". Dans celui-ci, il théorise que la résilience n'est pas seulement individuelle, elle est aussi familiale, collective, nationale et écosystémique. Toutes ces résiliences sont liées et s'influencent mutuellement conduisant à une résilience globale et vertueuse dès lors que l'une d'entre elles est améliorée.

Retrouver un rythme naturel

Dans les espaces communs (mais aussi dans l'ensemble de la société en France et dans l'occident), les burn-out sont devenus monnaies courantes. Ils explosent même à en croire les chiffres de 2022 : en France 41% des salariés seraient en détresse psychologique, 34% en burn-out (x3 en 2.5ans) et 2.5 millions de salariés seraient même en burn-out sévère dans notre pays⁸⁹. Chez nos voisins les chiffres ne sont pas meilleurs : +66% de burn-out en Belgique en 3 ans, +50% d'arrêt de travail en 10 ans en Suisse dont 6 cas sur 10 sont dus à des burn-out ou dépressions, dans le monde (occidental) plusieurs études ont été conduites et montrent des taux de burn-out qui se situeraient autour de 50%.

Si les raisons des burn-out sont multiples, elles sont en tout cas le symbole d'un monde poussé à bout, qui s'accélère et qui va à l'encontre du bien-être des êtres vivants; l'OMS qualifie même le stress de "fléau du monde occidental".

Dans les espaces communs que nous avons pu visiter ou parmi les discussions du groupe apprenants, plusieurs facteurs m'ont paru être responsables des burn-outs dans nos espaces.



⁸⁹ <https://empreintehumaine.com/wp-content/uploads/2022/07/BT10-Infographie-1-1.pdf>

1. La notion de temporaire

Dans les projets d'urbanisme temporaire, les espaces communs sont soumis à une durée d'occupation assez courte durant laquelle ils doivent aménager des espaces et créer un modèle économique fonctionnel pour, au minimum, payer les équipes et les charges voir gagner de l'argent pour la structure qui porte le projet.

Cette notion même de temporaire impose aux équipes un rythme qui peut vite devenir infernal tant la pression financière, de l'ouverture du lieu et de sa bonne marche pour maintenir un équilibre précaire peut devenir centrale. Celles-ci peuvent focaliser toute l'attention et mettent de fait l'ensemble de l'équipe et du projet dans un rapport d'insécurité. Cela peut se retrouver dans des angoisses personnelles (manque de vision de son futur professionnel, actions professionnelles inabouties ou bâclées, surmenage, perte de sens...) et/ou collective (orientation des efforts sur des activités très rémunératrices au risque de perdre le sens du projet, pression managériale, manque de temps alloué à l'humain et au territoire, démissions chroniques...).

Bien sûr les burn-out ne se retrouvent pas que dans les structures temporaires mais il est beaucoup plus simple de construire un modèle économique multi-activités en prenant son temps et de sortir d'une temporalité d'urgence lorsqu'il y a la sécurité d'un lieu et lorsque le collectif et donc l'équipe se professionnalise/salarie au fur et à mesure. En cela, la notion de temporaire suscite un facteur aggravant car elle amplifie le paradigme mortifère du temps linéaire et productiviste (déjà présent dans la société) en le concentrant : un temps court durant lequel toutes les énergies doivent être dédiées à la réussite du modèle justifiant toutes les irrégularités de travail et manques de soin portés aux équipes.

La roue médecine nous renvoie vers une transformation en retrouvant un temps cyclique et naturel. Il faut alors s'extraire d'un monde linéaire, productiviste avec des temps de travail, de sommeil, de loisir ou de repas dictés par une norme sociale ou plutôt un bon fonctionnement de la société. Le but est surtout de se défaire des injonctions à "faire et produire" en permanence qui conduisent irrémédiablement au burnout puisqu'il n'y a plus de temps de pause pour reprendre sa respiration et rassembler ses idées - du temps vu comme perdu et oisif pourtant nécessaire à la réalisation sereine et réfléchie de toutes entreprises.

Ainsi, il faudrait développer un projet, des activités et donc assembler une équipe au fur et à mesure, lentement de façon organique, à la manière d'une spirale qui s'élargit. Maîtriser un cercle puis essayer autre chose, prendre le temps, faire avec l'énergie présente en nous (individu et collectif) et à l'extérieur.

On pourrait aussi prendre pour appui les saisons, avoir donc des temps de travail, rythmes et activités différentes en fonction de celles-ci mais aussi en faisant preuve de sobriété dans nos actions comme nous allons le voir dans le point 2.

Une autre possibilité, incarnée par les squats de Genève des années 80/90 et dans les coopératives Longo Maï, est d'abolir la notion même de coupure entre la vie privée, le travail et le politique. L'une n'étant pas plus importante que l'autre, puisqu'elles sont toutes nécessaires à "la Vie", c'est nos manières de vivre qui seraient complètement transfigurées.

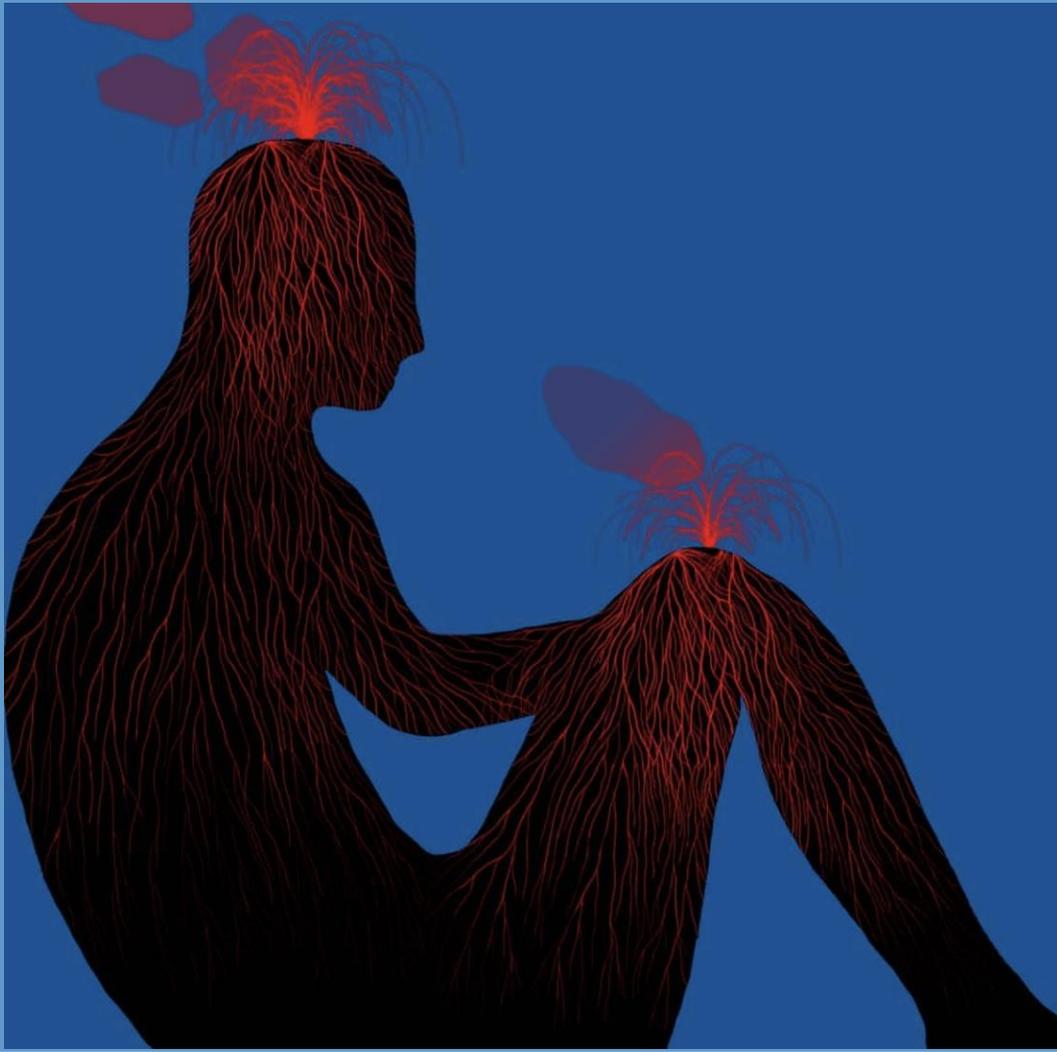
2. Des appels à projet / projets trop ambitieux

En France, les appels à projet proposés notamment par les mairies ou collectivités dans des zones de tension urbaine, conduisent à une course et une compétition entre les répondants et donc à l'élaboration de projets de plus en plus ambitieux, qui comportent une multitude d'activités et services. Cela se fait malheureusement au détriment des

équipes qui s'épuisent, des salaires, de la qualité des actions et donc in fine du projet dans son ensemble.

On voit là le paradigme des ressources illimitées et inépuisables et celui de la réification se mettre en place, faisant des corps humains, de notre temps, nos vies, nos idées, de simples choses à presser et utiliser, interchangeables, dans un marché mue par la concurrence.

La problématique de l'ambition se retrouve aussi dans la taille des projets ou des structures y répondant. Créer des espaces communs,



c'est faire ensemble l'expérience d'une micro-société. Ainsi, si l'on reprend Rousseau, les parties prenantes de ces espaces doivent (toutes) être présentes sur place et connaître l'ensemble des individus pour que cela fonctionne. Lorsqu'une distance se crée entre la structure porteuse, les dirigeants, les équipes et les usagers, le projet prend l'eau puisque les priorités quotidiennes de chacun ne sont plus les mêmes. Le lien et la communication entre tous est en effet une nécessité pour qu'un espace commun fonctionne, plus la chaîne s'allonge, plus le contact entre chaque maillon est faible et plus on recommence à vivre dans une réalité hors sol. Cela amène à des problèmes de gouvernance, de management, de réification des équipes qui deviennent à nouveau des "ressources interchangeables" comme peut le montrer parfois des hauts taux de turnover sur des postes ou dans des structures.

Il est donc nécessaire si l'on veut inverser ce paradigme de remettre le soin et les équipes au cœur, et ce dès la naissance d'un projet. Il faut définir un modèle économique, les postes, les salaires, les activités à partir d'une capacité saine et d'un environnement de travail sain des équipes et non l'inverse au risque de reproduire les souffrances humaines du système néo-libérale actuel et donc de participer à celui-ci.

A Genève, la coopérative Ressources Urbaines a très bien illustrée cela en choisissant volontairement de limiter ces activités à la seule location d'espaces pour artistes. En ce sens, faire moins mais faire mieux est vraiment un mantra à appliquer dans nos espaces communs mais aussi à nous-mêmes. Prendre soin et faire preuve de sobriété (joyeuse) n'est pas que l'apanage du collectif, c'est aussi nécessaire de remettre cette thématique dans la tête de chaque individu. Une surcharge de travail est en effet parfois ce que l'on s'impose par manque d'écoute de soi-même, par peur de déléguer, par habitude sociale, par ego... Travailler sur ces sujets de manière collective et personnelle est donc indispensable; cela

peut se matérialiser par des ateliers, des règles, des jeux (etc.) qui auront pour but de réfléchir aux thématiques du soin (pour soi et les autres) et de la sobriété dans nos actions et projets.

Cette sobriété peut aussi devenir source de création, d'éducation et de politisation; c'est l'exemple des années squats de Genève. Pendant plus de 20 ans, des jeunes ont construit, appris, monté des projets, expérimenté et créé par eux même, cela les a conduit à développer de nombreux savoirs faire mais surtout à être des adultes responsables, autonomes, audacieux, conscients de leur capacité d'agir et profondément politisés. En s'inspirant de ces exemples nous pourrions ainsi recréer des "zones de squat" dans nos espaces communs qu'on pourrait appeler "zone de création libre". Ainsi au lieu de créer des bars, des boutiques, des studios (etc.) et d'embaucher des équipes surchargées (qui pèsent également sur le modèle économique), nous pourrions laisser le champ libre à ceux qui le souhaitent de s'essayer. Bien sûr il conviendrait au collectif de définir des règles convenables pour l'ensemble des parties mais de telles zones pourraient amener à créer de véritables synergies entre occupants et mener à plus d'autonomisation comme on a pu le voir à la MACO à Genève.

3. Gouvernance partagée

Travailler en gouvernance horizontale ou en autogestion au sein d'un collectif est une pratique à apprendre et à accompagner. Notre société telle qu'elle se présente aujourd'hui ne fonctionne pas comme cela puisque nous avons plutôt été éduqués à la compétition et aux pouvoirs verticaux; sauf parcours particuliers hors des cadres, nous avons donc tout à apprendre. Cela constitue en soi un projet (peut être même le plus intéressant) et doit donc, même s'il ne rapporte pas d'argent, être considéré comme tel.

De nombreux outils d'intelligence collective existent déjà, développés dans les structures militantes, les associations, par des universitaires ou des organismes comme "fertiles"⁹⁰. Ils sont déjà repris et utilisés par les espaces communs. Pourtant, véhiculer des notions comme la bienveillance et l'inclusion ne suffit pas, ces outils ne doivent pas être réduits à cela mais constituer un moyen de transformation intérieure sur les plans individuel et collectif et donc politique.

En cela, il est nécessaire de mettre en place des règles, des moyens de gestions, ses propres "institutions" pour veiller aux respects et au bon fonctionnement de ces outils. Ils ne doivent néanmoins pas devenir dogmatiques et vecteur d'exclusion pour ceux qui transigeraient à ces nouvelles règles mais plutôt vu comme des instruments d'accompagnement à la transformation.

Une attention particulière doit aussi être portée sur l'accueil des émotions vues comme "négatives" que celles-ci portent sur des conflits interpersonnels, des problématiques collectives ou personnelles. Des temps devraient être dédiés régulièrement à leurs accueils et résolutions (lorsque cela est possible). Cela peut se faire de manière collective, en petit groupe ou de façon individuelle.

A la "Base Marseille" créée par Alternatiba, le collectif a créé un groupe BEM (bien-être militant) dont les membres tournent régulièrement (puisque ce sont des postes qui peuvent être très fatigants émotionnellement). Celui-ci est dédié à la résolution des conflits, à la diffusion et au maintien "d'une culture de dialogue et de bienveillance, prévenant et accompagnant le mal-être"⁹¹. De telles initiatives sont à reproduire partout dans nos lieux et doivent être prises avec le plus grand des sérieux, ce qui implique une volonté collective tournée vers l'amélioration des liens et de l'agir en commun.

⁹⁰ <https://fertiles.co/>

⁹¹ <https://labasemarseille.org/notre-fonctionnement>

Enfin, travailler de manière collective tout en prenant soin des uns des autres peut être très drainant nerveusement, émotionnellement et socialement. Nos projets, puisqu'ils sont dédiés aux communs nécessitent de voir du monde souvent, de dialoguer tout le temps, de travailler son empathie et de se remettre en question régulièrement. Ainsi pour réaliser tout ça, tout en gardant son ancrage et une vision claire, il est primordial de s'octroyer des temps de pause relationnelle, d'écouter ses propres rythmes et de sortir des attentes sociales; cela peut également correspondre à des outils à mettre en place de manière collective.

4. L'environnement

On a pu le voir précédemment, l'endroit dans lequel on grandit, évolue, travaille et vit a une très grande influence sur notre bien-être et donc nos manières de fonctionner. Les environnements urbains, bétonnés, artificialisés, de part leur éloignement de notre milieu symbiotique naturel, leur bruit (la surexploitation de nos sens en général) et leur vitesse, mais aussi comme lieux de symbole de la société néo-libérale actuelle (puisque ce sont des endroits où tout se consomme), sont maltraitants pour nos corps et notre psyché humaine. Ils sont, en ce sens, symboliques des paradigmes mortifères de l'occident. La ville est donc un environnement très difficile pour utiliser la roue médecine puisque cela va à l'encontre même de la construction urbaine. Alors que faire ?

Une première réponse serait d'essayer de faire au mieux en améliorant les points précédemment évoqués : faire preuve de sobriété dans les projets et actions, d'aider à la conscientisation des paradigmes mortifères, de mettre véritablement au premier plan l'importance du soin, mais aussi et surtout de travailler sur la reliance entre les personnes. Ce dernier point est une première étape pour repenser les choses de



manière collective (recréer un corps social), trouver de la force (ancrage dans l'espérance) et pour se relier à l'autre qu'humain (vision écocentree du monde).

Ensuite, si les villes (dans leur état actuel) ne peuvent incarner, en raison de leur environnement, de leur construction et de leur symbolique, des lieux où créer des espaces communs basés sur une démarche écoppsychologique, elles peuvent en revanche éveiller les consciences des citoyens et les familiariser à ce nouveau projet de société. Les espaces communs urbains sont en cela nécessaire à la grande bifurcation socio-écologique que le réchauffement climatique nous impose. Ce sont des ponts, des passerelles, avec des lieux en ruralité qui incarnent (ou sont en chemin vers) cette bifurcation. Il est ainsi vital de créer des programmes, des échanges, de l'entre-aide entre ces espaces. Par exemple venir se ressourcer en ruralité avant de repartir mener des combats militants en ville, apprendre à travailler la terre, à construire sa maison pour aller vers l'autonomie. A contrario le milieu urbain peut être un formidable lieu de déconstruction notamment social et de bouillonnement d'idées puisqu'il est facile de croiser des personnes de tous horizons. Les citoyens peuvent amener de nouvelles façons de penser, plus d'ouverture à la ruralité qui est parfois un peu moins au fait des dernières évolutions culturelles et sociétales (par exemple on peut penser à la question des droits LGBT, du genre, MeToo etc.).

Ainsi, si la ruralité offre une réelle chance à la bifurcation socio-écologique incarnée par des communautés d'entre-subsistance et par la possibilité de reconnexion à la Terre, la ville contient en elle les forces motrices de cette transformation à travers la population et les combats sociaux qu'elles mènent.

Ces ponts à créer, ne répondent pas seulement à un objectif politique mais sont bien un moyen, pour les espaces communs et les individus qui les traversent, de guérison et donc de transformation du monde.

Remettre du sens

Enfin, un dernier point me semble important à soulever, celui du sens, de la radicalité de nos actions et donc de l'alignement. Comme nous l'avons vu précédemment, si les espaces communs sont toujours construits autour des besoins d'un territoire ou d'une thématique chère à un collectif, il n'y a pas forcément d'analyse, de réflexion et de compréhension collective portant sur les raisons profondes de ces problématiques. Avoir une vision politique collective à poser sur nos actions est pourtant nécessaire pour trouver un sens à notre travail. Au-delà du sens, cela est aussi important pour éviter les phénomènes d'épuisement : répondre aux symptômes sans jamais essayer de changer les choses et donc sans guérir les causes de "la maladie" c'est se retrouver dans le mythe de Sisyphe.

Ici se présente donc le paradigme mortifère du dualisme et du réductionnisme qu'il faut transformer en paradigme médecine d'unification à travers une vision systémique, holistique et complexe. Sortir de nos dissociations pour unifier nos luttes, nos moyens, un alignement corps-cœur-esprit pour les individus ou pensée-message-actions/incarnation pour nos espaces communs, unifier l'humanité tout simplement dans cette lutte pour la bifurcation. Cela ne veut surtout pas dire uniformisation. Dans la nature, c'est la diversité qui fait la force d'un écosystème, nous devons ainsi faire de même en entretenant nos diversités d'actions, de solutions et nos particularités propres à nos territoires et nos personnalités. C'est par la diversité des actions de l'ensemble de nos espaces, tous tournés vers un même horizon - celui

de la bifurcation socio-écologique, que nous déplacerons des montagnes.

Ainsi, l'écopsychologie n'offre pas seulement une possibilité de convergence des luttes en identifiant une racine commune aux

problématiques écologiques et sociales, elle permet surtout d'avoir des moyens communs de transformation, à travers sa compréhension psychologique profonde.



Conclusion

Ce travail était motivé par l'idée de faire des espaces communs des points de départ à la bifurcation socio-écologique. Des alternatives crédibles et inspirantes où tester, incarner et proposer des solutions pour transformer la société. Ces espaces sont en effet particulièrement intéressants pour l'opérer. D'un côté elle leur est nécessaire pour survivre à l'explosion des crises en cours et à venir (et pour contribuer à la survie de l'humanité) et de l'autre, ils sont peut être les mieux placés, de par leur construction, leur gouvernance, leur taille, leur proximité avec leur territoire et les activités qu'ils proposent pour la faire émerger. Il est donc crucial que les espaces communs s'emparent véritablement de la bifurcation socio-écologique.

Avant toute chose, il faut d'abord se mettre d'accord et remonter à la racine du problème écologique pour la nommer et ne pas s'arrêter uniquement sur les conséquences (comme le réchauffement climatique); une étape nécessaire pour comprendre et donc transformer efficacement notre monde. En cela, l'écopsychologie nous permet de faire une analyse profonde de l'origine des maux écologiques, psychologiques et sociaux de notre civilisation qu'elle relie. Cette origine se trouve dans la séparation que l'Homme (occidental) a opérée avec son milieu de vie - qu'il appelle désormais "nature". Cette déconnexion s'est renforcée avec l'avènement d'une vision mécaniste, linéaire, dualiste et réductionniste d'un monde aux ressources inépuisables depuis laquelle a émergé notre société actuelle : capitaliste, concurrentielle, consumériste, colonialiste, productiviste, extractiviste et patriarcale. Notre civilisation et donc les individus qui la composent sont désormais malades : amputés d'un développement sain et complet de leur être puisque coupés de leur milieu naturel, addictes à

la consommation, esclaves du temps, emprisonnés dans des sentiments négatifs (peur, culpabilité, déni...), hors sol, ils se comportent comme une maladie auto-immune de la Terre.

Si l'on veut bifurquer, il faut donc remettre en question notre système entier (psychologique, spirituel, politique, économique, culturel...) de façon radicale et sortir de tous les paradigmes mortifères sur lesquels il s'est construit pour les transformer en paradigme médecine avec des mots comme reliance, reconnexion, régénération, réenchantement ou réensauvagement. L'écopsychologie nous offre en ce sens de multiples solutions aussi appelées écothérapies qui propose d'opérer un mouvement de transformation qui part de l'intérieur vers l'extérieur - se transformer soi-même pour transformer le monde. Si cela est valable pour les individus, ça l'est aussi pour nos espaces communs vis à vis du reste de la société. Au-delà de sa visée thérapeutique, l'écopsychologie a donc pour but d'opérer un changement politique radical en rompant avec des idées comme la croissance ou le progrès qui guide l'idéologie néo-libérale et donc notre civilisation.

Cela passe par une implication pour les espaces communs dans les 3 piliers de transformation sociale (éducation populaire, création d'alternatives, combat politique). Cette implication doit se faire avec la nécessité de remettre le vivant (tout le vivant - des Hommes, aux végétaux, en passant par l'eau ou la terre...) au centre, de relier nos problématiques sociales, de santé, d'éducation (etc) aux enjeux écologiques. Cette vision holistique, systémique et interreliée est essentielle à la bifurcation socio-écologique et au cœur de la démarche écopsychologique.

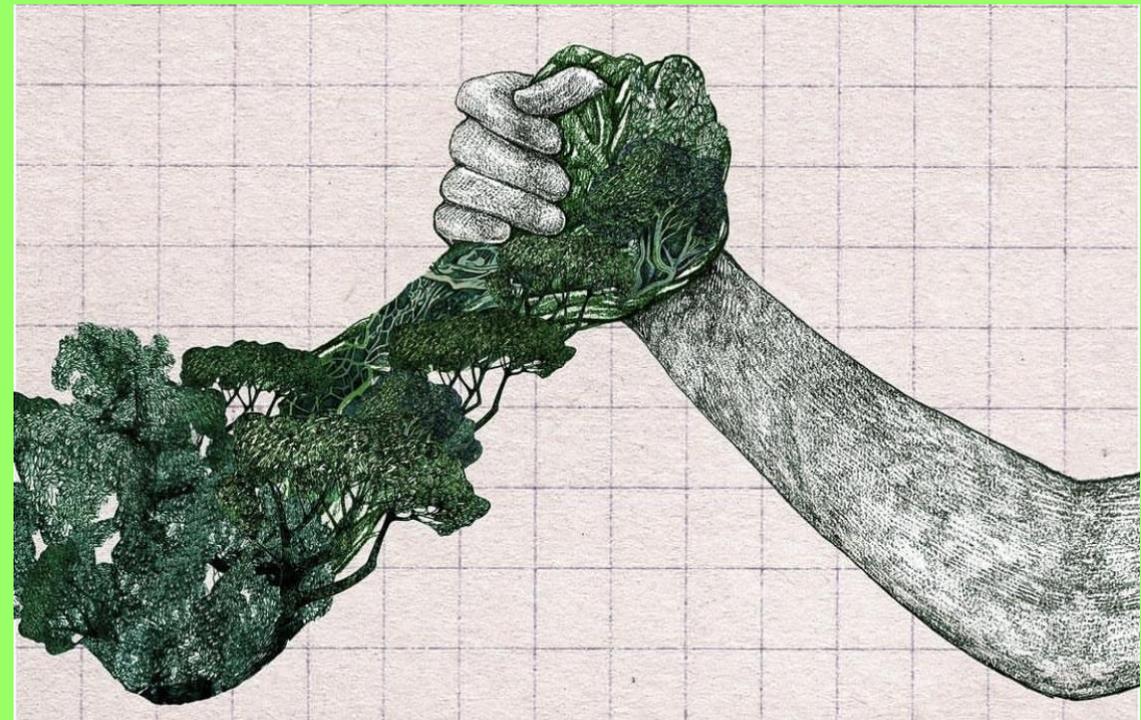
Les maux de la Terre sont le reflet de nos maux civilisationnels. Ces 3 piliers doivent donc être menés avec la volonté de nous réinscrire dans un monde vivant et non de vouloir construire, améliorer et faire perdurer un système mortifère.

Pour ce faire, la solution proposée ici est de créer des espaces communs d'entre-subsistances, ouverts vers l'extérieur mais indépendants du système capitaliste, ancrés dans les territoires (et donc tous uniques), interreliés (vision du Tout-Monde), autonomes (à l'échelle d'une petite communauté), construits et gérés de façon collaborative et bien sûr écologique. De tels espaces seraient véritablement capables de porter en eux la révolution que nécessite la bifurcation socio-écologique. Ils permettent en effet en quittant le système capitaliste non seulement d'en être libre mais aussi de guérir la relation des humains entre eux et avec la Terre. Ils favorisent l'empowerment des individus, le sentiment d'utilité sociale, offrent un sens plus noble à nos vies à travers la protection d'un territoire et l'épanouissement d'une communauté, travaille sur la réappropriation des savoirs, la reconnexion et reliance à la Terre à travers la (re)découverte de son habitat et amène chacun à se réapproprier les outils démocratiques et donc le politique. Enfin, ces communautés étant construites sur la volonté d'éliminer les rapports de dominations et d'aliénations par l'autonomie et la collaboration, leur démarche est ancrée de fait dans la justice sociale.

Si la création de tels lieux n'est pas toujours possible (notamment en ville), il est nécessaire de porter cette idée et de créer des ponts entre des lieux d'entre-subsistance incarnant la bifurcation socio-écologique et d'autres qui travaillent à la prise de conscience et la préparation de

celle-ci. C'est à travers une vision commune, holistique et interreliée visant à la guérison de notre lien à la Terre.

Dans tous nos espaces communs, on peut donc d'ores et déjà prendre conscience sur le plan individuel et collectif de nos implications dans les paradigmes mortifères puis travailler à leurs guérisons en utilisant la roue médecine. Il y a un réel besoin d'éveiller les consciences sur ce sujet que ça soit à l'intérieur de nous-mêmes ou des espaces communs comme à l'extérieur (usagers/public). Ce travail est très important puisque la bifurcation socio-écologique est véritablement un travail de guérison civilisationnelle.



Crédits Illustrations

Victoria Dorche



Raphaëlle Macaron



Alice Wietzel



Lola Tinnirello



Lucille Clerc



Jean Mallard



Jeanne Macaigne



Sébastien Pastor



Celine Molina



Marie Quilvin



Bibliographie

1. “Les métropoles barbares”, Guillaume Faburel, Ed. le passager clandestin, 2020.
2. “Governing The Commons”, Elinor Ostrom, 1990.
3. “The Great Good Place”, Ray Oldenburg (1989, 1991).
4. “Les mots des Espaces communs”, Michaël Gozlan, DUESCO Mémoire, 2023.
5. “Green Psychology”, Ralph METZNER, Park Street Press, 1999.
6. “Socialter - hors série numéro 12: L'écologie ou la mort”, Hiver 2021-2022
 - Dennis Meadows, “nous entrons dans une période d'explosion des crises”
 - 200 ans de luttes environnementales
 - Catherine Larrère, “L'écologie ne peut se contenter d'être scientifique”
 - Camille Etienne, “L'écologie ou la mort”
 - Alertes rouges
 - La sixième extinction
 - Décroissance
 - Ecosocialisme
 - Ecologie Sociale
7. Lettre au mouvement écologiste Murray Bookchin, “Pouvoir de détruire, pouvoir de créer - vers une écologie sociale et libertaire”, ed. l'échappée 2019
8. Mémoire DUESCO Maud PICART, 2023 : “Tiers-lieux ruraux : quel modèle économique ? Entre désir de pérennisation et phénomène d'institutionnalisation”.
9. Theodore ROSZAK, “The Voice of the Earth”, 1992.
10. Michel Maxime Egger, “Soigner l'esprit, guérir la Terre - Introduction à l'écopsychologie”, Ed. Labor et Fides, 2022.
11. Chellis Glendinning, “ My Name is Chellis & I'm in Recovery from Western Civilization”, Boston, Shambhala Publications, Inc., 1994.
12. Andy Fisher, “Radical Ecopsycology”
13. Leslie E. Sponsel, “L'écologie spirituelle”, 2012.
14. « L'espérance en mouvement », Joanna Macy et Chris Johnstone, Ed. Labor et Fides, 2018
15. Socialter hors série numéro 13 : “Comment nous pourrions vivre”, été 2022.
 - Entretien avec Geneviève Pruvost, “Vivre est un métier”
 - “Nous ne sommes pas partout chez nous”
 - “L'écologie et l'Australie : à la vie à la mort”
 - Entretien avec Aurélien Berlan, “ Nous sommes totalement à la merci des grandes industries qui nous nourrissent”
 - Entretien avec Francois Noudelmann “Agir dans son lieu, penser avec le monde”
 - “Longo Maī, pourvu que ça dure” - entretien avec Bertrand Louart, “Saper la méga-machine”
16. Édouard Glissant, “Poétique de la Relation”, Gallimard, 1990,
17. Édouard Glissant, “Introduction à une poétique du divers”, Gallimard, 1996
18. Socialter Hors-Série numéro 8 : “Le Réveil des Imaginaires”, avril-mai 2020.
 - Baptiste Morizot “Nous sommes le vivant qui se défend”

19. Lester R. BROWN, «Ecopsychology and the Environmental Revolution », in : Ecopsychology, p. Xvi.
20. James HILLMAN et Michael VENTURA, Malgré un siècle de psychothérapie, le monde va de plus en plus mal.
21. Arne Naess, « Écologie, communauté et style de vie », 1974.
22. Mary E. GOMES et Allen D. KANNER, «The Rape of the Well-Maidens », in : Ecopsychology, p. 111.
23. Paul SHEPARD, "Retour aux sources du Pléistocène", traduction Ed. Dehors, 2013.
24. Maxime Michel Egger, "La Terre comme soi-même", Ed. Labor et Fides, 2012.
25. Recommandation du GIEC, mars 2023.
26. Édito du mémoire session focus de Louis Péniisson et Céline De Mil : Aménagement du territoire au prisme de la bifurcation socio- environnementale.
27. Camille Étienne, "Pour un soulèvement écologique : dépasser notre impuissance collective", Ed. Seuil, 2023.
28. <https://www.ademe.fr/les-futurs-en-transition/les-scenarios/>
29. Jacques Chirac, 2002, 4e Sommet de la Terre.
30. Françoise Vimeux, C dans l'air, France 5, 18 juillet 2022 .
31. Rosemary RANDALL, Fragile Identities and Consumption : The Use of "Carbon Conversations" in Changing People's Relationship to "Stuff", in : *Vital Signs*
32. Nick Totton, "Wild Therapy", 2011.
33. E. Delrieu "Burn out de la terre et des humains" (2024), en cours d'édition.
34. "Les vertues de la petite taille", article publié dans le n°39 de Socialter : « Tout le pouvoir au local»», février-mars 2020.
35. Joackim Rebecca, Conférence 2 "Vous avez dit éducation populaire ? ", "Trajectoires politiques du XXIe siècle : démocratie, citoyenneté, participation".
36. Lucas Pattaroni, "La contre-culture domestiquée - art, espace et politique dans la ville gentrifiée", 2020, Ed. Metis Presses.
37. Atelier paysan, "Reprendre la terre aux machines", Le Seuil, 2021.
38. Traité du Tout-Monde, Édouard Glissant, Gallimard, 1997.
39. Geneviève Pruvost, "Quotidien politique, féminisme, écologie, subsistance", Ed. La découverte, 2021.
40. Axel Honneth, "La théorie de la reconnaissance. Une esquisse", Revue du Mauss, vol.1, numéro 23, 2004.
41. Pablo Servigne et Gauthier Chapelle, "L'entraide, l'autre loi de la jungle", 2017
42. "Cooperation versus competition : an evolutionary perspective" de The Permaculture Research Institute.
<https://www.permaculturenews.org/2017/09/22/cooperation-versus-competition-evolutionary-perspective/>
43. Pierre Kropotkine, "Mutual Aid: A Factor of Evolution", 1902
44. "Terre et Liberté: la quête d'autonomie contre le fantasme de la délivrance", Aurélien Berlan, Ed. La lenteur, 2021.
45. Dr Emmanuel Contamin, "Les 5 cercles de résilience", Ed. Larousse, 2021.
46. <https://empreintehumaine.com/wp-content/uploads/2022/07/BT10-Infographie-1-1.pdf>

Merci.

