

**Faculté des sciences économiques,
sociales, politiques et de communication
École des sciences politiques et sociales (PSAD)**

Appartenir à la Toile du vivant

Ateliers de Travail qui relie en cercles de femmes

Auteure : Estelle Ryelandt
Promotrice : Anne-Marie Vuilleminot
Lectrice : Julie Hermesse
Année académique 2020-2021
Master [120] en anthropologie, à finalité approfondie

Je déclare sur l'honneur que cette monographie a été écrite de ma plume, sans avoir sollicité d'aide extérieure illicite, qu'elle n'est pas la reprise d'un travail présenté dans une autre institution pour évaluation, et qu'elle n'a jamais été publiée, en tout ou en partie. Toutes les informations (idées, phrases, graphes, cartes, tableaux, ...) empruntées ou faisant référence à des sources primaires ou secondaires sont référencées adéquatement selon la méthode universitaire en vigueur.

Je déclare avoir pris connaissance et adhérer au Code de déontologie pour les étudiants en matière d'emprunts, de citations et d'exploitation de sources diverses et savoir que le plagiat constitue une faute grave.

Remerciements

Ma reconnaissance va d'abord à Anne-Marie Vuilleminot, qui a accepté de promouvoir mon mémoire, pour ses conseils et son suivi.

Je remercie Catherine et Jean-Baptiste pour leur relecture approfondie et leur soutien.

Merci également à Aurore, Marco et Adrien pour leurs encouragements et leurs précieux conseils tout au long du processus d'écriture.

Merci enfin et surtout à Aline et à mes « co-TQRIennes », de m'avoir accueillie, d'avoir répondu à mes questions et de m'avoir soutenue dans mon travail. Un merci particulier à Barbara pour nos longues discussions et réflexions à propos du Travail qui relie.

Table des matières

Introduction	6
Méthodologie	8
Posture et limites	9
Plan et intentions	11
Chapitre 1 : Qu'est-ce que le « TQR » ?	14
1.1. Une explication collective	14
1.2. Le Travail qui relie expliqué par Aline	15
1.3. Une journée de TQR	17
1.4. Thèmes et principes du TQR, dans les mots du terrain	22
1.5. Les actrices du terrain	28
1.5.1. La facilitatrice	28
1.5.2. Les participantes	29
1.5.3. Un cercle de femmes	31
Chapitre 2 : Agir avec le désespoir	34
2.1. L'individu aux prises avec des enjeux globaux	34
2.2. Le TQR au croisement de courants de pensée écologistes	36
2.3. L'écosystème de la transition : combiner les modes d'engagement	38
2.3.1. Écologie profonde	40
2.3.2. Écopsychologie	41
2.3.3. Écoféminisme	44
2.4. Trois piliers	48
2.5. Les valeurs du Changement de cap	51

Chapitre 3 : Reliance au vivant et ritualisation	53
3.1. Magie et rituels New Age et néopaïens : définitions	56
3.1.1. La « nébuleuse mystique-ésotérique »	56
3.1.2. Le rituel New Age et néopaïen selon Michael Houseman	58
3.2. L'importance de l'esthétique	60
3.3. Ouverture à une pensée magique	61
3.4. Rapport à la Terre	63
3.5. Rapport au corps	67
3.6. Bricolages et exotisme	68
 Chapitre 4 : Pratiques rituelles	71
4.1. Ouverture et clôture du cercle : le rituel du Tapis rouge	72
4.2. Honorer collectivement la peine : le Mandala de la vérité	73
4.3. Des rituels personnalisés	76
4.4. Magie comme transformation de la conscience et efficacité des rituels	81
 Chapitre 5 : « Un avant et un après »	85
5.1. Faire ses récoltes et formuler ses élans de vie	87
5.2. S'initier et raconter	88
 Conclusion	93
Lexique	96
Annexe : chants	100
Bibliographie	102

Introduction

Le Travail qui relie est un processus en quatre phases – s’ancrer dans la gratitude, honorer sa peine pour le monde, changer de vision et aller de l’avant – développé par l’auteure et activiste américaine Joanna Macy dans les années 1980. Le sociologue Michel Maxime Egger, qui organise lui-même des ateliers de Travail qui relie, le décrit comme « une méthodologie très riche de transformation personnelle et collective, adaptable à toutes sortes de contextes et de publics », qui se présente « comme une spirale qui se déploie organiquement selon quatre temps formant un tout » (Egger, 2015 : 248).

C’est l’envie d’ethnographier un *cercle de femmes** se revendiquant comme *écoféministes** et/ou sorcières *néopaïennes** qui m’a initialement menée au *Travail qui relie*¹. M’étant déjà beaucoup intéressée à l’écoféminisme et au néopaganisme de manière théorique², je souhaitais poursuivre mes recherches sur le même sujet, cette fois du point de vue des pratiques. Avec l’intention initiale de me constituer un terrain multi-situé composé de plusieurs pratiques en cercles de femmes, j’ai commencé par explorer différentes pistes. J’ai participé à un festival d’une journée sur l’écoféminisme et la sorcellerie féministe (festival « Après la pluie », à Paris en juin 2019), pris part à un rituel éco-poétique, assisté au rituel de passage à l’automne d’un cercle *éco-spirituel** de femmes ménopausées mené par Marianne Grasselli Meier (le « Cercle de Grâce »). Finalement, la lecture d’un court article présentant plusieurs figures écoféministes belges dont Aline Wauters, m’a menée à ce qui allait devenir mon objet de recherche : un cycle d’ateliers de Travail qui relie, intitulé Femmes en Transition, qu’elle organise à l’intention de femmes et en immersion dans la nature.

Le Travail qui relie en cercles de femmes³ m’a semblé à la fois différent des formes militantes de l’écoféminisme que j’avais trouvées dans mes lectures et au festival « Après la pluie », et différent de l’éco-spiritualité des cercles de femmes que j’avais eu la chance de rencontrer. Les sessions de Travail qui relie dont j’ai fait mon terrain,

¹ Un lexique reprenant les mots marqués d’un astérisque est mis à disposition à la fin du texte. Ces termes seront également expliqués au cours des chapitres à venir.

² Je fais référence ici à un travail de recherche que j’ai effectué dans le cadre du master d’anthropologie de l’UCLouvain, intitulé « Bricolages écoféministes : créer des connexions, fabuler des récits » (2019).

³ Les stages dont j’ai fait mon terrain d’étude étaient non-mixtes, mais le Travail qui relie n’est pas en soi réservé aux femmes.

bien que se reconnaissant de multiples influences et véhiculant une certaine vision du monde, ne se revendiquent pas comme faisant partie de courants militants ou spirituels particuliers. Elles contiennent des formes de militance et de spiritualité dont la ressemblance avec certains aspects de l'écoféminisme est frappante, mais les femmes avec lesquelles je me suis entretenue ne se labellisent en général pas ainsi : Aline ne souhaite pas être rattachée à un mouvement, et la plupart de mes interlocutrices estiment ne pas connaître suffisamment l'écoféminisme pour s'identifier à lui.

Enfin et surtout, le Travail qui relie (ou « TQR »⁴) en tant qu'outil, tel qu'inventé par Joanna Macy, m'a semblé être un outil ancré dans son temps, créé en réponse à une série d'enjeux très contemporains, dans un monde marqué par une série de bouleversements qui s'accompagnent d'angoisse pour l'avenir du monde vivant. Le travail sur les émotions est central dans cette expérience. Son objectif premier est d'apaiser l'anxiété et de rendre leur énergie aux activistes (écologistes, antimilitaristes, anticapitalistes, engagé·e·s contre les inégalités sociales ou dans l'accueil des migrants) afin de leur permettre « d'agir avec le désespoir environnemental » (Macy, dans Hache, 2016 : 161) en les reconnectant au fait qu'ils et elles font partie de l'ensemble du vivant qui habite la Terre – la *Toile de la vie**, pour reprendre une expression très utilisée au cours des TQR.

« La finalité au cœur du Travail qui relie consiste à aider les individus à découvrir et à faire l'expérience de leurs connexions innées entre eux, et avec les forces d'auto-guérison systémiques de la Toile de la vie, de façon à pouvoir les ranimer et les motiver à jouer leur rôle dans la création d'une civilisation soutenable » (Macy & Young Brown, 2018 : 72).

Il s'agit d'un temps de coupure par rapport au quotidien, pour se reconnecter d'abord à soi-même, « puis aux autres, la communauté humaine, et enfin à la Terre » (Chamel, 2014 : 12), et ce dans le but, comme l'indique la citation ci-dessus, d'opérer dans le sens d'un changement de société auquel on aspire. Il se situe au croisement de courants de pensée récents comme l'*écopsychologie** et l'*écologie profonde** et d'inspirations spirituelles diverses.

⁴ Les initiales « TQR » sont fréquemment utilisées par les personnes familières du Travail qui relie, et je les utiliserai moi-même dans ce travail. L'abréviation « TQR » est plus souvent utilisée pour désigner un cycle complet de Travail qui relie, qui peut durer de deux heures à quelques jours ou semaines.

Les ateliers auxquels j'ai participé, ouverts à un public-cible spécifique (cf. Les actrices du terrain, chapitre 1), me semblent constituer un terrain privilégié pour aborder les *bricolages** contemporains de pratiques et d'outils destinés à répondre aux angoisses liées aux grandes crises actuelles (changement climatique, flux migratoires, crises économiques, crise sanitaire...) et à participer à une recherche de sens dans une période incertaine.

Méthodologie

Mon terrain s'est composé essentiellement de deux processus longs de Travail qui relie organisés par Aline Wauters – qui les appelle *Traversées qui reconnectent** (surnommées Traversées ou TQR) – avec deux groupes de femmes différents, dans deux lieux différents. Le premier, à la fin de l'été 2019, a duré vingt-et-un jours au mois de septembre et portait sur le thème du chant et des oiseaux ; le second, à la sortie du printemps et du confinement, en juin 2020, d'une durée de quatorze jours, avait pour thème le souffle et les arbres. Le cadre et la structure des deux séjours étaient similaires, à quelques exceptions près.

J'ai également participé à quelques rencontres ponctuelles : un week-end de retrouvailles impliquant des femmes et des hommes ayant participé à une ou plusieurs *Traversées*⁵, une journée de Travail qui relie facilité par deux anciennes participantes des TQR d'Aline, ainsi que des excursions et activités spontanément organisées par le groupe de juin. Plus récemment, j'ai rejoint un groupe de femmes qui se réunit une fois par mois autour des principes du Travail qui relie.

La méthodologie que j'ai privilégiée est l'observation participante. Cependant, mon terrain de recherche s'étant composé de « Traversées » vécues en groupe de douze à quatorze personnes, dans un cadre où l'expérience individuelle et collective est valorisée, la participation a pris plus d'importance que l'observation.

⁵ Abréviation de « Traversée qui reconnecte ». Si ces Traversées sont destinées aux femmes, un groupe d'hommes s'est créé en parallèle avec pour but de rejoindre chaque Traversée pour une durée de vingt-quatre heures. C'est pourquoi une dizaine d'hommes étaient également présents lors de ce week-end de retrouvailles rassemblant près de septante personnes.

Aux nombreuses discussions informelles ayant pris place durant le travail de terrain se sont ajoutés, au cours des mois qui ont suivi, dix entretiens semi-directifs, avec Aline et différentes participantes.

La littérature concernant directement le Travail qui relie mis en pratique est, à ce jour, relativement limitée. Des détours par des courants apparentés (écoféminisme, écopсихologie écologie profonde) ainsi que par des théories du rituel et des bricolages à l'œuvre dans ce qu'on pourrait appeler la *nébuleuse mystique-ésotérique** (Altglas, 2014 : 315), m'ont permis d'envisager les dynamiques du terrain en les approchant par des portes latérales.

Posture et limites

Une particularité importante de ma posture est que les groupes que j'ai rejoints n'étaient pas formés avant mon arrivée. J'ai donc d'emblée été pleinement intégrée dans ces cercles. J'ai découvert en même temps que les autres le processus et les activités qui nous attendaient. Si cette particularité a pu représenter un avantage – explications pas à pas, mise sur pied d'égalité, intégration facilitée – elle a également amené son lot de questionnements sur ma posture et la manière de faire la part des choses entre ma place de participante au même titre que les autres, qui s'investit dans toutes les activités – parfois très prenantes émotionnellement – et ma posture de chercheuse.

En septembre 2019, plusieurs membres du groupe participaient là à leur deuxième ou troisième Traversée et entraient aisément dans toutes les propositions qui y étaient faites. La dynamique était fort différente lors de mon second TQR, en juin 2020, où j'étais la seule à en être à ma deuxième expérience. À plusieurs reprises, j'y ai été prise comme une référence, comme celle « qui sait pour l'avoir déjà vécu » et pour, de surcroît, faire une recherche sur le sujet.

L'expérience, les émotions, les affects sont au centre du Travail qui relie. Je me suis laissée « affectée », au sens de Favret-Saada (2009 : 145), en particulier par ma première expérience du TQR. Le fait de vivre deux fois l'entièreté du processus, avec deux groupes différents, s'est avéré indispensable pour me permettre de prendre un

certain recul et de mieux comprendre ce qui s'y joue. Les nombreux moments de recueillement, de solitude et d'observation silencieuse m'ont impliquée corporellement et émotionnellement sur le terrain, au même titre que les autres participantes. Ce qui ne me donne pas accès aux affects de mes interlocutrices : comme le dit bien Jeanne Favret-Saada, « occuper une telle place m'affecte, moi, c'est-à-dire mobilise ou modifie mon propre stock d'images, sans pour autant m'instruire sur celui de mes partenaires » (2009 : 156). Mais, précise l'anthropologue, c'est ce fait de se laisser affecter qui ouvre la possibilité même de la recherche ethnographique (157).

Ma proximité avec le milieu social et les intérêts de mes interlocutrices a rendu d'autant plus aisée mon intégration dans ces groupes, tout en renforçant le défi de prendre une certaine distance critique, qui constitue une difficulté inhérente au fait d'ethnographier un terrain qui nous est proche.

J'ai donc tâché, tout au long de ce travail, de distinguer au mieux mon expérience et mes impressions personnelles du dire et du faire des actrices du terrain, tout en préservant l'intimité de ces dernières – par le biais de l'anonymisation – et en respectant le cadre sécurisant des cercles de femmes.

Il est également important de noter que le fait que mon terrain se soit concentré sur des sessions de Travail qui relie animées par une même personne me place inévitablement dans une forme d'« encliquage » au sens de Jean-Pierre Olivier de Sardan (2008, p. 93-94) : tout ce que je peux dire du Travail qui relie se limite à mon expérience auprès d'une trentaine de femmes ayant participé à des TQR organisés par Aline (même si certaines d'entre elles ont fait l'expérience d'autres facilitateur·rice·s), ainsi qu'à mes lectures. Il s'agira donc de ne pas confondre les Traversées qui reconnectent, spécifiques à Aline, et le Travail qui relie au sens plus général, outil mis au point par Joanna Macy et approprié à leur manière par les personnes qui le mettent en pratique. Par exemple, le simple fait d'organiser des TQR uniquement pour des femmes, sur un « temps long » (un TQR peut durer deux heures ; il dure ici deux à quatre semaines), rend déjà ces Traversées très particulières. Néanmoins, si le Travail qui relie n'est pas réductible aux Traversées qui reconnectent et si ces dernières dépassent le cadre des pratiques du TQR, les Traversées se construisent et se justifient largement sur base de la pensée de Joanna Macy. Aline en parle comme de son maître à penser :

« Pour moi qui ai eu l’occasion de la rencontrer deux fois, c’est une Ancienne. Et je crois qu’il y a peu de gens qui ont l’occasion de rencontrer une Ancienne ou un Ancien dans leur vie qui est comme... où tu peux vraiment dire “oui elle, elle a marché avant moi plus ou moins le chemin que je marche” ».

(Entretien avec Aline, mai 2020)

Plan et intentions

Il s’agira, au fil des chapitres à venir, de saisir, ou tout au moins d’approcher, la manière dont les Traversées qui reconnectent se racontent et se vivent, en liant discours et pratiques, expérience de terrain et lectures.

Le premier chapitre explorera l’univers de ces Traversées et ses principes, dans les mots de mes interlocutrices. Il s’agira aussi, dans ce chapitre, de s’immerger dans le concret d’une journée de TQR, de rencontrer mon terrain de recherche et ses actrices.

Les discours théoriques liés au Travail qui relie seront abordés au cours du deuxième chapitre. Le TQR est un outil qui s’inspire de traditions religieuses, telles que le bouddhisme, autant que de sources scientifiques récentes, notamment la théorie des systèmes et l’hypothèse de Gaïa. Il s’ancre dans un contexte où des enjeux globaux (crise climatique, migrations, crise sanitaire...) pèsent sur les individus, et tente d’apporter une forme de réponse au refoulement et à l’apathie qui en découlent. Son analyse prospective du monde occidental puise dans des mouvements et courants de pensée spécifiques : l’écologie profonde, l’écopsychologie et l’écoféminisme.

La structure en quatre phases du TQR, représentée par une *spirale**, vise à orienter vers l’action individuelle et collective. Le TQR a été conçu comme un outil d’ordre politique, destiné à régénérer les activistes et à participer à un « Changement de cap » (Macy & Young Brown, 2018 : 23). Pour autant, l’objectif des Traversées auxquelles j’ai pris part n’était pas l’analyse politique du monde contemporain, ni l’élaboration collective d’actions concrètes. Au contraire, le mental y a été volontairement « mis au repos » afin de valoriser plutôt l’expérience corporelle et sensitive, le travail sur les émotions et la mobilisation de l’intuition et de l’imagination active. Le TQR est alors

vu comme un moment privilégié pour expérimenter l'immersion dans la nature, la déconnexion totale des écrans, l'absence de miroirs et de jugement, l'alimentation végétale, la communication avec le vivant non-humain, le fait d'essayer de marcher à pieds nus, de dormir sous tente, de vivre dans la simplicité volontaire...

Comme on le verra dans les trois chapitres suivants, les TQR immersifs pensent et mettent en pratique, dans un espace-temps extra-quotidien, un monde à caractère utopique, pourvu de nouvelles valeurs et de nouveaux rapports au cosmos, au corps, au genre, etc. Réflexions, expérimentation et rituels s'y mêlent pour créer un « changement de vision » que la forme spirale du processus vise à amener vers une application concrète, dans la société moderne occidentale dualiste, capitaliste et patriarcale, afin de participer à un grand changement de paradigme. Cette sorte d'utopie réalisée met en avant des valeurs telles que l'interdépendance, l'authenticité, la bienveillance ; on y valorise les émotions, l'intuition et les sensations plutôt que la raison.

Cette *spirale* en plusieurs étapes est structurée de manière ritualisée. Elle véhicule une forme d'éco-spiritualité qui replace l'être humain dans son écosystème, ou plus largement dans l'ensemble de la Toile de la vie, et qui reconnaît un aspect sacré aux mondes minéral, végétal et animal. Elle s'approche aussi d'une spiritualité féministe, qu'on retrouve notamment dans l'écoféminisme, dans le cadre de laquelle le rituel peut constituer une forme d'*empowerment**, donnant un certain pouvoir d'action sur soi-même et son environnement humain et non humain.

Dans le troisième chapitre, la définition des concepts de rituel et de magie du point de vue des mouvements New Age et néopaïens permettra d'aborder et de connecter entre eux plusieurs éléments rencontrés sur le terrain : une esthétique proche du *New Age**, une recherche de sens de l'ordre de la spiritualité, un lien recherché avec une nature conçue comme animée, l'importance accordée au corps et à ses sens, une logique de *bricolage** de ressources spirituelles et de cosmovision.

A l'intérieur de ce cadre prennent place des rituels définis comme tels par les participantes des Traversées. Parmi la diversité de ces pratiques, je fais le choix, dans le quatrième chapitre, de me concentrer sur certaines d'entre elles, particulièrement révélatrices de l'atmosphère aux notes « magiques » des Traversées ainsi que des liens

qui s'y opèrent entre rationnel et irrationnel, spirituel et politique, individu et collectif, présent et passé, ici et ailleurs.

Le chapitre cinq considèrera également l'idée selon laquelle le TQR entre lui-même dans une forme de logique initiatique. Surnommé ici « *Traversée* qui reconnecte », il porte l'idée d'une forme de passage, de transformation à effectuer. Il tente d'instaurer, par l'expérience, un changement de vision du monde, destiné à trouver son application dans l'action, dans la vie quotidienne. Les TQR auxquels j'ai pris part sont aussi largement compris et utilisés par les participantes comme des outils d'accomplissement de soi – ou, dans la perspective écopsychologique du TQR, d'un « Soi étendu » comprenant l'individu et son environnement – favorisant la guérison de blessures intérieures et les prises de conscience individuelles (de la nécessité de changement dans sa vie personnelle en accord avec des valeurs écologistes, par exemple)⁶.

⁶ La lassitude par rapport à l'action militante revient souvent chez mes interlocutrices, et l'action sur soi-même est souvent priorisée. L'idée selon laquelle le travail sur soi va ruisseler sur son environnement proche et, par conséquent, sur le monde dans sa globalité, circule largement.

Chapitre 1 : Qu'est-ce que le « TQR » ?

1.1. Une explication collective

Au cours de la première rencontre d'un groupe formé en-dehors du cadre du Travail qui relie mais fondé sur ses principes, une des femmes, seule à ne pas y être « initiée », demande soudain ce que tout le monde autour de la table entend par « TQR ». On précise immédiatement : ce sont les initiales de « Travail qui relie ». « Take care », souffle fièrement Marielle, qui surnomme ainsi le TQR pour le jeu de sonorité, mais aussi pour le sens de l'expression, qui signifie « prendre soin » des autres, mais aussi de soi et des « autres-qu'humains »⁷.

S'ensuit une rapide remise à niveau à plusieurs voix, issue de la compréhension de chacune, que j'estime être une belle première approche de ce qu'est le TQR. Parmi ces femmes, beaucoup ont participé à des Traversées facilitées par Aline et/ou suivi des sessions mixtes organisées par d'autres personnes.

On commence par de la gratitude, explique Annick, « pour ne pas directement être en train de se plaindre ». Cette phase, ajoute Sara, consiste à « rendre conscient qu'on a encore tellement de choses à remercier ».

Ensuite, il y a la phase « honorer la peine », dans laquelle on laisse sortir la tristesse qu'on a pour l'environnement... « Ou pour soi-même », complète Marielle. Quand on traverse cette phase, on est contente d'avoir commencé par la gratitude, témoigne Annick pour souligner l'intensité de cette deuxième étape.

Puis, c'est le « changement de vision », et finalement l'« aller de l'avant » : on transforme tout cela en action militante. Il s'agit de s'occuper de soi mais aussi du monde, dit-elle, et donc de réfléchir à comment s'engager politiquement.

Cette structure en quatre étapes créée par Joanna Macy est une base sur laquelle Aline compose un « vaste cosmos », pour reprendre l'expression d'Annick, en puisant des

⁷ Expression privilégiée par mes interlocutrices pour désigner tous les êtres non-humains appartenant aux règnes animal, végétal ou minéral.

exercices un peu partout – dans le Tantra, par exemple, comme en témoigne Marie-Pascale. Le travail de Joanna Macy est lui-même un « vaste cosmos » complète Marielle : elle s’est inspirée du bouddhisme, de la *deep ecology**...

1.2. Le Travail qui relie expliqué par Aline

J’ai assisté plusieurs fois à la présentation du Travail qui relie par Aline, adressée à des groupes différents. Au début des deux Traversées auxquelles j’ai pris part, mais aussi lors d’un retour sur expérience présenté dans le cadre du festival *Maintenant* à Louvain-la-Neuve en septembre 2019, ou encore à une soirée de présentation en janvier 2020 du TQR pour les personnes intéressées par les Traversées qui allaient suivre. Chaque fois, je l’ai entendue utiliser le même schéma narratif : d’abord, elle raconte l’histoire de l’invention du TQR, puis les étapes du processus, dans les grandes lignes, laissant une part de mystère, comme une invitation à expérimenter soi-même.

Le Travail qui relie, raconte-t-elle, a été inventé dans les années 1970 et 1980 par l’américaine Joanna Macy, militante anti-nucléaire qui a fini par tomber dans un « burn-out » de deux ans à cause de son désespoir par rapport à la survie de la Terre. Cette écologiste et anti-militariste convaincue s’est alors posé la question de l’origine des burn-out fréquents dans le milieu militant, et a émis l’hypothèse suivante : la plupart des activistes se sentent en fait isolé·e·s, ayant l’impression d’avoir à se battre seul·e·s pour la vie, en tant qu’êtres humains, sentiment renforcé par le fait de vivre dans une société capitaliste qui « divise pour mieux régner ». En plus de cela, il y aurait une forme d’injonction à la rationalité chez les activistes, qui serait une condition pour être considéré comme « lucides », mais laisse peu de place à l’intuition ou au travail sur les émotions.

Le TQR est un processus, explique Aline, qui « a pour but de permettre de comprendre qu’on appartient à la vie » (sentir son appartenance à la Toile) et de participer au passage de la dominance du couple division/destruction (paradigme dualiste) à celle du lien et de la régénération (paradigme holiste).

Elle enchaîne ensuite sur la description des quatre phases qui composent le processus. En premier lieu, on « s’ancre dans la *gratitude* » pour « connaître mieux ce pour quoi

on se bat ». On prend alors le temps d'apprécier tout ce qui constitue la vie : de notre propre corps à la forêt et aux communautés animales en passant par les relations humaines... Se remplir de gratitude, dit-elle, induit « un besoin énorme de protection » et constitue un acte révolutionnaire, qui va à l'encontre de l'idée selon laquelle nous sommes toujours menacé·e·s par le manque.

La deuxième étape consiste à « *honorer notre peine* pour le monde » et donne l'occasion de traverser les sentiments de colère, de tristesse, d'impuissance, de peur, de culpabilité et de désespoir éprouvés face à la crise écologique, à la perte de biodiversité et aux systèmes de domination patriarcale, capitaliste, colonialiste, spéciste. Cette étape-clé suit directement l'ancrage dans la gratitude, car tristesse et amour ne vont pas l'un sans l'autre... C'est la phase la plus dure, prévient Aline, mais aussi la plus belle, celle où l'on sent le plus notre connexion au monde, dont on a conscience, mentalement, mais qu'on a besoin d'expérimenter pour en prendre la mesure. Parce qu'être touché·e par la perte du vivant, selon le principe de l'écopsychologie⁸, prouve qu'on est « lié·e à la grande Toile de la vie ».

Prendre conscience de cela constitue le début d'un basculement : c'est le « *changement de vision* » qui, après avoir regardé l'ombre et la lumière ensemble, peut commencer à opérer. On aborde alors ce qui change dans le monde en ce moment, ce qui va permettre de le regarder autrement, d'en modifier les valeurs... C'est le moment d'imaginer librement une société hors des systèmes de domination et de revisiter l'histoire et les « récits qui structurent notre monde moderne, [soit] des rêves de conquêtes et de progrès principalement » (Hache, préface à Starhawk, 2015 : 20).

Enfin, lors de la quatrième et dernière étape, « *aller de l'avant* », on travaille à comprendre et nourrir « l'élan qui germe en soi » et on se pose la question de sa « juste place » dans le monde pour les temps à venir. Espérer étant un acte passif, explique Aline, Joanna Macy propose à la place la notion d'« espoir actif », ou d'« espérance en mouvement » (*active hope*), en lien avec une mise en action concrète. Il est important pour cela de se faire aider, d'activer des réseaux. Cette dernière étape permet de synthétiser le séjour et de concrétiser les prises de consciences qui ont pu avoir lieu

⁸ Courant apparenté au TQR de Joanna Macy, selon lequel nous sommes affectés psychologiquement par l'environnement non-humain (cf. chapitre 2, ci-dessous).

durant le processus ; elle permet de remettre un pied dans le monde extérieur, de se préparer à rentrer chez soi.

1.3. Une journée de TQR

Chaque matin, une imitation par Aline du chant du coq nous réveille et nous signale qu'il est l'heure de se lever (entre sept heure trente et huit heures). Les téléphones ayant été éteints et même, pour certains, gardés dans une boîte commune, nous dépendons des quelques montres-ressource du groupe et de notre estimation personnelle du temps qui passe.

Dès le premier jour, des participantes se proposent tour à tour comme « gardiennes » d'un élément lié au fonctionnement du séjour. Les rôles de base sont (outre la *facilitatrice**, Aline, dont je détaillerai le rôle plus loin) : les gardiennes du temps, qui surveillent leur montre pour le groupe, les gardiennes de la beauté, qui aménagent les espaces communs, un « fusible doré » servant d'intermédiaire pour faire sortir les éventuelles tensions latentes et enfin une gardienne des corps, attentive au confort et aux besoins de pauses, d'étirements ou de réchauffement. Une tournante se prévoit également pour la tenue d'un carnet collectif destiné à raconter nos journées ainsi que pour la responsabilité de prendre des photos avec un appareil mis à disposition. D'autres gardiennes s'ajoutent au fil du temps, comme la gardienne de la germination des légumineuses, la gardienne de l'eau ou encore celle du rire, auto-proclamée.

Sur l'image suivante (septembre 2019), l'intérieur de la « yourte »⁹ décoré par les gardiennes de la beauté avec des graines de nénuphar récoltées dans l'étang, habité par des « zafus » (coussins de méditation), des tambours et nos sacs et carnets qui ne nous quittent pas.

⁹ Mes interlocutrices entendent ici par « yourte » une tente ronde dont la forme est inspirée de l'habitat traditionnel des (semi-)nomades d'Asie centrale. Il s'agit en l'occurrence d'une spacieuse construction permanente, inhabitée mais utilisée pour l'accueil de stages, surélevée et pourvue de fenêtres ainsi que de deux portes vitrées (une à l'Est, une à l'Ouest), ce qui ne correspond pas à la yourte traditionnelle. Au sujet de cette dernière, voir Vuilleminot, A.-M. (2009). *La yourte et la mesure du monde : Avec les nomades au Kazakhstan*. Louvain-la-Neuve : Academia Bruylant, 258 p.



Toutes les photographies reprises dans ces pages sont prises par des participantes.

Les deux images suivantes montrent le campement installé autour de la yourte. La tente pointue, dont la forme rappelant l'habitat traditionnel Nord-Amérindien lui vaut le surnom « tipi », sert d'espace de stockage et d'accueil pour d'éventuel·les invité·e·s (septembre 2019). La deuxième photo montre une yourte bien plus petite que celle que l'on voit ci-dessus, importée celle-ci directement de Mongolie¹⁰, qui sert de lieu de rassemblement lors de mon deuxième TQR (juin 2020).



En bottes, en sandales Birkenstock ou à pieds nus, la journée commence par une pratique corporelle. Plusieurs participantes étant également adeptes de qi gong ou de tai chi, l'animation de ce moment change parfois de main. Par exemple, une participante, Laura, nous transmet une prière cheyenne qu'elle-même a reçue d'une

¹⁰ Ce qui n'en fait pas un habitat traditionnel, celui-ci étant caractérisé par une occupation particulière de l'espace et un certain nombre de codes et d'interdits (Vuilleminot, 2009 : 101-128).

connaissance ayant fait un long voyage destiné à « ramener des pratiques » de partout. Cette prière se déroule en direction des quatre points cardinaux, en commençant face au soleil levant et répétant une succession de gestes accompagnés d'un chant, et ce quatre fois vers chaque direction. La signification nous échappe, les paroles nous étant inaccessibles et le contexte culturel d'origine inconnu, mais ce quart d'heure chanté devient vite le rendez-vous inévitablement réclamé du début de chaque journée composant mon premier TQR (septembre 2019)¹¹. Aline, qui avait appris cette même prière par ailleurs, la chante légèrement différemment, ce qui met Laura mal à l'aise, car elle tient à rester fidèle à la manière dont la prière lui a été transmise. Lorsqu'une des participantes me raconte plus tard qu'elle a continué à faire cette prière chez elle, je lui demande si le fait de ne pas en comprendre les mots ne la dérange pas. Elle me répond :

« Moi je ne comprends pas les mots, mais ce qu'il y a c'est que tu peux comprendre les gestes quoi, je veux dire tu vas chercher avec les racines du ciel l'énergie du ciel, tu les ramènes dans tes racines de pied, t'as des chakras que tu déroules, là tu t'ouvres à la lumière (en montrant les gestes), enfin bon il y a moyen quand même de mettre pas mal de significations »

(Extrait d'entretien, avril 2020)

Dans mon deuxième TQR, ce sont les pratiques de souffle qui ont été mises à l'honneur, et de préférence dans le bois, la thématique transversale étant alors les arbres et le souffle. La danse aussi revient souvent, fort appréciée : danse libre, danse en duo, danse des cinq rythmes¹²... La dernière partie de l'heure et demie de pratiques du matin consiste généralement en une méditation guidée, sur des tapis et coussins face au soleil levant.

Celles qui veulent manger un petit déjeuner le peuvent, mais en se dépêchant car la proposition – « je ne fais que des propositions », répète régulièrement Aline – est de jeûner le matin ; en pratique, la quasi-totalité du groupe prend le temps de manger du

¹¹ Les questions d'exotisme et d'appropriation culturelle soulevées par ce genre de pratique seront abordées plus longuement dans le troisième chapitre, dans un point intitulé « Bricolages et exotisme ».

¹² Il s'agit d'une pratique en cinq temps créée par l'américaine Gabrielle Roth : fluide, staccato, chaos, lyrique, quiétude. Amélie Schweiger, enseignante certifiée, la décrit ainsi sur son site : « pratique rituelle, art vivant, méditation en mouvement, la Danse des 5 Rythmes® libère un élan vital, une qualité d'inspiration et de présence dont la résonance peut se prolonger dans tous les aspects de notre quotidien » (<https://www.lesviesdansent.fr/danse-des-5-rythmes.html>, page consultée le 25 mai 2021)

müesli mis à tremper le matin par les plus lève-tôt et de boire un thé ou café de céréales, le café faisant partie des aliments écartés pour le temps du séjour. Le sucre, le café, l'alcool et autres substances addictives sont enlevés de l'alimentation, ainsi que la chair animale et les produits laitiers, remplacés par des légumineuses germées. Le pain et le gluten sous toutes ses formes, objets d'allergies et intolérances, sont également écartés.

La deuxième partie de la matinée, plus souple et changeante, se fait soit à l'extérieur, soit dans la yourte et commence souvent par une « météo » : un « bâton de parole » (tantôt un réel bâton, tantôt une peluche en forme d'utérus, un galet, un coquillage ou encore un petit cœur, visibles sur l'image ci-dessous) circule au sein du cercle pour permettre à chacune de partager sa « météo intérieure », c'est-à-dire ses ressentis, son humeur, son avis sur les activités de la veille, ses joies ou appréhensions quant à la journée à venir... Les principes de la météo sont expliqués lors du premier cercle¹³ : premièrement, la parole est à la personne qui tient le bâton en main, et celle-ci ne doit pas être interrompue. Deuxièmement, les autres ne doivent pas réagir à ce qui est dit. Les ressentis, avis et récits partagés lors de ces cercles ne doivent pas donner lieu à débat ; la *bienveillance* et l'écoute doivent primer. Troisièmement, il s'agit d'aller vraiment en profondeur dans les partages. *L'authenticité* est très valorisée dans ces cercles. Elle constitue une sorte d'idéal et montre que « les masques sont tombés ». Généralement, le bâton tourne dans un sens ou l'autre, mais il peut revenir en arrière ou traverser le cercle pour donner la parole à l'une ou l'autre. Parfois, des consignes structurent le tour de parole différemment : par exemple, le premier jour du TQR de juin, il s'agissait de décrire en quelques mots l'état de son corps, de son cœur et de sa tête. Une autre fois, le tour a consisté en une météo corporelle, au cours de laquelle chacune a symbolisé son état d'esprit par un geste.

¹³ Les explications reprises ici sont issues de mes notes de terrain de juin 2020.



Trois des objets transformés en bâtons de parole, qui ont aussi été utilisés comme symboles féminins lors d'un cercle autour de la question du rapport au corps.

Ce qui suit dépend de l'étape du processus dans laquelle nous sommes, mais aussi des visiteuses et visiteurs éventuellement présent·e·s : intervenant·e·s, anciennes participantes qui, souhaitant « une piquêre de rappel », comme Aline aime le formuler, viennent cuisiner pour le groupe et participer quand cela est possible.

Les activités suivent généralement un « temps organique », selon les mots d'Aline, ce qui veut dire que leur durée dépend du groupe et du temps dont il a besoin. C'est pourquoi l'heure du repas, cuisiné chaque jour par un petit groupe différent, n'est pas fixe. Plusieurs chants, proposés par l'une ou l'autre, ont accompagné les débuts de repas tout au long de ces trois semaines. Le chant le plus récurrent a été ramené par une des participantes de son voyage en Amazonie (cf. annexe, chant 1). Il est accompagné d'une petite chorégraphie dont les gestes évoquant l'unité, la famille, la célébration et la gratitude aident les non-hispanophones à retenir les paroles. Qu'il soit utilisé pour accueillir, remercier, méditer ou consoler, le chant est omniprésent¹⁴.

Le repas est généralement suivi d'une pause d'une ou deux heures, selon l'avancement de l'après-midi. Chacune vaque à ses occupations, qu'il s'agisse de balades, baignades, lavages de pieds, siestes, écriture ou séances de sport. Ce moment libre est aussi celui où les discussions émergent et les liens se créent.

L'après-midi, un nouveau « processus » est mis en route, si celui du matin n'est pas à achever. Par processus, Aline entend une activité liée directement à une étape du travail qui relie.

¹⁴ Une partie des chants les plus récurrents est reprise en annexe.

Le soir, on se rassemble à nouveau dans la yourte, à la lumière de bougies. Si cela n'a pas été fait le matin, un tour de parole permet de revenir sur les dernières activités et les impressions de chacune. Avant de se retirer dans les tentes vers vingt-deux heures, une dernière activité est proposée : un voyage guidé (ou « rêve éveillé »), un tirage de cartes (souvent lorsqu'on entame une nouvelle phase de la spirale), la lecture d'un conte, l'écriture de textes...

Les pratiques qui habillent ce programme sont diverses. Une grande partie d'entre elles vient du Travail qui relie développé par Macy et Young Brown (2018), tandis que certaines, généralement transmises par l'une ou l'autre ancienne participante à un TQR, proviennent de diverses sources comme le tantra et les Danses Universelles pour la Paix. D'autres encore sont (co-)créées sur place, en fonction du groupe. J'y reviendrai.

1.4. Thèmes et principes du TQR, dans les mots du terrain¹⁵

« Les “Traversées qui reconnectent” proposent 5 expériences en spirale successives pour retrouver la connexion à soi, à l'autre, à la tribu, aux autres espèces animales, végétales et minérales, aux éléments et à la Vie. La voie du sentir, de la simplicité, de la lenteur, du cercle et de la tribu, pour plonger ensemble dans la possible création d'un système de vie où l'humain trouve sa juste place dans la toile du vivant »¹⁶

Travail qui relie est la traduction de « Work that Reconnects », titre des ateliers de Joanna Macy. « Travail » est un terme assez mal choisi : il s'agit plutôt d'un *processus*, qui vise un changement, une transformation. C'est pour se détacher du poids du terme « travail », qui dérive étymologiquement du mot « torture », que certain·e·s proposent de remplacer le terme travailler par « œuvrer » ou « prendre soin » et qu'Aline a choisi de nommer ses stages de TQR les *Traversées qui Reconnectent*. Elle qualifie son rôle dans le groupe de *facilitatrice* – qu'elle préfère au terme d'animatrice – car elle considère que sa fonction est de « tisser le programme », et d'accompagner

¹⁵ Les mots du terrain sont présentés ici en italiques. Une partie de ces termes est reprise dans le lexique situé à la fin de ce travail.

¹⁶ Présentation des Traversées qui reconnectent 2020, sur le site de l'asbl Terre et Conscience dont elles dépendent.

l'expérience des participantes en leur faisant des *propositions*, sans rien imposer ni rendre dogmatique. En principe, selon Macy et Young Brown, « la puissance du travail provient du groupe lui-même. Elle ne dépend pas du charisme de l'animateur, qui n'est qu'un membre du groupe avec un rôle important et particulier à jouer » (2018 : 80).

Certaines participantes critiquent également les termes « exercice » ou même « activité », par exemple, leur préférant les mots « jeu » ou « processus ». « C'est le vieux monde, ça ! », juge parfois Aline en riant pour pointer la présence de valeurs qu'on souhaite voir appartenir au passé (capitalistes, néolibérales, patriarcales) dans les discussions ou les comportements des participantes (situations de compétition, discussions à propos d'argent, intention de breveter une idée), laissant parfois ces dernières un peu perplexes : « il faut bien composer avec le monde dans lequel on vit » (notes de terrain, juin 2020).

En effet, un objectif rassembleur du Travail qui relie est d'*honorer la peine* que nous éprouvons pour le monde et le vivant qui l'habite, menacé par la crise écologique entraînée par nos modes de vie occidentaux. Il s'agit donc de substituer au paradigme de la modernité – dont il faut faire le *deuil* – de nouveaux modes de connaissance, d'être, d'agir et de vivre (Egger, 2015 : 132). C'est ce que Macy appelle le *Changement de cap**, ou de paradigme, qui doit se produire « à travers l'engagement pour la transition d'une économie de croissance destructrice vers une société qui soutient la vie » (Egger, 2015 : 248). Notons qu'une partie des adeptes du TQR, notamment du côté des facilitateur·trices, fait également partie du courant de la *collapsologie*, qu'on peut définir comme un ensemble de discours selon lesquels la civilisation industrielle occidentale et son système capitaliste vont s'effondrer, entraînant potentiellement dans leur chute tous les aspects de la société (Cravatte, 2019 : 7-9).

« Pour changer la culture, nous devons nous relier à l'aide de nouvelles manières, nous devons changer les structures de nos organisations et de nos communautés » (Starhawk, 2015 : 181). Le *cercle* porte des valeurs telles que l'absence de hiérarchie, la circulation des savoirs et l'écoute bienveillante de la « vérité » de chacune. Il offre un espace sécurisé et confidentiel pour des partages en profondeur. Les expériences faites en cercle sont « plus intenses que n'importe quelle relation », selon la militante écoféministe Starhawk : dans une structure circulaire, tout le monde est égal, chaque personne est vue et entendue, l'énergie est également distribuée entre tous·tes (2015 :

182). Parmi les membres des *cercles de femmes* traversant ensemble un TQR, certaines sont très actives et engagées politiquement, tandis que d'autres recherchent le changement plutôt au niveau de leur vie personnelle, de leur santé mentale et physique, par exemple. D'autres encore expriment un besoin de revenir à – ou de développer – leurs liens avec le vivant après des années d'engagement dans des domaines tels que l'écologie, la migration, le féminisme ou les inégalités sociales. Le TQR permet d'avancer dans le sens d'une *transition* qui lie intimement transformation personnelle et transformation sociétale.

« J'avais envie de faire un travail sur moi, pour me consolider, pour aller plus loin dans l'écologie, dans la transition, parce qu'il faut passer soi-même par un changement si on veut aller plus loin dans la transition »

(Entretien avec Françoise, 2020)

La *transition intérieure* consiste à « prendre en compte les dimensions spirituelles de la transition écologique » (Chamel, 2019 : 75). Si l'on suit « l'écosystème de la transition » d'Émeline De Bouver et Charlotte Luyckx, cela correspond à la pensée des éco-spiritualistes, pour qui « la révolution écologique est d'abord une révolution intérieure » (De Bouver & Luyckx, 2019 : 6). Chamel précise toutefois qu'il n'y a pas de hiérarchie entre les deux dans le Travail qui relie :

« Le TQR vise [...] une transformation intérieure non pas préalable à la transformation du monde, mais inhérente à celle-ci : « sois toi-même le changement que tu désires voir advenir » »

(Chamel, 2019 : 78).

Cette dialectique entre *transition intérieure* et *mutation* plus globale renvoie à la notion de *spirale* : « Transition extérieure et transition intérieure forment ainsi une double spirale, l'une entraînant l'autre » (Chamel, 2019 : 74-75). La spirale, décrite par Aline comme un « cercle en mouvement », est centrale dans le Travail qui relie. On s'y *ancrer* d'abord dans la gratitude pour prendre conscience, par sa capacité à éprouver de la peine et de l'anxiété pour le monde, de son appartenance au vivant (« Sois élargi ») et petit à petit mener vers de l'action concrète, comme acteur·ice de la Transition. La spirale symbolise aussi le fait que ces étapes correspondent à des états expérimentés régulièrement au cours de notre vie, passant de la joie à la peine, du besoin de se

ressourcer à celui d’agir. Lors de mon deuxième TQR, une nouvelle application de cette structure a été tentée, nous faisant vivre plusieurs cycles courts à la suite plutôt qu’un grand : une journée était alors consacrée à chaque étape plutôt que plusieurs jours, et le cycle recommençait chaque fois après la troisième étape. La quatrième servant de phase d’atterrissage et de préparation au retour, elle est restée à sa place, les trois derniers jours. Une des participantes a alors fait remarquer que cela correspondait particulièrement à la notion de spirale, dont le mouvement nous fait « repasser par là où on est déjà passé, mais en étant chaque fois un peu plus loin... » (notes de terrain, juin 2020).

Dans ce sens, la spirale peut également présenter un modèle de temporalité alternatif au *temps linéaire* si cher, selon Mohamed Taleb¹⁷, à la pensée capitaliste et dont il est nécessaire de sortir pour éviter la récupération des luttes par le système afin de le quitter vraiment, en prenant un recul suffisant et en sortant des actions à court-terme. Pour sa part, Taleb prône comme modèle alternatif celui du *temps plié*, dans lequel le passé et le futur sont directement accessibles par la mémoire vivante et l’imagination active, qui interviennent dans la présence. Ce modèle du temps plié est invoqué par Aline lorsqu’elle anime par exemple des *voyages éveillés*, sortes de méditations guidées à la voix et au son du tambour permettant d’activer l’imagination à propos du futur, ou encore des « voyages dans la matière » et dans le « *temps profond* des origines » (Chamel, 2019 : 77), cherchant à éveiller sa « mémoire cellulaire » afin d’accéder aux différents stades de l’histoire de la vie ou de revivre sa propre naissance.

Le processus du TQR invite à « faire descendre » dans le corps ce qu’on sait intellectuellement : ressentir que tout est interdépendant et que nous faisons, en tant qu’espèce mais aussi comme individu, partie de la *Toile du vivant*, c’est-à-dire de la grande communauté formée par l’ensemble de la vie qui se trouve sur la planète Terre, qu’on appelle aussi *Terre-Mère / Mère-Terre*.

L’écopsychologie conçoit une identité en cercles concentriques, en va-et-vient entre l’individu, ses liens sociaux et la Toile de la vie (Egger, 2015 : 19). C’est ce que propose le TQR : « une plongée dans, avec tous les sens, comment se connecter au

¹⁷ Ces explications ont été fournies lors d’une rencontre avec le philosophe Mohamed Taleb organisée dans le cadre de retrouvailles entre toutes les personnes ayant participé à une traversée, en novembre 2019. Cette conception du temps est reprise par Aline lors des Traversées.

vivant, qui soit plus grand que nous, ou qui soit en nous, à l'extérieur de nous... » (entretien avec Claire, 2021). Cette connexion est aussi appelée *reliance*, que l'on peut définir comme la (re)création de liens entre un individu et un (sous-)système auquel il appartient : *reliance* à soi (psychologique), aux autres (sociale), à la vie (cosmos) (De Bouver & Luyckx, 2019 : 6). L'idée est qu'une coupure s'est opérée entre les êtres humains et le reste du monde vivant (dualisme nature/culture) et que les liens sont à renouer (Silva Castaneda, 2020 : 4).

À l'aide notamment de ces images de Toile et de Terre-Mère, prises comme des métaphores ou comme une réalité concrète (Chamel, 2014), le TQR cherche à engager un *changement de vision* chez les individus, c'est-à-dire leur permettre de changer leur perception de la réalité afin de mieux s'engager pour la « *guérison de la Terre* » (Chamel, 2014 : 12). Cette question de la *guérison* est également très présente et comprend l'auto-guérison, la guérison de ses blessures, la guérison de la Toile... Par exemple, l'invitation à prendre soin de sa *petite fille intérieure*, inspirée de l'analyse transactionnelle, entre dans la logique d'une guérison intérieure visant, en définitive, le passage à un âge adulte représenté ici par l'image de la *femme solaire*.

« Toutes les formes d'intelligence », dont celle du corps, des émotions, de l'intuition, l'imagination active, sont convoquées dans ce processus pour accueillir et *honorer la peine* et sortir du *déni* que provoquent chez nous les catastrophes écologiques et l'avenir du monde vivant afin d'imaginer un nouveau monde. La peine englobe les sentiments de tristesse, de colère, d'injustice, d'impuissance, de honte, de culpabilité, de peur...

Ces thèmes sont bien présents dans le texte qui suit, lu lors d'une réunion (celle, justement, qui a servi de cadre pour l'explication collective décrite plus haut) destinée à mettre sur pied un des « groupes périphériques » créés simultanément autour d'un projet de TQR immersif d'une durée d'un an¹⁸ lancé par Aline. Ces groupes, qui se rassembleront chacun de leur côté environ une fois par mois, sont cogérés chacun à leur façon, avec ou sans meneur·euse, en mixité ou non, avec une thématique transversale ou non et avec une liberté totale dans le choix des pratiques et expériences qui y seront vécues. Afin de créer une forme de cohérence et surtout d'engagement de

¹⁸ Ce projet constitue une première mondiale, pour lequel Joanna Macy elle-même a manifesté son soutien.

ces groupes à un projet commun, nous étions lors de cette réunion invitées à lire les « principes fondateurs » du Travail qui relie envoyés par Aline¹⁹ :

« Notre Terre est vivante. Ce n'est ni notre supermarché, ni notre décharge, mais notre plus grand corps. Notre vraie nature est bien plus ancienne et plus vaste que le soi séparé tel que défini (...) [par] notre société. Nous sommes autant intrinsèques à notre monde vivant que ne le sont les rivières et les arbres, traversés des mêmes flux d'énergie, de matière et d'informations. Nous ayant conduit à recevoir la capacité de conscience autoréflexive, le monde peut maintenant se connaître et se voir à travers nous, contempler sa propre majesté, raconter ses histoires - et aussi répondre à ses propres souffrances.

Notre expérience de peine pour le monde surgit de notre interconnexion avec toutes choses, et c'est aussi de là qu'émerge notre puissance à agir en leur nom. Quand nous nions ou réprimons notre peine pour le monde, ou le voyons comme une pathologie personnelle uniquement, notre pouvoir de prendre part à la guérison du monde en sort diminué. Notre capacité à répondre à notre propre souffrance et à celle des autres peut être débloquée.

Les déblocages peuvent surgir quand notre peine pour le monde est non seulement validée intellectuellement, mais aussi expérimentée directement. Les informations cognitives sur les crises auxquelles nous sommes confrontés sont généralement insuffisantes pour nous mobiliser. Mais l'expérience directe de notre réponse émotionnelle profonde peut nous révéler notre appartenance à la Toile de la Vie et nous libérer en vue de l'action.

Quand nous nous reconnectons à la Vie, en affrontant volontairement notre peine, l'esprit retrouve sa clarté naturelle. Nous expérimentons non seulement notre interconnexion avec le reste de la terre, mais aussi notre désir ardent de faire correspondre cette expérience avec les nouvelles façons de penser. Des enseignements significatifs apparaissent lorsque chacun réoriente son intérêt et son sens de l'identité dans une perspective plus vaste.

¹⁹ Les extraits mis en exergue le sont dans le texte initial, qui est retranscrit ici tel que reçu par les différents groupes. Ce texte est une reformulation des fondements théoriques détaillés par Macy et Young Brown (2018 : 73-74).

L'expérience de reconnexion avec la Terre et toute sa communauté fait émerger le désir d'agir en son nom. Alors que les forces d'auto-guérison de la planète s'installent en nous, nous nous sentons appelés à faire partie du Changement de Cap. Les pas que nous pouvons poser peuvent rester modestes, mais ils devraient inclure un certain risque par rapport à notre confort mental, sous peine de rester captifs des limites anciennes et sûres. Le courage est un enseignant puissant et un garant de joie ».

1.5. Les actrices du terrain

1.5.1. La facilitatrice

Aline, l'organisatrice des TQR qui ont constitué mon terrain, en est une actrice centrale. Sa vision du monde et ses propres croyances – qu'elle assume ouvertement comme étant des croyances – influencent ce qui se passe et se dit sur le terrain.

Sensible à l'écologie et à l'écoféminisme, qu'elle aborde dans ses TQR, elle est souvent décrite comme une militante écoféministe. Elle se dit pourtant non militante et, ne souhaitant pas être « mise dans une case », elle ne se considère pas elle-même comme écoféministe. Elle privilégie l'expérience et les pratiques qui mettent à partie le corps, les émotions, l'intuition et l'imagination active aux conférences intellectuelles et à la lecture. Elle se dit non universitaire, préférant la transmission orale et l'expérimentation à la lecture (extrait d'entretien, mai 2020).

Le site internet de Terre et Conscience, asbl à laquelle les Traversées qui reconnectent sont attachées, dit d'elle qu'elle a vécu jusqu'à ses dix-sept ans en Afrique et a beaucoup voyagé, notamment en Inde et aux Philippines, via l'ONG Quinoa pour laquelle elle a travaillé dix ans. Elle a ensuite également travaillé à la Maison du développement durable de la commune d'Ottignies-Louvain-la-Neuve (Terre & Conscience, 2020).

La confiance à l'égard d'Aline en tant que facilitatrice est décrite par les participantes du TQR comme indispensable pour s'engager dans un processus long de deux semaines ou plus.

« Comme je connais Aline, je savais que je pouvais y aller et ne pas me laisser embrigader, et dire « ah oui, bon, je ne vais pas le faire, ou je ne vais pas entrer dedans », et que ce sera accepté. Parce que ça c'était quand-même très important pour moi » (entretien avec Françoise, 2020).

« En fait Aline, c'est son être. On voit qu'elle est ancrée, connectée... elle a une franchise... Enfin voilà, elle est vraie. (...) Et puis elle a de l'expérience, ça fait un moment qu'elle fait ça » (entretien avec Marine, 2020).

1.5.2. Les participantes

Les différents groupes de femmes que j'ai rejoints sont intergénérationnels. Ils réunissent des femmes aux parcours de vie et aux situations différentes, pour la plupart non racisées, habitantes de Belgique et de France, majoritairement issues d'une classe sociale moyenne urbaine. Le fait que ces Traversées s'étendent sur une durée de deux semaines à un mois nécessite d'avoir une situation financière, familiale et professionnelle qui le permette.

Des discussions informelles et entretiens avec des participantes m'ont révélé plusieurs raisons à la base de leur engagement dans une spirale. Alors que certaines d'entre elles disent être venues faire une Traversée dans un but de développement personnel²⁰ ou pour y chercher une connexion à une forme de magie, l'immersion dans la nature et/ou le fait de se retrouver entre femmes étaient des raisons suffisantes pour en pousser d'autres à se lancer dans le projet. Des militantes écologistes convaincues sont venues pour faire face à leur désarroi par rapport à une lutte dont elles ne voient pas le bout et (re)donner de l'élan à leur combat politique (ce qui est d'ailleurs, à l'origine, un but important du Travail qui relie tel que conçu par Joanna Macy). Je développerai certains de ces points dans les chapitres suivants.

De retour dans la vie de tous les jours, toutes ne gardent pas contact. Au fil des discussions en ligne avec le groupe de juin, qui est resté en lien, on s'aperçoit que

²⁰ Le développement personnel reprend un ensemble de discours et de techniques de travail sur soi. On peut le définir comme un processus visant à améliorer sa connaissance et son estime de soi, augmentant par là tant son autonomie que sa « capacité à inclure l'autre (interpersonnel) et l'environnement » (Jaotombo, 2009 : 44).

beaucoup oppose ces femmes, notamment au niveau des opinions politiques. Elles restent cependant liées par leur expérience commune.

« Ce n'est pas le fait qu'on a été connectées toutes à la même forêt pendant quinze jours qui fait qu'on a la même confiance par rapport à comment la nature peut nous sauver. Comment la nature peut nous nourrir et comment la nature peut nous guérir. La connexion qu'on a partagée ne suffit pas à fédérer comme ça, il y a d'autres paramètres qui interviennent et qui nous « divisent ». (...) mais je trouve qu'au-delà de ça, il y a du respect. Il y a du respect pour le chemin de chacune et... il n'y a pas de jugement, sur ce groupe ».

(Entretien avec Elisa, 2020)

D'un point de vue sociologique, le public des TQR se rapproche de celui rencontré par Véronique Altglas lors de son étude sur les milieux spirituels faisant partie de la « nébuleuse mystique ésotérique » (en particulier le néo-hindouisme et le Centre de la Kabbale, mais aussi les pratiques de yoga et de méditation). Ce rapprochement peut aider à comprendre les affinités entre le TQR et ce qu'on appelle le New Age, qui sera abordé dans la deuxième partie de ce travail (chapitre 3).

Pour la sociologue, le genre et la classe sociale déterminent fortement la nature des bricolages spirituels contemporains à l'œuvre dans cette nébuleuse (Altglas, 2014 : 329). Selon elle, les “*soft skills*” – telles que le contrôle des émotions, l'ouverture d'esprit, la flexibilité, les qualités relationnelles – acquises avec les ressources spirituelles et le développement personnel, ainsi que le fait d'avoir un capital culturel important, sont des qualités valorisées dans la vie sociale et professionnelle de ce public majoritairement féminin (Altglas, 2014 : 329). Cela expliquerait en partie, selon sa lecture bourdieusienne, leur attrait pour ce type de ressources spirituelles.

Altglas mentionne comme type de professions qu'elle rencontre dans ces milieux au cours de son étude les secteurs médicosocial, thérapeutique, éducatif, artistique et culturel. Cela correspond aux profils que j'ai le plus souvent rencontrés sur mon propre terrain : beaucoup de participantes ont fait des études universitaires ; certaines sont chercheuses, rattachées au monde associatif ou conseillères en environnement ;

d'autres occupent des métiers de soin, sont thérapeutes, institutrices dans des pédagogies alternatives, artistes ou encore herboristes.

1.5.3. Un cercle de femmes

Les participantes des Traversées qui reconnectent se rencontrent dans leur inquiétude par rapport aux désastres écologiques et pour l'avenir des sociétés et/ou dans le besoin de prendre soin d'elles et d'avancer sur elles-mêmes. Par contre, les idées féministes revendiquées comme telles n'étaient pas très présentes dans les groupes que j'ai rencontrés, volontairement non mixtes. J'ai même, au contraire, entendu plusieurs femmes s'affirmer non féministes, ou méfiantes par rapport au féminisme. Une vision du genre insistant sur la complémentarité entre le féminin et le masculin circulait largement dans ces cercles.

Initialement conçu pour des groupes mixtes, le TQR est donné ici pour des cercles de femmes. Il est intéressant de questionner les raisons et justifications de ce choix de la non-mixité par la facilitatrice et par les participantes.

Certaines participantes trouvent qu'il faudrait que les hommes puissent avoir accès aux Traversées et aimeraient elles-mêmes pouvoir vivre cette expérience en mixité, parfois avec leur propre compagnon. Pour une partie d'entre elles, le fait de vivre entre femmes pendant plusieurs semaines était, au départ, une source d'appréhension. Plusieurs témoignent après coup de leur passage de la méfiance à l'enthousiasme, comme ces deux participantes :

« Pendant deux semaines avec toutes des femmes, ça c'était la réserve que j'avais. Je me rappelle bien que j'avais évoqué ça, j'avais dit que j'espérais que le fait d'être entre nanas pendant quinze jours comme ça en nature close, ça n'allait pas me peser trop. Et (...) j'ai pu vérifier que c'était le contraire. Que j'ai *adoré* ces connexions entre femmes. *Autant* qu'avec la nature ».

(Entretien avec Elisa, mars 2021)

« Je pense que j'étais surtout intéressée par – et j'avais peur – par la notion de groupe, de rester dans un groupe pendant un long temps. (...) C'était vraiment ça, oui, sortir de ma zone de confort à plein de niveaux. J'ai un

discours sur moi que je suis plutôt bonne copine avec les garçons, avec les hommes qu’avec les femmes, et donc d’être avec une communauté de femmes c’était innovant ».

(Entretien avec Nathalie, 2020)

Le fait que cela représente un défi pour une partie d’entre elles constitue en soi une raison importante pour Aline de réserver ses Traversées aux femmes. Benedikte Zitouni souligne une réflexion similaire de la part des femmes ayant fait partie des mobilisations écoféministes qui ont pris leur source dans les années 1980 : elles se sont rendu compte que, explique-t-elle, alors qu’elles avaient été éduquées à se voir entre elles comme des compétitrices, se mobiliser ensemble leur avait appris à cultiver l’amour entre elles et avait constitué pour elles une libération (PointCulture Genres, 2020 : 20’20’’). Selon les écoféministes, et Aline adhère à cette idée, il y aurait des liens de sororité à réaffirmer après une longue histoire de compétition et d’isolement des femmes depuis les chasses aux sorcières (j’y reviendrai). Cette notion de sororité apparaît dans les Traversées notamment lorsque certaines participantes nomment les autres leurs « sœurs » (ce qui n’est d’ailleurs pas au goût de toutes). Le terme « *sœurcière* », qui conjugue la figure de la sorcière et le principe de sororité, est préféré par d’autres.

L’idée que la non-mixité puisse aider la parole des femmes à se libérer est également présente : l’entre-soi permettrait de se sentir plus à l’aise dans les discussions de groupe et de partager sur des sujets sensibles, personnels. Le rapport au corps, à la pudeur et à la nudité (baignades dans la rivière, toilettes, etc.) est aussi plus tranquillement vécu du fait d’être entre femmes, estiment certaines. Ce qui amène à une autre raison majeure invoquée pour justifier le choix de non-mixité, qui est d’éviter les enjeux de séduction présentés comme inévitables dans les cercles mixtes – ce qui révèle aussi une certaine hétéronormativité.

« Pour moi ça [la non-mixité] c’est plutôt un gage de réussite. J’ai quand-même souvent eu le sentiment que dans les groupes, dès qu’il y a des deux sexes, il y a des jeux qui se jouent. Qu’on le veuille ou non, il y a des jeux qui se jouent (...), auxquels je n’ai pas envie de jouer quand j’ai envie d’aller plus loin. (...) je ne voulais pas que tout ça soit embrouillé avec des jeux de

séduction, de jalousie, de regards ; je trouve que c'est tellement plus simple entre femmes ».

(Entretien avec Françoise, 2020)

Un groupe d'hommes est généralement invité lors des Traversées à rejoindre le cercle de femmes pour une durée d'une journée. Toute forme de séduction est alors explicitement exclue du cercle mixte ainsi formé, afin d'éviter que les relations en duo affectent la dynamique du cercle dans sa globalité. L'arrivée des hommes est souvent marquée par une première réaction de malaise et de rejet, qu'Aline s'étonne de continuer à voir (notes de terrain, septembre 2019). Les participantes s'inquiètent de voir l'atmosphère de leur groupe changer avec l'arrivée d'un autre groupe, masculin qui plus est. L'idée derrière cette rencontre entre hommes et femmes est de travailler sur les relations entre les genres, perçues comme affectées par l'histoire longue du patriarcat.

Chapitre 2 : Agir avec le désespoir

2.1. L'individu aux prises avec des enjeux globaux

Selon l'analyse du sociologue Zygmunt Bauman, les pays occidentaux sont entrés dans une « nouvelle phase de la modernité », qui va « de pair avec une extrême précarisation des liens, qu'ils soient intimes ou sociaux » (de la Vega, 2014 : 101). Bauman pointe, avec son concept de « modernité liquide », la responsabilisation individuelle face à des problèmes globaux, ainsi que l'anxiété générée par cette inadéquation entre les moyens d'action individuels et les risques globaux (Robertson, 2007 : 3). La « liquéfaction » des institutions modernes auparavant structurantes et stables induirait ainsi un grand sentiment d'insécurité dans les sociétés occidentales contemporaines (Robertson, 2007 : 2). La peur est « bien plus qu'une simple inquiétude devant l'inconnu ou l'incertain : elle a sa propre puissance et génère ses propres effets, en voyant partout les signes qui la justifient » (Robertson, 2007 : 2-3).

La crise écologique met les individus face à une menace globale particulièrement anxiogène. Cette crise multifactorielle à l'issue incertaine influe ainsi sur la psyché individuelle, donnant lieu au phénomène de l'*éco-anxiété**, qui peut se définir comme « la crainte d'un effondrement climatique ou d'un effondrement du monde » (Desveaux, 2020 : 108), qui peut trouver différents destins, tels la colère, l'abattement, le déni, ou encore la perte de capacité à se projeter dans l'avenir » (115).

Les récits d'effondrement véhiculés par la *collapsologie** participent à la propagation de cette éco-anxiété. Il existe des affinités entre la collapsologie et le TQR, non seulement au niveau de la conception d'une société au bord de l'effondrement et de la distinction entre un monde en désuétude et un « après » à penser, mais aussi au niveau de leurs acteur·rice·s. On retrouve en effet des personnalités comme Pablo Servigne et Gauthier Chapelle, références majeures de la collapsologie, parmi les facilitateur·rice·s de TQR francophones. L'investigation de Jean Chamel lui a permis de constater que les personnes faisant partie des réseaux de collapsologie et d'écopsychologie (TQR) sont passées par les mêmes « écoles » : Findhorn

(communauté écologique et éco-spirituelle écossaise, fréquentée par Joanna Macy et présentée à la fin de la dernière édition du livre de Macy & Young Brown), le Schumacher College (près de Totnes, école co-fondée par Satish Kumar et qui organise un master en sciences holistiques), ainsi que des lieux inspirés par des pédagogies alternatives telles que Steiner-Waldorf, Freinet ou Montessori (Chamel, 2019 : p. 70-75).

Il s'agit dans le Travail qui relie de « faire le deuil d'un monde qui meurt », pour reprendre le titre d'un article de Jean Chamel à propos de la rencontre, dans les sessions de TQR auxquelles il a participé, entre collapsologie et écospiritualité (2019). D'accepter, en quelque sorte, la fin du monde tel qu'on le connaît, avec tout un lot de pertes effrayantes (de biodiversité, d'un certain mode de vie, de confort...), pour se préparer et participer à une transition, une mutation même, vers un nouveau monde pétri de valeurs alternatives à celles qui dominent aujourd'hui.

Face à la première réaction de ses amies à son retour de TQR, qui a été de poser des questions très concrètes à propos du fait de vivre sous tente et de ne pas avoir de salle-de-bain, se disant qu'elles « ne pourraient pas en profiter », Elisa répond avec cet imaginaire de l'effondrement :

« Je trouve ça intéressant, de sentir comment on peut résister, dans une situation (...) où on est moins gâté que d'habitude. Comment on peut résister dans ces circonstances où on n'a pas toutes nos habitudes, où on n'a pas tout notre petit confort. En plus je trouve, personnellement, que c'est une très bonne leçon pour ce qu'on va être amené à vivre ».

(Entretien avec Elisa, mars 2021)

L'effondrement n'est cependant pas perçu comme inévitable dans la pensée de Joanna Macy ni dans les TQR auxquels j'ai participé. Macy identifie trois « histoires » possibles pour le futur, entre lesquelles il va falloir choisir : l'option du *business as usual*, qui consiste à continuer à croire au progrès, le scénario de l'effondrement, qu'elle appelle la « grande désagrégation » et enfin l'histoire du Changement de cap, qu'elle estime encore possible (Egger, 2015 : 247). Pour y parvenir, il s'agit pour elle de transmettre une « espérance active » (*active hope*), qu'elle préfère à celle d'*espoir*,

qui rend aussi passif et apolitique que le fait d'abandonner tout espoir, de ne pas croire à la possibilité d'un changement de société positif (Egger, 2015 : 248).

Joanna Macy a conçu le Travail qui relie avec le but d'aider les individus à sortir de l'apathie politique induite par le refoulement de l'anxiété profonde qu'ils éprouvent pour le monde. Mis sur pied à la fin des années 1970 et au cours des années 1980, cet outil reste tout à fait dans l'air du temps. Au moment où Macy développe le TQR (et où l'écoféminisme émerge), la menace nucléaire est la première source d'alimentation des sentiments de peur et d'impuissance face à la possibilité de la destruction de la terre ; aujourd'hui, les dérèglements climatiques ont pris sa place dans les imaginaires (Hache, 2016 : 33).

2.2. Le TQR au croisement de courants de pensée écologistes

Lors de leur création aux États-Unis, les ateliers de Travail qui relie répondaient au nom de « travail sur le désespoir et réappropriation de son pouvoir » (Macy & Young Brown, 2018 : 17). Ils ont été introduits en France et en Belgique il y a une dizaine d'années en tant qu'« ateliers d'*écologie profonde* » et peuvent être considérés, selon Macy, comme une « thérapie communautaire » : « surmontant l'évitement et l'engourdissement, ce travail psychologique et spirituel aiguise la conscience de notre détresse collective » (dans Hache, 2016 : 173-174). Le guide pratique du Travail qui relie écrit par Joanna Macy et Molly Young Brown s'intitule « *Écopsychologie pratique et rituels pour la terre* ». Emeline De Bouver et Charlotte Luyckx rapprochent l'écopsychologie de l'*écosophie* d'Arne Næss, qui place les croyances culturelles modernes à la racine de la crise écologique (De Bouver & Luyckx, 2019 : 5). Jean Chamel décrit le TQR comme un outil de *transition intérieure* (Chamel, 2019 : 75) et le lie au courant *New Age* (Idem : 78). Jérémie Cravatte, lui, met au jour les affinités entre cette écopsychologie et la *collapsologie* (2019 : 18).

C'est dans tous ces courants de pensée relativement récents et en vogue que le Travail qui relie puise pour se construire une base théorique, sur laquelle viennent se greffer des pratiques inspirées de la psychologie bouddhiste, du (néo-)chamanisme, du mouvement *New Age*, de l'écoféminisme néopaïen de Starhawk...

Le Travail qui relie, racontent Macy et Young Brown, émerge de la rencontre entre trois éléments (2018 : 28). Les récentes avancées scientifiques, tout d'abord, qui mettent l'accent sur les relations et l'interdépendance du vivant (*théorie des systèmes vivants**, *théorie de Gaïa**). Ensuite, ce qu'elles appellent les « enseignements anciens », soit les traditions spirituelles, qui tendent à voir le monde comme un « tout dynamiquement interconnecté » : les religions centrées sur la Terre (chamanisme, néo-paganisme, réappropriation de l'ancienne religion de la Déesse...), les religions abrahamiques (Islam, Christianisme, Judaïsme), les enseignements bouddhiques (Macy et Young Brown, 2018 : 62-64). Enfin, l'anxiété provoquée par les menaces pesant sur la planète qui remet en question la prépondérance de l'ego humain (28). Le croisement entre ces différents aspects marquerait pour elles le début d'un tournant nécessaire vers un nouveau paradigme, appelé aussi le *Changement de cap*, que le Travail qui relie tente de penser tout en l'expérimentant, à petite échelle.

Dans les Traversées que j'ai moi-même vécues, la démarche et les influences de Macy étaient explicitées, tout comme l'origine et le mode de transmission de pratiquement chaque exercice et chaque idée. L'univers hétéroclite ainsi créé n'a pas pour autant des contours théoriques clairs. Il puise dans des courants de pensée différents et utilise des sources diverses (livres, recherches académiques, romans, contes, vidéos, interviews, discussions...).

Il y a, lors des Traversées, des partages de connaissances et *brainstormings* à propos d'alternatives existantes ou de valeurs pour un nouveau paradigme non-dualiste. On rechigne pourtant à qualifier ces moments de théoriques ou mentaux, ceux-ci entrant apparemment en contradiction avec le but affirmé de faire fonctionner d'autres formes d'intelligence que la raison. Plusieurs participantes se disent d'ailleurs contentes de « revenir dans leur corps » après ces moments de discussions intellectuelles.

« J'ai beaucoup plus besoin de passer par l'expérience que par les explications et par le mental. Je ne suis pas du tout dans le mental. Du coup, c'est vrai que c'étaient des choses difficiles par exemple pour moi dans les propositions en TQR, les moments de discussions (...), d'échanges d'avis etc. ».

(Entretien avec Laetitia, 2021)

L'objet des Traversées qui reconnectent est d'initier un changement de vision, mais en passant plutôt par l'expérimentation que par des exposés théoriques²¹. Ce qui ne veut pas dire qu'aucune théorie n'y est jamais évoquée, ni, a fortiori, que ce qui y est développé ne se base pas sur une certaine analyse du monde influencée par des auteur·e·s et des courants de pensée situés. La théorie peut d'ailleurs se révéler une précieuse alliée lorsqu'il s'agit d'expliquer et de justifier le Travail qui relie à des personnes qui le découvrent. La dimension spirituelle, qui s'immisce entre les lignes, sera abordée plus loin (chapitre 3).

Le TQR est un outil qui s'inscrit dans plusieurs courants, que les points suivants s'emploieront à retracer, en se basant sur des explications de Joanna Macy et des exemples de terrain.

2.3. L'écosystème de la transition : combiner les modes d'engagement

E. De Bouver et C. Luyckx distinguent six profils-type d'engagement au sein de ce qu'elles appellent « l'écosystème de la transition ». Il y a d'abord les *éco-innovateur·rice·s*, qui considèrent que la crise écologique nécessite avant tout une transition énergétique et des innovations techno-scientifiques (De Bouver & Luyckx, 2019 : 1-2). Ensuite, les *alterconsommateur·rice·s* qui invitent à repenser les modes de vie et de consommation occidentaux ainsi que « la porosité entre actes individuels et réalités collectives » (p. 2-3). Troisièmement, les *convivialistes* qui estiment que la crise écologique est d'abord une « crise de la séparation », et qu'il faut lui opposer l'intelligence collective et l'expérimentation du vivre-ensemble et de la démocratie (p. 3). Le quatrième type d'engagement, l'*éco-activisme*, se concentre sur les questions structurelles et considère la crise écologique comme la crise d'un système politique et économique (p. 4). Cinquièmement, les *écosphes* mettent l'accent sur les croyances et représentations culturelles modernes, invitant à « repenser nos représentations de la “vie réussie”, du succès, de l'abondance, du travail, mais aussi de l'humain, de la

²¹ Aline me précise lors d'une discussion que les facilitateur·ice·s de l'association Terr'Eveille intègrent plus facilement des moments de l'ordre de la conférence dans leurs TQR. C'est particulièrement le cas pour les scientifiques qui animent des stages de Travail qui relie, comme Dominique Bourg, Pablo Servigne ou Gauthier Chapelle. Elle ajoute que le public est alors différent du sien, car les participant·e·s s'attendent à cet apport théorique. (Entretien avec Aline, mai 2020).

nature et de leur relation » (De Bouver & Luyckx, 2019 : 5). Enfin, les *éco-spiritualistes* cherchent les causes de la crise écologique et du consumérisme dans la manière dont on a eu tendance à « répondre aux angoisses existentielles inhérentes à la nature humaine » et estiment que « la révolution écologique sera d’abord une évolution intérieure » (Idem : 6).

Ces profils, résumés ici très brièvement, sont poreux, combinables, complémentaires. On retrouve ces six types d’engagement parmi les participantes des Traversées qui reconnectent, mais aussi dans le programme même de ces stages, lors desquels : on change d’alimentation, on expérimente la simplicité (profil 2) et le vivre-ensemble (profil 3) ; cette forme de retraite, dans le « temps long », participe d’un travail de « guérison des blessures et angoisses qui les nourrissent afin de développer une *intériorité citoyenne* » (d’Ansembourg, dans De Bouver & Luyckx, 2019 : 6) (profil 6) ; la dernière phase de la spirale du TQR peut donner de l’élan pour un éco-activisme actif (profil 4), et ainsi de suite.

Toutefois, le mode d’engagement le plus représentatif de la démarche du Travail qui relie est le cinquième, l’activisme écosophique, pour lequel la crise écologique a des causes profondes, enracinées dans un paradigme englobant qu’il s’agit de changer.

« Une réflexion sur les héritages philosophiques de la crise écologique mène [...] à réfléchir à des alternatives non seulement techniques, économiques et politiques, mais aussi anthropologiques (une autre vision de l’humain) et ontologique (une autre vision de la réalité) à la crise écologique ».

(De Bouver & Luyckx, 2019 : 5)

Un enjeu-clé pour cela, disent les deux auteures, est de repenser notre lien à la nature et de revaloriser ce que la modernité a rejeté, comme l’émotion, l’intuition, le soin... Mais aussi d’engager « un travail de *reliance* à soi, aux autres et à l’environnement » (De Bouver & Luyckx, 2019 : 5-6).

Pour De Bouver et Luyckx, l’écosophie peut être *deep ecologist* (relevant de l’écologie profonde), *écoféministe* ou *écopsychologiste*, trois courants qui feront l’objet des points suivants et permettront de comprendre le cadre de pensée dans lequel évolue le Travail qui relie.

2.3.1. Écologie profonde

L'écologie profonde est pensée dans les années 1970 par Arne Næss. Il s'agit d'un mouvement « d'inspiration écophilosophique » que Næss qualifie d'*écosophie* et qu'il définit comme « une philosophie de l'harmonie ou de l'équilibre global ». Elle se base sur des faits (pollution, état des ressources naturelles, densité de population, etc.) mais aussi des valeurs sur lesquelles mettre la priorité, ce qui donne à ce courant une dimension normative, globale et politique (Næss : 128-129).

Næss accorde une place centrale aux principes de diversité et de non-violence, estimant, d'une part, que la vie répond à une norme de maximisation de la richesse spécifique et de la diversité des modes de vie et savoir-faire des humains et non-humains ; et privilégiant, d'autre part, l'importance évolutive de la symbiose à l'hypothèse darwiniste de la loi de la jungle (Næss, : 92).

L'écologie profonde s'oppose à l'écologie dominante, que Næss qualifie de *superficielle* parce qu'elle se limite à l'action sur les conséquences (pollution, épuisement des ressources) et se concentre sur les pays développés (Næss, p. 119). Pour l'écologie profonde, ce type d'action n'en est qu'un parmi d'autres et doit s'accompagner d'autres priorités : prendre une « position anticlasse » ; tendre vers la *complexité* (multiplicité de facteurs, d'interactions, de modes de vie...) plutôt que la *complication* ; favoriser l'autonomie locale et la décentralisation ; partir des principes d'« égalitarisme biosphérique » (biocentrisme), de diversité et de symbiose ; privilégier une approche relationnelle, qui stipule que les relations entre les êtres vivants sont intrinsèques à ces derniers (Næss : 120-126).

L'existence d'un « soi écologique », est une idée importante de l'écologie profonde, développée en écopsychologie (cf. point suivant) et reprise par Macy et Young Brown (2018 : 59). Selon Eric Charmetant, l'écologie profonde marque le début d'une nouvelle spiritualité basée sur la réalisation de Soi, entendue comme « un processus d'ouverture jamais achevé du moi à l'ensemble de l'écosystème » (Charmetant, 2015 : 28).

« L'Univers est *mon* univers, non celui de mon ego mais celui du Soi agrandi que nous avons en commun » (Næss : 94).

Je reviendrai sur cette dimension spirituelle, qui a par ailleurs prêté le flanc à la critique, dans la deuxième partie de ce travail.

La vision étendue du « soi » ainsi que l'attention portée aux liens pointent la capacité des êtres humains à « s'identifier avec toutes les créatures vivantes », à percevoir la variété de modes de penser, de vivre et de se comporter et, enfin, à éprouver la joie et la tristesse des êtres vivants (Næss : 92). La joie est centrale dans l'écophilosophie de Næss, pour qui l'action est le seul remède à la tristesse (p. 138). L'empathie avec les autres qu'humains et la réception de leurs peines et leurs joies sont revendiquées lors des TQR. Une participante affirme par exemple, au retour de la forêt, avoir senti la joie de cette dernière d'accueillir le groupe bienveillant et attentionné. Lors d'un cercle de parole, une autre femme exprime avec beaucoup de peine le message de désespoir qu'elle a reçu de la part des arbres (notes de terrain, septembre 2019).

2.3.2. Écopsychologie

Pour Joanna Macy, son processus trouve sa base théorique du côté de l'écologie profonde et de la théorie des systèmes, alors que l'écopsychologie est pour elle un mouvement apparenté (Macy & Young Brown, 2018 : 60). Cependant, la réflexion de Macy a inspiré cette discipline récente (Hache, 2016 : 395 ; Egger, 2015 : 13), et le TQR est largement considéré comme un processus écopsychologique. En témoigne par exemple la traduction française du titre du livre de Joanna Macy et Molly Young Brown, qui sert de manuel à tout·e facilitateur·trice de Travail qui relie : de « Coming Back to Life : Practices to Reconnect Our Lives, Our World »²², il est devenu « Écopsychologie pratique et rituels pour la terre : revenir à la vie ».

Ce courant part d'une critique de la psychologie occidentale contemporaine, qui néglige dans son analyse les effets des relations au monde naturel sur la santé mentale des individus pour se centrer sur l'ego et les relations inter-individuelles. L'écopsychologie, au contraire, accorde de l'importance à l'inclusion des humains dans leurs écosystèmes et aux affects que la destruction et le fait d'être séparés de ces derniers crée chez les premiers.

²² « Revenir à la vie : pratiques pour reconnecter nos vies, notre monde »

Le Travail qui relie accorde beaucoup de place aux émotions induites par la destruction des écosystèmes, qui composent ce qu'on appelle l'*éco-anxiété* : la peur, la colère, la tristesse, la culpabilité... Le point de départ de Joanna Macy est l'idée selon laquelle la crainte d'éprouver de la douleur et de la peur conduit à un refoulement de notre souffrance pour le monde (cette dernière étant pourtant utile), qui provoque lui-même une certaine apathie politique. Elle tente de comprendre les origines de ce mécanisme afin de le déjouer au mieux.

« Cette douleur est le prix de la conscience dans un monde menacé et souffrant. Dans tous les organismes, la souffrance a une finalité : celle d'un signal d'alarme. Non seulement elle est naturelle, mais c'est une composante indispensable de notre guérison collective »

(Macy & Young Brown, 2018 : p. 36).

Les sources du refoulement, disent Macy et Young Brown, sont en partie psychologiques : la peur de souffrir, de désespérer, de paraître morbide, ignorant ou faible, la peur de culpabiliser, de provoquer de la détresse, d'être impuissant, et le fait que nous soyons conditionné·e·s à croire en un « soi » séparé du monde (Macy & Young Brown, 2018 : p. 37-40). À cela s'ajoutent des sources socio-économiques telles que le contrôle de l'information, les pressions liées au travail et la violence sociale. Egger précise à ce propos que certain·e·s écopsychologues estiment que renouer avec la nature et changer de modes de penser et de connaître ne peuvent suffire à résoudre la crise écologique. Pour ces penseur·se·s, il est nécessaire de prendre en compte les structures sociales et économiques qui prennent part à ce paradigme (Egger, 2015 : 30). Ainsi Joanna Macy explique que, alors que ses premiers écrits considéraient principalement les causes psychologiques du refoulement, elle admet aujourd'hui l'importance des sources socio-économiques (Macy & Young Brown, 2018 : 41-42).

Elles reprennent le terme du psychiatre Robert J. Lifton, qui qualifie ce refoulement d'« analgésie psychique » :

« Comme l'analgésie psychique opère au niveau collectif, tout comme en chacun, elle produit une liste interminable de maux courants dans notre culture : fragmentation, aliénation, fuite devant la réalité, addictions,

violences aveugles, passivité politique, déresponsabilisation, suppression d'informations vitales, diminution des performances, sentiment d'impuissance et “burnout” ou épuisement complet... ».

(Macy & Young Brown, 2018 : p. 43)

L'objectif principal du Travail qui relie est dès lors de sortir de l'apathie pour « nous éveiller, comme d'un sommeil de plusieurs millénaires, à une relation entièrement nouvelle à notre monde, à nous-mêmes et aux autres », et par là faire place à un « Changement de Cap » (Macy & Young Brown, 2018 : p. 47).

Pour cela, il s'agit de reconnaître les émotions qu'on peut éprouver pour le monde, en tant que nous-mêmes partie intégrante de la « toile de la vie ». L'écopsychologie part du principe qu'il existe un « Soi écologique » (Chamel, 2014 : 12 ; Macy & Young Brown, 2018 : 59), inspiré par l'écologie profonde d'Arne Næss.

« Derrière l'idée d'interdépendance du monde, c'est qu'il n'y a pas de soi. Il y a une grande toile. Donc peu importe ce que tu guéris – si tu guéris ce que toi tu crois être ta petite vie ou si tu guéris quelque chose de plus large – ça n'a pas d'importance, c'est dans la toile. Enfin, la guérison est pour la toile de toute façon. S'il y a une maille dans la toile qui ne va pas bien et qui s'appelle Estelle, si elle nettoie cette maille, elle va renforcer toutes les mailles qui sont autour d'elles. Donc c'est quitter l'histoire de croire qu'on est égocentré parce qu'on ne s'occupe que de soi... C'est quoi le soi ? Un morceau de vie dans le tissu... ».

(Entretien avec Aline, mai 2020)

L'objectif de l'écopsychologie « n'est pas seulement de soigner [une] personne au moyen de la nature, mais – selon les termes de Macy – de l'“empuissancer” (*empowerment*) » (Egger, 2015 : 30).

En écopsychologie, les rapports entre écologie et psychologie ne sont pas unilatéraux. La psychologie a besoin de l'écologie pour comprendre la psyché humaine, car nous sommes touché·e·s par la souffrance de la planète, mais l'inverse est également vrai. L'écologie a besoin de la psychologie et de sa compréhension du mode de fonctionnement humain afin de permettre le changement de paradigme nécessaire face

aux désastres environnementaux (Egger, 2015 : 16-17). L'articulation de ces deux domaines mène à les transformer l'un et l'autre (Idem : 31).

Pour M. M. Egger, « l'écopsychologie se veut "radicale", au sens où elle entend remonter aux racines de la crise écologique. Ces racines sont liées à un système de représentation de la nature et de l'être humain, couplé à un mode de connaissance » (Egger, 2015 : 29). L'enjeu, pour les écopsychologues, est de sortir du double dualisme humain/nature et intérieur/extérieur qui fonde notre rapport au monde moderne occidental (Idem : 20). Pour opérer ce changement de paradigme, que Joanna Macy appelle le « changement de cap » (Idem : 13), il s'agit d'une part de restaurer le « lien essentiel, non seulement biologique, mais émotionnel et plus encore ontologique » qui existe entre l'être humain et la nature, et d'autre part de comprendre (par l'expérience) que les êtres non-humains ont, tout comme les êtres humains, une âme qui participe à « l'âme du monde » (Egger, 2015 : 21-22). Je reviendrai sur la question du lien ontologique à la nature dans le troisième chapitre.

2.3.3. Écoféminisme

Joanna Macy, si elle cite ses nombreuses sources d'inspiration (bouddhisme, « nouvelles sciences », « spiritualités premières » (Macy & Young Brown, 2018 : 18), mais aussi écologie profonde et écoféminisme), ne se réclame pas facilement elle-même de courants de pensée particuliers. Pourtant, s'approchant des idées écoféministes et ayant côtoyé des penseuses écoféministes, elle a été reliée à ce mouvement, apparaissant par exemple dans le recueil de textes écoféministes d'Émilie Hache, livre-référence en la matière (Hache, 2016 : 161). Aline, qui réserve ses sessions de TQR aux femmes et s'intéresse à l'écoféminisme, se voit elle aussi régulièrement définie par cela alors qu'elle ne se met pas elle-même dans cette catégorie. Lorsque je suis arrivée sur mon terrain, j'espérais étudier une forme d'écoféminisme mis en pratique²³. Il a fallu que je me rende à l'évidence : les femmes

²³ Ceci après avoir produit, dans le cadre du master d'anthropologie de l'UCLouvain, un travail de recherche théorique sur ce mouvement, intitulé « Bricolages écoféministes : créer des connexions, fabuler des récits » (2019). Travail non publié.

que j'ai rencontrées ne s'identifient pas comme écoféministes, et la plupart n'en ont même jamais entendu parler.

Il reste intéressant de pointer certaines similitudes fondamentales entre les TQR que j'ai vécus et les mouvements écoféministes, d'abord parce que des références ont été faites lors de ces Traversées tant au mouvement qu'à certaines de ses figures (la sorcière altermondialiste Starhawk, en particulier), ensuite parce que la littérature écoféministe permet de comprendre certains aspects de ces TQR.

En premier lieu, la manière de penser et analyser la modernité occidentale en revisitant l'histoire du point de vue de la domination des humains sur la nature et des hommes sur les femmes. Les écoféministes occidentales²⁴ mettent en avant l'imbrication des systèmes de domination et d'exploitation se trouvant à la base de la révolution scientifique et de la philosophie cartésienne, fondatrices de la modernité capitaliste et patriarcale (Merchant, dans Hache, 2016 : 129). Les écoféministes mobilisent en particulier la figure de la sorcière, chassée et tuée au cours des 16^e et 17^e siècles, pour comprendre l'émergence de cette modernité.

Cette relecture écoféministe des chasses aux sorcières est abordée lors des Traversées qui reconnectent sous forme de partages de connaissance à ce propos, en mobilisant Starhawk (2015), Silvia Federici, Carolyn Merchant et Mona Chollet. Le Temps des bûchers est vu comme un événement-loupe qui permettrait de comprendre l'institution d'un ordre capitaliste et patriarcal, qui aurait eu besoin de maîtriser les forces productives (ressources naturelles) et reproductives (femmes) pour se mettre en place (Federici, 2004 : 23). On en considère également les effets encore présents aujourd'hui, en tant que trauma affectant encore aujourd'hui les femmes (Chollet, 2018) ainsi que les relations entre elles et entre hommes et femmes : d'où le besoin de sororité revendiqué lors des Traversées, ainsi que l'idée selon laquelle les relations entre hommes et femmes ont besoin d'être réparées, apaisées. Il est important de noter que les participantes ne connaissaient pas toutes le Temps des Bûchers avant cette discussion (dans chacun des deux groupes de quatorze femmes dont j'ai fait partie, environ cinq ou six d'entre elles s'étaient renseignées sur le sujet), et elles ne s'estimaient pas sorcières. Par contre, certaines se sont mises au fil du séjour à

²⁴ Les écoféminismes sont nombreux et regroupent des mouvements de femmes de nombreuses régions du monde. Je me concentre ici sur les analyses d'écoféministes occidentales (Europe de l'Ouest et Amérique du Nord), qui correspondent au contexte de mon propre terrain d'étude.

surnommer les femmes du groupe *sœurs*, *sœurcières* ou *sourcières* en référence à la figure de la sorcière et à la sororité.

Ensuite, l'importance accordée aux émotions dans la lutte politique constitue un lien primordial entre ce que cherchent à faire passer les écoféminismes et le Travail qui relie. Les émotions ne sont propres aux femmes, mais il « crucial politiquement d'apprendre collectivement à les prendre en compte, hommes et femmes » (Hache, 2016 : 20-21)

« Elles [les écoféministes néopaiennes] étaient à Seattle, à Gênes, à Québec, au cœur du mouvement altermondialiste dont le cri, « Un autre monde est possible ! », cassant en deux la chape de plomb écrasante du néolibéralisme triomphant, était nourri de cette capacité collective des sorcières écoféministes de résister au désespoir comme au sentiment d'impuissance »

(Hache, 2016 : 40).

« Penser au bord du gouffre » (Isabelle Stengers), « agir avec le désespoir » (Joanna Macy), « rêver l'obscur » (Starhawk, sorcière écoféministe) pour le transformer en puissance d'action et en possibilité de penser le changement. C'est ce que cherche à produire le passage entre la deuxième phase du TQR, honorer la peine (entendue comme la tristesse mais aussi la colère, l'impuissance, la peur), et la troisième : changer de vision. On retrouve le même passage d'une émotion incapacitante à d'autres, « empuissançante » (*empowering*) lors de la *Women's Pentagon Action*, événement connu comme « l'une des actions les plus spectaculaires des mobilisations écoféministes ayant eu lieu durant les années 1980 », soit au début de ce mouvement (Hache, 2016 : 14). Il s'agissait d'une marche antinucléaire, aux Etats-Unis, composée de plusieurs temps théâtralisés, visuels, représentant la succession de trois états : le deuil / la tristesse, la colère, et enfin l'*empowerment* et la joie (Hache, 2016 : 13).

Pour Laura Silva Castaneda, sociologue de l'environnement et facilitatrice de sessions de Travail qui relie, les écoféministes culturelles (qu'elle oppose aux écoféministes socialistes/matérialistes) cherchent à renouer un lien intime avec la terre et avec leur corps, s'opposant à une culture qui a créé une coupure entre nature et culture, mais aussi entre corps et esprit (2020 : 2). C'est pourquoi les discours et pratiques écoféministes incluent les émotions, les sens, le corps, « voire même les vibrations et l'énergie » (Silva Castaneda, 2020 : 3). L'auteure ajoute que ce « mode de rapport

intime implique d'ailleurs de déployer d'autres formes d'expression et de partage : la poésie, l'art sous toutes ses formes mais aussi le rituel » (Silva Castaneda, 2020 : 3). Tous ces aspects se retrouvent dans les Traversées qui reconnectent, comme on le verra en particulier dans les chapitres trois et quatre.

Les Traversées qui reconnectent rappellent également les communautés rurales de femmes créées dès la fin des années 1970 et ayant persisté pendant une trentaine d'années (Hache, 2016 : 51). Il s'agit en effet d'expérimentations concrètes d'un rapprochement de la nature, d'un vivre-ensemble en non mixité, d'un mode d'habiter à caractère utopique, hors des systèmes de domination – thème par ailleurs récurrent de la science-fiction (éco-)féministe. Il s'agit cependant ici de rester en lien avec le reste du monde, d'y revenir après quelques semaines pour travailler à y appliquer ces expériences.

Enfin, les écoféministes prônent non pas un renversement des hiérarchies, mais une revalorisation de qualités et domaines dits « féminins », comme l'empathie, le corps, les émotions, le soin. C'est principalement sur cette base qu'elles ont été taxées d'essentialistes, c'est-à-dire qu'on leur a reproché de partir du principe que les femmes seraient intrinsèquement plus proches de la nature et qu'il en découlerait une série de caractéristiques biologiquement déterminées attachées à chaque genre (par exemple : empathie, émotions, soin pour les femmes ; rationalité, pragmatisme, maîtrise pour les hommes). Cette accusation colle toujours à la peau de ce mouvement multiple, qui s'en est beaucoup défendu (Hache, 2016 : 29ss). Sur ce point cependant, la notion de genre que j'ai rencontrée lors des sessions de TQR n'est pas réellement conceptualisée ou déconstruite de manière féministe. Comme évoqué plus haut, certaines participantes s'affirment non féministes et revendiquent la complémentarité entre les hommes et les femmes ainsi que le fait d'être « femmes et fières » (référence au troisième chant repris en annexe), ce qui les rapproche d'une vision différentialiste et essentialiste du genre.

2.4. Trois piliers

Là où Emeline De Bouver et Charlotte Luyckx identifient six profils d'engagement, Joanna Macy regroupe les comportements nécessaires à la transition en trois catégories : l'expérience, le changement de vision (recherche, transmission, réflexion...) et la résistance (lutte, politique, militance...).

Lors de la troisième phase du TQR, celle du changement de vision, les moments de partage d'alternatives existantes et de réflexion sur les valeurs (modes d'être, de vivre, de faire, de connaître) à prôner pour un nouveau monde accordaient une attention particulière à ce « trépied » et au décroisonnement de ses piliers.

Lors de retrouvailles post-TQR, Aline et Jérôme, qui co-animent le groupe mixte d'une soixantaine de personnes ayant vécu une Traversée, appellent au partage de tout ce que les personnes présentes connaissent au sein du trépied, ou dont ils·elles font partie, soit de « tout ce qui va interagir pour faire basculer les choses » (notes de terrain, novembre 2019). Les idées fusent, mélangeant les trois types d'engagement, que je regroupe ici pour mieux comprendre ce à quoi ces « piliers » réfèrent²⁵.

Pour représenter le pilier de l'expérience, les personnes présentes évoquent la simplicité volontaire, la consommation locale, les monnaies complémentaires, la vie « en tribu », l'intergénérationnel, les « forces du cercle », le « faire-ensemble », l'intelligence collective, la mobilité douce, l'écoute de son corps et des autres qu'humains, les huttes de sudation, la méditation, le silence, la prière, l'ouverture aux nouvelles croyances, les qualités relationnelles, le fait de vivre des initiations, d'expérimenter le don, de nouvelles formes d'habiter, l'école du dehors, la déconnexion numérique, la rencontre avec le sauvage, l'authenticité, ralentir... On retrouve dans ces exemples d'une part des initiatives proches de l'alter-consommation, valorisant des changements de comportement individuel (posture du colibri), et d'autre part des expériences de l'ordre du convivialisme, valorisant notamment le soutien communautaire et l'intelligence collective (De Bouver & Luyckx, 2019 : 2-3). Plus que cela, on reconnaît dans ce pilier l'expérience du TQR même. Ce dernier se donne

²⁵ Le classement est donc d'autant plus arbitraire qu'il est le mien, à posteriori. Certaines des propositions qui suivent pourraient trouver leur place dans plusieurs piliers, ce qui est d'ailleurs justement le but du « décroisonnement » visé.

délibérément pour objectif de faire l'expérience d'un autre mode de vie, afin d'en montrer la possibilité mais aussi les bienfaits.

Dans le pilier du changement de vision, les membres du cercle parlent d'écouter « ceux qui n'ont pas la parole », soient les communautés humaines minorisées mais aussi les autres qu'humains, et de « s'inspirer des sagesses animales et végétales ». Sont également évoqués : la santé holistique, le fait de « croire en sa vision », l'action en conscience, le « respect du féminin en chacun de nous », la relation entre le « je » et le « nous », l'observation des contraires... Ces idées touchent à l'écosophie et à l'éco-spiritualité qui sont, on l'a vu, au fondement du Travail qui relie.

Pour le troisième pilier, qui est celui de la lutte politique, certaines personnes citent la lutte contre les violences envers les femmes, les gilets jaunes, la lutte des classes, la gouvernance partagée, la participation à des manifestations, l'allocation universelle, la remise en question de l'argent, la désobéissance civile. Ce pilier, auquel la dernière phase du TQR, « aller de l'avant », est censée accorder une place toute particulière, est moins présent que les deux autres tant dans ce cercle de parole (dans lequel on voit que les initiatives relevant de l'alter-consommation et du convivialisme sont plus nombreuses et spécifiques) que dans les autres groupes que j'ai côtoyés le temps de ma recherche.

Certain·e·s participant·e·s sont des éco-activistes très actif·ve·s, que cela soit dans l'association *Extinction Rebellion* ou dans d'autres organismes militants, mais ils·elles ne sont pas majoritaires et les termes « lutte » et « militance » induisent une certaine méfiance auprès d'une partie des membres de ces groupes.

Pour mieux comprendre ce malaise, restons dans la suite de la discussion rapportée ici. Après ce temps de partage d'initiatives et d'expérimentations de la transition, un exercice de changement de vision (étape quatre du TQR) est proposé : un « voyage éveillé »²⁶ au son du tambour, destiné à « laisser monter la vision » (plutôt que de « penser », précise Aline) d'un monde qui, en 2050, aurait connu un crash numérique mais pas d'effondrement au sens des collapsologues. Les « visions » qui en découlent

²⁶ Pratique de « visualisation créative » que Michael Houseman définit comme une « technique essentielle du New Age proche de la magie néopaienne (York, 2005 : 22), au cours de laquelle on s'efforce de produire une représentation mentale d'une situation future afin de la faire advenir » (2016 : 215).

sont ensuite partagées en sous-groupes et synthétisées pour les autres groupes. Elles ne manquent pas d'imagination et de créativité : un biomimétisme salvateur ; la capacité de communiquer avec les esprits de la nature ; des bactéries qui rendent les humains plus lucides et sensés ; la prise de conscience soudaine, grâce à ces mêmes bactéries, de l'absurdité de l'argent, du système d'éducation ou de l'insuffisance des sciences pour expliquer le monde...

Entendant ces scénarios d'apparence plus ou moins improbable et voyant l'hilarité générale face aux propositions les plus farfelues, Carine, éco-activiste engagée, prend la parole. Son groupe s'est bien moins amusé, dit-elle, car il a pris la question au sérieux : comment imaginer un changement radical de société en seulement trente ans, sans que cela s'accompagne de catastrophes naturelles et/ou démographiques ? Elle qualifie alors les propositions partagées ici « de l'ordre du bisounours », bien que sympathiques et enviables, car elles ne prennent pas en compte le fait qu'« on ne pourra pas s'en sortir sans lutte ». Ces propos suscitent dans la salle une réaction instantanée : les meneur·euse·s du cercle rappellent que la lutte n'est « *qu'un moyen* » parmi d'autres, et plusieurs personnes manifestent leur envie de croire à la possibilité d'obtenir, d'ici 2050, les changements désirés. Alors d'abord une personne, puis plusieurs, pointent qu'un *changement de vision* auquel « on veut croire » mais pour lequel on ne veut pas lutter n'a pas de sens. Ils·elles se désolent du dénigrement d'un des trois pôles qu'on dit pourtant vouloir intégrer, et rappellent la différence entre la lutte et la violence, tout en rapprochant plutôt la première de l'action, qui s'oppose, quant à elle, à l'inaction. Finalement, de nombreux hochements de têtes et applaudissements de sourds (outil de communication utilisé en intelligence collective pour exprimer son accord de manière visuelle sans encombrer l'espace sonore) montrent l'approbation de la majorité des personnes présentes, et la conclusion reste que la lutte, bien qu'utile, ne convient pas à tout le monde.

J'ai retrouvé cette ambivalence par rapport à la militance à plusieurs reprises lors des TQR dont j'ai fait partie. Lorsque je demande à Aline quelle est la place de la militance dans les Traversées qu'elle organise, elle me répond qu'elle en a vu peu. Et même, ajoute-t-elle, « certaines militantes deviennent non militantes », se rendant compte de leur besoin de faire de leur « bagarre extérieure » une « bagarre intérieure », de passer d'une lutte pour des causes spécifiques à une lutte « pour la vie ». « Et ça les a

énormément guéries et soulagées », ajoute-t-elle (entretien, mai 2020). Cela se rapproche du récit d'une participante, chrétienne pratiquante, qui, lors d'une Traversée, raconte son parcours au groupe : jeune, elle était très militante, mais le fait d'être « tout le temps dans la colère » étant épuisant, elle a eu besoin d'allier combat écologique et spiritualité, gratitude et prière afin de se rendre utile au changement le cœur apaisé (notes de terrain, juin 2020).

Aline estime qu'elle-même n'est pas militante, en tout cas pas « au sens où on l'entend (...), d'aller à toutes les manif, de faire des réunions pour préparer des manif... Voilà, ce n'est pas ma place du tout, ce n'est pas ma place. Je suis très touchée et inspirée par la forme de militance de Starhawk²⁷... Et en même temps je n'ai encore jamais été à une action forte à la Starhawk » (entretien, mai 2020).

2.5. Les valeurs du Changement de cap

Le tableau qui suit, loin d'être exhaustif, reprend les valeurs principales du changement de paradigme visé par ce qu'on a nommé plus haut les écosophes (écologie profonde, mais aussi écoféminisme et écopsychologie). Il est inspiré du tableau de M. M. Egger (2015, p. 144), adapté au terrain en reprenant un tableau du même genre présenté par Aline au TQR de septembre 2019 lors de l'entrée dans l'étape « changement de vision » et retravaillé sur base de deux *brainstormings* avec les participantes du TQR de juin 2020 à propos des valeurs du « nouveau monde » auquel on aspire.

Lorsqu'un tel tableau a été présenté au TQR de septembre, une des participantes a fait remarquer que la première colonne correspondait grosso-modo aux valeurs masculines, alors que la deuxième correspondait aux valeurs féminines. Cette vision renvoie à l'écoféminisme, qui prône la revalorisation de ce qui a été catégorisé comme féminin et naturalisé dans la foulée.

²⁷ Militante écoféministe néopaïenne, qui se considère comme une sorcière et met le rituel au service de la manifestation et de la désobéissance civile. J'en reparlerai plus longuement dans le chapitre 4.

« VIEUX MONDE »	NOUVEAU PARADIGME
Dualisme	Holisme
Exploitation	Soin (<i>care</i>)
Domination	Partenariat
Raison, intellect	Intuition, émotion, sensation, corps
Compétition, division	Complémentarité, coopération
Individualisme	Solidarité, lien, interdépendance
Inégalité	Justice
Anthropocentrisme	Biocentrisme
Monde compliqué	Monde complexe
Mécanisme	Organicisme
Monde comme globe	Terre-Mère, Toile du vivant
Droit de l'Homme	Droit du vivant
Valeur instrumentale	Valeur intrinsèque
Désenchantement du monde	Spiritualité de la nature
Transcendance	Immanence
Temps linéaire	Temps plié, temps profond, spirale
Croissance	Sobriété heureuse
Argent, profit, consumérisme	Service, échange, partage, don
Avoir	Être, faire
Monoculture	Permaculture
Hiérarchie	Décentralisation, autogestion, cercle
Spécialisation, expertise	Transdisciplinarité, décroissement
Médecine traditionnelle	Santé holistique
Développement personnel	Développement collectif
	Transition intérieure

Chapitre 3 : Reliance au vivant et ritualisation

Pour Irène Becci et Christophe Monnot, qui questionnent sous l'angle de la sociologie des religions la place qu'occupent la spiritualité et la religion dans la transition énergétique, les « spiritualités alternatives » issues de la contre-culture se sont dissoutes « en un ensemble de réseaux alliant spirituel et thérapeutique » que l'on pourrait qualifier de « Post-Nouvel Âge » (terme de Valérie Rocchi, cité dans Becci & Monnot, 2016 : 94) et pour lequel

« La spiritualité devient synonyme d'authenticité, de créativité, de partage et de valorisation des “savoirs et sagesse indigènes” ainsi qu'un travail de “transition intérieure”, afin de se défaire de son ego, de le purifier ou de le développer ».

(Becci & Monnot, 2016 : 94)

Selon cette conception, le Travail qui relie fait pleinement partie de la nébuleuse des spiritualités alternatives que l'on rencontre dans le réseau de la transition. Ces dernières cherchent dans la science et l'écologie une forme de légitimation sans réellement lier leurs pratiques à leur discours écocritique, selon Becci et Monnot (2016 : 106). Le TQR va sans doute plus loin dans ces relations de « voisinage » décrites par ces auteurs (107), développant un lien entre les discours écologiques explorés dans la première partie de ce travail et la dimension spirituelle que je vais aborder dans ce qui suit.

« Le changement de cap est l'aventure essentielle de notre temps. [...] Il naît de transformations dans nos cœurs, nos esprits et nos visions de la réalité. Il implique des intuitions et des pratiques qui [...] conduisent à un saut évolutionnaire, dans la belle convergence entre deux domaines qui jusqu'ici s'opposaient : la science et la spiritualité ».

(Macy, citée par Egger, 2015 : 129).

Ces deux à trois semaines de Travail qui relie, entre femmes et en pleine nature, sortent de l'ordinaire à maints égards, créant une bulle hors du temps et de l'espace du quotidien, dans lequel il faudra retourner après cette coupure. Cette expérience extra-quotidienne se place comme une forme de référence pour la vie dans le « monde

extérieur » – « c’est ici le “vrai monde” », celui que le monde extérieur devrait rejoindre, rétorque une participante lorsque quelques-unes commencent à sentir à regret la fin de la Traversée et à penser à leur retour « dans le vrai monde » (notes de terrain, juin 2020).

Certains aspects de ces séjours, ritualisés, peuvent être apparentés à une forme de spiritualité, et il me semble intéressant de les envisager sous cet angle. Les notions de passage, de traversée et de rites / rituels sont présentes aux côtés de celles de connexion au vivant, cercle, sororité, authenticité...

« Et là [lors de la Traversée] je pouvais être moi-même, authentique dans mon rapport à la nature, sans jugement, sans regard jugeant. Au contraire, avec des regards bienveillants, qui font la même chose ! C’est cadeau, quoi. Je me suis sentie entrer dans une communauté, une sororité particulière (...). Ce n’est pas la même sororité que dans un cercle de pleine lune, ou un cercle d’utérus machin, enfin tous les cercles que les femmes peuvent faire entre elles pour partager des choses qui les traversent. Ici c’était... beaucoup plus fort, beaucoup plus unifiant pour moi, parce que c’était dans la connexion à la Terre-Mère. C’était comme si on était toutes des sœurs avec notre vraie maman. (...) Notre maman cosmique ».

(Entretien avec Elisa, 2021)

Cette dimension ne fait cependant pas l’unanimité au sein des participantes : pour certaines, elle est au second plan, pour d’autres, elle est source de méfiance.

« J’avais quand-même des réticences ; des réticences liées aux dérives un peu « éthérées » que peuvent prendre tous les mouvements New-Age. Tous les mouvements qui s’ensuivent du New Age, on va vite dans le mysticisme et toutes sortes de licornes au coin des bois avec lesquelles je... voilà, je n’entre pas là-dedans ».

(Entretien avec Françoise, 2020)

« Quand je dis travail de développement personnel, j’y mets sûrement cet aspect de spiritualité, qui est d’aller au contact de ma vraie nature et que... Je n’ai pas le vocabulaire de la spiritualité et tout ça, mais que du coup ma

vraie nature, c'est être en contact avec mon âme, et mon âme c'est être au contact avec l'univers, avec le Grand Tout, avec... et que ça c'est, c'est sûrement ça le travail spirituel. Mais (...) je n'ai pas vu ce séjour-là comme un truc où on se dit « on va faire un travail spirituel ». Que c'est en deuxième ligne, que c'est du temps de ralentissement, de connexion à soi, de prendre le temps de parler, d'écouter la parole de l'autre, et que, en creusant à l'intérieur, alors ça rejaillit au niveau de quelque chose de spirituel. Mais moi je crois d'ailleurs que je ne mettrais pas ce mot-là, je ne vois pas ce séjour comme un séjour spirituel, et pourtant (...) c'est peut-être l'eau qui vient arroser la graine de la spiritualité qui est déjà là, à différents endroits chez chacune de nous ».

(Entretien avec Nathalie, 2020)

La peur d'être assimilées à un groupe religieux, voire de passer pour une secte, est présente chez certaines. Ainsi par exemple, une participante salue un jour le « côté terre-à-terre » d'une autre membre du cercle, qui lui fait du bien car lui permet de « se rappeler qu'on n'est pas dans une secte olé-olé » (notes de terrain, juin 2020).

Il n'y a pas d'unité de pensée ni de croyances dans ces groupes, malgré la dimension spirituelle présente dans l'écologie profonde et dans le travail de Joanna Macy. En revanche, ce qui les réunit, me semble-t-il, c'est l'*expérience* d'un espace et d'une temporalité autres, qui fait faire un pas de côté par rapport aux habitudes de pensée et de vie des personnes qui y participent.

« Elle [Aline] nous introduisait dans des attitudes en tout cas. Quand elle dit « lâcher l'esprit de colon », ou « entrez dans la forêt comme si vous entriez en relation avec Grand-Mère forêt » ... Elle nous donnait des pistes, mais j'ai l'impression qu'elle n'était pas trop dans des explications théoriques, mais qu'on y allait quoi. On enlève les chaussures, on voit ce que ça fait d'avoir les pieds sur le sol, d'être en silence ou les yeux fermés dans la forêt... ».

(Entretien avec Claire, 2021)

Les Traversées qui reconnectent sont ponctuées de pratiques ritualisées, dont certaines sont nommées « rituels » par les personnes concernées et que l'on pourrait rapprocher

des rituels de type New Age et néopaiens. Ces moments rituels ont une visée relativement pragmatique, dans le sens qu'ils permettent de répondre à des besoins : célébrer ou honorer quelque chose, changer de perception du monde, adopter un point de vue décalé, pallier au manque de rituel dans la vie quotidienne (comme l'exprime une des participantes qui, n'étant pratiquante d'aucune religion, ressent ce manque). Marine, le lendemain d'une intense journée à l'« ambiance magique » – selon ses mots – dans laquelle se sont concentrés plusieurs rituels personnalisés (chapitre 4), partage au groupe que, pour elle, « nous n'étions pas comme des bobos en manque de contact avec la nature » : ces rituels avaient quelque chose de « juste » (notes de terrain, juin 2020).

Je propose, dans le chapitre qui suit, d'aborder les Traversées qui reconnectent organisées par Aline sous l'angle rituel. Pour ce faire, je définirai d'abord, avec Michael Houseman, ce qu'on entend par rituels New Age et néopaiens, afin de mettre cela en lien avec des éléments du terrain. Certains rituels seront développés une fois ce cadre posé, dans le quatrième chapitre.

3.1. Magie et rituels New Age et néopaiens : définitions

3.1.1. La « nébuleuse mystique-ésotérique »

Jean Chamel, qui étudie le Travail qui relie en tant que pratique de transition intérieure destinée à faire l'expérience à l'intérieur de soi de l'effondrement attendu par les collapsologues afin de mieux « faire le deuil d'un monde qui meurt », place le TQR dans la « nébuleuse » du *New Age* :

« La Transition, et plus précisément la transition intérieure et sa pratique centrale, le TQR, peuvent être reliés au New Age, un courant fondé sur l'attente d'une nouvelle ère, celle du Verseau, avant de revêtir des formes très variées pour former une nébuleuse aux contours flous et à la définition délicate » (Chamel, 2014 : 78).

Il précise cependant que « plus personne ne se réclame du New Age », mais qu'il utilise cette catégorie pour pointer la forte présence, au sein des participant·e·s des TQR, de personnes s'adonnant à des « pratiques alternatives » telles que du yoga, de la méditation, du qi gong, du tai chi, des thérapies alternatives (Chamel, 2014 : 78). De même ici, mes interlocutrices ne se disent pas de cette mouvance et expriment parfois une certaine méfiance par rapport à elle. Un rapprochement prudent avec le New Age et les Néopaganismes permet néanmoins de mieux comprendre l'esthétique et l'imaginaire mobilisés par le TQR, en particulier lors des pratiques rituelles auxquelles il offre un cadre, comme on va le voir dans ce qui suit.

L'anthropologue Michael Houseman, qui fait depuis quelques années des cérémonies New Age et néopaïennes son terrain d'investigation, les définit ainsi :

« “New Age et Néopaganisme” se réfère à un ensemble de pratiques alimentées par l'ésotérisme occidental, le romantisme, le spiritisme, la psychothérapie, la pensée positive et la vulgarisation scientifique, qui ont participé à l'éveil « spirituel » (non confessionnel) occidental des XX^e et XXI^e siècles » (Houseman, 2016 : 235).

Ces courants, ajoute-t-il, se rejoignent dans leur postulat d'une « continuité entre l'accomplissement individuel et le rétablissement d'une totalité supérieure » (Idem : 235). On retrouve donc ici le thème de la transition intérieure, que Michel Maxime Egger appelle aussi « écologie intérieure » ou « écospiritualité » et qui se doit d'accompagner l'« écologie extérieure » (Arnould, 2014 : 119).

Ce qui les distingue en revanche, sont les procédés qu'ils utilisent ainsi que la nature des « totalités » auxquelles ils réfèrent. Les mouvances New Age, nées dans les années 1960, « tendent à convoquer des entités intangibles comme l'énergie, l'univers vibratoire ou le soi véritable », alors que les courants néopaïens, développés depuis les années 1940, « favorisent des instances plus matérielles comme les cycles saisonniers, ou la Terre(-Mère) » (Houseman, 2016 : 235). L'auteur précise que ces courants restent similaires dans leur esthétique et le type de rituels qu'ils mettent en place (cf. point suivant). Dans les Traversées qui reconnectent, le « Grand Tout » (ensemble du cosmos comme entité divinisée) est parfois invoqué, aux côtés de la Toile de la vie

(ensemble du vivant) de la Terre-Mère, de « Grand-père soleil », de l'énergie des arbres et des esprits de la nature.

3.1.2. Le rituel New Age et néopaïen selon Michael Houseman

Dans son analyse du rituel, l'anthropologue Michael Houseman repousse le symbolisme et les représentations au second plan – car, selon lui, cela ne permet pas en soi de comprendre la spécificité du rituel (2012 : 14) – au profit d'une approche relationnelle. Avec cette approche, il insiste sur le « caractère stipulé » des rituels, qui prend la forme, dans les rituels « canoniques », « d'une prescription portant sur les comportements qui mettent en forme et en acte des relations, à la fois entre les participants et avec des instances non humaines (divinités, esprits, ancêtres, objets, lieux, énoncés, etc.) » (Houseman, 2016 : 225).

Houseman observe que, tout comme les rituels canoniques habituellement étudiés en anthropologie (2016 : 225), les pratiques New Age, néopaïennes et de développement personnel remplissent des fonctions sociales et psychologiques, contiennent une richesse symbolique et acquièrent une forme d'autorité par rapport au quotidien des participant·e·s (Houseman, 2021a). Cependant, il remarque que ces pratiques s'opposent à son modèle de l'action rituelle en ce qu'elles accordent bien moins d'importance aux actions, qui sont réduites à des instruments (pour entrer en connexion avec la terre, par exemple), qu'elles sont le résultat d'un permanent bricolage, créatif et personnalisé (même si, en pratique, des attitudes, façons de parler, images etc. se répètent) et, enfin, qu'elles se veulent le plus directement accessibles et transparentes possible (Houseman, 2021b).

« Les dispositions paradigmatiques que convoquent les rituels *New Age* et néopaïens – se sentir en harmonie avec la nature, accéder à une conscience spirituelle, connaître une bienveillance envers soi-même et envers autrui, etc. – sont élémentaires, englobantes et immanquablement positives » (Houseman, 2016 : 229).

Contrairement aux rituels « de type canonique », dont tous les gestes sont prédéterminés, ou aux interactions ordinaires, dans lesquelles les comportements sont

censés répondre aux ressentis et pensées des personnes en relation, les rituels New Age et néopaiens comportent une injonction à « agir en fonction de ce qu'ils pensent et ressentent qu'il *faut* penser et ressentir » (Houseman, 2016 : 226).

« Il est intimé aux célébrants d'éprouver les dispositions exemplaires que leurs actions sont censées exprimer : une appréhension holiste du monde, un sentiment d'harmonie avec la nature, une aptitude à interagir avec des êtres spirituels, etc. » (Houseman, 2016 : 226).

Selon Houseman, ces formes de rituels sont également marquées par une forte réflexivité des agents, qui se révèle de manière particulièrement flagrante dans le rêve éveillé, technique de visualisation utilisée dans les TQR auxquels j'ai pris part, consistant à rencontrer, dans son imagination, quelque chose ou quelqu'un : un animal, des ancêtres, son alter-ego du futur... « Par une concentration mentale volontaire et contrôlée, ils [les participants] s'efforcent de reconnaître à ce qu'ils visualisent une autonomie suffisante pour pouvoir interagir avec lui (...), sans perdre de vue le caractère consciemment fabriqué de cette entité intangible » (Houseman, 2016 : 227).

« Le dédoublement virtuel qui résulte de cet effort de projection – celui de se sentir à la fois comme la personne (extraordinaire) qui interagit et comme la personne (ordinaire) qui conçoit cette interaction – est emblématique de ce que permettent d'expérimenter, de manière aussi systématique que possible, les rituels New Age et néopaiens » (Houseman, 2016 : 227).

Selon Houseman, le rituel est théorisé par défaut comme un « événement qui ponctue la vie quotidienne et s'en différencie » par une temporalité particulière, un lieu spécifique... Pourtant la réalité est plus complexe que cela, argumente-t-il : certaines pratiques consistant à ritualiser le quotidien (comme le yoga ou la méditation), il est réducteur de vouloir séparer le rituel du quotidien, et plus porteur de plutôt parler de *ritualisation*, à considérer comme *processus* (Houseman, 2021b).

Dans le TQR, une partie des pratiques sont directement considérées comme des rituels par les participantes, et correspondent aux types de rituels définis ci-dessus avec Houseman (je les aborderai en particulier dans le chapitre 4). La ritualisation en tant que concept analytique permettra aussi d'aborder plus largement le cadre des Traversées qui reconnectent en tant que telles (chapitre 5).

Les quelques points suivants seront consacrés à des éléments récurrents sur le terrain, qui rapprochent le TQR de la « nébuleuse mystique-ésotérique » et donneront certaines clés pour l'interprétation de ses rituels.

3.2. L'importance de l'esthétique

Une place importante est accordée à la beauté et la contemplation tout au long des Traversées, qui sont accompagnées d'une esthétique particulière. La yourte, lieu important de rassemblement, est décorée par une ou plusieurs « gardienne-s de la beauté », qui se portent volontaires pour un, deux ou trois jours, jusqu'à ce que le flambeau soit transmis. Le sol est couvert de tissus colorés, des bougies amenées par les femmes du cercle sont allumées chaque soir. Des branches, feuilles, graines de nénuphar et autres éléments de la nature sont utilisés pour rendre l'espace le plus beau, agréable et surprenant possible pour les femmes qui le découvrent le soir.

L'admiration constante face à la beauté de la nature s'ajoute à cette forme d'esthétique décorée. Une femme fait passer sa loupe pour laisser s'enthousiasmer avec elle les autres femmes face à la délicatesse des fleurs, mousses, lichens et insectes ; une autre s'extasie tous les matins face à l'étendue majestueuse du ciel et de ses nuages. Ce sont tant aux plus petites bêtes qui parcourent le sol qu'à la grandeur du cosmos que l'attention est portée, et beaucoup de temps est accordé à la contemplation du minéral, végétal et animal se trouvant autour et alentour du campement.

Plusieurs pratiques ésotériques comme le tirage de cartes ou le rêve éveillé interviennent dans ces TQR. Le premier jour et à plusieurs reprises durant le séjour, un des « oracles » (Oracle de l'Arbre, des animaux, de l'enfant intérieur, de la femme sacrée...) amenés par les femmes et empilés dans un coin de la yourte est sorti de sa boîte et distribué en cercle autour du centre, face cachée. Une question est posée et avec cette dernière en tête, il est demandé à chacune, lorsqu'elle se sent prête, d'effectuer un tirage. Les mains planent au-dessus des cartes étalées devant elles avant de s'arrêter sur l'une ou l'autre. S'ensuit un moment d'introspection, de réflexion sur ce que pourrait nous dire la carte, puis un tour de cercle pour partager sa carte, sa satisfaction, sa déception ou son indifférence quant à sa pioche, ainsi que les intuitions sur ce qu'elle pourrait signifier. Lorsqu'un tirage de cartes est effectué, les cartes de

chacune sont arrangées en cercle au centre pour être admirées plus longtemps. Elles font alors pleinement partie de la décoration de la yourte, comme en témoignent les images qui suivent.



Sur la première photo, on aperçoit sur le mur un drapeau sur lequel est peinte une fleur. Il est suspendu en guise de décoration, mais aussi de plan du TQR : les racines représentent l'ancrage dans la gratitude, les tiges et fleurs correspondent à la deuxième et troisième phase, le pollen symbolise le fait d'« aller de l'avant ». Des tambours chamaniques²⁸, des boîtes remplies de livres et de citations calligraphiées venant de plusieurs « maîtres à penser » (dont, bien sûr, Joanna Macy) montrent les sources multiples d'inspiration qui sont présentes en permanence.

3.3. Ouverture à une pensée magique

Une partie des participantes des Traversées sont familières du Zen, du yoga, taï chi, Vipassana... Certaines d'entre elles ont déjà fait l'expérience de rituels et pratiques (néo-)chamaniques comme par exemple les huttes de sudation ou la prise d'ayahuasca.

²⁸ Personnels, ils ont été fabriqués à la main lors de stages dédiés. Aline, qui utilise son propre tambour pour « faire voyager », me précise lors d'un entretien qu'elle est embêtée lorsqu'on associe ces voyages dans l'imaginaire à une pratique chamanique, étant donné qu'elle n'a rien d'une chamane (entretien avec Aline, mai 2020). Voir à ce propos le point « Bricolage et exotisme », ci-dessous.

Pour ces personnes, le fait de participer à un TQR s'inscrit généralement dans la suite de ces expériences. Cela n'empêche pas le TQR d'attirer autant des scientifiques et écologistes qui expriment leur méfiance et leur scepticisme par rapport à ce qui se rapproche de l'ésotérisme, que des personnes qui espèrent grâce à ce séjour se connecter à une forme de magie. C'est le cas de Marine, qui m'explique qu'elle a été attirée au TQR par des témoignages de femmes à qui les arbres et la rivière avaient parlé. Ce qui l'intéresse, « c'est une part qui est là et qui n'est juste pas rationnelle en fait. On pourrait dire, comme on a un cerveau droit un cerveau gauche, bah, moi j'ai travaillé que le cerveau gauche je crois, qui est l'intellect très rationnel » (entretien, 2020).

« Il semble que l'écologie profonde, et encore plus l'écopsychologie, puissent être des passerelles entre d'un côté la rationalité scientifique dont se réclament la plupart des écologistes [...], et de l'autre une approche plus centrée sur le soi et le ressenti, comme dans le cas du New Age » (Chamel, 2014 : 12).

Le TQR invite à s'ouvrir et à cultiver un certain mode d'attention et d'être au monde, en impliquant le corps, les sens et les émotions. C'est dans ce but que les journées commencent par des pratiques corporelles telles que la danse, des exercices de souffle, de la méditation, etc. Tout au long du séjour, une attention particulière est portée aux minéraux, aux végétaux et aux animaux qui se trouvent sur le lieu du TQR, environnement avec lequel un lien se crée au fur et à mesure. Les habitudes de chanter avant le repas, manger avec les doigts, marcher pieds nus, repérer et utiliser les plantes comestibles, etc. font également partie de l'entretien de cette culture de l'attention.

Toutes ces pratiques répétées dans le but de se connecter au vivant créent une atmosphère particulière, au sein de laquelle communiquer avec des animaux ou entrer en lien avec un arbre et sentir son énergie deviennent possible...

Il est difficile d'accéder aux réelles intentions et croyances de chaque participante. Certaines « croient » plus que d'autres à l'efficacité du rêve éveillé pour contacter un ancêtre ou un animal, à la possibilité d'entrer dans une forme de communication avec des arbres ou encore à l'utilité de se présenter à la forêt avant d'y entrer. Mais toutes « jouent le jeu ». Peut-être n'y croit-on pas tout à fait, mais on le prend néanmoins au sérieux : on ne perd rien à essayer et, surtout, c'est le moment idéal pour expérimenter.

« Fake it until you make it » (fais semblant jusqu'à ce que tu y arrives), rigole Aline en parlant du fait de parvenir à se connecter et être présente grâce à la méditation.

Parmi tous les exemples que je pourrais citer pour illustrer cette ouverture, la nuit que nous avons passée en forêt au mois de juin me semble particulièrement parlante.

Le soir venu, chacune se cherche un lieu plus ou moins isolé où s'installer, un « Gaïa spot », avec la consigne de ne pas oublier de saluer l'arbre maître du lieu en lui affirmant qu'elle vient en paix, pour ne pas « débarquer en colon » et imposer sa présence. Elle peut également faire une offrande à l'arbre ou aux esprits de la forêt, en faisant du *land-art* par exemple. Des idées sont données pour se rassurer si la peur est présente : délimiter un territoire de plus ou moins trois mètres de diamètres à l'aide de bois mort et, à l'intérieur de celui-ci, s'entourer encore d'un cercle de sécurité. Pour cela, chaque marqueur de ce cercle (éléments de la forêt ou objets emportés avec soi) doit être posé en pensant à ce qu'il représente qui amène de la protection.

Au retour du bois le lendemain matin, alors qu'on écoute en cercle les récits des nuits de chacune, plusieurs racontent qu'elles ont fait leur cercle de protection avec beaucoup d'application, rassurées par la présence par procuration du cercle de femmes, de leur famille... Une femme partage qu'elle a passé du temps près de la rivière, avec les esprits de l'eau, et a chanté pour eux. Une autre fait rire le groupe en racontant joyeusement qu'elle s'est mise à « papoter avec des arbres ». Entourée d'arbres formant une « cathédrale », elle leur a expliqué qu'étant novice, elle ne comprendrait pas s'ils essayaient de lui dire quelque chose car elle ne « parlait pas arbre ». Alors, dit-elle, elle a commencé par la base en se lançant dans un exposé sur le fonctionnement de son propre langage...

3.4. Rapport à la Terre

« En dépit de notre conditionnement issu de deux siècles de société industrielle, nous voulons retrouver l'aspect sacré du monde » (Macy & Young Brown, 2018 : 29). La sacralité de la nature est importante dans le travail de Joanna Macy, qui accorde beaucoup d'importance à la dimension spirituelle et au fait de changer notre vision de la nature. Cette vision est très présente dans les Traversées auxquelles j'ai pris part.

Les écopsychologues²⁹ estiment que la vision de la nature comme séparée des êtres humains précède (et rend possible) les révolutions scientifiques et technologiques (Egger, 2015 : 139). Une nouvelle vision, qui replace les êtres humains au sein de la nature, est donc perçue comme nécessaire : « l'émergence d'un nouveau paradigme requiert de passer d'une perspective égo-humano-centrique à une perspective éco-cosmo-centrique » (Egger, 2015 : 140).

La première perspective, anthropocentrique, citée par Egger, correspond à ce que décrit l'anthropologue Philippe Descola comme l'ontologie³⁰ naturaliste, qui sépare la nature de la culture et estime que les êtres naturels sont dépourvus d'âme, de conscience et de langage, bien que matériellement composés des mêmes éléments chimiques (Descola, 2005 : 100). Starhawk qualifie cette perspective dominante dans les sociétés occidentales de « mise à distance », dont procède également, selon elle, la vision environnementaliste d'une nature sauvage à gérer et préserver (Starhawk, 2019 : 53).

« J'appelle cette conscience *mise à distance*, car son essence est de nous faire nous voir nous-mêmes à l'écart du monde. Nous sommes à distance de la nature, des autres êtres humains, et même de certaines parties de nous-mêmes » (Starhawk, 2015 : 40).

Les rapports entretenus lors des TQR avec l'environnement non-humain tendent à sortir de cette vision du monde, répondant plutôt à une logique analogique et s'inspirant de cosmovisions animistes, tout en se combinant avec des connaissances scientifiques issues d'un mode de pensée hérité directement du naturalisme. Je vais tenter ici de démêler ces mélanges ontologiques présents sur le terrain, qui se teignent

²⁹ Tout comme, entre-autres, les écoféministes : cf. par exemple C. Merchant dans Hache, E. (2016).

³⁰ Le concept d'ontologie « renvoie à un courant de recherche d'inspiration structuraliste qui s'attelle à révéler et catégoriser les différentes façons dont les sociétés humaines s'identifient ou non aux existants qui peuplent leur environnement » (Choné, 2020 : 133). Les différentes ontologies identifiées par Descola (naturalisme, totémisme, animisme, analogisme) coexistent dans chaque société et se combinent avec différents modes de relations au non-humain. La place dominante de l'ontologie naturaliste dans les sociétés euro-américaines est aujourd'hui remise en cause, notamment du fait des mélanges ontologiques favorisés par la globalisation (Descola, 2005 : 101) ainsi que la revalorisation de la pensée analogique toujours présente en Europe de manière souterraine (Choné, 2020 : 134). Certain·e·s anthropologues voient dans ces changements actuels la marque d'un « tournant ontologique ».

parfois d'un certain anthropomorphisme, attribuant des caractéristiques humaines (psychologiques ou physiques) à des non-humains (Choné, 2020 : 132).

L'analogisme, d'abord, procède d'une vision « cosmocentrique » selon laquelle le vivant appartient à une même collectivité, et qui admet l'existence de corrélations entre le micro- et le macrocosme (Descola, 2005 : 99). On retrouve ce type de rapport au monde dans l'hypothèse Gaïa et la métaphore de la « toile de la vie », très utilisées par les écopsychologues (Egger, 2015 : 141), qui invitent à voir la Terre comme un macro-organisme dont nous sommes des cellules. Selon le principe d'*émergence**, Gaïa, en tant que « tout », est *plus que la somme des parties* qui la composent. « Nous sommes des êtres vivants sur une Terre vivante, source de tout ce que nous sommes et que nous pouvons accomplir » (Macy & Young Brown, 2018 : 29). Ces êtres interdépendants sont donc directement impliqués dans la survie du tout. L'interdépendance est soulignée par la théorie générale des systèmes, selon laquelle le monde n'est pas composé d'entités distinctes et séparées, mais de flux d'énergie, de matière et d'informations (Macy, dans Hache, 2016 : 176).

« Comme les systèmes ouverts dépendant de systèmes plus vastes encore et en constante évolution, nous devons rester ouvert·e·s aux flux plus vastes d'information – même lorsque certaines informations semblent contraires à notre intérêt » (Macy, dans Hache, 2016 : 179).

Ainsi par exemple, une des participantes du TQR remarque que sa nuit passée en forêt l'a fait rêver plus intensément qu'à son habitude. Pour Aline, qui rappelle que nous sommes des systèmes ouverts, cela montre que plus d'informations nous sont transmises lorsque nous sommes en forêt.

L'idée déjà mentionnée selon laquelle la santé de la Terre (terme préféré à celui de « nature » ou « environnement ») et celle des êtres humains sont liées entre dans cette perspective. De même pour la conviction selon laquelle prendre soin de soi est bénéfique pour son entourage et sert donc à la Toile de la vie. « Tout ce qu'on fait pour la nature, on le fait pour soi » (notes de terrain, juin 2020).

La Terre est considérée comme une mère ; la forêt est appelée « grand-mère forêt », on parle de « grand-mère l'océan », « grand-père le feu », « grand-père soleil » ou encore « grand-père le vent » ... J'ai pu remarquer la présence régulière d'une forme

d'anthropomorphisation des plantes et des animaux, avec lesquels on considère qu'il est possible d'entrer en communication : on s'approche doucement d'un arbre afin de sentir son énergie tout en le prévenant de notre arrivée « en paix » et en étant attentive à sa réaction (souhaite-t-il, lui, entrer en contact avec une humaine ?) ; on dit bonjour à « grand-mère forêt » en pénétrant chez elle, on se laisse accueillir et protéger par elle, avec une attention pour le fait qu'on est vue par la forêt autant qu'on la voit ; on tente une expérience de « communication animale » avec une cane pour la rassurer quant à la sécurité de ses canetons... Ces exemples, relevant d'une forme d'anthropomorphisme, dénotent en même temps une ouverture à une pensée animiste pourtant à priori incompatible avec la notion d'anthropomorphisme, qui fait principalement sens dans le naturalisme qui admet une continuité dans la physicalité des êtres (Choné, 2020).

L'ontologie animiste admet une conscience, une âme, une capacité de langage aux non-humains. Ces derniers se différencient alors des êtres humains par leur corps, avec lequel ils expérimentent le monde avec une perspective différente. Pour David Abram, qui développe une « écologie des sens » invitant à porter attention à la manière dont le sensible participe à notre propre perception, l'animisme est un terme qui rassemble les peuples qui ne se pensent pas séparément de la terre qu'ils habitent (2013 : 8). L'animisme « recouvre des conceptions du monde qui perçoivent chez les créatures non humaines une “âme”, c'est-à-dire un principe vital qui les anime, une “présence” intérieure qui permet aux humains de communiquer avec elles » (Egger, 2015 : 18).

Ces mélanges de vision se nourrissent de références à des cultures indigènes dont le rapport à la nature est idéalisé et romantisé (cf. Bricolage et exotisme, ci-dessous), dans le but de changer un rapport occidental au monde marqué par ce que Starhawk nomme la « mise à distance ».

« A force de valoriser l'humain et de limiter la réalité de l'âme à sa seule personne, la civilisation occidentale a dés-animé le monde. (...) Pour les écopsychologues, l'être humain et les êtres autres qu'humains de la même et unique âme du monde (*anima mundi*) » (Egger, 2015 : 22).

« Tout·e·s nos ancêtres ont été autochtones, issu·e·s de quelque part, c'est-à-dire profondément enracinées en un lieu (...). S'il nous faut créer un nouveau système politique/ économique/ social qui se soucie vraiment de

l'environnement et des êtres humains, il se peut que nous ayons besoin de redevenir autochtones, de trouver au moins un endroit sur la terre que nous puissions connaître de manière intime » (Starhawk, 2019 : 53-54)

3.5. Rapport au corps

Le premier jour et à plusieurs reprises au cours de la première Traversée à laquelle j'ai pris part, Aline récite cette phrase afin d'inviter les membres du groupe à se recentrer : « *Je suis arrivée, je suis ici, je suis chez moi, dans mon grand corps et dans mon petit corps* »³¹. L'idée selon laquelle le lieu, l'environnement dans lequel nous nous inscrivons puisse être considéré comme notre corps montre la prégnance des principes d'interconnexion et de « Soi étendu », au centre de l'écopsychologie et du Travail qui relie : nous faisons partie d'un tout, d'une sorte de tissage vivant pouvant être considéré comme « notre corps plus vaste » (Macy & Young Brown, 2018 : 73). On peut y voir une forme de correspondance analogique entre le corps humain et celui de la Terre, considérée comme un macro-organisme vivant.

« Nos vies se déploient au-delà de notre peau, en interdépendance avec le reste du monde » (Macy, dans Hache, 2016 : 175).

L'objet du Travail qui relie est de ressentir dans le corps et les émotions ce que l'on sait déjà intellectuellement (par le biais des récentes avancées scientifiques), c'est-à-dire que tout est interconnecté et interdépendant, que nous faisons pleinement partie du vivant.

L'expérience par le corps, les sensations et les émotions est donc essentielle. La présence au corps est valorisée par rapport au mental, si bien que lors des cercles de partage, il arrive régulièrement que des regrets soient exprimés par rapport au fait de ne pas avoir réussi à lâcher le mental et donc de ne pas avoir su vivre pleinement telle ou telle proposition.

³¹ Lors de ma deuxième Traversée, la fin de la phrase a changé, devenant « dans mon grand corps de lumière ».

Jean Chamel décrit ainsi la première étape du TQR : « il s'agit de « descendre dans son corps », de l'écouter, d'être en contact avec ses émotions et de se connecter à soi-même, aux autres participants, à la vie, à la nature et à la Terre » (Chamel, 2019 : 77).

Nathalie, revenant sur son vécu du TQR, m'explique que ce qui a changé pour elle en retrouvant son quotidien (regarder le ciel et les nuages, regarder les arbres différemment et leur parler, ralentir), s'est ancré dans le long terme du fait « de l'avoir expérimenté et savouré (...) dans le corps et dans les ressentis » (entretien avec Nathalie, 2020).

La valorisation du corps par rapport au mental, admettant l'existence d'une séparation entre les deux, pose la question d'une forme d'intégration des dualismes dont on affirme justement vouloir sortir. La même question se pose d'ailleurs pour l'importance déjà évoquée des thèmes du masculin et du féminin, représentés parfois comme des énergies « yin et yang ».

Le TQR est également vécu comme une occasion d'expérimenter des formes alternatives de médecine et de soin du corps : changer d'alimentation pour purifier le corps des substances addictives telles que le sucre ou le café ; tester l'urinothérapie (en buvant son urine du matin) et l'auto-médecine (*self-help*) ; changer de manière de percevoir les piqûres d'insectes (réfléchir à la « médecine de la guêpe » qui nous a piqué, faire partir les tiques en leur assurant qu'on ne leur fera pas de mal, offrir son sang aux moustiques).

Un lien pourrait ici être fait avec la tendance, dans les pratiques alliant spiritualité et écologie, à « conjointement “psychologiser” et médicaliser la relation au corps, à la nature et à la santé », comme le pointent Sarah Strauss et Laura Mandelbaum dans leur ethnographie du *Green Yoga* américain (Becci & Monnot, 2016 : 98).

3.6. Bricolages et exotisme

« Par la construction d'altérités idéalisées, l'exotisme est une manière de vouloir retrouver *ailleurs* ce que l'on croit avoir perdu *ici*, dans les affres de la modernité » (Altglas, 2014 : 316)

Pour Véronique Altglas, la « domestication » et l'appropriation des ressources religieuses exotiques est facilitée par leur *psychologisation*, qui les présente comme des « techniques de soi efficaces » (Altglas, 2014 : 323). Cela fait partie, dit-elle, du phénomène de « psychologisation de la vie sociale » qui a cours dans les sociétés occidentales et qu'elle définit comme « la tendance à comprendre et gérer les problèmes, tant individuels que sociaux, en termes psychologiques » (Idem : 323).

Le fait de « domestiquer » certains aspects culturels « exotiques » en les coupant de leur signification première et en les universalisant, selon Altglas, ne découle pas tant d'un désintérêt que d'une profonde ambivalence vis-à-vis des altérités religieuses : la fascination pour leurs pratiques coexiste, explique-t-elle, avec une gêne par rapport à l'étrange et au lointain (Altglas, 2014 : 315 et 327).

C'est, il me semble, ce qui se jouait avec la prière cheyenne évoquée plus haut (cf. Déroulement d'une journée, chapitre 1) et le malaise de Laura à l'idée de ne pas respecter les gestes et paroles tels qu'elle les a appris, alors qu'elle-même n'en connaît pas le sens. Le rapport entretenu par Aline au chamanisme illustre également cette ambivalence. Pour elle, « on ne peut que s'inspirer » des cultures dont on ne fait pas partie.

« C'est un peu embêtant quand les gens te voient avec un tambour faire voyager les gens, dire « ah c'est une pratique chamanique », bah pff, je ne suis vraiment pas chamane moi enfin, tu vois... Non voilà, je vous emmène quelque part avec mon tambour (...) et puis on va voir ce que ça donne. Parce que ce qui m'intéresse c'est qu'on rentre dans nos imaginaires et qu'on voyage ».

(Entretien avec Aline, 2020)

Dans la même veine, Jérémie Cravatte critique la vision de « l'autre » présente dans les récits d'effondrement imaginés par la collapsologie :

« D'autres références à « l'autre » sont utilisées dans ces discours, soit pour s'en inspirer s'il pratique d'autres manières de se rapporter à l'écosystème (utilitarisme), soit pour évoquer la solidarité s'il s'agit de la figure du/de la réfugié·e (humanisme) » (Cravatte, 2019 : p. 12).

Le premier type de référence est particulièrement utilisé au cours des Traversées. C'est dans cette optique utilitariste qu'est mobilisée la « sagesse des peuples premiers ». En préparation au TQR de juin, il avait été demandé aux participantes de se renseigner sur un « peuple premier » pour partager un peu de sa sagesse. Les extraits de mythologies et cosmologies apportés par les différentes femmes ont été lus autour du feu lors d'une soirée du TQR. Un autre jour, allongées dans les bois, nous avons effectué un « rêve éveillé », sorte de voyage au son du tambour destiné à rencontrer le peuple premier sur lequel nous nous étions renseignées et lui poser une question, pour ensuite partager la réponse reçue avec le groupe. Plusieurs participantes m'ont partagé ensuite qu'elles n'étaient pas à l'aise avec l'exercice. Mais le concept de « peuples premiers » vierges de toute modernité, avec toute la charge imaginaire et l'idéalisation qui l'accompagnent, n'a pas été remis en cause.

« Le rêve éveillé avec les tribus... Moi les peuples premiers, j'ai du respect pour eux, mais je ne les connais pas de près, je n'ai pas envie de les connaître de près parce que je n'ai pas envie de les polluer avec mes microbes, mes connaissances, mes interventions dans leur mode de vie – quel qu'il soit quand on vient on intervient toujours dans le mode de vie des gens. Et je trouve que ce qu'ils disent, ou ce qu'ils font, est à mettre dans un contexte, dans *leur* contexte, leur culture, et ça ne se traduit pas comme ça chez nous. Donc voilà moi... ça je n'entre pas là-dedans, pas du tout, dans cette espèce de sacralisation des peuples premiers... »

(Entretien avec Françoise, 2020)

Selon Houseman, si les participant·e·s des rituels New Age et néopaïens sont généralement conscient·e·s de la dimension problématique liée au fait d'emprunter des traits culturels d'ailleurs et d'antan tout en s'en distanciant (2016 : 220). Pourtant, ils et elles ont tendance à minimiser et justifier positivement ces emprunts, utilisés comme des moyens, des « ressources supplémentaires » et non comme des « modèles à suivre » (Houseman, 2016 : 221). Cela résume bien, il me semble, le rapport aux « ressources » exotiques retrouvé sur le terrain.

Chapitre 4 : Pratiques rituelles

Comme l'a montré le chapitre précédent, les Traversées qui reconnectent, que l'on peut rapprocher de la nébuleuse des pratiques New Age, sont rythmées par une ritualisation de nombreux moments de la journée. Méditer et effectuer des pratiques corporelles le matin, entrer en forêt pieds nus et en silence, chanter avant de se mettre à table, se mettre en cercle pour partager sa météo intérieure. Ces moments constituent autant de moyens de cultiver une forme de gratitude et d'attention au vivant.

Ce cadre entoure le programme du Travail qui relie, composé de pratiques liées à ses quatre étapes. Par exemple, marcher dans la forêt avec les yeux bandés pour développer ses sens et « s'ancrer dans la gratitude » ; visualiser des futurs science-fictionnels au moyen de rêves éveillés afin de « changer de vision ». Parmi ces activités, certaines sont qualifiées de « rituels » par les personnes présentes.

Parmi ces pratiques ritualisées ponctuant le TQR, on retrouve par exemple celles, inspirées de la psychologie bouddhiste, qui sont proposées par Joanna Macy, comme le « Dialogue du Bodhisattva », qui consiste à passer en revue sa vie en la racontant à une personne « comme si » on en avait choisi tous ses aspects, de la date de sa naissance à son caractère en passant par sa famille et sa classe sociale, et ce en vue de participer à la guérison de la Terre (Macy & Young Brown, 2018 : 138). Un deuxième exemple est le rituel de pardon intitulé « T'ai-je jamais blessé·e ? », transmis à Aline par une ancienne participante. Il est effectué en binôme lors de l'étape « honorer la peine » et permet de diminuer le poids de la culpabilité et de la rancœur en pardonnant et se faisant pardonner par une personne représentant toutes celles qui nous ont blessé·e ou que nous avons blessées.

Je détaillerai ici trois moments particuliers, qui permettront de plonger dans des pratiques concrètes habillant le programme de ces TQR. Je présenterai d'abord le rituel du Tapis rouge qui marque le début des Traversées, puis le rituel le plus incontournable du Travail qui relie, le Mandala de la vérité, et enfin, des rituels co-crésés par les participantes elles-mêmes.

Ces rituels sont à comprendre comme des événements ponctuels, utilisés comme outils dans le processus plus large du TQR, au sein du cadre décrit dans le chapitre précédent.

Ce sont des éléments singuliers, spectaculaires, mais qui ne caractérisent pas seuls le vécu des participantes (Favret-Saada, 2009 : 161).

4.1. Ouverture et clôture du cercle : le rituel du Tapis rouge

Le rituel du Tapis rouge s'effectue le premier ou le deuxième jour. Il s'agit d'une cérémonie d'accueil de chacune dans le *cercle*, entendu comme le collectif formé par les participantes pour le temps du stage. Aline tient cette pratique d'une femme ayant participé précédemment à un TQR. Voici comment elle se déroule.

Toutes les femmes sont assises en cercle, à même le sol, dans la yourte. Sur une place laissée vide trône un tissu rouge. Un temps de silence permet à chaque personne présente de prendre un temps de réflexion pour penser à une réalisation personnelle, dont elle est fière. Puis, lorsqu'une première femme se sent prête, elle se lève et vient se mettre sur le tapis rouge, debout. À tout le cercle attentif, elle raconte sa fierté : sa carrière, le fait d'avoir donné naissance à ses enfants, de s'être sortie d'une addiction, d'avoir établi une relation privilégiée avec un arbre, d'avoir accompli un travail difficile... « Et avec ça, poursuit-elle, je me sens prête à rentrer dans ce cercle ». Alors une autre femme se lève, prête à partager son propre accomplissement, éventuellement parce qu'il fait écho au précédent. Mais avant de remplacer la première sur le tapis rouge, elle l'accueille par un formel « J'honore cette force que tu as / la belle femme que tu es » et « bienvenue dans ce cercle » ou par une formule plus personnalisée comme « je suis touchée par ce que tu es, je suis heureuse que tu fasses partie de ce cercle ». Elle la guide alors vers sa place, lui donnant éventuellement une accolade, et prend la place de cette dernière, debout sur le tapis rouge. Le rituel continue ainsi jusqu'à ce que toutes les femmes se soient présentées sur le tapis rouge.

Ce rituel marque la création d'une collectivité tout en célébrant chaque partie du cercle qu'elle forme. Il pose de manière directe, pour la première fois du séjour, la question de la relation entre l'individu et le collectif, le vécu de chacune (chemin intérieur) et l'expérience du groupe (vivre-ensemble), la transition intérieure et l'écologie extérieure.

Le dernier jour, une variante du même rituel peut servir à clôturer le cercle, après un moment de récolte des fruits du séjour (chapitre 5). Le déroulé est le même, sauf qu'il s'agit à présent de faire le point sur le séjour et réfléchir à ce que les membres du cercle vont emporter dans leur quotidien. « J'ai trouvé ceci dans ce cercle, et avec ça/cette force, je me sens prête à/capable de quitter ce cercle » ... Il y a dans ce rituel de fin, fort de tout ce que le groupe a vécu ensemble, plus de spontanéité et de personnalisation. Cette sortie de cercle reprend éventuellement les tirages de cartes du premier jour, qui répondaient à la question de ce que chacune est venue chercher dans le cercle (pour prendre mon propre tirage en exemple, l'intégration) et ce qu'elle est venue apporter au collectif (l'infirmière, pour ma part), pour comparer avec ce qui s'est finalement passé.

4.2. Honorer collectivement la peine : le Mandala de la vérité

Le Mandala de la vérité, ou des vérités, est emblématique du TQR et de sa deuxième étape, « honorer la peine », qui est un tournant clé du processus et base de l'écopsychologie. La marche à suivre pour animer ce rituel est expliquée dans le manuel « Ecopsychologie pratique et rituels pour la terre » de Joanna Macy et Molly Young Brown (2018 : 116-119). Les auteures racontent qu'il a vu le jour en 1992 à Francfort en tant que moyen d'exprimer les sentiments et tensions d'un groupe de personnes en contexte de réunification de l'Allemagne, dans le soutien mutuel plutôt que le conflit (Macy & Young Brown, 2018 : 116). Aujourd'hui répandu un peu partout dans le monde, ce rituel continue à être utilisé comme outil de médiation dans des zones de conflit politique (cf. Helena ter Ellen : Macy & Young Brown, p. 14).

Pour accomplir ce rituel, quatre « objets » sont nécessaires : un bol vide, un bâton, des feuilles mortes et une pierre. Installés chacun dans un quadrant du cercle formé par les participant·e·s, ici posés sur un tissu, ces éléments symbolisent quatre émotions, respectivement : l'impuissance, la colère, la tristesse et la peur. Au centre, un foulard représente les autres émotions « incapacitantes » (comme dirait Starhawk), telles que la honte et la culpabilité.

L'animateur·trice explique la signification de chaque objet et pose le cadre : spontanément, une personne se met au centre, prenant un ou plusieurs objets

correspondant aux émotions qu'elle souhaite exprimer, et parle assez brièvement. Lorsqu'une personne est au centre, les autres sont là pour écouter ses paroles sans y répondre, et accueillir ses émotions sans chercher à la consoler. La confidentialité, très importante, est rappelée. Il s'agit d'un espace sécurisé, créé pour déverser sa peine pour les enjeux qui lui tiennent à cœur, qu'ils soient globaux ou individuels. Lorsque la personne au centre a fini de parler, les autres lui expriment qu'elles l'ont entendue et quelques respirations sont prises avant qu'une suivante n'enchaîne avec son témoignage.

On évoque des rivières connues dans l'enfance et depuis asséchées ou polluées, des arbres familiers coupés, la violence vécue par soi ou ses proches, la vue directe ou via des documentaires d'animaux maltraités. On parle du système d'éducation à changer, du capitalisme destructeur, des changements climatiques, de la crise migratoire, de l'avenir personnel et des générations suivantes, de la disparition d'espèces. L'échelle des faits énoncés varie constamment de l'individu et sa sphère familiale à un niveau global, du privé au politique, des connaissances scientifiques aux expériences ou aux intuitions.

« Dans le Mandala de la vérité, nous parlons pour nous-mêmes mais aussi pour les autres. C'est la nature de tous les rituels de nous permettre de parler de façon archétypale, pas seulement comme des individus séparés, mais pour le compte de notre peuple, de notre Terre.

Laissons le symbole être l'objet de la concentration de notre esprit, qu'il s'agisse d'un caillou, des feuilles ou du bol. Nous n'entrons pas dans le Mandala pour effectuer une performance ou expliquer quelque chose aux autres, mais pour permettre à cet objet d'emprunter notre voix et dire la vérité de notre propre expérience ».

(Macy & Young Brown, 2018 : 117).

Ce dernier extrait rappelle le slogan aux notes écopsychologiques du mouvement de justice climatique « nous ne nous battons pas pour la nature, nous sommes la nature qui se défend » (Hache, 2016 : 55), ou, comme l'interprète Aline, « je ne me bats pas pour la forêt ; la forêt se bat à travers moi ».

Le Mandala de la vérité est très chargé en émotions. Des sanglots éclatent, des colères montent, les visages de celles qui écoutent se figent, pétris d'émotion et de compassion. Dans les Mandalas auxquels j'ai moi-même assisté, les participantes étaient invitées à poser la main au sol pour y puiser de la force si le besoin se faisait ressentir.

Pour clore ce rituel, l'animateur·rice indique que « derrière chaque part d'ombre se cache la lumière », et qu'il s'agit de détecter, en fonction de ses émotions récurrentes, quelle est la lumière qui cherche à sortir (notes de terrain, juin 2020). Car « derrière la peur il y a les forces du courage, derrière la colère il y a les forces de la justice, derrière la tristesse il y a les forces de l'amour et derrière l'impuissance il y a les forces de tous les possibles » (entretien avec Aline, mai 2020).

Et puis, un texte, un chant (cf. annexe chants, point 3), une méditation couchée, un temps de « digestion » viennent clôturer le rituel.

Joanna Macy conseille de limiter le temps à une heure trente afin de limiter la fatigue des participant·e·s (Macy & Young Brown, 2018 : p. 117). Le temps des Mandalas auxquels j'ai pris part n'était pas à priori compté, et Aline accordait de l'importance au fait que le temps soit « organique », c'est-à-dire qu'il ne s'arrête que lorsque le groupe sent le besoin de s'arrêter. Elle nous a d'ailleurs parlé d'un Mandala des Vérités qu'elle a animé pour un cercle de femmes et un cercle d'hommes mis ensemble, qui aurait duré six heures.

Repensant, quelques mois plus tard, à ce que le TQR a apporté à sa militance, Elisa revient sur son expérience du Mandala de la vérité :

« Le fait d'avoir honoré nos peines, d'avoir pu, sous témoin, vraiment sous le regard témoin de nous toutes, exprimer justement la colère, ma colère, par rapport à toutes ces injustices du monde, et toute cette corruption, peut-être le fait de l'avoir comme ça déposée dans la forêt et devant vous toutes, peut-être que, dans les couches de mes émotions, il y a des trucs qui se sont remis au-dessus, qui sont plus sensibles et plus vulnérables. Tout ça c'était déjà en moi, mais de moi à moi, quoi (...). Mais là ça prenait une autre dimension parce que... d'abord on n'était pas toutes seules, on se rendait compte qu'on était unies dans le même combat. Parce que c'est un combat tentaculaire.

Alors certaines étaient plus versées dans le sujet sanitaire, la santé, la médecine, Big Pharma ; d'autres c'était plus par rapport à l'écologie, le biotope et tout ça, les espèces en voie de disparition... Et d'autres c'était voilà, un autre sujet. Mais tous ces sujets, ce sont les tentacules de la même pieuvre, quoi ».

(Entretien avec Elisa, mars 2021)

4.3. Des rituels personnalisés

Au quatrième jour du TQR de juin, Aline ouvre la possibilité, pour les participantes qui le souhaitent, de se créer une sorte de rituel sur mesure, en fonction de leurs besoins. « Pas besoin de payer super cher » pour participer à un rite de passage : la sécurité et la bienveillance de ce cercle de femmes, additionnées de la présence des règnes animal, végétal et minéral peuvent être une bonne occasion. Si quelque chose est « mûr » chez l'une ou l'autre, nous dit-elle, ou si quelqu'une éprouve le besoin de « changer de peau » après un événement dans sa vie, le groupe sera là pour la célébrer – qu'elle ait déjà une idée précise ou qu'elle se fasse aider par le groupe, qu'elle veuille se faire accompagner par tout le groupe, par quelques-unes ou juste par Aline (carnet de terrain, juin 2020). Elle précise qu'il ne s'agit pas de « concentrer l'attention sur une personne », car ce genre d'événement est riche pour le groupe : il le soude et le fait avancer avec celle·s pour qui le rituel est mis en place (carnet de terrain, juin 2020). Cet accent mis sur la collectivité est au cœur du principe du *cercle* mis en avant au cours du TQR, qui s'oppose à l'individualisme et à la hiérarchie en privilégiant le « développement collectif » plutôt que le développement personnel. D'ailleurs, la manière d'inclure le groupe dans la préparation et la participation à chaque rituel a été sujet à d'importantes discussions et mises au point, la peur de provoquer des sous-groupes et que cela affecte la dynamique de l'ensemble étant prégnante.

Cet appel à l'investissement des interstices du programme déjà bien rempli n'est pas resté sans suite : cinq rituels personnalisés ont été mis en place au cours des dix jours suivants, au point que certaines ont avoué ensuite s'être retirées alors qu'elles-mêmes auraient aimé célébrer quelque chose aussi.

Le rituel qui a lancé le mouvement est dédié à la relation d'une des femmes du groupe avec une personne qui, selon elle, n'est plus elle-même. Dans l'atmosphère sombre de la yourte, à la lumière de bougies, une méditation et des chants se destinent à « envoyer de l'amour » à cette personne et l'aider à se débarrasser d'une éventuelle présence exogène. Plusieurs femmes ont exprimé leur inconfort et/ou scepticisme par rapport à la référence à une forme d'exorcisme, de surcroît sur quelqu'un qui n'est pas présent et volontaire. Toutefois, les échanges qui ont suivi le rituel ont tendu à montrer que son efficacité reposait sur le fait d'apaiser la membre du groupe, première bénéficiaire, et lui offrir du soutien plutôt que sur le fait d'opérer ou non un acte de magie.

Deux femmes ont co-organisé un rituel pour « rassembler les différentes parts d'elles-mêmes », donnant un rôle spécifique à chaque membre du collectif : jouer de la musique, les aider à se préparer, allumer le feu... Deux autres se sont mises à l'épreuve en se créant un rite initiatique impliquant de veiller toute une nuit en forêt, chacune de son côté, pour se retrouver à l'aube le lendemain, en petit comité, près de la rivière et procéder à une forme de baptême afin de célébrer leur nouvelle identité de guérisseuses. Une autre encore s'est imaginé un rituel de pardon plus théâtralisé, pour lequel elle a préparé à l'avance différents rôles joués en comité réduit par des femmes représentant des membres de son entourage ainsi que sa propre « petite fille intérieure ».

Ces rites reposent en grande partie sur la confiance et l'intimité du groupe, et donc sur leur aspect « secret ». Je n'en dévoilerai pas plus, par respect pour ce cadre et pour les personnes concernées.

J'ai pris part moi aussi à la cocréation d'un rituel, que je me permets ici de raconter un peu plus en détail. Il consistait à célébrer le cycle menstruel présent et passé de quatre femmes réglées et deux ménopausées. Deux éléments sont mis au centre : l'eau, qui symbolise ici le flux et le cycle, et le feu, présent pour son rouge et sa vie, mais aussi pour la danse et la célébration qu'il représente. Le rouge du sang et le blanc symbolisant la ménopause sont mis à l'honneur.

La création du rituel a été marquée par des compositions et compromis entre les différentes envies. Il s'est finalement découpé en deux parties distinctes. D'abord, quatre de ces femmes, dont une des deux ménopausées – habillée de blanc et présente en tant que protectrice – et trois réglées – toutes de rouge vêtues – se sont rendues à la

rivière en chantant à tue-tête dans les bois. Là, elles se sont couvertes de charbon représentant le vieux rapport à leurs règles dont elles veulent se séparer. En se lavant dans l'eau froide, chacune à son tour, elles clament les changements qu'elles s'engagent à mettre en place dès cet instant. Elles « compostent » ensuite dans la rivière des pétales de rose que les autres femmes du cercle leur ont confiés, représentant les douleurs physiques et psychologiques liées à leurs cycles respectifs (premières règles mal accueillies, honte, culpabilité...). Elles chantent en les regardant se faire emporter par le courant de la rivière (cf. annexe, chant 2).

Alors qu'elles rentrent joyeusement au campement en entonnant un chant à deux voix dont elles ont adapté les paroles pour leur faire parler de sang et de lune, un feu les accueille. Les tenues de cérémonie, rouges pour les unes, blanches pour les autres, ont été composées à l'improviste à partir des ressources collectives : des robes et pantalons amples prêtés, des plumes rouges emportées tout à fait par hasard...



À leur demande, des femmes leur ont créé des couronnes végétales, le sol est couvert d'une représentation en tissu d'un utérus et une maquilleuse improvisée leur peint en rouge des symboles de féminité – notamment un triangle inversé, symbole de la matrice et de la sexualité féminine. Au milieu de l'utérus de tissu se trouve un grand bol d'eau de rivière, dans lequel toutes les femmes sont invitées à déposer des pétales de coquelicots (pour les femmes réglées) ou de roses (pour les femmes ménopausées) en les associant, cette fois, à quelque chose de positif, et en coller ensuite un sur leur front.



Des intentions sont lues, des textes sont déclamés, une danse est menée autour du feu. Le rituel est très festif, préparé avec soin tout en laissant place à l'improvisation, et se poursuit jusqu'à une heure avancée de la nuit.

Ces moments rituels sont intéressants en ce qu'ils sont singuliers, uniques, co-crés en fonction des envies et idées de la ou des concernée·s. Chaque aspect est réfléchi et expliqué avant, pendant ou après la cérémonie de manière à ne laisser aucun flou quant à la signification et à l'objectif du rite.

Dans « Le rouge est le noir », Michael Houseman (2012) compare deux types de rituels occidentaux contemporains marquant les premières règles de jeunes filles. D'abord, la traditionnelle « gifle menstruelle » (la mère, apprenant les premières règles de sa fille, la gifle), qui est un acte rituel autoréférentiel, c'est-à-dire que son sens ne peut qu'être inféré à partir de la reproduction de ce geste apparemment paradoxal (Houseman, 2012 : 164). Ce premier cas, qui correspond selon l'auteur à ce qu'on entend typiquement par « rituel » en anthropologie, ne permet pas de comprendre les rituels décrits ci-dessus. En revanche, les cérémonies New Age et néopaïennes de célébration des premières règles ne laissent pas ou peu de flou interprétatif : leur symbolique est claire, parfois même expliquée au fur et à mesure, et leur ambiance émouvante et joyeuse est univoque, non problématique (Houseman, 2012 : 169). Ce deuxième type de rituel, qui nous intéresse ici particulièrement, puise dans des sources variées – reprenant notamment, explicitement ou non, des comportements cérémoniels de peuples non occidentaux et/ou de civilisations préchrétiennes – et donne lieu à des pratiques personnalisées et ancrées localement : plus elles sont adaptées à la situation et aux participantes, plus elles sont efficaces (Houseman, 2012 : 71).

Ce qui importe n'est donc pas le comportement rituel en soi, avance l'auteur, mais l'état d'esprit dans lequel il est performé. L'opération privilégiée alors pour donner du

sens à ces rituels est ce qu'Houseman nomme la « simulation empathique » : performer ces rituels rapproche les participantes de l'état d'esprit, des intentions et des émotions de figures de référence censées avoir performé elles-mêmes ce même type de rituel ailleurs ou autrefois (Houseman, 2012 : 171) ou être plus « naturelles » et « authentiques » (Idem : 23). Il s'agit alors de s'expérimenter comme « des êtres ordinaires et extraordinaires à la fois » (23).

Les rituels sont ici consciemment bricolés et théâtralisés : les chants, textes, objets, éléments, couleurs et décorations sont discutés à l'avance et choisis en fonction de ce qu'on veut que cela symbolise. Par exemple, lors de la préparation de la célébration des menstruations, une des ritualisantes fait remarquer que les éléments utilisés, l'eau et le feu, sont les mêmes que dans les précédents rituels, mais avec une symbolique différente : le flux, le sang, le cycle et la vie, plutôt que la purification ou le nouveau départ. En outre, le fait de s'associer en fonction de la similarité des situations personnelles et des envies induit une négociation, et le résultat final est issu d'une série de compromis entre les différentes visions de ce que devrait être le rituel. Par exemple, deux participantes du rituel des menstruations, n'ayant pas trouvé d'intérêt dans le fait d'aller à la rivière, sont restées autour du feu.

L'attitude des participantes à ces rituels pourrait être qualifiée de « solennité joyeuse », pour reprendre l'expression de Marianne Grasselli-Meier, éco-praticienne³² (notes de terrain, septembre 2019). L'importance de la cérémonie n'empêche pas la présence de rires et de légèreté... tant qu'on la prend avec un certain sérieux. Les premières concernées par le rituel attendent des autres participantes qu'elles jouent le jeu et donc qu'elles maintiennent leur rôle et respectent la cérémonie. Par exemple, lors d'un rituel performé dans la yourte, la gardienne des photos du jour a fait réagir quelques membres de l'assemblée en demandant la permission de photographier l'ambiance du rituel. Les arguments de leur refus reposaient justement sur l'atmosphère particulière qui risquerait d'être brisée. Il est aussi arrivé que certaines soient jugées dissipées et qu'on leur demande d'« entrer dans le rituel » – ce à quoi d'autres ont répondu que pour elles, le rire et le sacré n'étaient pas exclusifs l'un de l'autre.

³² J'ai eu l'occasion de la rencontrer dans le cadre de ma recherche initiale de terrain, et puis via certaines participantes des TQR qui suivent également ses éco-rituels et sa formation.

4.4. Magie comme transformation de la conscience et efficacité des rituels

« Le rituel est une forme d'art dont l'objet principal est d'induire des états altérés de conscience, et les participants usent de toutes leurs compétences dramaturgiques pour y parvenir ; et souvent, ils rient ».

(Luhmann, citée dans Houseman, 2016 : 221)

Dans la conception de Marianne Grasselli Meier, écothérapeute et formatrice pour écopraticien·ne·s en devenir, la légèreté est importante dans les écorituels qu'elle organise. Elle se positionne « pour une solennité joyeuse ».

Pour elle, les (éco-)rituels « modernes » – par opposition à des rituels « traditionnels » qui impliquent la notion de communauté – ont la particularité d'être créés à la demande d'un individu. Elle en identifie quatre types : le *rituel de validation*, destiné à honorer un état, un stade de vie ; le *rite de passage*, qui consiste à prendre le temps de marquer les changements et coupures de la vie ; le *rite initiatique*, mise à l'épreuve censée amener un changement dans la vie ; le *rituel d'harmonisation*, enfin, qui se destine aux personnes qui se sentent perdues, « pour qu'elles retrouvent leur place dans leur enveloppe corporelle et dans le monde » (notes de terrain, septembre 2019). Sans que cela soit conceptualisé comme tel sur le moment par les concernées, les rituels mis en place par et pour les participantes correspondent chacun à l'une de ces quatre formes de rituels : la célébration des menstruations, par exemple, s'assimile à un rituel de validation, tandis que les deux femmes désirant rassembler les parts d'elles-mêmes se sont ainsi créé un rituel d'harmonisation. Ces rituels visent une efficacité concrète dans la vie des personnes qui y participent, de manière individuelle. Dans les TQR, ils côtoient des rituels collectifs, dont la visée est d'ordre politique (comme le Mandala de la vérité).

L'écoféministe américaine Starhawk, qui lie étroitement altermondialisme et sorcellerie néo-païenne, considère les moments de prise de conscience politique comme des actes de magie (Stengers, dans Starhawk, 2019 : 23). Pour elle, la magie permet de nommer, et donc de faire exister les émotions « incapacitantes » telles que

la peur, la peine ou la colère afin de les affronter et les transformer (Hache, dans Starhawk, 2015 : 12). C'est d'ailleurs le sens du titre de son livre « Rêver l'obscur », référence importante dans les mouvements écoféministes, néopaïens, de transition intérieure et autres formes de rencontre entre écologie et spiritualité dont le Travail qui relie. Il s'agit de « montrer/affronter l'obscur pour ne pas être dévoré par lui » (Idem : 12) et d'accéder à l'« espace obscur » dans lequel la distinction entre spirituel et politique et les autres dualismes n'existent pas (Starhawk, 2015 : 27).

Cette sorcière néopaïenne propose en ce sens un double acte de magie, qui consiste non seulement à nommer ce qui nous fait peur, mais aussi à nommer ce qui nous rend puissant et créer une vision du monde que nous voulons (Hache, dans Starhawk, 2015 : 20) – ce deuxième point ayant d'ailleurs donné naissance à son livre plus récent « Quel monde voulons-nous ? » (2019). Ces deux mouvements complémentaires correspondent tout à fait à la proposition de Joanna Macy, pour qui prendre le temps d'« honorer sa peine » permet, en ressentant par là notre connexion avec le monde, de se donner la force de « changer de vision ». Passer à travers ce qu'on a tendance à considérer comme des « émotions incapacitantes » (peur, colère, tristesse, impuissance), permet justement de les transformer en forces d'action (courage, soif de justice, amour, ouverture des possibles). Le Mandala de la vérité montre particulièrement bien cette volonté.

« La magie a souvent été pensée comme l'art de faire devenir vrais les rêves : l'art de réaliser les visions. Mais avant de rendre réelle une vision, *nous devons la voir* » (Starhawk, 2015 : 20).

La spiritualité écoféministe et la magie ont pour Starhawk une certaine efficacité pragmatique, et même politique. Pour elle, la magie, c'est « l'art de changer la conscience à volonté » et c'est dans ce sens que « la magie inclut le politique, qui a pour but le changement de la conscience et par conséquent la conduite du changement » (Starhawk, 2015 : 51). La Transition intérieure visée dans le TQR est, selon Chamel, un « travail de conscience et de transformation » (Chamel, 2019 : 75).

L'un des points-nœuds de l'action de Macy comme de Starhawk est le fait de lutter contre toutes les formes de domination, qu'elles qualifient de « pouvoir-sur » : pouvoir des êtres humains sur le reste du vivant, des hommes sur les femmes, des personnes blanches sur les personnes racisées, etc. Starhawk nomme « pouvoir-du-dedans » le

« pouvoir qui vient de l'intérieur de nous-mêmes ; notre capacité d'oser, de faire et de rêver ; notre créativité » (Starhawk, 2019 : 12). Macy, quant à elle, oppose à la notion de « pouvoir-sur » un autre type de pouvoir : le « pouvoir-avec », à comprendre comme un processus qui « surgit à travers nous » et non quelque chose de mesurable que l'on peut s'approprier au détriment d'autres (Macy, dans Hache, 2016 : 179). Le « pouvoir-avec » est un pouvoir synergique fondé sur l'interconnexion, la diversité, l'adaptabilité et la responsabilité systémique (Macy & Young Brown, 2018 : 66-68). L'*empowerment* (que l'on traduit parfois par *empuissancement*) est donc entendu ici comme le fait de s'ouvrir à cet autre type de pouvoir qui, plutôt que de s'acquérir, « surgit à travers nous », augmentant ainsi notre capacité d'agir (Macy, dans Hache, 2016 : 179-180).

« Que nous soyons en train de restaurer un jardin ou de travailler pour une soupe populaire, nous avons parfois le sentiment d'être soutenu par une force qui dépasse notre force individuelle et qui "agit à travers nous". Ce supplément de pouvoir semble souvent venir de ceux pour qui on agit ».

(Macy & Young Brown, 2018 : 69)

L'efficacité politique pragmatique de la magie se traduit chez Starhawk et les sorcières (éco)féministes par des outils concrets de militance écologiste et anti-militariste. Le rituel, le chant et la danse sont utilisés pour rassembler, concentrer l'énergie et se donner courage dans les manifestations ou actions de désobéissance civile et jusque dans les cellules où les militant·e·s sont parfois emmené·e·s... (Starhawk, 2015).

Cette conception, par la contre-culture américaine, de la magie comme « la capacité ou le pouvoir de changer à volonté son état de conscience » est aussi celle que retient David Abram (2013 : 30), auteur de « Comment la Terre s'est tue ». Il prône dans cet essai ce qu'il appelle une « écologie de la perception » proche du type d'attention cultivé au cours du Travail qui relie (cf. Rapport à la Terre, chapitre 3). Abram met ce type de magie en relation avec celle des cultures orales, qu'il définit comme « la capacité de sortir de son état de conscience usuel afin (...) d'entrer en contact avec d'autres formes de sensibilité et d'expérience, auxquelles l'existence humaine est liée ». Le magicien ou la magicienne sort, pour un temps, de la « logique perceptuelle » dominante dans sa culture afin de s'ouvrir à la possibilité d'une relation avec le « plus-qu'humain » (Abram, 2013 : 30).

« La magie est fondée sur la croyance que le monde est animé, imprévisible, et qu'il y a une force en toutes choses : "l'eau, les arbres, les substances, les mots" ».

(Federici, 2014 : 315)

La magie dans son sens primordial, écrit Abram, est « l'expérience de vivre dans un monde fait d'intelligences multiples, l'intuition de ce que chaque forme que l'on perçoit (...) *possède une expérience* » (Abram, 2013 : 30). David Abram conçoit son « écologie des sens » comme une proposition animiste. Proposition à ne pas prendre dans le sens d'un retour en arrière, précise-t-il, mais comme une invitation à reconnaître que l'on ne perçoit ni ne catégorise sans l'influence de « suggestions » qui nous sont « *offertes* par le sensible lui-même » (Abram, 2013 : 8).

La volonté de « changer de vision », de faire un pas de côté radical par rapport aux schémas perceptifs habituels afin d'imaginer d'autres possibles pour un monde nouveau se traduit dans le Travail qui relie par une série de pratiques comparables à des rites dont l'efficacité pragmatique les assimile à une forme d'*empowerment* individuel et/ou politique.

Chapitre 5 : « Un avant et un après »

Dans les deux chapitres précédents, il a été question des aspects reliant le contenu des Traversées à une forme de ritualisation. Je propose d'explorer ici un autre « niveau » de ritualisation : celui de la structure-même du Travail qui relie. Processus rythmé, intense, découpé en quatre temps dont chacun est accompagné de ses thématiques et de sa palette d'émotions, le TQR fait passer les participant·e·s par différents stades émotionnels. Son objectif est de chambouler la vision du monde des personnes qui y participent. Certaines d'entre elles affirment avoir eu des « prises de conscience » au cours du processus, qui est devenu dès lors un point de départ pour de nouveaux « élans de vie ». En ce sens, on peut parler d'une certaine logique initiatique sous-tendant le Travail qui relie.

Chamel, qui a participé au cours de sa recherche à un TQR de quatre jours, organisé par l'organisation Terr'Eveille, le décrit comme suit :

« L'atelier consiste ainsi en une apocalyptique écologique expérientielle aussi bien dans son élaboration que dans son appropriation concrète par les participants. Elle s'apparente en effet à un rite de passage par lequel chacun fait l'expérience de l'effondrement du monde au plus profond de soi avant de renaître à lui-même par une perception renouvelée du monde. Celle-ci anticipe l'émergence d'un monde nouveau fondé sur l'interdépendance fondamentale du vivant. Le TQR vise ainsi une transformation intérieure non pas préalable mais inhérente à celle-ci : “Sois le changement que tu désires voir advenir” » (Chamel, 2019 : p. 77).

Les femmes avec lesquelles je me suis entretenue ne considèrent généralement pas d'elles-mêmes le TQR auquel elles ont participé comme un « rite de passage » ou une initiation, termes que je n'ai pas entendus utiliser pour décrire le TQR. Beaucoup, cependant, parlent d'un « avant » et d'un « après », évoquent leur rapprochement nouveau aux autres qu'humains et s'enthousiasment de l'élan nouveau que le processus a donné à leurs projets et engagements personnels.

M. : Oui, c'est ça hein, tu as vu j'ai commencé par dire je fais du yoga, de la méditation, des jeûnes, donc je cherche à être présente en fait. Je cherche à... être. Et je pensais que ça, ça pouvait m'aider.

E.R. : Et ça a été le cas ?

M. : Ben je pense, oui (rire). Alors ce n'est pas l'éveil de Bouddha, mais ça va dans le bon sens.

E.R. : Mais donc pour toi, il y a vraiment...

M. : Avant et après, oui. Oui c'est clair. (...) Non mais, en gros, enfin moi j'ai l'impression qu'avant j'étais beaucoup plus... pesante, ou dans l'apesanteur en fait, plus soucieuse, et je suis ressortie plus gaie, plus positive dans le regard que je pose sur le monde. Donc ça c'est quand même génial, parce qu'en quinze jours c'est quand même assez extraordinaire. Et ça donne... Oui, ça colore tout. Enfin si tu vois le monde de façon plus positive, ben ça change tout en fait.

Ça change euh, comment les problèmes que je rencontre dans le travail bah c'est plus léger, les problèmes que j'ai dans mon couple bah je les gère autrement. Et puis, je vois la beauté de tout. Donc ça me rend plus heureuse.

(Entretien avec Marine, 2020)

Cet extrait d'entretien représente assez bien ce que les personnes que j'ai interrogées décrivent de l'impact du Travail qui relie sur leur quotidien : une présence accrue à soi-même, aux autres humains et aux autres qu'humains, des ressources pour cultiver la gratitude pour la vie, une invitation à aimer les règnes animal, végétal et minéral, de l'attention à la beauté des choses – du ciel aux petites-bêtes... Plusieurs constatent dans leur vie « un avant et un après » le TQR. Certaines décident en sortant de ces deux ou trois semaines singulières de changer des éléments de leur vie. Marie a quitté la ville pour un habitat groupé dans la campagne, Julie, qui a toujours été citadine, envisage de quitter la ville pour retrouver l'ouverture sur le ciel à laquelle elle s'est attachée durant le TQR. Nathalie a changé certaines de ses habitudes alimentaires : moins de viande, moins de café, plus de graines et légumineuses germées... Eliane, quant à elle, a continué de reproduire certaines des pratiques du TQR dans le parc près de chez elle. Suite à la deuxième Traversée à laquelle j'ai pris part, le groupe est resté en contact et les femmes partagent leurs expériences en lien avec ce qu'elles ont vécu

lors du TQR : danser dans la forêt, marcher pieds nus dans la neige, participer à des cérémonies néo-chamaniques (cérémonie du cacao, Kambo, hutte de sudation), faire des bains de forêt (Shinrin Yoku) ...

5.1. Faire ses récoltes et formuler ses élans de vie

La dernière phase de la Spirale, « aller de l'avant », prépare les participantes à leur retour dans la vie quotidienne, prépare « l'après TQR ». C'est le moment de « faire ses récoltes », c'est-à-dire de réfléchir à ce que le séjour nous a apporté personnellement, pour ensuite les partager aux autres membres du groupe. Une liste de questions à se poser est proposée pour guider cette réflexion : quel aura été pour soi l'impact de vivre entre femmes de générations différentes, dans la simplicité, en plein air et en contact avec le sol (pieds nus, assises par terre), de manger moins, différemment et avec les doigts, de réveiller toutes ses intelligences (notamment en tirant régulièrement des cartes de tarot), de ne pas se soucier de courses ni d'argent, de « mettre son attention sur l'épaisseur du vivant » ? ... Et, surtout, quels sont les impacts de la Traversée sur soi : a-t-elle permis des prises de conscience, des dépassements de soi, un nouveau regard sur son corps, des « forces nouvelles », une nouvelle confiance / clarté pour « le chemin à parcourir » ? (Notes de terrain, septembre 2019 et juin 2020).

Un autre élément central de cette étape est le fait d'élaborer et de partager des projets, surnommés « élans de vie » – les termes « projet » et « plan » font partie de ceux qu'on préfère remplacer par l'idée de partir d'une intention, de sentir ce qu'il y a à faire, de laisser *émerger* (notes de terrain, juin 2020). « La quatrième étape revient à découvrir ce que nous pouvons faire, pratiquement, pour participer à l'autoguérison de la planète et nous engager pour l'émergence d'une "société qui soutient la vie" » (Egger, 2015 : 253).

Les élans de vie cités sont variés : continuer certaines habitudes prises lors de la Traversée, lier militance, méditation et mode de vie alternatif, poursuivre un projet déjà en cours, se lancer dans la facilitation de TQR, mettre en œuvre des actions concrètes pour l'écologie... Ces actions se rapprochent chacune d'un ou plusieurs des trois piliers identifiés par Macy : résistance, changement de vision et expérimentation

(développés dans le chapitre 2). Macy met en avant quatre attitudes nécessaires pour faire vivre ces élans : « acquérir une “vision inspirante” » (donner de la place à l’intuition, à l’imagination et la créativité), « oser croire que c’est possible », « construire des appuis autour de nous », et, enfin, « puiser son “pouvoir de” dans la toile de la vie » (Egger, 2015 : 253-254).

Lors d’une rencontre entre des personnes ayant effectué un TQR, une femme suggère aux personnes présentes de réfléchir à ce qu’ils et elles font déjà dans leur vie avant de se fixer des objectifs intenable et culpabilisants, erreur qu’elle estime avoir faite après sa première Traversée. Elle partage avec le groupe une discussion qu’elle vient d’avoir avec une amie, qui l’a rassurée sur le fait que rechercher son développement personnel en tant qu’« élan de vie » n’est pas égoïste, mais constitue justement « ce qui la fait briller pour les autres » (notes de terrain, novembre 2019). Cette remarque rappelle la vision de l’écopsychologie, selon laquelle une action sur soi « profite à la Toile ». Vision qui n’est pas partagée par tout le monde : Laurence, par exemple, accorde beaucoup d’importance à la dimension politique du Travail qui relie et estime que « si tu ne fais pas les quatre phases avec la même intensité, ben tu n’atterris pas » (extrait d’entretien, 2021). Pour elle, cette phase devrait servir à porter des revendications politiques dans l’espace public, ce qui n’est pas forcément le cas lors des Traversées. L’enjeu de construire des appuis, d’activer les liens sociaux pour mettre en place des actions individuelles et collectives, pose question lors des Traversées, et plusieurs manières de mettre en réseau sont testées, comme par exemple se trouver une « écopote » qui puisse apporter du soutien ou des conseils pour un élan de vie particulier.

5.2. S’initier et raconter

Lors d’une rencontre face à un public restreint – dans lequel se trouvent plusieurs futures participantes à des Traversées – quelques femmes ayant vécu une ou plusieurs Traversées qui Reconnectent parlent de leur expérience et plusieurs personnes du public demandent comment se passe le retour de TQR. Elles souhaitent savoir si les femmes qui y participent n’en reviennent pas déconnectées du monde « réel », surtout après avoir, comme Aline leur a décrit juste avant, « mis au repos l’intellect pour faire

vivre les autres intelligences ». Elle leur répond alors qu'il s'agit plutôt de prendre soin de notre intellect surutilisé, et de revenir avec une nouvelle vision. Surtout, raconte-t-elle, les participantes des TQR ne reviennent pas déconnectées, mais au contraire « surconnectées » : elles sentent leur interconnexion avec la Toile. Après le TQR, « on ne se sent plus jamais seul·e », car on sait qu'on peut se consoler avec la forêt, les animaux etc., et on a pris conscience que l'idée selon laquelle on peut trouver des solutions [aux déséquilibres écosystémiques, dérèglements climatiques, etc.] uniquement entre humains est folie (Aline, carnet de terrain, Louvain-la-Neuve, septembre 2019).

Lors de cette rencontre, plusieurs femmes témoignent de la manière dont elles ont vécu leur retour. Certaines racontent comment cela leur a permis de se réconcilier et d'améliorer leurs relations avec les autres humains (en particulier, pour certaines, dans leurs rapports aux autres femmes, qu'elles décrivent comme détériorés, marqués par la rivalité...). D'autres décrivent une prise de conscience de leurs connexions avec la nature : l'une explique qu'elle a appris la possibilité de « rechercher des forces au-delà de sa personne », une autre s'enthousiasme d'avoir pu « écouter par ses pieds [nus] la vie qui pulse » et de faire plus attention à tout, dans la conscience de « faire partie d'un tout » (notes de terrain, Louvain-la-Neuve, 29 septembre 2019).

Ce jour-là, dans mon carnet de terrain, je note qu'après la présentation de l'historique du Travail qui relie (cf. Le TQR expliqué par Aline, chapitre 1) et les témoignages de l'effet de celui-ci sur la vie quotidienne des quelques participantes présentes, une question posée par quelqu'un du public est laissée de côté, volontairement ou non : que fait-on concrètement, comme activités, dans ces TQR ?

Il s'agit d'une expérience à vivre par soi-même, qui n'a pas le même impact si elle est dévoilée à l'avance. Le fait que les outils du TQR soient accessibles au grand public donne la possibilité de se renseigner de manière approfondie sur les idées véhiculées par le Travail qui relie et le type d'exercices qui s'y trouve, une grande partie étant par exemple décrite longuement dans le fameux guide pratique de Joanna Macy (Macy & Young Brown, 2018). De plus, Aline demande à chaque future participante d'écrire une lettre de motivation au moment de son inscription à une ou plusieurs Traversées, et une séance d'information ainsi qu'une rencontre sont prévues pour elles avant le moment du stage. Pourtant, une majorité des femmes que j'ai interrogées n'ont pas

vraiment cherché à s’informer avant de venir vivre un TQR pour la première fois – certaines invoquent le manque de temps, d’autres assument leur envie de découvrir le processus au fur et à mesure – et la plupart semblent ne pas s’être attendues à ce qu’elles ont réellement vécu.

Ainsi Nathalie, par exemple, raconte qu’elle a entendu parler des TQR d’Aline via des amies qui l’avaient vécu, et qui entretenaient une part de mystère autour de cela.

« En fait tu vois, à la fois je dis “j’y vais pour checker mes peurs et traverser mes peurs”, en même temps je ne me suis pas mise en sécurité, je n’ai pas cherché à savoir c’est quoi le TQR, je n’ai pas demandé à toutes les femmes [de ma connaissance qui l’avaient fait] “Bon alors dites-moi exactement ce que c’est”. Beh il y avait plein de *private jokes*. (...)

Mais voilà, il y a aussi c’est vrai cette part de mystère qui est entretenue, comme pour une initiation, comme pour quand les scouts font le totem, où on ne dit pas ce qui se passe, et du coup chacun y va avec son imaginaire ».

(Entretien avec Nathalie, 2020)

Elle est donc arrivée en se préparant à l’éventualité que le séjour contienne des expériences chamaniques et des épreuves difficiles, douloureuses, qui lui font dépasser une résistance physique. « Et pas du tout, c’était beaucoup plus “*soft*” que ça », conclut-elle. Ce qui ne l’empêche pas d’avoir apprécié son expérience et de la conseiller à son tour, sans trop en dévoiler.

Le fait de ne pas en dire trop participe aussi, pour certaines, à garder l’expérience entière, et la préserver d’éventuelles critiques sceptiques. Plusieurs témoignent qu’elles ont eu du mal à raconter certains aspects du TQR. Par exemple, Françoise exprime sa réserve par rapport au fait de partager son expérience avec les activistes écologistes qu’elle côtoie :

F. : Je recommanderais sûrement certains exercices, mais certainement pas tout. Il y a des gens qui sont trop loin de ça, ils ne peuvent que rejeter.

E. R. : Qu’est-ce qu’ils rejetteraient ?

F. : Tout ce qui est un peu New Age. (...) Tout ce qui est « tu es ma sœur, tu es mon frère ». L’énergie, l’énergie des arbres, embrasser un arbre, tout

ce qui est peut-être plus du domaine... j'allais dire sensoriel, oui peut-être du domaine sensoriel, doit être vraiment pratiqué avec beaucoup de douceur ou de progressivité, parce que c'est quelque chose qui est tellement éloigné des valeurs et de la vie en général actuelle que ça paraît juste des trucs d'illuminés, hein...

(Entretien avec Françoise, 2020)

Le dernier jour de chaque Traversée, juste avant le rangement du campement et les aux-revoir, une dernière activité est proposée. Elle consiste en un jeu de rôle destiné à se préparer au retour et, plus précisément, à la manière de raconter ce qui vient d'être vécu. Celles qui se sentent le besoin de se préparer à leurs retrouvailles qui avec son mari, qui avec ses enfants, ses parents ou un·e ami·e, demandent à une femme du groupe de jouer le rôle du ou des proches dont elles appréhendent la réaction. Après un petit *briefing* sur la personne à représenter, les deux femmes improvisent une saynète de quelques minutes, face au groupe. Ensuite, elles expriment toutes deux leurs ressentis : est-ce que ce qu'elles viennent de jouer était plausible, est-ce qu'il y aurait eu moyen d'améliorer l'interaction, comment déjouer certains pièges... Puis le public (le reste du groupe) donne son avis extérieur et donne des conseils. Aline insiste sur les risques de fortes réactions en fonction des mots utilisés. Elle met en garde par exemple par rapport au mot « rituel », à ne pas trop utiliser auprès de n'importe qui, car il a tendance à faire peur. Elle réprecise le but du TQR, qui est de se reconnecter à la toile du vivant, suggérant que l'objectif et l'historique du TQR – et son origine militante – peuvent constituer un bon point de départ. Certaines appellent ce qu'elles viennent de vivre « retraite », alors Aline les reprend en disant qu'il s'agit plutôt d'une sorte de stage, car « retraite » a une connotation religieuse... Les femmes prennent note de manières de décrire tout en n'en disant pas trop : « un processus de reconnexion à soi, aux autres et à la nature », un atelier de *deep ecology*, un stage pour changer de cap et de prendre conscience que « je ne me bats pas pour la forêt ; elle se bat à travers moi » ...

Cette construction d'un discours sur le TQR, pointe à nouveau la difficulté de faire le pont entre la rationalité scientifique d'un côté, la spiritualité et la transition intérieure de l'autre. Mêler ces deux dimensions soigneusement séparées induisant un certain malaise, créer un passage entre les deux nécessite de se légitimer au moyen d'un

discours scientifique, comme l'ont par exemple observé Becci et Monnot au festival *Alternatiba*, dans lequel se côtoient des acteurs écologiques et spirituels (2016 : 99). Pour les deux sociologues, la rencontre entre la spiritualité (présente sous forme d'un espace de « transition intérieure ») et l'écologie (présentant des initiatives locales telles que *Villes en Transition*) reste dans ce festival au stade de la « relation de voisinage », sans parvenir à une réelle action commune. Dans cette configuration, « le scientifique est plutôt là pour donner une caution à une pratique religieuse » (Becci & Monnot, 2016 : 107).

Pour aller plus loin sur cette question des relations ambivalentes entre religion / spiritualité et science / écologie, et mieux appréhender la prudence des milieux militants envers la spiritualité, une étude du contexte de production de ces relations s'avèrerait précieuse. Car, selon Isabelle Stengers, « lorsque l'on pense ensemble “magie et politique”, ce sont des images noires, détestables qui surgissent, et en Europe bien plus encore sans doute qu'en Amérique », (postface à Starhawk, 2015 : 367). Alors que de l'autre côté de l'océan Atlantique, selon Emilie Hache, « le néo-paganisme féministe de Starhawk [de même que l'écopsychologie spirituelle de Joanna Macy] s'inscrit dans la longue tradition nord-américaine des mouvements de libération enracinés dans la spiritualité – les quakers, le mouvement des droits civiques ancré dans l'Eglise noire, le mouvement noir nationaliste et ses liens avec l'Islam, ou encore les traditions spirituelles des Indiens-Américains » (préface à Starhawk, 2015 : 10).

Conclusion

« Des traversées déconnectées des écrans et 100% connectées à la vie », c'est ce qu'affiche la page internet présentant les Traversées qui reconnectent, annonçant là une occasion de sortir de sa vie quotidienne afin d'y mieux revenir. Plus longues que la plupart des stages de Travail qui relie, elles cherchent non seulement à ouvrir les participantes à d'autres modes de penser et de connaître, mais aussi à instaurer de nouvelles habitudes et les ancrer durablement. Elles offrent le cadre d'une mise en pratique, dans un espace-temps délimité, d'un ensemble de valeurs (bienveillance, écoute, non-jugement, authenticité, empathie), de modes d'être et de comportements. Leur mot d'ordre est l'expérience, l'exploration.

On y expérimente sur tous les plans : le mode d'alimentation, la communication avec les animaux, les arbres et les rivières, la vie en habitat léger, entre femmes, « en cercle et pas en carré » ou dans la confrontation du face-à-face (Aline, festival Maintenant, septembre 2019), etc.

Au-delà de cette dimension expérimentale, le Travail qui relie est un outil construit sur base de justifications notamment scientifiques, mobilisant des concepts écologiques et se basant sur une certaine analyse de la modernité occidentale et de ce qu'elle produit (individualisme, systèmes de domination, dualismes hiérarchiques, anxiété, etc.). En même temps, le Travail qui relie fait office de passerelle entre ce besoin de rationalité scientifique et la recherche d'une forme de transition intérieure et d'un accomplissement de soi centré sur l'intuition et les ressentis (Chamel, 2014 : 12). C'est ainsi que l'on retrouve, parmi les influences du Travail qui relie, d'un côté des courants de pensée écologistes (écosophie, écoféminisme, écopsychologie) et, de l'autre, des pratiques spirituelles inspirées de traditions multiples.

Il en ressort une composition hétéroclite, bricolée et non dépourvue de contradictions, d'idées et de pratiques issues de mouvements militants et spirituels. Ainsi par exemple, la volonté de sortir des dualismes cartésiens se heurte aux visions parfois binaires d'une complémentarité des genres ou à l'opposition entre corps et émotions d'un côté, intellect et raison de l'autre. Le désir de sortir des logiques capitalistes de croissance et de développement ainsi que de l'individualisme (considérés comme caractérisant la

société occidentale) contraste avec la recherche assumée par certaines participantes des TQR de « développement personnel » et de réalisation de soi – dont on a vu avec Altglas l’ancrage social et la dimension normative (2014 : 328-329). La visée politique affirmée du Travail qui relie, quant à elle, est remise en question dans les Traversées par le fait de ne pas vouloir se définir comme « militant » ou « dans la lutte ». De même, la recherche de formes de rituels et de spiritualité entre en dissonance avec une certaine méfiance par rapport à la religion et aux croyances.

Le flou ainsi entretenu peut se comprendre comme une manière d’inclure dans un même processus des personnes aux convictions politiques variées, aux croyances différentes, à différents stades de déconstruction féministe et d’éveil aux enjeux écologiques... Ce, peut-être, de la même manière que l’écoféminisme qui, prônant l’inclusivité et la diversité de points de vue, s’est vu reprocher la tendance essentialiste, la faiblesse théorique et la dimension spirituelle présentes dans les écrits de certaines écoféministes (Hache, 2016 : 27).

Les Traversées, peuvent ainsi, du fait de cette forme particulière d’inclusivité, agir en fonction des parcours de vie des participantes : comme le déclencheur d’une prise de conscience d’un besoin de connexion à la nature et/ou à une forme de spiritualité ; comme une ligne de départ pour un mode de vie plus écologique ; comme un stage destiné à approfondir sa connaissance de soi ; ou encore comme un moyen de « recharger ses batteries » après un burn-out (militant, professionnel, familial) ...

L’univers composite des Traversées se rapproche de la nébuleuse mystique ésotérique et du développement personnel et tire son inspiration de multiples sources – induisant parfois un rapport problématique, « exotisant », à l’altérité culturelle. Des rituels collectifs à visée politique tels que le Mandala de la vérité, y côtoient des rituels individuels se rapprochant du New Age et du néopaganisme. Ces rites possèdent leur propre efficacité pragmatique et sont destinés à combler un manque ressenti de rites de passage et de célébrations dans la vie quotidienne.

Il serait intéressant de poursuivre les réflexions entamées dans ce travail, notamment à propos des liens entre spirituel, politique et scientifique, en sortant du contexte particulier des Traversées qui reconnectent pour les comparer à d’autres ateliers de Travail qui relie, facilités ou co-facilités par d’autres personnes, organisés pour des

groupes mixtes, ou des groupes d'hommes, dans d'autres pays, dans d'autres milieux sociaux... Des outils du Travail qui relie sont utilisés comme techniques de médiation dans des zones de conflit, ou de régénération dans des groupes militants tels qu'*Extinction Rebellion*. Ils ont un potentiel politique qu'il serait intéressant d'explorer plus en profondeur. Enfin, leur dimension (éco)psychologique mériterait d'être appréhendée de manière transdisciplinaire, incluant le regard spécifique de la psychologie.

Lexique

Les définitions reprises dans ce lexique sont composées à partir de l'utilisation des termes par mes interlocutrices et par les auteur·e·s que je mobilise.

BRICOLAGE : selon Françoise Champion, composition syncrétique de croyances et pratiques spirituelles, mobilisant plusieurs procédés (réinterprétation, englobement, analogie, coupure), souvent sous-tendus par une logique pragmatique (2004 : 65-70).

CERCLE : structure non-hiérarchique par excellence, le cercle désigne à la fois le groupe dans sa totalité (cercle de femmes) et la forme dans laquelle ses membres s'installent pour discuter ensemble et partager leur vécu (cercle de parole).

CHANGEMENT DE CAP : mutation sociétale espérée, consistant à substituer au paradigme dualiste de la modernité occidentale (marqué par des distinctions telles qu'entre humain et animal, nature et culture, homme et femme, civilisé et sauvage) un paradigme holiste, pourvu de valeurs telles que l'interdépendance, la coopération et l'empathie.

COLLAPSOLOGIE : ensemble de discours selon lesquels la civilisation industrielle occidentale et son système capitaliste vont s'effondrer, entraînant potentiellement dans leur chute tous les aspects de la société (Cravatte, 2019 : 7-9).

DEEP ECOLOGY : nom anglais de l'écologie profonde.

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL : ensemble de discours et techniques de travail sur soi (hors psychothérapie), visant un accomplissement de soi et de ses potentiels ainsi qu'une amélioration de ses capacités à être en relation.

ÉCO-ANXIÉTÉ : peur engendrée spécifiquement par la crise écologique (perte massive de biodiversité, dérégulation du climat global, épuisement des ressources naturelles, etc.), qui impacte la santé mentale des individus en soulevant des questions existentielles sur l'avenir des générations futures.

ÉCOFÉMINISME : courant de pensée multiple, né dans le monde anglo-saxon dans les années 1980 d'abord sous forme de mobilisations de femmes contre le nucléaire, puis

de mouvements pour la justice environnementale et ensuite seulement de théories philosophiques. Ces mouvements non unifiés mêlent poésie et philosophie, essentialisme stratégique et féminisme radical, spiritualité et politique, etc. Leur dénominateur commun est l'analyse conjointe de deux formes d'oppression : la domination des hommes sur les femmes et des humains sur la nature. Patriarcat, capitalisme, colonialisme sont donc pensés comme étant imbriqués. À ce sujet, voir par exemple Émilie Hache (2016).

ÉCOPSYCHOLOGIE : courant auquel on rattache Joanna Macy, pour lequel l'écologie et la psychologie ont besoin l'une de l'autre pour élargir leur champ afin de mieux répondre à la crise écologique.

ÉCOSOPHIE, ÉCOLOGIE PROFONDE : philosophie écologique initiée par Arne Naess, basée sur l'idée que la crise écologique n'appelle pas qu'à une action sur les conséquences, mais à une recherche des causes profondes et à une mutation d'ordre anthropologique (définition de l'être humain) et ontologique (rapport au monde).

ÉCO-SPIRITUALITÉ : attitude spirituelle admettant une certaine sacralité de la nature et incluant la relation entre les êtres humains et l'écosphère. M. M. Egger lui donne également le nom d'« écologie intérieure » (Arnould, 2014 : 119).

ÉMERGENCE : principe selon lequel le tout (ici, la Toile de la vie ou le Grand Tout, soit le cosmos) est plus que la somme des parties qui le composent (l'ensemble des êtres vivants). L'émergence dépeint également pour mes interlocutrices le fait de « laisser émerger » et de « composer avec ce qui se présente » plutôt que d'élaborer des projets de vie réglés et arrêtés (notes de terrain, juin 2020).

EMPOWERMENT : à l'origine, ce terme désigne « l'ensemble des processus et des recettes par où chacun des membres d'un collectif acquiert, grâce aux autres et avec les autres, une capacité propre de penser, de sentir, de décider qu'il n'avait pas individuellement » (Stengers, dans Starhawk, 2015 : 366). Ici, selon la conception qu'a Joanna Macy du *pouvoir-avec*, l'ensemble du vivant est compris dans ce processus d'augmentation de la capacité d'agir (Macy & Young Brown, 2018 : 66-69).

FACILITATEUR·RICE : personne qui organise et anime des ateliers de Travail qui relie. De manière plus générale, dans les groupes non-hiérarchiques, le rôle du facilitateur

ou de la facilitatrice est de veiller au contenu des réunions et au partage de la parole (Starhawk, 2015 : 184).

GAÏA (hypothèse de) : hypothèse énoncée dans les années 1970 par James Lovelock et Lynn Margulis, qui voit la Terre comme un superorganisme vivant, un « système dynamique autorégulé », dont nous faisons partie (Chamel, 2014 : 8-9).

NÉBULEUSE MYSTIQUE ÉSOTÉRIQUE : ensemble (aux frontières floues) de discours et pratiques ayant en commun des caractéristiques telles que « la croyance en la souveraineté de l'expérience personnelle », « la voie de réalisation par un autoperfectionnement de type mystique », une conception holiste du monde et un optimisme par rapport à la possibilité d'une transformation intérieure et sociétale (Champion, 2004 : 62). On retrouve dans cette nébuleuse les mouvances New Age, la « psycho-magie » (terme de Jodorowski, cité par Champion, 2004 : 66), etc.

NÉOPAGANISME : courant spirituel euro-américain fondé sur la réappropriation de pratiques et croyances pré-chrétiennes, notamment la croyance en la Déesse. Il comprend des pratiques rituelles de sorcellerie occidentale contemporaine, qui font référence à la Terre-Mère et aux cycles des saisons et de la lune.

NEW AGE : initialement, courant fondé sur l'attente de l'« ère du Verseau », soit un « nouvel âge d'abondance et d'éveil spirituel » (Chamel, 2019 : 80). Par extension, pratiques (occidentales) alimentées par de l'ésotérisme, des spiritualités non confessionnelles, les thérapies alternatives, le développement personnel...

RELIANCE : reconnexion à un système ou un sous-système, en l'occurrence à soi, à la société humaine, à l'écosphère, à la communauté des vivants (Toile de la vie).

SPIRALE : terme alternatif pour désigner un processus complet de TQR. La spirale dépeint l'idée d'une évolution non linéaire, d'un processus cyclique et dynamique qui repasse plusieurs fois par le même endroit tout en ayant avancé.

TEMPS PLIÉ : conception alternative du temps, selon laquelle le temps n'avance pas de manière linéaire mais « en pli ». De cette manière, le présent, le passé et le futur sont accessibles à chaque instant, grâce au *rêve éveillé* par exemple, qui permet, en étant

dans la présence, d'activer la « mémoire vivante » (le passé) ou l'« imagination active » (futur).

THÉORIE DES SYSTÈMES VIVANTS : perspective systémique selon laquelle la réalité est composée d'interactions entre un ensemble de (sous-)systèmes ouverts (Macy & Young Brown, 2018 : 50).

TOILE DU VIVANT / DE LA VIE : le réseau de relations et d'interconnexions tissé entre toute la diversité des êtres interdépendants qui peuple la planète. L'idée phare de l'écopsychologie et de l'écologie profonde, que cherche à « ancrer » en nous le Travail qui relie, est que nous appartenons, en tant qu'êtres humains, à cette toile.

TRANSITION (mouvement de la) : ensemble d'initiatives citoyennes (souvent mises en place à l'échelle d'une communauté, d'une ville...) face à aux changements climatiques, opérant dans le sens d'une transition à l'échelle de la société (d'une société industrielle à une société respectueuse de l'environnement).

TRANSITION INTÉRIEURE : versant spirituel du mouvement de la Transition, qui part du principe qu'un changement sociétal doit s'accompagner d'une transformation de sa propre conscience, de son rapport à soi et au reste du vivant (humain et non humain).

TRAVAIL QUI RELIE (TQR) : outil créé et mis à disposition en *open source* par Joanna Macy, il se présente comme une spirale en quatre étapes (gratitude, peine, changement de vision, aller de l'avant) visant la reconnexion à soi, aux autres humains et aux « autres qu'humain ».

TRAVERSÉE QUI RECONNECTE (Traversée / TQR) : session de Travail qui relie d'une durée de deux à trois semaines, réservées à des femmes, organisée en Belgique par Aline Wauters.

VOYAGE ÉVEILLÉ / RÊVE ÉVEILLÉ : technique New Age et néopaïenne de « visualisation créative » destinée à entrer en contact avec une entité extraordinaire ou à « produire une représentation mentale d'une situation future afin de la faire advenir » (Houseman, 2016).

Annexe : chants

Les quelques chants qui suivent sont sélectionnés parmi les plus récurrents des TQR auxquels j'ai pris part. Il s'agit de mes retranscriptions personnelles, issues de mes carnets de terrain.

1. Introduire les repas

« *Estamos aquí*
Juntos de las manos
Cantan la canción
La canción del corazón
Eso es familia
Eso es unidad
Eso es celebración
Eso es agrado »

Chant ramené d'Amazonie par une des participantes. Traduction : Nous sommes ici, nous nous tenons la main, chantant la chanson du cœur ; c'est la famille, c'est l'unité, c'est la fête, cela fait plaisir

2. Chant de consolation

« *Je laisse couler, je laisse couler*
Je laisse couler ces larmes de vie pour toutes mes relations
Et j'ouvre mon grand cœur à la lumière »

Une variante est chantée pour célébrer le premier jour de règles des femmes qui le désirent, dans laquelle les larmes sont remplacées par « ce sang de vie », et le cœur par « ma matrice ».

3. Trois chants souvent répétés, autour du feu, pendant une activité, en clôture d'un rituel, lors de retrouvailles pour se remettre dans l'ambiance du TQR...

« *Nous sommes femmes et fières, filles de la Terre (x2)*
Filles de l'eau, comme la rivière
Filles de l'air porteuses de mystères

Filles de feu, ivres de lumière
Fières, filles de la Terre (x2) »

« *Nous sommes des femmes en voyage*
Brillant dans la lumière
Brillant dans la sombre nuit
La guérison est en marche, en marche
La guérison est en marche »

« *Ô terre, ô mère, tu portes en ton sein la vie éphémère*
Ô terre, ô mère, une spirale qui relie collines et rivières
Lien fragile qui tisse la toile du vivant
Équilibre subtil et intelligent
Invisible fil qui anime le présent
Laisse-nous t'honorer à chaque moment »

Ce dernier chant est présenté comme une sorte d'hymne francophone du TQR, co-écrite lors d'une Traversée ; l'une des co-auteures raconte qu'elle trouvait important d'élargir son répertoire de chants en français : pour elle, chanter des chants qu'on ne comprend pas vraiment équivaut à ne pas vraiment assumer ce qu'on dit.

4. Parmi les Danses universelles pour la paix apprises lors des TQR, celle-ci est sans conteste la plus appréciée et répétée :

« *Terra terra terra, terra (x4)*
Solia solia solia, solia (x4)
Ama ama ama, ama (x4)
Seva seva seva, seva (x4) »

Traduction : terre, soleil, eau, semence. Chanté en cercle, chaque élément est associé à un geste qui le représente.

Bibliographie

ALTGLAS, V. (2014). « Exotisme et bricolage ». *Archives de sciences sociales des religions*, n°167. pp. 315-332.

ARNOULD, J. (2014). « La terre comme soi-même : repères pour une écospiritualité », Michel Maxime Egger. Compte-rendu. *Revue d'éthique et de théologie morale*, n°279. pp. 119-120.

BECCI, I., MONNOT, C. (2016). « Spiritualité et religion : nouveaux carburants vers la transition énergétique ? ». *Histoire, Monde & Cultures religieuses*, p. 93-109.

CRAVATTE, J. (2019). « L'effondrement, parlons-en... Les limites de la collapsologie ». *Barricade*. 52 p.

CHAMEL, J. (2014). « D'une Terre à l'autre : vision globale et engagement local chez les écologistes ». Présentation au festival des Reclusiennes de Sainte-Foy-la-Grande, Université de Lausanne. pp. 1-20.

CHAMEL, J. (2019). « Faire le deuil d'un monde qui meurt ». *Terrain*, n°71. pp. 69-85.

CHAMPION, F. (2004). « Logique des bricolages : retours sur la nébuleuse mystique-ésotérique et au-delà ». *Recherches Sociologiques*, pp. 59-77.

CHARMETANT, E. (2015). « Ecologie profonde : une nouvelle spiritualité ? ». *C.E.R.A.S* n°347. pp. 25-33.

CHOLLET, M. (2018). *Sorcières : la puissance invaincue des femmes*. Paris : La Découverte.

CHONÉ, A. (2020). « Vers un anthropomorphisme critique : jeux de miroirs, inversions et hybridations dans la littérature germanophone ». *Varia*, n°50, pp. 131-148.

DE BOUVER, E. & LUYCKX, C. (2019). « Écosystème de la transition : la diversité des engagements pour répondre à l'urgence écologique », in *Analyses*, Productions de l'Institut d'Éco-Pédagogie (IEP). 8 p.

- DE LA VEGA, X. (2014). « Rencontre avec Zygmunt Bauman », in Molénat, X., *L'individu contemporain*. Éditions Sciences Humaines, pp. 100-107.
- DESCOLA, P. (2005). *Par-delà la nature et la culture*. Paris : Gallimard.
- EGGER, M. M. (2015). *Soigner l'esprit, guérir la Terre. Introduction à l'écopsychologie*. Genève : Labor et Fides. 270 p.
- FAVRET-SAADA. (2009). « Être affecté ». *Désorceler*. Paris : Éditions de l'olivier. pp. 145-161.
- FEDERICI, S. (2014). *Caliban et la sorcière*. Paris : Entremonde.
- HACHE, E. (2016). *Reclaim. Recueil de textes écoféministes*. Paris : Cambourakis.
- HOUSEMAN, M. (2012). *Le rouge est le noir : essais sur le rituel*. (Trad. Rozenberg, T.) Toulouse : Presses universitaires du Mirail. 196 p.
- HOUSEMAN, M. (2016). *Comment comprendre l'esthétique affectée des cérémonies New Age et néopaïennes ?* Archives de sciences sociales des religions, n°174. pp. 213-237.
- JAOTOMBO, F. (2009). « Vers une définition du développement personnel ». *Humanisme et Entreprise*, n°294. pp. 29-44.
- MACY, J. « Agir avec le désespoir environnemental », in Hache, E. (2016). *Reclaim. Recueil de textes écoféministes*. Paris : Cambourakis. pp. 161-182.
- MACY, J. & YOUNG BROWN, M. (2018). « Ecopsychologie pratique et rituels pour la terre. Revenir à la vie ». (Priou, S. & Zischk, M., Trad.). Gap : Éditions Le Souffle d'Or. (Œuvre originale publiée en 1998).
- NÆSS, A. (2017). *Une écologie pour la vie*. Paris : Seuil.
- OLIVIER DE SARDAN, J.-P. (2008). *La rigueur du qualitatif*. Louvain-la-Neuve : Academia-Bruylant.
- ROBERTSON, F. (2007). « Le présent liquide : peurs sociales et obsession sécuritaire », Zygmunt Bauman. Compte-rendu. *Revue du Mauss permanente*.

SILVA CATANEDA, L. (2020). « Inviter l'intime en écologie : un acte politique de l'écoféminisme ? ». Mycelium, p. 2-11.

STARHAWK (2015). *Rêver l'obscur : femmes, magie et politique*. (Morbic, Trad.). Paris : Cambourakis. (Œuvre originale publiée en 1982).

STARHAWK (2019). *Quel monde voulons-nous ?* (Stengers, I., Trad.). Paris : Cambourakis. (Œuvre originale publiée en 2002).

VUILLEMENOT, A.-M. (2009). *La yourte et la mesure du monde : avec les nomades au Kazakhstan*. Louvain-la-Neuve : Academia Bruylant, 258 p.

Sites internet :

TERRE ET CONSCIENCE (2020). « Les Traversées qui reconnectent 2020 ». *Site de l'asbl Terre et Conscience*. URL : <https://www.terreetconscience.be/agenda/les-traversees-qui-reconnectent-2020> (consulté le 30 mai 2021).

AMÉLIE SCHWEIGER, « Danse des 5 Rythmes ». *Site de l'association Les vies dansent*. URL : <https://www.lesviesdansent.fr/danse-des-5-rythmes.html> (consulté le 25 mai 2021).

Vidéos :

HOUSEMAN, M. (2021a). « Livre 5. Des relations réalisées dans l'interaction et non des représentations : l'exemple de l'interdit du lapin ». *Les possédés et leurs mondes*. URL : <https://www.youtube.com/watch?v=pqmk25AYOxI> (consulté le 2 juin 2021).

HOUSEMAN, M. (2021b). « Livre 6. Le rituel à la lumière des pratiques du New Age, du néopaganisme et du développement personnel ». *Les possédés et leurs mondes*. URL : <https://www.youtube.com/watch?v=e3EW52HpElY> (consulté le 2 juin 2021).

POINT CULTURE GENRE (2020). « Écoféminismes : la réactivation des joies énergiques | Isabelle Stengers, Benedikte Zitouni, Myriam Bahaffou ». URL : https://www.youtube.com/watch?v=g_HA3fxRiLg&t=2135s (consulté le 2 juin 2021).

